



STUDIO DIETISTICO  
DR.SSA FRANCESCA PAVAN

## ***THRIFTY E LA TEORIA DEL GENE RISPARMIATORE***



E' noto che l'obesità è un fattore che si tramanda nelle famiglie di generazione in generazione. Statisticamente l'80% dei figli di genitori ambedue obesi è obeso. Se uno solo dei due genitori è obeso 2 figli su 5 saranno obesi, mentre da genitori non obesi la probabilità di ereditare il problema è del 10%. Questi dati portano a concludere che la genetica sia una delle chiavi di volta per comprendere le cause dell'obesità.

E' il caso di chiedersi: l'eredità in questi casi ha fatto un brutto scherzo??



I geni che predispongono all'obesità sono molto diffusi nelle diverse popolazioni, ma si esprimono solo se favoriti dalle condizioni energetiche date da stile di vita e alimentazione.

Nei Paesi soggetti a denutrizione cronica, è privilegiato chi ha qualche chilo in più. La selezione naturale ha giocato un ruolo fondamentale nel favorire la diffusione tra le popolazioni dei geni che predispongono all'obesità.

Nella storia delle popolazioni infatti si sono alternati periodi di abbondanza alimentare a periodi di carestia: si sono così selezionati, sopravvivendo alle carestie, quei soggetti che nei periodi di

abbondanza potevano accumulare riserve energetiche sotto forma di grassi.

D'altro canto è da pensare che nelle popolazioni primitive la donna dalle curve abbondanti aveva un grande valore perchè aveva le risorse fisiche per portare avanti un maggior numero di gravidanze e dunque la sopravvivenza della specie anche nei periodi di scarsità di cibo.

Il responsabile del perpetuarsi della specie anche nei periodi di carestia è il Gene Thrifty, aumentando nel tempo la sua frequenza nelle popolazioni.

Purtroppo nei Paesi occidentali, nelle attuali condizioni di abbondanza di cibo e di stile di vita sedentario, la sua presenza nel nostro DNA si deve considerare un fattore di rischio per la nostra salute.

