

# OBESITÀ E RISCHI PER MAMMA E BAMBINO

**Irene Cetin\*, Arianna Laoreti**  
\*Presidente della Società Italiana di Medicina  
Perinatale SIMP  
Dipartimento Materno-Infantile Ospedale  
Luigi Sacco, Università di Milano

**N**umerosi studi sono ormai concordi nell'affermare che le donne in sovrappeso o obese prima della gravidanza o all'inizio di essa, vanno incontro ad un rischio maggiore di patologie della gravidanza, come ipertensione arteriosa, preeclampsia e diabete gestazionale. Anche la salute del feto e del neonato corre dei pericoli. Infatti, l'obesità materna è associata a un rischio maggiore di parto prematuro, a difetti del nascituro e anomalie congenite. I risultati di alcuni studi hanno inoltre dimostrato che l'obesità della madre può essere la causa dell'obesità dei suoi figli. Inoltre, studi di popolazione hanno dimostrato che donne obese con un indice di massa corporea (BMI) maggiore di 30-35 kg/m<sup>2</sup> hanno un aumentato rischio di morte intrauterina fetale e morte neonatale, circa doppio rispetto a quello di donne di peso normale.

## Incremento di peso intergravidico: aumenta la mortalità nella prole

■ Iniziare la gravidanza con peso eccessivo predispone quindi a rischi aumentati sia per la mamma che per il bambino. Tuttavia, recenti studi hanno evidenziato che anche

*l'eccessivo incremento di peso tra due successive gravidanze (incremento ponderale intergravidico) aumenta il rischio di morte fetale intrauterina e di morte infantile. A supportare questa associazione, il risultato di un recente studio eseguito in Svezia pubblicato sulla rivista The Lancet: "le mamme nelle quali si verifica un moderato incremento ponderale tra la prima e la seconda gravidanza vedono aumentare il rischio della prole di morire in utero e nel primo anno di vita".* Lo studio si basa sull'analisi dei dati raccolti nel Registro di Nascite Svedesi. I ricercatori hanno analizzato più di 450.000 donne che hanno dato alla luce il loro primo e secondo figlio tra il 1992 e il 2012 per valutare il rischio di morte fetale in utero (morte fetale dalle 28 settimane di gestazione in poi) e la mortalità infantile (morte entro il primo anno di vita) in relazione al cambiamento dell'indice di massa corporea materno tra la prima e la seconda gravidanza. Nel 15% delle donne svedesi si è rilevato un moderato incremento ponderale tra una gravidanza e l'altra (circa 6-11 kg per donne di media statura), e il 6% delle donne ha

avuto un incremento ponderale intergravidico addirittura superiore a 11 kg. «Rispetto a donne con peso stabile, *questi incrementi ponderali aumentano il rischio di morte in utero del 30-50%*, indipendentemente dal peso materno nella prima gravidanza» spiega l'autore principale dello studio, il Prof. Sven Cnattingius del Karolinska Institutet di Stoccolma.



Inoltre, le mamme normopeso alla prima gravidanza nelle quali si verifica un incremento ponderale intergravidico di circa 6-11 kg, vedono aumentare il rischio della prole di morire nel primo anno di vita del 27%. Tale rischio di *morte infantile aumenta addirittura del 60% nei bambini di madri con peso intergravidico aumentato di oltre 11 kg*, rispetto alle donne con peso stabile. «Tra le cause del decesso c'erano anomalie congenite, asfissia, infezioni e sindrome della morte improvvisa del lattante (SIDS)» precisano gli autori, sottolineando l'importanza di educare le donne a mantenere un peso sano in gravidanza riducendo l'eventuale eccesso ponderale prima della gestazione. E' importante sottolineare che, viceversa, il *calo ponderale di almeno 6 kg tra due gravidanze riduce del 50% le probabilità di morte neonatale* (nelle prime 4 settimane di vita) nei bambini di donne sovrappeso, con indice di massa corporea di 25 kg/m<sup>2</sup> o più.

## Combattere l'obesità e l'eccessivo incremento ponderale: educazione ad un corretto stile di vita

■ Secondo il coautore dello studio Eduardo Villamor, Professore di Epidemiologia presso l'Università del Michigan School of Public Health, Michigan, Stati Uniti d'America, «La prevalenza di sovrappeso e obesità nelle donne in gravidanza ha raggiunto livelli di epidemia. Più della metà delle donne negli Stati Uniti e una donna su tre in Svezia sono in sovrappeso o obese all'inizio della loro gravidanza. I nostri risultati sottolineano l'importanza di educare le donne circa il mantenimento di un peso sano durante la gravidanza e la riduzione del peso in eccesso prima di rimanere incinta come un modo per migliorare la sopravvivenza infantile».



E in un editoriale di commento Lesley McCowan dell'Università di Auckland, in Nuova Zelanda, scrive: «*Servono strategie di salute pubblica per migliorare la consapevolezza dei benefici di una dieta sana e dell'attività fisica tra i giovani. Cosa che ridurrebbe non solo l'obesità dilagante, ma anche l'eccessivo incremento ponderale in gravidanza e dopo il parto, riducendo il rischio di mortalità nella prole.*».