

Obesità umana e veterinaria a confronto: un approccio "One health"

L'obesità rappresenta una delle patologie metaboliche caratterizzate da maggiore incidenza nella popolazione umana, canina e felina, e le dimensioni del problema sono diventate tali, nel corso dell'ultimo ventennio, da indurre medici e veterinari ad adottare strategie comuni nel tentativo di porre un freno al dilagare della malattia. L'approccio "One health", in cui il problema del sovrappeso viene affrontato in un'ottica di coinvolgimento globale del nucleo familiare, ha rappresentato certamente un approccio di successo. È innegabile, infatti, che esista uno stretto legame affettivo tra i proprietari e i loro animali da compagnia e che questo rapporto spesso si articoli attorno a scorrette abitudini alimentari. Nella pratica clinica quotidiana non è infatti infrequente che un gatto o un cane in sovrappeso siano inseriti in un contesto familiare composto, a sua volta, da individui che lottano per il raggiungimento del peso ottimale. Uomini e pet, infatti, condividono lo stesso ambiente, gli stessi stili di vita e i medesimi fattori di rischio per il sovrappeso e l'obesità.

L'obesità è stata definita come "un accumulo eccessivo di energia, sotto forma di tessuto adiposo, sufficiente a determinare uno stato di malattia". Michael Day, inoltre, ha recentemente definito l'obesità come una delle principali endocrinopatie degli animali da affezione, e il tessuto adiposo come una fonte di sostanze ad attività ormonale e citochine infiammatorie, capaci di interferire con il fisiologico funzionamento di molteplici organi e apparati.

Sebbene sia ampiamente accettato che l'eccesso di adipe corporeo influenzi negativamente la salute, la durata e la qualità della vita, la maggior parte dei proprietari tende tuttavia a sottovalutare il problema, senza riconoscere questa condizione come una malattia vera e propria. I veterinari, inoltre, hanno spesso difficoltà nell'instaurare una interazione e una comunicazione efficace con i proprietari quando si tratta

**Giorgia Meineri,
Vittorio Saettone,
Alessia Candellone**
Dipartimento di Scienze
Veterinarie, Università di Torino

di problemi di malnutrizione. Per un clinico, infatti, comunicare a un proprietario in sovrappeso che anche il proprio felino è obeso, è compito arduo e delicato.

Diversi fattori di rischio sono stati proposti negli animali domestici come origine dell'eccessiva adiposità che caratterizza la malattia, compresa la genetica, la sterilizzazione, lo scarso livello di attività fisica, il consumo di diete ad alto contenuto di grassi e carboidrati, e le alterazioni a carico del microbiota intestinale. Nonostante numerosi studi abbiano già indagato le possibili cause di una eccessiva adiposità e le comorbidità che ne derivano (per esempio diabete di tipo 2, patologie cardiovascolari, ortopediche, urinarie, ecc.) l'eziopatogenesi deve essere ancora essere completamente chiarita. Per questi motivi un approccio multimodale e proattivo all'animale e al proprietario obeso è fondamentale per garantire una perdita di peso di successo: la corretta cultura e l'informazione alimentare fanno parte di tale gestione innovativa.

Nel presente articolo verranno pertanto analizzate le principali strategie comunicative relative al problema dell'obesità umana e veterinaria, e verranno proposte alcune soluzioni "one health".

COMUNICARE L'OBESITÀ UMANA

Si stima che un terzo della popolazione nordamericana sia obesa (Ogden *et al.*, 2014) e nel 2013 l'*American Medical Association* ha votato per classificare l'obesità come una malattia. Alla luce di ciò, è interessante notare come le uniche opzioni di trattamento attualmente coperte dai piani assicurativi statunitensi siano rappresentate dai farmaci dimagranti e dagli interventi di chirurgia bariatrica, sebbene queste rappresentino le soluzioni terapeutiche più dispendiose e non siano esenti da effetti collaterali. Recenti studi hanno evidenziato che oltre

L'obesità è stata definita come "un accumulo eccessivo di energia, sotto forma di tessuto adiposo, sufficiente a determinare uno stato di malattia".

ALIMENTAZIONE



Foto 1. Uomini e animali da compagnia condividono lo stesso ambiente, gli stessi stili di vita e i medesimi fattori di rischio per sovrappeso e obesità.

il 64% degli adulti esprime il desiderio di perdere peso (73,2% delle donne e il 55,1% degli uomini) (Yaemsiri *et al.*, 2011); tuttavia, nonostante questi obiettivi e gli ingenti costi sostenuti per piani dietetici, le statistiche continuano a mostrare un incremento di incidenza e prevalenza dell'obesità.

I medici sono pertanto chiamati a discutere con i propri pazienti il crescente problema del sovrappeso, ma affrontare tale argomento rappresenta spesso un motivo di disagio, sia per il curante che per il paziente; quindi le attuali strategie per il controllo dell'obesità non stanno avendo l'effetto sperato. Per questi motivi, in corso di consulenza clinica, risulterebbe necessario sviluppare un approccio nuovo per discutere il problema dell'obesità. Invece che sulla misura "ossessiva" dell'IMC (Indice di Massa Corporea), sulla prescrizione di farmaci e sulla chirurgia, l'attenzione dovrebbe essere posta sulla salute totale.

Questo significa parlare con il paziente e trasmettere una nuova cultura alimentare e

un rinnovato stile di vita, dal momento che i dati testimoniano come, con la compliance nutrizionale, il 95% dei soggetti perderà il peso in eccesso in 3-5 anni.

COMUNICARE L'OBESITÀ VETERINARIA

La gestione del peso e la valutazione nutrizionale dovrebbero rappresentare parte integrante della visita clinica di ciascun animale domestico. È infatti noto come l'obesità influisca sulla salute, sul benessere e sulla speranza di vita di cani e gatti; tuttavia, i veterinari continuano a essere riluttanti a parlare di obesità e a informare i proprietari a riguardo (Morrissey e Voiland, 2007). Inoltre, motivare i clienti ad aderire ai programmi di riduzione del peso per gli animali domestici obesi è spesso difficile. Molti professionisti sono infatti insicuri nel comunicare a un proprietario di pet che il proprio animale è obeso. Temono infatti che questa affermazione offenda, sconvolga

o indisponga il cliente, inducendolo a rivolgersi a un altro professionista. Questo possibile scenario è motivo di ansia e di scarsa motivazione nell'affrontare il problema. L'obesità, tuttavia, è una patologia importante per gli animali domestici ed è un dovere professionale affrontarla come qualsiasi altra malattia che ha gravi ripercussioni sulla salute animale.

Di seguito vengono elencati gli elementi costitutivi di un programma di perdita di peso efficace: (1) diagnosi, (2) cura centrata sull'animale e sul proprietario, (3) team-approach e (4) adeguato follow-up con eventuali modifiche del piano. Il riconoscimento dell'obesità da parte del team sanitario è di importanza vitale per iniziare la discussione. Ciò viene effettuato attraverso la valutazione periodica del peso e l'assegnazione di un punteggio di condizione corporea (BCS). Inoltre, le informazioni sulla dieta (tipo, quantità e frequenza di alimentazione), sugli snack e sull'esercizio fisico devono essere accertate. Considerato inoltre il forte legame emotivo esistente tra animale e uomo (circa il 70% dei proprietari di pet vede il proprio animale domestico come un familiare), la corretta comunicazione relativa all'obesità dovrebbe essere intrapresa come una "fase di cambiamento". Il concetto di "fasi di cambiamento" può anche essere usato per valutare l'attitudine di una persona a cambiare direzione. In questo modello si identificano cinque stadi di cambiamento, ciascuna caratterizzata da atteggiamenti caratteristici (Apodaca e Longabaugh, 2009). Il primo stadio è la cosiddetta "precontemplazione", durante la quale la persona non ha intenzione di agire o cambiare nell'immediato futuro. Questi clienti vengono spesso definiti come resistenti, immotivati, inconsapevoli, difficili e non disposti a cambiare. Il secondo stadio è la "contemplazione", durante la quale la persona è consapevole dei pro e contro del cambiare una particolare abitudine o stile di vita e intende farlo presto. Tuttavia, si sente momentaneamente frenato. Fornire ulteriori informazioni sui rischi per la salute legati all'obesità in modo non conflittuale potrebbe aiutare a "sbloccare" la situazione. La terza fase è la "preparazione (processo decisionale)", che interviene quando la persona intende agire il prima possibile. Si tratta, solitamente, dei proprietari che hanno riconosciuto il problema e sono alla ricerca di una guida medica professionale, oltre che della assicurazione che stanno facendo la scelta giusta. Il quarto stadio è l'"azione", durante il quale la persona ha intrapreso un'azione abbastanza significativa per ridurre i rischi correlati alla malattia. Questi clienti dovrebbero essere aiutati a sviluppare un piano di dimagrimento attivo e dinamico con successivi incoraggiamenti; dovrebbe esser ricordato loro che il calo ponderale non si verificherà immediatamente e non in modo lineare, ma che la costanza e la perseveranza rappresenteranno le chiavi del

successo. Il quinto e ultimo stadio è il "mantenimento", durante il quale il proprietario continua ad agire per far raggiungere al proprio animale il peso stabilito e per prevenire le eventuali ricadute. Questi clienti dovrebbero essere incoraggiati a non adagiarsi sui risultati ottenuti, ma a impegnarsi al fine di evitare che il proprio pet riacquisti peso. Il dialogo, quindi, dovrà rappresentare il fulcro del rapporto veterinario-proprietario in tutte le fasi del processo di perdita di peso. Alcuni studiosi suggeriscono il ricorso alla cosiddetta "Comunicazione basata sull'intervista motivazionale" (MICO), un approccio alla comunicazione tra paziente e cliente che si caratterizza come una conversazione terapeutica che utilizza uno stile di comunicazione orientato a favorire i cambiamenti comportamentali e lo stato di salute (Douaihy *et al.*, 2015). L'obiettivo è quello di aumentare la motivazione intrinseca, impegnandosi in un'attività di interesse personale o soddisfazione, piuttosto che affidarsi a fattori esterni. Quando i proprietari diventano motivati a far parte del team di assistenza sanitaria per la salute del proprio animale domestico obeso, può essere ideato un piano di calo ponderale individualizzato. Numerose diete per la riduzione del peso sono attualmente disponibili per gli animali domestici; tuttavia, la sola dieta non è sufficiente per raggiungere l'obiettivo di perdita di peso desiderato. Nella medicina umana, l'esercizio fisico è una componente importante dei programmi di perdita di peso e di mantenimento. L'aumento della spesa energetica attraverso l'esercizio fisico, oltre a modificare il bilancio dell'energia, consente di ottenere un calo ponderale più consistente e migliore nei cani. Inoltre, sono stati individuati benefici anche per la salute del proprietario dell'animale con cui l'attività fisica viene condivisa. Questo esercizio dovrebbe essere definito e quantificabile. Le passeggiate "pianificate" in termini di tempo o di distanza e altri esercizi dovrebbero pertanto essere descritti nel dettaglio.

APPROCCIO "ONE HEALTH"

Nonostante decenni di ricerca sulle cause, i fattori di rischio e gli interventi necessari a prevenire e trattare il problema, l'obesità rimane una seria preoccupazione sanitaria e socio-economica sia per le persone che per gli animali domestici. Negli ultimi 30 anni, la prevalenza dell'obesità sia nelle persone che negli animali è aumentata, nonostante gli sforzi profusi a riguardo (Ogden *et al.*, 2006; Flegal *et al.*, 2015; Larsen and Villaverde, 2016). Gli interventi multi-componente (ad esempio dieta, attività fisica e strategie comportamentali) hanno dimostrato l'ottima efficacia nella promozione della perdita di peso (Jenson *et al.*, 2014). Tuttavia, il mantenimento a lungo termine, indipendentemente

ALIMENTAZIONE

Tabella 1. Aree di intervento e interesse fissate da OHC in ambito veterinario

1	Legame uomo-animale e benefici derivanti da interazione
2	Ricerche cliniche comparative e traslazionali negli animali da affezione per il benessere di uomo e pet
3	Importanza della sorveglianza delle malattie a potenziale zoonotico che potrebbero essere condivise da uomo e animali da compagnia.

(Day, 2016).

da come sia stata raggiunta tale perdita di peso, rimane spesso una delle maggiori sfide per la realizzazione di trattamenti efficaci (German *et al.*, 2012; MacLean *et al.*, 2015). Inoltre, l'elevata prevalenza dell'obesità nelle persone e negli animali conviventi indica chiaramente che un approccio ideale per il dimagrimento della società deve ancora essere identificato. Le difficoltà che emergono tutte le volte che si tenta di affrontare la questione sono legate principalmente alla complessità del problema. In ogni singolo paziente, umano o animale, l'eziologia dell'obesità implica infatti vari gradi di interazione tra genetica, biologia, ambiente e comportamento. Le barriere al successo sono sia di tipo mentale che fisiologico. Si ritiene infatti che le difficoltà nell'aderire, a lungo termine, ai regimi che promuovono la perdita di peso nel cane e nel gatto siano alla base degli alti tassi di recidiva osservati nelle persone, sia che si tratti di interventi dietetici e/o di attività fisica (Perri, 1998; Heymsfield *et al.*, 2007).

COME È PERTANTO STRUTTURABILE UN APPROCCIO "ONE HEALTH" ALL'OBESITÀ?

Il principio alla base di un approccio One health è la collaborazione interdisciplinare per promuovere la salute delle persone, degli animali e dell'ambiente. Per quanto riguarda il ruolo specifico degli animali da compagnia, l'OHC (il comitato unico per la salute umana ed animale della WSAVA) ha proposto tre aree d'interesse (tabella 1), le prime due delle quali sono particolarmente applicabili alla lotta contro l'obesità in persone e animali. Usando la struttura dell'OHC per affrontare questa sfida, è possibile adottare due approcci. In primo luogo, è necessario il potere del legame uomo-animale per promuovere stili di vita

più sani per le persone e i loro conviventi e, in secondo luogo, possiamo utilizzare ricerche cliniche comparative e traslazionali per aiutarci a raggiungere strategie efficaci e risultati migliori nella prevenzione e nel trattamento dell'obesità.

CONCLUSIONI

Nonostante da decenni si cerchino delle soluzioni al problema dell'obesità, essa rappresenta ancora un importante problema di salute sia per gli animali da compagnia che per l'uomo. Esiste indubbiamente un grande potenziale nell'impiegare un approccio One health per il trattamento e la prevenzione di questa condizione. La realizzazione di questa strategia richiederà tuttavia gli sforzi congiunti e coordinati di diversi professionisti poiché la chiave del successo della terapia risiede nella sinergia di competenza tra diverse discipline scientifiche e mediche. Le parti interessate avranno inoltre bisogno dei mezzi e opportunità per comunicare e collaborare, includendo in questi anche le risorse materiali e il finanziamento economico alla ricerca.

La bibliografia è a disposizione presso gli autori

RIASSUNTO

L'obesità è una delle patologie metaboliche più frequenti nella popolazione umana, canina e felina. Diversi fattori di rischio sono stati proposti negli animali domestici come origine dell'eccessiva adiposità che caratterizza la malattia. In questo articolo gli autori passano in rassegna tali fattori con un approccio "One health".

Parole chiave: obesità, one health, uomo, cane, gatto.

SUMMARY

Human and veterinary obesity: a "One health" approach

Obesity is one of the most frequent metabolic pathologies in the human, canine and feline population. Several risk factors have been proposed in domestic animals as the origin of the excessive adiposity that characterizes the disease. In this article the authors review these factors through a "one health" approach.

Keywords: obesity, one health, man, dog, cat.