

IL PROBLEMA: OBESITÀ E NCDs

L'obesità colpisce oltre 1 miliardo di persone nel mondo e, entro il 2035, potrebbe costare all'economia globale oltre 4,32 trilioni di dollari (pari al 3% del PIL mondiale). Questa crisi non solo minaccia la salute pubblica, ma influisce profondamente sul benessere psicofisico dei cittadini e sulla sostenibilità economica dei governi.

CONSEGUENZE NEGATIVE

- Aumento delle malattie cardiovascolari, diabete e altre NCD, principali cause di mortalità globale.
- **Impatti devastanti su spesa sanitaria, produttività e benessere sociale.**
- **Riduzione dell'aspettativa di vita.** Addio longevità sperata.

FALLIMENTO DELLE POLITICHE ATTUALI

Le soluzioni come la Dieta Planetaria, le etichette nutrizionali frontali (Bollini Neri, Nutri-Score) e le tasse sui nutrienti non stanno funzionando. Sono misure superficiali che non affrontano le cause multifattoriali dell'obesità.

LE PERICOLOSE CONSEGUENZE NON INTENZIONALI

Queste politiche **standardizzano l'alimentazione, limitano la libertà di scelta e non responsabilizzano il cittadino/consumatore.** Invece di favorire il senso critico, rallentano la diffusione della conoscenza, riducendo le opportunità di crescita informata.

SERVE UN APPROCCIO MULTIDISCIPLINARE

L'obesità è un problema multifattoriale, le cui cause variano da individuo a individuo e cambiano nel corso della vita. La risposta deve andare oltre la nutrizione e **considerare i fattori psicologici, sociali, economici e ambientali.** Nessuna soluzione unica può funzionare.

L'EQUILIBRIO È LA CHIAVE

La dieta mediterranea è un modello di equilibrio alimentare e uno stile di vita che può essere adattato alle diverse esigenze individuali e culturali. Personalizzare le diete e responsabilizzare i cittadini a fare scelte consapevoli è fondamentale per un cambiamento duraturo.

LE NOSTRE PROPOSTE

- **Riconoscere l'obesità come malattia cronica** e trattarla come tale.
- **Educazione nutrizionale:** formare cittadini consapevoli fin dalla scuola, coinvolgendo anche le famiglie, i media e i creatori di contenuti sociali.
- **Centri di cura multidisciplinari** per supportare i pazienti a lungo termine.
- **Incentivi per stili di vita attivi** e promozione di ambienti urbani che favoriscano uno stile di vita sano.
- **Uso delle tecnologie** (AI, IoT) per personalizzare le diete e monitorare la salute in modo efficace.

Promozione della dieta mediterranea come modello di equilibrio alimentare.

- **Ambienti urbani per uno stile equilibrato:** creare spazi che incentivino il movimento e riducano lo stress ambientale.

- **Terapia come prevenzione:** i nuovi farmaci per la perdita di peso sono rivoluzionari, ma devono essere parte di uno stile di vita equilibrato, non una soluzione facile a comportamenti disinformati.

- **La Responsabilità dei Media:** I media digitali, che oggi sostituiscono in parte il ruolo tradizionale della famiglia e della scuola nella socializzazione e nell'educazione, hanno la responsabilità di rendere accessibili e comprensibili conoscenze complesse. Devono evitare di scadere nel sensazionalismo a fini commerciali o di alimentare allarmismi ideologici, promuovendo invece una divulgazione equilibrata e fondata su dati verificabili.

Last but not least, **il monitoraggio e la valutazione delle politiche è fondamentale:** tutte le politiche pubbliche dovrebbero essere costantemente monitorate per verificarne l'efficacia e correggere eventuali effetti collaterali negativi. Solo così possiamo garantire un miglioramento continuo e reale nel contrasto all'obesità e alle NCD.

JOIN THE CLUB