

## PRESENTAZIONE

In linea con la situazione mondiale, la prevalenza dell'obesità in Italia è aumentata significativamente nelle ultime decadi raggiungendo valori allarmanti, fino ad essere considerata un importante problema di salute pubblica, con implicazioni negative sia sulle condizioni di salute del singolo e della collettività, che sull'impegno di risorse del SSN.

Poiché le evidenze scientifiche indicano che anche moderate perdite di peso producono importanti ricadute positive sulle condizioni di salute del paziente, è altamente auspicabile una maggiore presa in carico del problema (in prevenzione e gestione del sovrappeso e obesità) da parte dei Medici di Medicina Generale.

Semplici atti, inseriti nelle usuali modalità di lavoro del MMG e la scelta di interventi più adeguati al singolo, sono più che sufficienti ad affrontare e gestire con il paziente il problema del sovrappeso ed obesità.

L'approccio al paziente in sovrappeso od obeso richiede, per ottenere migliori risultati e mantenerli nel tempo, fondamentalmente la modifica dei propri stili di vita. Per ottenere ciò è necessario l'utilizzo combinato di più strumenti che il Medico dovrà imparare a gestire ed a proporre al paziente, che si basano principalmente su diversi approcci, preferibilmente integrati: uno dietetico, uno basato sull'esercizio fisico, uno farmacologico, uno cognitivo-comportamentale.

La Scuola Nazionale di Medicina degli Stili di Vita di Fimmg-Metis, forte dell'esperienza del settore Fimmg-Alimentazione, volendo dotare i MMG di strumenti utili ad affrontare questa sfida, ha preventivamente realizzato una fotografia della situazione attuale sul tema del sovrappeso e dell'obesità ed il MMG tramite un Questionario, ha disegnato, con la collaborazione di Abbott, e la messa in campo di un team scientifico costituito da MMG e Specialisti della materia, il progetto S.A.F.E. (Stile di vita – Alimentazione – Farmaco – Esercizio Fisico) per la prevenzione e la gestione integrata del sovrappeso e dell'obesità attraverso un percorso decisionale di presa in carico adeguato al contesto della medicina generale.

Il progetto S.A.F.E. propone 7 step fondamentali da percorrere nel setting della Medicina Generale:

- Misurare altezza e peso per stima dell'IMC (Indice Massa Corporea)
- Misurare la circonferenza della vita
- Evidenziare eventuali alterazioni croniche delle condizioni di salute associate
- Valutare se il vostro paziente debba perdere peso
- Valutare se il paziente è pronto e motivato a perdere peso
- Scegliere con il paziente la strategia terapeutica più appropriata modificare: (dietologica, esercizio fisico, terapia comportamentale, farmacologica, chirurgica).
- Valutare l'eventualità di un invio in Centro di 2° livello per la gestione del sovrappeso ed obesità.

Ai medici verranno messi a disposizione gli strumenti realizzati nel progetto:

- Algoritmo diagnostico-terapeutico
- Manuale di approfondimento dell'algoritmo
- Manuale per il paziente "Perdere peso con il tuo medico"

Tutti i materiali sono anche disponibili nel Sito di Fimmg  
[www.fimmg.org/alimentazione](http://www.fimmg.org/alimentazione)

Walter Marrocco  
Direttore della Scuola Nazionale Fimmg-Metis di Medicina degli Stili di Vita