

COMUNICATO STAMPA del 2 marzo 2026

OBESITA' INFANTILE, SI PUO' "RIPROGRAMMARE" IL METABOLISMO: UN INTERVENTO PRECOCE RIMETTE IN CARREGGIATA IL CERVELLO DEI BAMBINI

In vista della Giornata Mondiale dell'Obesità del 4 marzo, i risultati di RESILIENT, un progetto di ricerca coordinato dall'Ospedale Pediatrico Bambino Gesù e finanziato dal PNRR

Contro **sovrappeso e obesità** non solo dieta e movimento, ma **azioni mirate** su cervello, abitudini e funzioni cognitive per **riportare in equilibrio i meccanismi che regolano fame, sazietà e consumo energetico**. È la nuova strategia indicata dal **progetto RESILIENT** dell'Ospedale Pediatrico Bambino Gesù. Intervenire tra i 6 e gli 11 anni – nella fase di massima plasticità cerebrale – consente di “rimettere in carreggiata” le vie neurali del metabolismo e correggere la disfunzione metabolica in modo duraturo, in alcuni casi potenzialmente definitivo. Uno studio su **120 bambini** dimostra che un **percorso multidisciplinare di 5 mesi** migliora peso, metabolismo, sonno e capacità cognitive, aprendo nuove prospettive nella lotta a una condizione che in Italia riguarda quasi un bambino su tre.

Il progetto di ricerca RESILIENT coordinato dall'Ospedale Pediatrico Bambino Gesù è stato finanziato dall'Unione Europea con fondi PNRR (PNRR-MAD-2022-12376459) e realizzato in collaborazione con il Consiglio Nazionale delle Ricerche di Pisa e con l'Ospedale San Giovanni di Dio e Ruggi d'Aragona di Salerno. Lo studio ha coinvolto un team multidisciplinare composto da endocrinologi, nutrizionisti, psicologi, neuropsicologi, chinesologi, infermieri, biologi e biostatistici.

OBESITA': UN PROBLEMA CHE RIGUARDA UN BAMBINO SU TRE

In Italia l'eccesso di peso in età pediatrica continua a rappresentare una delle principali emergenze di salute pubblica. Secondo i dati più recenti del sistema di sorveglianza OKkio alla Salute dell'Istituto Superiore di Sanità, **il 29,7% dei bambini presenta un eccesso ponderale**: il 19% è in sovrappeso, il **10,7% obeso** e il **2,1% con obesità grave**. Percentuali che, pur in lieve diminuzione negli ultimi anni, restano tra le più alte in Europa.

All'Ospedale Pediatrico Bambino Gesù, in particolare, si registrano ogni anno circa **1.700 accessi ambulatoriali** e **1.000 day hospital** dedicati a bambini e adolescenti con eccesso di peso e obesità, inclusi circa **200 casi di forme secondarie o genetiche**. All'interno dell'Unità di Endocrinologia e Diabetologia guidata dal prof. Stefano Cianfarani, è attivo un apposito **servizio di Educazione Alimentare** (referente dott. Danilo Fintini) dedicato alla gestione clinica dei pazienti con problemi ponderali e al coinvolgimento delle famiglie nel percorso di cura.

IL PROGETTO RESILIENT: UNA NUOVA STRATEGIA CONTRO L'OBESITA'

Tutti i bambini inclusi nello studio coordinato dalla dott.ssa **Melania Manco** dell'unità di ricerca di Medicina predittiva e preventiva e dalla dott.ssa **Deny Menghini** responsabile di Psicologia del Bambino Gesù, presentavano **sovrappeso o obesità**, condizioni che in età pediatrica non riguardano solo il peso corporeo ma si associano frequentemente a **disturbi del sonno**, difficoltà nella **regolazione emotiva** e comportamentale, riduzione della qualità di vita e **fragilità cognitive**, come alterazioni della memoria e

dell'autoregolazione. Già in età precoce, inoltre, possono emergere alterazioni della composizione e della forza muscolare, con il rischio di **obesità sarcopenica**, caratterizzata dalla coesistenza di eccesso di massa grassa e riduzione della massa o funzionalità muscolare.

«L'obesità infantile è una condizione multidimensionale che coinvolge metabolismo, emozioni e funzioni cognitive. I nostri dati mostrano che potenziare memoria e autoregolazione aiuta i bambini a mantenere le nuove abitudini e migliora il loro funzionamento quotidiano» sottolinea la dott.ssa **Deny Menghini**.

Il progetto ha coinvolto bambini di età compresa tra i **6 e gli 11 anni** (con una prevalenza femminile del 58%) perché in questa fase della vita il **cervello** – organo che controlla appetito, sazietà, spesa energetica e numerosi processi chiave del metabolismo intermedio – è ancora **estremamente plastico**. Questo significa che, attraverso un **intervento mirato** sugli stili di vita e sulle funzioni cognitive, è possibile reindirizzare le vie neurali che regolano il metabolismo, correggendo in modo duraturo la condizione dismetabolica.

«Intervenire tra i 6 e gli 11 anni significa agire in una fase di grande plasticità cerebrale, quando è ancora possibile ripristinare i meccanismi centrali che regolano appetito e spesa energetica. Non basta prescrivere una dieta: serve un intervento multidisciplinare, precoce e radicato nella famiglia; occorre agire in una finestra temporale in cui la biologia consente di ripristinare il fisiologico controllo del metabolismo», afferma la dott.ssa **Melania Manco**.

L'approccio terapeutico del progetto RESILIENT, della durata complessiva di **5 mesi**, ha integrato **educazione alimentare, attività fisica strutturata**, promozione di corretti stili di vita e **coinvolgimento attivo dei genitori**. Nelle **prime 8 settimane** i bambini hanno partecipato a **due o tre incontri settimanali** online con nutrizionista, psicologo e chinesologo (professionista dell'attività fisica), seguiti da una fase di consolidamento meno intensiva.

Un gruppo di bambini ha partecipato anche a un **training cognitivo computerizzato**, con esercizi adattivi per potenziare attenzione e memoria. Proprio questo elemento ha mostrato un beneficio aggiuntivo, in particolare sul sonno e sulle capacità di autoregolazione.

Il **risultato** di questo percorso, per l'intera popolazione pediatrica inclusa nel progetto, è stato un **miglioramento generalizzato di tutte le variabili** considerate nello studio: composizione corporea, peso, forza muscolare, metabolismo, controllo della fame, qualità del sonno, aspetti comportamentali e abilità cognitive.

NUOVE PROSPETTIVE PER LA PRATICA CLINICA

Le ricadute cliniche del progetto sono immediate: i risultati dello studio RESILIENT dimostrano l'efficacia di percorsi pediatrici completi e personalizzati che integrano nutrizione, movimento, mente e partecipazione attiva della famiglia per incidere in modo duraturo su una condizione complessa come l'obesità. L'utilizzo di strumenti digitali e sessioni da remoto, inoltre, rende il modello più accessibile e potenzialmente replicabile su larga scala.

**Il progetto RESILIENT è finanziato dal Ministero della Salute italiano, Bando PNRR (PNRR-MAD-2022-12376459 finanziato dall'Unione Europea - Next Generation EU - NRRP M6C2 - Investimento 2.1 Potenziamento e rafforzamento della ricerca biomedica nel SSN)*