

Le sfide globali della malnutrizione

22 Maggio 2022 SALUTE INTERNAZIONALE

Francesco Branca

La guerra in Ucraina avrà un effetto sul prezzo degli alimenti, dell'energia e dei fertilizzanti e determinerà un aggravamento delle crisi alimentari, oltre a mettere a rischio i prossimi raccolti. Stimiamo che oltre 13 milioni di bambini possano andare incontro a malnutrizione acuta, un numero anche superiore a quello causato dalla pandemia di Covid-19.

La sana alimentazione è da sempre stata considerata uno dei pilastri della salute. Al consumo di diete poco sane sono attribuite circa 8 milioni di morti ogni anno, per via delle malattie cardiovascolari, dei tumori e del diabete che ne sono la conseguenza. Altri 5 milioni di morti sono causate dall'obesità e 3 milioni dalla malnutrizione materna e infantile (1). **Complessivamente, si può dire che le diverse forme di malnutrizione sono il più significativo fattore di rischio per la salute**, soprattutto per le malattie croniche non trasmissibili, ma anche per le malattie infettive. Gli individui affetti da obesità, ad esempio, hanno quattro volte il rischio di sviluppare complicanze di Covid-19 e una volta e mezzo il rischio di morire rispetto agli individui normopeso (2). Quando si parla di malnutrizione si devono quindi considerare diverse forme di deviazione da uno stato di nutrizione ottimale, definito da misure fisiche quali il peso e l'altezza, da misure biochimiche o funzionali del contenuto corporeo di vitamina e minerali e da misure di adeguatezza dei consumi alimentari.

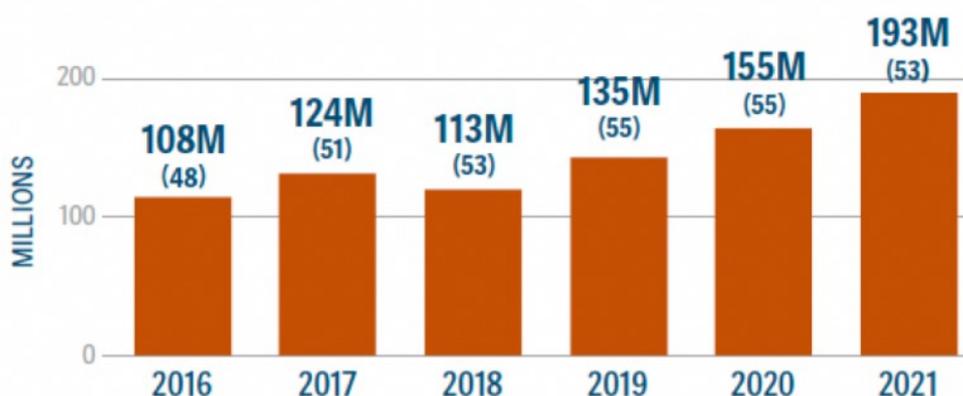
L'obiettivo numero 2 per lo Sviluppo Sostenibile, denominato “Zero hunger”, ha in realtà, oltre all'ambizione di mettere fine alla fame nel mondo entro il 2030, quello di mettere fine a tutte le forme di malnutrizione. Nel 2012 l'Assemblea Mondiale della Salute ha stabilito sei obiettivi per ridurre la malnutrizione entro il 2025 : nei bambini al di sotto di 5 anni, ridurre del 40% il ritardo di crescita, portare la malnutrizione acuta al di sotto del 5% in tutti i Paesi, arrestare l'aumento della prevalenza di obesità; nelle donne in età fertile, ridurre del 50% l'anemia; ridurre del 30% la prevalenza del basso peso alla nascita e offrire a tutti i bambini al di sotto dei 6 mesi l'allattamento al seno esclusivo. **Dopo un periodo di miglioramento, l'insicurezza alimentare ha ripreso a crescere nel 2019. Ad oggi si stima che una persona su 10 ne sia colpita, ma ben una su cinque in Africa (3).**

Nel 2020 i bambini affetti da ritardo di crescita erano 149 milioni, metà dei quali in Asia, contro i 174 milioni del 2012. La malnutrizione acuta colpiva 45 milioni di bambini (70% in Asia), 14 milioni in forma grave, con 43 Paesi che non mostravano alcun progresso o piuttosto un peggioramento. L'obesità nei bambini al di sotto dei 5 anni evolve solitamente nell'obesità degli adolescenti e degli adulti, quando le conseguenze sulla salute si manifestano. Stimiamo che 39 milioni di bambini erano sovrappeso od obesi in questa età precoce, un numero superiore di 6 milioni a quello del 2000. Potrà sorprendere che la metà di questi bambini sono in Asia e un quarto in Africa. Una donna su tre è anemica – per un totale di 571 milioni, con scarso progresso dal 2012. In questo caso la prevalenza più elevata è in Africa. Infine, 44% dei bambini al di sotto di sei mesi è allattato al seno (senza ricevere altri liquidi o cibi), contro il 37% del 2012. **Vi sono stati dunque dei miglioramenti, che saranno però in parte perduti per le conseguenze della pandemia di Covid-19**, per effetto della quale tra i 5 e i 7 milioni di bambini andranno incontro a ritardo di crescita e tra 570 000 and 2.8 milioni da malnutrizione acuta. La pandemia ha infatti colpito i redditi familiari, peggiorato la sicurezza alimentare e interrotto i servizi sanitari (4). **Queste diverse**

forme di malnutrizione sono ormai largamente sovrapposte nelle varie regioni del mondo e possono coesistere nella stessa comunità e perfino nello stesso individuo. Ad esempio, i bambini nati con basso peso alla nascita e i bambini soggetti a ritardo di crescita hanno un rischio maggiore di sviluppare obesità.

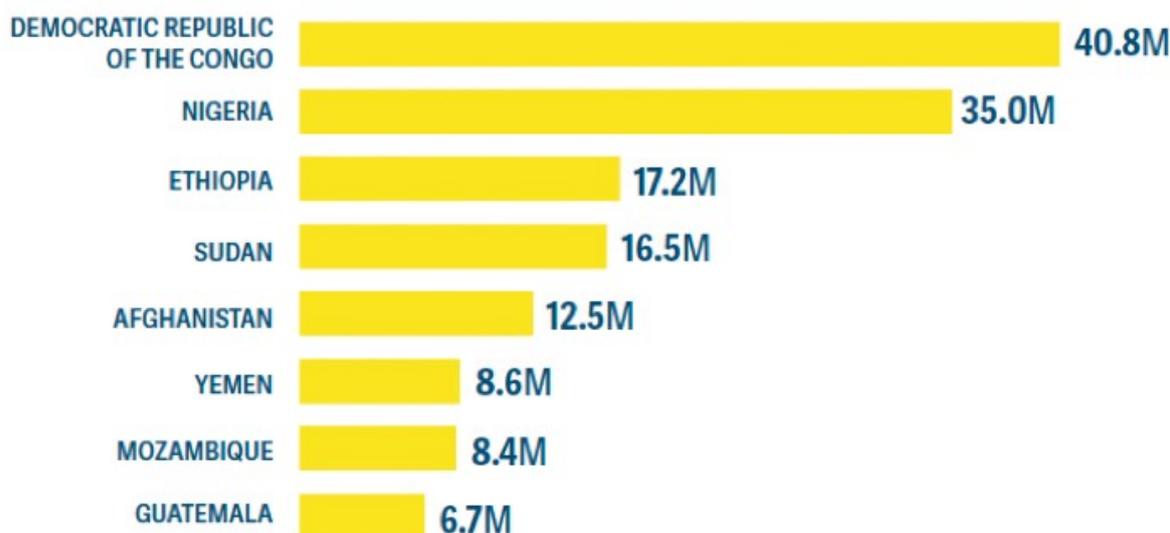
La sicurezza alimentare e la malnutrizione sono generate da una serie di fattori, i più importanti dei quali sono i conflitti, il cambiamento climatico e le crisi economiche. Secondo l'ultimo rapporto sulle crisi alimentari, le aree del mondo colpite più gravemente nel 2021 erano Repubblica Democratica del Congo, Nigeria, Etiopia, Sudan, Afghanistan, Yemen, Mozambico e Guatemala, per un totale di 193 milioni di persone (5). Gli effetti sulla malnutrizione sono catastrofici. In Yemen ci sono 2 milioni di bambini malnutriti, nella Nigeria del Nord Est 1.7 milioni, nel Sudan del Sud 1.3 milioni, nel Mali 1.2 milioni.

Figura 1. Popolazione mondiale (in milioni) colpita da gravi crisi alimentari*



- Tra parentesi il numero dei paesi colpiti dalle crisi alimentari. La diminuzione del numero dei paesi dal 2020 al 2021 è dovuto alla limitata disponibilità di dati nel 2021.

Figura 2. I principali paesi colpiti da gravi crisi alimentari



Source: FSIN using IPC and CH data.

La guerra in Ucraina avrà un effetto sul prezzo degli alimenti, dell'energia e dei fertilizzanti e determinerà un aggravamento delle crisi alimentari, oltre a mettere a rischio i prossimi raccolti. Stimiamo che oltre 13 milioni di bambini possano andare incontro a malnutrizione acuta, un numero anche superiore a quello causato dalla pandemia di Covid-19.

La distanza tra le risorse economiche delle famiglie e l'accesso a una sana alimentazione è una delle ragioni del consumo inadeguato di diete sane. Secondo il rapporto "*State of Food Security and Nutrition*" oltre 3 miliardi di persone non possono permettersi una dieta sana (6). Del resto, gli investimenti sulla sicurezza alimentare si sono concentrati sul coprire i fabbisogni di energia, particolarmente sui cereali. Per migliorare l'impatto sulla salute della dieta dovremmo consumare più cereali integrali, legumi, frutta e verdura, meno zuccheri semplici, meno sale e meno alimenti animali, in particolare le carni rosse e gli insaccati. **Tuttavia, i sistemi alimentari si sono evoluti verso un aumento dell'offerta di alimenti e di bevande ottenuti con processi industriali** e che di solito contengono più grassi, zuccheri semplici e sale degli equivalenti preparati in casa.

I sistemi alimentari hanno un effetto anche sulle risorse del pianeta e sono responsabili di almeno un quarto delle emissioni di gas serra, due terzi dell'acqua dolce e oltre un terzo delle terre emerse (7). Senza una modifica degli stili di consumo e l'adozione di diete sane, una riduzione degli sprechi alimentari di almeno il 50% e un'intensificazione sostenibile delle tecniche produttive, con un uso più razionale dell'acqua e dei fertilizzanti, non sarà possibile coprire i bisogni alimentari di una popolazione mondiale che nel 2050 sarà di dieci miliardi. **Esistono naturalmente grandi differenze tra diverse aree geografiche.** Nei Paesi più ricchi i consumi di carni rosse sono molte volte superiori a quanto accettabile dal punto di vista nutrizionale, mentre nei Paesi più poveri questi consumi sono inferiori. Esistono inoltre grandi diseguaglianze all'interno delle comunità, con le fasce più svantaggiate colpite in modo più intenso da tutte le forme di malnutrizione.

Come rispondere dunque a queste sfide complesse? Nel settembre del 2022 lo UN Food System Summit ha richiamato l'attenzione dei decisori politici sulla necessità di una trasformazione radicale dei sistemi alimentari per garantire a tutta la popolazione mondiale la sicurezza alimentare e una dieta sana e al tempo stesso ridurre l'impatto sull'ambiente.

Sono necessarie azioni sia sul versante della produzione e dell'offerta che del consumo e della domanda, ossia politiche e investimenti, largamente sotto la responsabilità di attori pubblici. Sul versante della produzione, ad esempio, sarebbe necessario un riorientamento dei sussidi all'agricoltura. Ogni anno 540 miliardi di dollari sono investiti in sussidi all'agricoltura. Questi sussidi sono inefficienti e promuovono produzione dannose per la salute umana e l'ambiente (8). Sarebbe inoltre necessario allineare gli incentivi alla produzione, la ricerca, le infrastrutture di distribuzione, i sistemi di mercato agli obiettivi di consumo. L'orticoltura avrebbe ad esempio bisogno di maggiore attenzione, almeno pari a quella che ricevono le produzioni animali o di olii vegetali.

Dal punto di vista dei consumi, sarebbe necessario istituire politiche pubbliche che incoraggino l'adozione di diete sane. Diversi Paesi hanno messo in pratica queste misure, consentendoci di effettuare analisi del rapporto costo-efficacia. Misure efficaci sono: la tassazione di alimenti voluttuari, quali ad esempio le bevande zuccherate, accompagnata da misure che riducono il prezzo di frutta e verdura; il controllo della promozione di alimenti e bevande con elevato contenuto di zuccheri semplici, grassi e sale; l'apposizione di messaggi di facile comprensione sulle confezioni degli alimenti che segnalano al consumatore contenuti eccessivi di energia, grassi, zuccheri e sale; l'offerta di diete sane da produzioni sostenibili nelle mense pubbliche, in particolare le scuole. Sebbene in aumento, la copertura di queste politiche è ancora bassa, e raggiunge circa un terzo dei Paesi del mondo.

Vi è tuttora una forte opposizione da parte di molti produttori verso l'adozione di queste politiche, per cui logiche di profitto dovrebbero prevalere sugli obiettivi di sanità pubblica, tanto che si parla di “**determinanti commerciali della salute**”. In realtà, la minacciata riduzione di posti di lavoro nel settore delle bevande zuccherate non c'è stata nei Paesi che hanno istituito le politiche di tassazione. **L'interferenza nella formulazione delle politiche pubbliche da parte di soggetti privati interessati ha ad esempio una lunga storia** nel caso dei sostituti del latte materno. Dopo l'approvazione, nel 1982, del Code of Marketing Breastmilk Substitutes, nel 2020 solo 25 Paesi avevano misure sostanzialmente allineate al Codice; 42 erano moderatamente allineati; 69 avevano qualche elemento e 58 nessun elemento con valore legale e anche l'applicazione delle norme si scontra con continue violazioni (9).

La risposta alle sfide globali sulla nutrizione richiede azioni in molti settori, ma in primo luogo nel settore della salute, con l'inclusione di servizi nutrizionali essenziali nella sanità di base. Ad esempio, non più di un terzo dei bambini malnutriti riceve un trattamento che potrebbe salvare loro la vita e la diagnosi e la cura dell'obesità sono offerti gratuitamente in pochissimi Paesi. Anche quando i servizi sono disponibili, come ad esempio l'assistenza prenatale, la componente nutrizionale – in questo caso la supplementazione con ferro e acido folico – non viene offerta a tutte le donne. Nel 2015 l'Assemblea delle Nazioni Unite ha dichiarato un Decennio di azione sulla nutrizione, con l'obiettivo di promuovere le raccomandazioni della seconda Conferenza Internazionale sulla Nutrizione del 2012. Queste raccomandazioni vedono coinvolti, oltre ai sistemi alimentari e al settore della salute, anche quello della protezione sociale, dell'informazione e dell'educazione e naturalmente il settore del commercio. Occorre quindi una visione ampia e ambiziosa delle politiche alimentari e nutrizionali in cui la sanità pubblica giochi un ruolo centrale e non subordinato ad altri obiettivi apparentemente più rilevanti per lo sviluppo globale.

Francesco Branca, Direttore del Dipartimento di Nutrizione e Sicurezza degli Alimenti, OMS, Ginevra

Bibliografia

1. Institute of Health Metrics and Evaluation. GBD compare (<https://www.healthdata.org/data-visualization/gbd-compare>, consultato il 10 Aprile 2022)
2. Izcovich A, Ragusa MA, Tortosa F, Lavena Marzio MA, Agnoletti C, Bengolea A, et al. (2020) Prognostic factors for severity and mortality in patients infected with COVID-19: A systematic review. PLoS ONE 15(11): e0241955.
3. FAO, IFAD, UNICEF, WFP and WHO. 2021. *The State of Food Security and Nutrition in the World 2021. Transforming food systems for food security, improved nutrition and affordable healthy diets for all*. Rome, FAO. <https://doi.org/10.4060/cb4474en>
4. WHO Executive Board 150th Document EB 150/23. Maternal, Infant and young child nutrition.
5. 2022 Global Report on Food security crises (https://docs.wfp.org/api/documents/WFP-0000138913/download/?_ga=2.100990084.429986103.1652257069-59326666.1652257069)
6. FAO, IFAD, UNICEF, WFP and WHO. 2021. *The State of Food Security and Nutrition in the World 2021. Transforming food systems for food security, improved nutrition and affordable healthy diets for all*. Rome, FAO. <https://doi.org/10.4060/cb4474en>
7. World Resource Institute. Creating a sustainable food future. July 2019.
8. FAO, UNDP and UNEP. 2021. A multi-billion-dollar opportunity – Repurposing agricultural support to transform food systems. Rome, FAO.

9. Marketing of breast-milk substitutes: national implementation of the international code, status report 2020. Geneva: World Health Organization; 2020.