

Ho un figlio di dieci anni già in soprappeso. Si eredita il peso dai genitori?

Carmela - Vercelli

Non si eredita il peso corporeo, si eredita la predisposizione all'accumulo di massa grassa. La prima infanzia è determinante per la formazione dell'obesità.

Più un bambino introduce cibo e calorie in eccesso, più il suo numero di adipociti aumenta! Un numero elevato di cellule adipose in cui accumulare grassi è la base dell'obesità infantile e poi adulta.

Non si può aspettare l'età adolescenziale, l'età dello "sviluppo" sperando in una naturale guarigione dall'obesità infantile. L'aumento degli adipociti formati nei primi anni di vita può rimanere per tutta la vita.

Certo un bimbo con un genitore obeso ha il 40 % delle probabilità di sviluppare obesità e la percentuale raddoppia quando entrambi i genitori sono obesi.

Più che tra padre e figlio, la coincidenza di obesità è particolarmente frequente tra madre e figlio. Si eredita infatti spesso dalla madre la tendenza all'accumulo di massa grassa. E anche se un bambino grassottello può ispirare simpatia e tenerezza ricordiamoci che andando avanti nel tempo può diventare un disagio esistenziale che sarebbe bene prevenire.

Ricordiamoci che il peso corporeo viene programmato nei primi anni di vita e per tutta la vita.

Rosanna Lambertucci