

Position Statement dell'European Association for the Study of Obesity sulla diagnosi e gestione dell'obesità negli anziani

L'obesità è sempre più diffusa tra gli adulti anziani ed è un importante fattore che contribuisce a malattie cardiometaboliche, declino funzionale, fragilità e perdita di autonomia. L'intersezione tra invecchiamento della popolazione ed epidemia di obesità rappresenta una grande sfida sanitaria e clinica. Questa dichiarazione di posizione dell'European Association for the Study of Obesity (EASO) rappresenta un aggiornamento delle linee guida EASO del 2012 e fornisce una panoramica completa dell'epidemiologia, fisiopatologia, conseguenze cliniche e gestione dell'obesità negli adulti di età ≥ 65 anni. Riassume le evidenze attuali e offre raccomandazioni pratiche per la diagnosi e il trattamento adattati a questa fascia di età. Per guidare clinici e ricercatori in questo quadro aggiornato, la dichiarazione evidenzia quattro concetti fondamentali alla base della valutazione e gestione dell'obesità in età avanzata:

1. l'obesità colpisce fino a un terzo degli anziani a livello globale, con prevalenza variabile per sesso e area geografica;
2. l'invecchiamento è associato a cambiamenti della composizione corporea, del profilo ormonale e dello stile di vita (dieta, inattività fisica e politerapia) che favoriscono l'accumulo di grasso e l'obesità sarcopenica;
3. il solo indice di massa corporea (BMI) è insufficiente; la valutazione deve includere analisi della composizione corporea (distribuzione del grasso e massa muscolare), stato psicologico e capacità funzionale;
4. è raccomandato un approccio multimodale che includa moderata restrizione energetica con adeguato apporto proteico, esercizio fisico strutturato e multicomponente, supporto comportamentale e, quando appropriato, farmaci per la gestione dell'obesità e/o chirurgia bariatrica metabolica.

L'attenzione deve essere posta sul mantenimento della massa muscolare, della capacità funzionale e della qualità della vita, piuttosto che sulla sola perdita di peso. La gestione efficace dell'obesità negli anziani deve basarsi su strategie individualizzate e multidisciplinari che bilancino i benefici della riduzione del peso con i rischi di sarcopenia, malnutrizione e perdita di autonomia.

Fonte

Di Vincenzo O, Minnetti M, Baker JL, Barazzoni R, Boyland E, Busetto L, Ciudin A, Dicker D, Fabryova L, Helgason T, McGowan B, Migliaccio S, Poggiogalle E, Sbraccia P, Svendsen M, Woodward E, Yumuk V, Donini LM. "[European Association for the Study of Obesity Position Statement on the Diagnosis and Management of Obesity in Older Adults.](#)" *Obes Facts.* 2025 Nov 27:1-16. doi: 10.1159/000549751.