



STRESS CRONICO E OBESITÀ

In condizioni di stress cronico, l'asse ipotalamo-ipofisi-surrene viene stimolato in modo prolungato e oltre il limite: i livelli degli ormoni corticosteroidi si innalzano e parallelamente il surrene risponde con un'ipertrofia. In più, nei soggetti che hanno un aumento dei depositi adiposi vi è un incremento della conversione da cortisone a cortisolo (che è la forma attiva dell'ormone). Nell'insieme si realizza così un incremento degli ormoni che contrastano l'effetto dell'insulina e contemporaneamente si innalzano i livelli del glucagone (Figura 1).

In conseguenza di queste alterazioni ormonali, la glicemia aumenta per un incremento della sintesi di glucosio a livello epatico ed anche per un blocco della captazione a livello del muscolo scheletrico; contemporaneamente si ha anche un accumulo di glicogeno (l'unica riserva di carboidrati a nostra disposizione). Altro effetto rilevante è l'espansione dei depositi del grasso viscerale. È noto che la risposta "antropometrica" allo stress è molto varia: vi sono persone che reagiscono a questa condizione imboccando la via dell'anoressia, del rifiuto del cibo e il risultato finale è una consistente perdita di peso che può arrivare fino all'emaciazione. È certamente più frequente la risposta "ipermetabolica" con aumento della frequenza del volume e anche della frequenza dei pasti che può sfociare in veri e propri disturbi del comportamento alimentare.

In modelli sperimentali di stress cronico è stato dimostrato che l'ansietà, la perdita d'interesse, i disturbi del sonno e anche il decadimento cognitivo sono correlati con i livelli di corticosteroidi ed

anche con l'incremento della glicemia. Anche ormoni regolatori dell'appetito, come la leptina e la grelina, sono alterati dopo un periodo di stress cronico prolungato.

Così stress, obesità e depressione sono legati fra loro da un filo ormonale che dobbiamo imparare a sciogliere.



FONDAZIONE SICOB

per la diffusione ed il progresso della chirurgia bariatrica e metabolica

Via Cuma n.2, 00183 – Roma

Dai il tuo 5x1.000 a

Fondazione SICOB-ETS

via Risorgimento 4 - Cermenate (Como)

Codice Fiscale: 97947390585

Diventa socio e partecipa all'attività della Fondazione SICOB-ETS

Conto Corrente Alliance

IBAN IT58 I 03589016000 1057 0943 196

Iscriviti adesso https://www.fondazionesicob.it/paga_quota.html

