

Comprendere e Affrontare lo Stigma legato al Peso nell'Obesità Pediatrica



L'obesità pediatrica è una malattia cronica, recidivante e multifattoriale, influenzata da genetica, biologia, ambiente e determinanti sociali – non semplicemente dalla forza di volontà o dal ruolo dei genitori. Tuttavia, molti bambini affetti da obesità subiscono stigma in ambito sanitario, scolastico, familiare e mediatico.

Lo stigma legato al peso è una questione clinica. Riduce il coinvolgimento nelle cure e peggiora la salute fisica e mentale.

Cos'è lo stigma legato al peso?

Atteggiamenti negativi, stereotipi o comportamenti discriminatori basati sul peso corporeo. In ambito sanitario questo può includere giudizi impliciti o espliciti, comunicazione irrispettosa e cure inadeguate.

Lo stigma legato al peso può emergere già in età prescolare. È influenzato dagli atteggiamenti dei genitori, dalle norme culturali ed è noto peggiorare la salute fisica e psicologica, così come compromettere la gestione clinica.



Presumere scarsa motivazione o mancata aderenza

Incolpare pazienti o genitori

Utilizzare un linguaggio giudicante

Concentrarsi solo sul peso piuttosto che sulla salute

Offrire consultazioni più brevi o meno empatiche

Lo stigma peggiora l'obesità invece di trattarla

Effetti fisici

- Persistenza o peggioramento della condizione di obesità

Effetti comportamentali

- Evitamento dell'attività fisica
- Alimentazione emotiva o abbuffate
- Ridotta aderenza al trattamento
- Evitamento delle cure

Effetti psicologici

- Ansia e depressione
- Bassa autostima
- Insoddisfazione corporea
- Rischio di autolesionismo

Cosa possono fare i professionisti sanitari?

- 1

Usare un linguaggio neutro e centrato sulla persona

Evitare "bambino obeso", "grasso" o termini giudicanti. Usare "bambino con obesità", "peso" o "BMI".



- 2

Erogare cure centrate sul paziente

Usare il colloquio motivazionale e definire obiettivi condivisi. Concentrarsi sul comportamento, su salute/ benessere. Evitare messaggi basati sul senso di colpa



- 3

Creare un ambiente privo di stigma

Garantire aree private per pesarsi in visita, attrezzature di dimensioni adeguate, materiali educativi rispettosi e tempo di consultazione sufficiente.



- 4

Informare su base scientifica

Evitare consigli semplicistici come "mangia meno, muoviti di più". Discutere il ruolo della genetica, della regolazione dell'appetito, dell'ambiente e dei determinanti sociali.



- 5

Supportare le famiglie

Consigliare i genitori di evitare critiche sul peso o forma fisica, concentrarsi su routine sane, usare un linguaggio neutro e promuovere il dialogo.



- 6

Supportare i giovani

Promuovere il supporto sociale, la fiducia in sé stessi, l'autostima e la capacità di affrontare situazioni stressanti.



L'obesità è una malattia cronica che richiede cure

Lo stigma legato al peso è comune, dannoso e riduce l'efficacia del trattamento

Una comunicazione empatica migliora i risultati