



## Gli interventi per prevenire l'obesità infantile sono efficaci

### Domanda clinica

Sono efficaci gli interventi per prevenire l'obesità infantile?

### Quello che conta

Vi sono prove convincenti sull'efficacia degli interventi per prevenire l'obesità infantile in termini di riduzione dell'indice di massa corporea (BMI). La massima riduzione di BMI osservata è di 0.15 kg/m<sup>2</sup> che corrisponde ad uno spostamento modesto ma rilevante dal punto di vista clinico per le conseguenze sulla salute della popolazione soprattutto se mantenuto nel tempo. Gli interventi erano in prevalenza basati su teorie per il cambiamento dei comportamenti realizzati in ambiti scolastici. Le analisi per fascia di età indicano che i risultati migliori si ottengono con i bambini di età compresa tra i 6 e i 12 anni. Si sono ottenuti risultati promettenti anche per bambini di età compresa tra 0 e 5 anni realizzati a casa o in ambito sanitario. Solo 8 studi hanno valutato eventuali effetti avversi, quali per esempio l'adozione di diete non salutari, il sottopeso, un'eccessiva sensibilità all'immagine del proprio corpo. Nessuno fra questi ne ha rilevati. Infine gli interventi non hanno aumentato le disuguaglianze nella salute, anche se, solo pochi studi hanno valutato questo aspetto.

### Caveat

L'eterogeneità degli effetti osservata in numerosi studi e non spiegata, il potenziale bias dovuto ad una perdita asimmetrica al follow up, e la possibilità di bias dovuti alle piccole dimensioni degli studi possono aver esagerato la stima degli effetti, pertanto questi risultati devono essere interpretati con prudenza.

### Contesto

La prevenzione dell'obesità infantile è una priorità di sanità pubblica a livello mondiale dato il suo alto impatto sull'insorgenza di patologie acute e croniche, sulla salute in generale, lo sviluppo e il benessere. Le evidenze sull'efficacia delle strategie promosse dai governi, dalle comunità e dalle famiglie per prevenire l'obesità e promuovere la salute stanno aumentando ma non sono ancora completamente consolidate.

### Cochrane Systematic Review

Waters E et al. [Interventions for preventing obesity in children](#). Cochrane Reviews, 2011, Issue 12. Article No. CD001871. DOI: 10.1002/14651858.CD001871.pub3. Questa revisione contiene 55 studi (inclusa una meta-analisi di 37), sono stati coinvolti 27.946 partecipanti.

PEARLS No. 349, febbraio 2012, scritta da Brian R. McAvoy, tradotta da DoRS, Centro di Documentazione per la Promozione della Salute della Regione Piemonte, Italia.

PEARLS sono riassunti brevi delle Revisioni Sistematiche della Cochrane per i professionisti che si occupano di cure primarie. Sono finanziati dal New Zealand Guidelines Group.

PEARLS fornisce indicazioni sull'efficacia o meno di un trattamento. Le sintesi PEARLS sono risorse per la formazione e non sostituiscono il giudizio del medico nel trattamento dei singoli casi. Le sintesi PEARLS possono essere usate gratuitamente per attività di formazione o ricerca. Non è consentito alcun uso commerciale. Per vedere le schede PEARLS online: [www.cochraneprietarycare.org](http://www.cochraneprietarycare.org)