

1 Cos'è lo stigma sul peso

Nonostante l'obesità sia riconosciuta come una malattia cronica, complessa, multifattoriale e recidivante, viene ancora frequentemente ridotta a una questione di pigrizia e/o scarsa forza di volontà.

Lo stigma sul peso si riferisce alla **valutazione sociale** della persona a causa del suo peso.



2 Definizioni



• **Bias sul peso** (weight bias): atteggiamenti, credenze o stereotipi negativi nei confronti delle persone con eccesso di peso.



• **Stigma sul peso** (weight stigma): svalutazione sociale a causa del peso



• **Discriminazione basata sul peso** (weight discrimination): comportamenti o trattamenti ingiusti basati sul peso corporeo.



• **Stigma interiorizzato** (internalized weight stigma): interiorizzazione degli stereotipi negativi da parte della persona stessa.

3 Dove si manifesta

Lo stigma legato al peso è diffuso e può emergere in diversi contesti:

- Ambiente lavorativo
- Sistema sanitario
- Attività ricreative e tempo libero
- Scuola
- Società e relazioni interpersonali
- Social media e mezzi di comunicazione



4 Impatto sulle cure

- Evitamento delle visite
- Poca compliance
- Scarsa fiducia nel personale sanitario



5 Attenzione all'età pediatrica

In età evolutiva è fondamentale:

- Coinvolgere la famiglia e il contesto educativo nella prevenzione dello stigma
- Indagare eventuali esperienze di bullismo ed esclusione sociale
- Valutare l'impatto dello stigma sull'autostima e sull'immagine corporea



6 Cosa può fare il clinico

- ✓ Riconoscere e comunicare la natura complessa e multifattoriale dell'obesità
- ✓ Diventare consapevoli dei propri atteggiamenti impliciti
- ✓ Utilizzare un linguaggio rispettoso e centrato sulla persona
- ✓ Creare ambienti clinici inclusivi e non giudicanti

DA EVITARE

7 Comunicazione clinica: esempi pratici

DA PREFERIRE

- | | |
|---------------------------------------|---|
| ! "Deve avere più forza di volontà" → | ✓ "L'obesità è una malattia e non una colpa" |
| ! "È obeso" / "È grasso" → | ✓ "Persona con eccesso di peso" |
| ! "Deve dimagrire" → | ✓ "È d'accordo a lavorare sul suo stile di vita?" |
| ! "Registriamo il peso" → | ✓ "Avrei bisogno di registrare il Suo peso, è d'accordo?" |

MESSAGGIO CHIAVE

Lo stigma legato al peso rappresenta un ostacolo significativo alla qualità della cura. Promuovere rispetto, consapevolezza e un approccio centrato sulla persona è fondamentale.