

Questa rubrica propone Documenti sanitari, linee guida, linee di indirizzo o di intenti di interesse pediatrico commentati a cura dell'Associazione Culturale Pediatri. Potete inviare le vostre osservazioni ai documenti scrivendo a: redazione@quaderniacp.it. Le vostre lettere verranno pubblicate sul primo numero utile.

LE VOSTRE LETTERE...

*Lettera di Costantino Panza, Anna Maria Davoli, Laura Bonvicini, Paolo Giorgi Rossi
Risposta di Rita Tanas*

Caro direttore, abbiamo letto con vivo interesse il commento a cura di Rita Tanas, Maura Carabotta e Francesco Chiarelli sul WHO European Regional Obesity Report 2022 pubblicato sulle Pagine elettroniche di Quaderni acp (n.4 2022).

Quello dell'obesità e degli stili salutari di vita è un complesso problema e come tale può avere solo nella complessità una risposta adeguata. All'intervento sanitario devono essere affiancate azioni legislative, di nudge e di modificazioni nell'ambiente urbano così come indicato nel Report WHO, ed è necessario creare una nuova consapevolezza culturale (che spesso viene aiutata ad affermarsi, appunto, dalla creazione di nuove leggi statali o regionali). Ma anche se le azioni legislative in Italia latitano, questo non deve fermare il pediatra.

Desideriamo spiegare quello che a Reggio Emilia stiamo facendo. Tutti i pediatri di famiglia sono stati formati ad affrontare l'eccesso ponderale e gli stili di vita attraverso il colloquio motivazionale secondo il modello Trans-teorico di Prochaska e DiClemente. Fino al 70% dei genitori sottostimano il peso del figlio e oltre la metà dei genitori non conoscono le patologie associate, in altre parole sono in fase precontemplativa e non hanno interesse ad affrontare un cambiamento del loro comportamento [1]. Il colloquio motivazionale è diretto a quelle famiglie disponibili ad affrontare questo problema, ossia per chi è nello stato di contemplazione, di determinazione e di azione, rispettando la volontà della famiglia; per il pediatra significa destinare con più efficacia le energie e il tempo a disposizione in ambulatorio senza essere intrusivo o direttivo. In più abbiamo aperto, in accordo con l'Azienda sanitaria, ambulatori di secondo livello gestiti da pediatri di famiglia e dietiste del SIAN (servizio igiene alimenti e nutrizione) e realizzato un percorso formativo comune fra secondo e terzo livello. Tutto questo è stato fatto misurando l'efficacia dell'intervento e pubblicando i risultati su riviste internazionali peer review [2,3]. Inoltre, attraverso un finanziamento europeo ricevuto per questo modello di intervento, abbiamo realizzato tramite un processo di co-creation [4] una app per le famiglie che offre: guide anticipatorie dalla nascita fino a 12 anni incentrate sugli stili di vita salutari e la genitorialità positiva, proposte per attività all'aria aperta o attività sportive presenti nella provincia, ricette di facile preparazione e una sezione dedicata esclusivamente a quelle famiglie che hanno deciso di affrontare un percorso motivazionale. Questa App, BeBa - Benessere Bambini, può essere utilizzata liberamente da tutte le famiglie ed è scaricabile gratuitamente sia per iPhone che Android.

Le difficoltà che si incontrano in ambulatorio sono tante, dai genitori non disposti al cambiamento, alla difficoltà di contrattare i

cambiamenti dello stile di vita - complice l'ostilità dell'ambiente, come ben descritto da Rita Tanas e colleghi - e a mantenere la motivazione nel genitore e nel bambino. Ma continuiamo nella formazione permanente e a misurare costantemente l'attività che svolgiamo con le famiglie.

Perché raccontare questa esperienza? Il pediatra deve sapere che qualcosa di concreto e di efficace si può fare, ci sono strumenti che è possibile utilizzare all'interno di un programma con alla base un solido supporto teorico e dopo una specifica formazione. Ogni pediatra e ogni organizzazione sanitaria potrà trovare la modalità di intervento più funzionale in quel particolare contesto, sempre misurando l'efficacia e confrontandosi tra pari. Affrontare l'obesità in ambulatorio in modo corretto è possibile e può essere fonte di soddisfazione, e non di frustrazione, da parte del professionista e della famiglia.

Costantino Panza¹, Anna Maria Davoli¹, Laura Bonvicini², Paolo Giorgi Rossi²

1. Pediatra di famiglia, AUSL-IRCCS Reggio Emilia
2. Servizio di Epidemiologia, AUSL-IRCCS Reggio Emilia

1. Ramos Salas X, et al. Parental Perceptions of Children's Weight Status in 22 Countries: The WHO European Childhood Obesity Surveillance Initiative: COSI 2015/2017. *Obes Facts.* 2021;14(6):658-674
2. Davoli AM et al. Pediatrician-led motivational interviewing to treat overweight children: an RCT. *Pediatrics.* 2013;132(5):e1236-46. doi: 10.1542/peds.2013-1738.
3. Broccoli S et al. Understanding the association between mother's education level and effectiveness of a child obesity prevention intervention: a secondary analysis of an RCT. *Epidemiol Prev.* 2020;44(5-6 Suppl 1):153-162. English. doi: 10.19191/EP20.5-6.S1.P153.085.
4. Giorgi Rossi P et al. Childhood Obesity Prevention Working Group. Describing the Process and Tools Adopted to Co-create a Smartphone App for Obesity Prevention in Childhood: Mixed Method Study. *JMIR Mhealth Uhealth.* 2020;8(6):e16165. doi: 10.2196/16165.

Caro Direttore,

per chi come me cerca di fare Formazione Professionale in Sanità sul trattamento dell'Obesità non può non essere motivo di orgoglio vedere quanto i Pediatri di Reggio Emilia siano riusciti a realizzare nel loro contesto. Essi sono stati tra i primi nel lontano 2008 a chiamarmi per colmare un loro bisogno formativo. Saggiamente fecero tesoro del suggerimento di acquisire migliori competenze con il Colloquio Motivazionale (CM). Dalle prime esperienze nel campo delle dipendenze patologiche, questo approccio si è esteso in modo versa-

tile alle discipline socio-sanitarie, in un ampio ventaglio di applicazioni, ponendo l'attenzione sul sostegno del percorso di cambiamento di stili di vita dannosi per la salute e il benessere. Nonostante che da quasi 40 anni il CM aiuti con successo i professionisti impegnati in diversi campi della salute e del benessere ad accompagnare le persone alle prese con decisioni legate ad un cambiamento, molti professionisti sanitari usano ancora approcci più tradizionali, prescrittivi che risultano stigmatizzanti proprio nei confronti delle famiglie con problemi di peso, ostacolandone così la cura e favorendo l'abbandono terapeutico. Secondo me il CM, come tutte le abilità trasversali, per essere utilizzato deve essere adattato alla patologia e all'età dei curati, e al contesto in cui si usa con pazienza, pratica e tempo, e così può dare ottimi frutti pur senza alcuna pretesa di perfezione. Ritengo che possa e debba essere utilizzato anche in quella fase definita di pre-contemplazione rispetto alla percezione del peso, fase presente, come è noto, in una elevata percentuale di famiglie. Le più difficili da curare con l'approccio tradizionale. Chi se non il pediatra, con la necessaria delicatezza, può fare emergere la consapevolezza di una condizione che minaccia di diventare una malattia cronica complessa? Chi se non il pediatra può gestirla in maniera che tale consapevolezza diventi costruttiva, facilitando cambiamenti salutari? Chi, se non il pediatra, può ricercare, i principali determinanti di una condizione di sovrappeso, ponendo fine al "mantra" sulla esclusiva o prevalente responsabilità individuale dei comportamenti, che è colpevolizzante, e alla conseguente offensiva semplificazione delle cure: <che ci vuole? Mangia meno e muoviti di più>. Considerando il triste primato in Italia dell'Obesità infantile si rende urgente far nascere negli operatori sanitari che si dedicano all'età evolutiva una nuova narrazione per una nuova e più efficace terapia, partendo proprio dall'istituzionalizzazione di una nuova formazione professionale volta a creare consapevolezza dello stigma del peso professionale ed al suo contrasto, e a offrire nuovi strumenti pratici di cura. Per esempio adottando la sua formulazione breve: il costrutto delle 5As da anni proposto in Canada per le Cura Primarie.

Rita Tanas, Pediatra Endocrinologa, Ferrara