

Quando misurare il colesterolo ai nostri bambini

L'epidemia di obesità infantile anticipa i tempi dei primi provvedimenti. Esperti divisi sull'età in cui iniziare

Già in età da scuola elementare bisognerebbe cominciare a controllare i livelli di colesterolo nel sangue e poi ripetere l'esame nel corso dell'adolescenza. L'indicazione viene dall'associazione dei pediatri americani, che sulla propria rivista, *Pediatrics*, ha recentemente pubblicato nuove linee guida in cui raccomanda uno screening a tappeto di tutti i bambini già a partire dai 9 anni di età, consigliando di ripeterlo intorno ai 17: un approccio che però ha suscitato diverse critiche, per il timore che il risultato dell'esame possa diventare il pretesto per rimediare con una pillola agli scorretti stili di vita dei ragazzi.

Gli esperti erano già d'accordo infatti sull'opportunità di un controllo precoce sui bambini considerati più a rischio, quelli che hanno genitori con livelli di colesterolo elevati per ragioni genetiche o colpiti da giovani da infarto o ictus. Perché allora cambiare le regole, invocando l'estensione dell'esame addirittura a tutti i bambini indistintamente? Secondo gli esperti americani sarebbero troppi i giovani pazienti a rischio che non vengono individuati. E prima ci si accorge che il colesterolo non è a posto, sostengono i pediatri statunitensi, prima si può intervenire per salvaguardare la salute del cuore e delle arterie. Preoccupazione che Oltreoceano, ma anche a casa nostra, è generata anche dal continuo aumento di bambini in sovrappeso.

Non è più solo un affare per teen-ager frequentatori di fast-food. Anche in Italia le cifre sono considerevoli: quasi il 25 per cento dei bambini avrebbe un peso non ottimale e più del 10 per cento sarebbe addirittura obeso, con una concentrazione maggiore nel Centro-Sud. «Soprattutto in questi bambini, oltre che in quelli che soffrono di diabete di tipo 2, malattia in aumento in età pediatrica — sostiene Francesco Martino, direttore del Centro per lo studio delle dislipidemie infantili del Policlinico Umberto I, di Roma — i livelli di colesterolo andrebbero controllati prima possibile, perché anche il processo aterosclerotico può iniziare già in tenera età pur non provocando disturbi». «Se poi si dovessero scoprire anomalie che riguardano in particolare il colesterolo LDL, quello "cattivo" — prosegue Martino — si avrebbe la possibilità di intervenire con successo, visto che eventuali lesioni a carico delle arterie nei bambini sono ancora reversibili».

Non c'è dubbio quindi che si debba fare prevenzione, la questione è come farla. Negli Usa, nonostante le linee guida mettano al primo posto il consiglio di intervenire con una dieta adeguata e più esercizio fisico, si dà il via libera anche all'uso delle statine, farmaci usati per ridurre il colesterolo, già nei ragazzini di 8-10 anni. La proposta ha suscitato non poche polemiche: c'è il fondato timore, infatti, che il ricorso al farmaco possa essere visto da alcuni medici come una scorciatoia per risolvere la questione, disincentivando dall'insistere sulla più faticosa adozione di un corretto stile di vita. «La terapia farmacologica — tiene a precisare Martino — andrebbe utilizzata solo nei casi di un'ipercolesterolemia di tipo genetico particolarmente grave, difficile da correggere in altro modo». Per rimettere in

carreggiata un bambino con un girovita abbondante e in cui si trovano anche colesterolo LDL e trigliceridi elevati può essere sufficiente rivedere il suo modo di mangiare e di passare il tempo libero. Un'alimentazione sbagliata e una vita troppo sedentaria sono infatti cattive abitudini che, se non corrette, si porterà appresso in età adulta, con conseguenze pericolose per la salute.

Cristina Caviraghi

[stampa](#) | [chiudi](#)