



**Linea Guida della Società Italiana dell'Obesità (SIO)**  
**La diagnosi e la terapia dell'obesità nella popolazione adulta**  
**Sistema Nazionale Linee Guida dell'Istituto Superiore di Sanità**  
<https://www.iss.it/it/web/guest/-/diagnosi-terapia-obesita-adulti>

L'obesità è attualmente una delle principali emergenze sanitarie, con una prevalenza in costante aumento in tutto il mondo. Oltre alle ovvie conseguenze per la salute individuale, l'obesità e le patologie ad essa correlate rappresentano un costo economico rilevante, difficile da sostenere per tutti i sistemi sanitari. Ciò è particolarmente vero per i sistemi sanitari dei paesi in via di sviluppo, dove si registra attualmente un'elevata diffusione della patologia, che limita l'applicazione delle attuali terapie farmacologiche e chirurgiche. Sulla base delle inconfutabili prove sulla natura complessa e multifattoriale della patologia, i suoi principi diagnostici sono stati recentemente aggiornati.

In questo contesto, l'Istituto Superiore di Sanità (ISS) ha affidato alla SIO il compito di sviluppare linee guida (LG) nazionali con un approccio evidence-based e con l'obiettivo di orientare i professionisti sanitari — medici, infermieri, dietisti, psicologi, fisioterapisti e medici di medicina generale — dalla diagnosi al trattamento, in ambito sia ambulatoriale sia specialistico. Le linee guida sono state elaborate con il contributo di molte società scientifiche che operano nel settore<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> SIO-Società Italiana dell'Obesità (capofila), ACOI - Associazione Chirurghi Ospedalieri Italiani, ADI - Associazione Italiana di Dietetica e Nutrizione, AIDAP - Associazione Italiana Disturbi dell'alimentazione e del Peso, AIP - Associazione Italiana di Psicologia, AMD - Associazione Medici Diabetologi, AME - Associazione Medici Endocrinologi, Amici Obesi, ANIED - Associazione Nazionale Infermieri in Endocrinologia, ANSISA - Associazione Nazionale Specialisti in Scienza dell'alimentazione, ASAND - Associazione Scientifica Alimentazione Nutrizione e Dietetica, CNAI - Consociazione Nazionale Associazioni Infermiere/i, GISEG - Gruppo Italiano Salute e Genere, SICE - Società Italiana Chirurgia Endoscopica e Nuove Tecnologie, SICOB - Società Italiana di Chirurgia dell'obesità e delle Malattie Metaboliche, SICPRE - Società Italiana di Chirurgia Plastica Ricostruttiva ed Estetica, SID - Società Italiana di Diabetologia e delle Malattie del Metabolismo, SIE - Società Italiana Endocrinologia, SIED - Società Italiana Endoscopia Digestiva, SIGE - Società Italiana di

**Segreteria S.I.O.**

Via Emilia, 38 - 90144 Palermo

Tel 091527416

[info@sio-obesita.org](mailto:info@sio-obesita.org) - [www.sio-obesita.org](http://www.sio-obesita.org)



Il gruppo multidisciplinare, formato da più di trenta esperti afferenti a diverse società scientifiche, è stato coordinato dal Prof. Rocco Barazzoni (Università di Trieste) e ha coinvolto nello sviluppo delle LG un rappresentante delle associazioni di persone con obesità, come portavoce attivo <sup>2</sup>.

Lo sviluppo delle linee guida si è svolto mediante la metodologia GRADE (Grading of Recommendations, Assessment, Development and Evaluation), secondo le raccomandazioni del Centro Nazionale della Clinical Governance ed Eccellenza delle Cure dell'ISS, ed è mirato a garantire un elevato grado di oggettività nella valutazione della qualità delle prove scientifiche. Il panel di esperti ha identificato 13 domande cliniche secondo la procedura PICO (Popolazione, Intervento, Comparatore, Outcome) articolate in 4 sottogruppi.

Per quanto riguarda i criteri diagnostici, le LG riconoscono l'insufficienza della misura del body mass index (BMI) come unico strumento per la valutazione della distribuzione del grasso corporeo in soggetti il cui BMI sia compreso tra 25 e 34,9 kg/m<sup>2</sup>, e raccomandano di affiancare altre misure antropometriche (circonferenza della vita e/o del rapporto vita/fianchi, e/o del rapporto circonferenza vita/altezza) come ulteriore misura per una diagnosi più accurata della stadiazione del rischio clinico. Per la valutazione di questa

---

Gastroenterologia ed Endoscopia Digestiva, SIGERIS - Società Italiana Gestione Rischio in Sanità, SIMA - Società Italiana di Medicina Antroposofica, SIMDO - Società Italiana Metabolismo Diabete Obesità, SIMMESN - Società Italiana per lo Studio delle Malattie Metaboliche Ereditarie, SIMG - Società Italiana di Medicina Generale e delle Cure Primarie, SIMI - Società Italiana di Medicina Interna, SINPE - Società Italiana Nutrizione Artificiale e Metabolismo, SINU - Società Italiana di Nutrizione Umana, SINUC - Società Italiana di Nutrizione Clinica e Metabolismo, SIPA - Società Italiana di Psicopatologia dell'Alimentazione, SIPAD - Società Italiana Medico Chirurgo di Patologia Apparato Digerente, SISDCA - Società Italiana per lo Studio dei Disturbi del Comportamento Alimentare, SIT - Società Italiana di Telemedicina, SIUEC - Società Italiana Unitaria Endocrinochirurgia.

<sup>2</sup> La revisione esterna è stata affidata a tre esperti indipendenti — la Prof.ssa Valeria Guglielmi, il Prof. Ferruccio Santini e il Prof. Alexis Elias Malavazos.

**Segreteria S.I.O.**

Via Emilia, 38 - 90144 Palermo

Tel 091527416

[info@sio-obesita.org](mailto:info@sio-obesita.org) - [www.sio-obesita.org](http://www.sio-obesita.org)



ultima non si raccomanda invece l'utilizzo di metodiche strumentali di misura della composizione corporea in sostituzione dei soli indici antropometrici, dal momento che le prove disponibili non ne dimostrano un'efficacia diagnostica superiore.

Le LG sulla terapia medico-nutrizionale hanno raccomandato inoltre l'utilizzo, per persone con BMI uguale o superiore a 25 kg/m<sup>2</sup>, di interventi educativi strutturati (rispetto a consigli educativi non strutturati) e, in particolare, un approccio di tipo cognitivo-comportamentale. Entrambi gli interventi si sono mostrati superiori in termini di perdita di peso, con un miglioramento degli indicatori metabolici e della qualità di vita, rispetto ad altri approcci (o standard of care).

Date le scarse prove di un chiaro vantaggio delle diete chetogeniche, o a basso/bassissimo contenuto di carboidrati, rispetto a una dieta bilanciata (ad es. dieta mediterranea), le LG non ne raccomandano invece l'utilizzo come prima scelta in persone con sovrappeso o obesità. Nessuna raccomandazione definitiva invece viene fatta per quanto riguarda la combinazione dell'esercizio fisico aerobico con quello di resistenza rispetto al solo esercizio fisico aerobico, data l'insufficienza di prove significative.

Le LG relativamente alle terapie farmacologiche (con farmaci approvati da AIFA per il trattamento dell'obesità), chirurgiche ed endoscopiche sono state invece differenziate in base alla classe di BMI:

- nelle persone in sovrappeso con complicanze (BMI 27–29,9 kg/m<sup>2</sup>) viene suggerita, rispetto alla sola terapia medico-nutrizionale, l'integrazione anche di una terapia farmacologica;

**Segreteria S.I.O.**

Via Emilia, 38 - 90144 Palermo

Tel 091527416

[info@sio-obesita.org](mailto:info@sio-obesita.org) - [www.sio-obesita.org](http://www.sio-obesita.org)



- per l'obesità di classe I (BMI 30–34,9 kg/m<sup>2</sup>) viene fortemente raccomandata l'associazione di una terapia farmacologica con quella medico-nutrizionale, da preferire alla terapia chirurgica o endoscopica. Quest'ultima viene proposta solo in caso di presenza di almeno una comorbidità non controllata o in base alle esigenze individuali;
- nell'obesità di classe II (BMI 35–39,9 kg/m<sup>2</sup>), si raccomanda l'integrazione di una terapia farmacologica a quella medico-nutrizionale, in maniera preferenziale, e a quella chirurgica (da effettuare solo in presenza di almeno una comorbidità) o endoscopica (in base alle esigenze individuali);
- in persone con BMI ≥ 40 kg/m<sup>2</sup> (obesità di classe III), la raccomandazione è quella di integrare la terapia chirurgica con la terapia medico-nutrizionale. Questi approcci sono preferiti sia all'approccio farmacologico sia alle procedure endoscopiche.

Infine, è stata sviluppata una LG anche in considerazione della sfera psicologica e della qualità della vita delle persone con obesità, tenendo presente ad esempio sia lo stigma sociale che spesso accompagna questa patologia, sia le conseguenze psicologiche di una drastica ed eccessiva riduzione del peso. Tuttavia, dal momento che la perdita di peso è associata a un complessivo e significativo miglioramento della qualità della vita percepita, viene fortemente raccomandata una significativa perdita di peso (almeno del 5% e possibilmente superiore al 10% del peso iniziale) nei confronti delle persone con BMI maggiore o uguale a 40 kg/m<sup>2</sup>, al fine di ottenere e mantenere/recuperare un buon equilibrio psico-affettivo.

**Segreteria S.I.O.**

Via Emilia, 38 - 90144 Palermo

Tel 091527416

[info@sio-obesita.org](mailto:info@sio-obesita.org) - [www.sio-obesita.org](http://www.sio-obesita.org)



In conclusione, le LG SIO si propongono come riferimento nazionale per il miglioramento delle cure dell'obesità adulta. Le raccomandazioni comprendono tutti i molteplici approcci diagnostici e terapeutici di questa patologia e ne riflettono la sua natura multifattoriale. Vengono quindi proposti approcci terapeutici che tengano conto non solo dei parametri fisio-patologici, ma anche delle dimensioni psicologiche e di qualità della vita; tutti aspetti essenziali per un trattamento moderno e integrato dell'obesità.

**Segreteria S.I.O.**

Via Emilia, 38 - 90144 Palermo

Tel 091527416

[info@sio-obesita.org](mailto:info@sio-obesita.org) - [www.sio-obesita.org](http://www.sio-obesita.org)