

Stammi Bene

I consigli del medico

CARI PAZIENTI OBESI, MI RACCOMANDO, VACCINATEVI!



di Paolo Sarasin,
specialista in scienza
dell'alimentazione a
Spinea

Il Covid-19 è più pericoloso per i pazienti obesi? Sì: è come avere meno polmoni, dato che il grande volume dell'addome spinge in alto il diaframma e "ruba" spazio al torace

in collaborazione con



ORDINE PROVINCIALE
DEI DIETISTI E NUTRIZIONISTI
DEL VENETO

Il Covid-19 è più pericoloso per i pazienti obesi? Sì e le ragioni sono molteplici. Il volume dell'addome è aumentato, spinge in alto il diaframma e "ruba" spazio al torace impedendo ai polmoni di espandersi come dovrebbero. In pratica è come se avessimo meno polmone: c'è meno superficie per gli scambi gassosi e risulta più difficile ossigenare il sangue.

Ce ne rendiamo conto ogni volta, ad esempio, che facciamo una breve corsa: il fiatone insorge molto prima di quando il peso era normale. Questo accade specialmente negli uomini dato che l'accumulo intraddominale dell'adipe (obesità "centrale" o "viscerale") è appunto una prerogativa maschile.

È evidente, allora, l'importanza di questo problema in una malattia che colpisce prevalentemente, anche se non esclusivamente, l'apparato respiratorio. In uno studio condotto nel Regno Unito il 64% dei pazienti Covid in terapia intensiva era sovrappeso o obeso.

Ci sono anche altre ragioni. Il tessuto adiposo nell'obesità non è propriamente un tessuto sano (adiposopatia): la vascolarizzazione è difettosa, le cellule sono troppo grosse, troppo zeppe, fanno fatica a fare il loro lavoro, ven-

gono prodotte sostanze infiammatorie, alcune cellule muoiono, i detriti richiamano le cellule spazzine (i macrofagi) e altri attori (linfociti, fibroblasti...) di un processo che si autoperpetua, essendo essi stessi conseguenza e anche causa di infiammazione.

Il risultato è che l'organismo si trova esposto ad una quantità anomala di sostanze infiammatorie (citochine) che non solo ostacolano la normale risposta immunitaria alle infezioni, ma peggiorano grandemente la situazione quando il SARS-CoV-2 scatena la sua tempesta infiammatoria.

Ancora: il virus circola nell'organismo, ma per replicarsi e fare danno deve entrare nelle cellule: lo fa attaccandosi ad un recettore (un "gancetto") particolare presente sulla superficie delle cellule. Il gancetto che serve al SARS-CoV-2 si chiama recettore ACE2 ed è molto presente sulla superficie delle cellule adipose.

Infine un'ultima considerazione: non è raro che l'obesità si accompagni ad altre patologie come cardiovasculopatie, diabete, ipertensione, trombofilia... Tutte problematiche che certo non aiutano. Quindi, cari pazienti che soffrite di questa condizione, il vaccino non lasciamocelo proprio scappare!

