

## Consumo di bevande dolci e obesità nell'infanzia

Data Categoria 26 febbraio 2001 metabolismo

Tra il 1980 e il 1994 negli USA la prevalenza dell'obesità nei ragazzi è aumentata del 100%. Stime nazionali recenti indicano che il 24% e l'11% dei ragazzi si trovano rispettivamente sopra l'85° e il 95° percentile del BMI (Body Mass Index = Indice di Massa Corporea) di riferimento per età e sesso. Tra i vari fattori ambientali e sociali che potrebbero contribuire all'aumentata prevalenza dell'obesità, il consumo delle bevande dolci è stato poco indagato. Negli ultimi 50 anni il consumo di bevande dolci è aumentato del 500%. La metà degli americani e la maggioranza degli adolescenti (65% delle ragazze e 74% dei ragazzi) consuma bevande dolci; queste rappresentano la principale sorgente di zuccheri della dieta, ammontando in media a 36.2 g di zucchero al giorno per le ragazze e a 57.7 g per i ragazzi.

Metodi. Sono stati arruolati 548 ragazzi di etnie diverse, età media 11.7 anni, provenienti da scuole pubbliche nell' area metropolitana di Boston, Massachusetts, che sono stati studiati prospetticamente per 19 mesi. E' stato valutato il consumo di bevande zuccherate iniziale e le sue variazioni nel tempo, in associazione con le

variazioni del peso corporeo.

Risultati. Dopo aggiustamento per variabili antropometriche, demografiche, dietetiche e di stile di vita, sia il BMI che la frequenza dell'obesità aumentavano in rapporto al consumo di bevande dolci: per ogni bicchiere di bevanda zuccherata il BMI aumentava di 0.24 kg/m2 (IC 95% = 0.10 – 0.39; P = 0.03), I'odds ratio per la frequenza dell'obesità era di 1.60 (IC 95% = 1.14 – 2.24; P = 0.02).

Interpretazione. Il consumo di bevande zuccherate nei ragazzi è una variabile indipendente associata con

I'obesità.

A.S.: Lancet, 17 febbraio 2001