

## Η συσχέτιση του COVID-19 με τη διατροφή και την παχυσαρκία στα χαμηλότερα κοινωνικοοικονομικά στρώματα

Στις 15 Ιουλίου 2020 δημοσιεύτηκε στο επιστημονικό περιοδικό New England Journal of Medicine (doi:10.1056/NEJMp2021264) άρθρο αναφορικά με τη σχέση του νέου κορωνοϊού με τις διατροφικές συνήθειες και την παχυσαρκία στο γενικό πληθυσμό και στα χαμηλότερα κοινωνικοοικονομικά στρώματα. Στη μελέτη αυτή μετέχει και η Αναπληρώτρια Καθηγήτρια της Ιατρικής Σχολής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, **Μαρία Νταλαμάγκα**. Η μαύρη φυλή, οι ισπανόφωνοι και οι γηγενείς Αμερικανοί εμφανίζουν υψηλότερα ποσοστά λοίμωξης από τον ιό και εκσεσημασμένη θνητότητα. Ανάλογες διαφορές έχουν καταγραφεί και σε μειονότητες άλλων χωρών που έχουν περιορισμένη πρόσβαση σε υγειονομική περίθαλψη, εκπαίδευση, κοινωνικές υπηρεσίες και σωστή διατροφή. Αυτό ευθυγραμμίζεται και με τη συσχέτιση της παχυσαρκίας με χρόνιες νόσους όπως η αρτηριακή υπέρταση, ο σακχαρώδης διαβήτης και η στεφανιαία νόσος που επηρεάζουν κυρίως τα χαμηλότερα κοινωνικοοικονομικά στρώματα. Μια ισορροπημένη χαμηλή θερμιδικά δίαιτα πλούσια σε φρούτα και λαχανικά είναι απαραίτητη για τη διασφάλιση της καλής υγείας του ατόμου. Η ικανότητα όμως να ακολουθήσει κάποιος μια τέτοια διατροφική προσέγγιση καθορίζεται από την οικονομική δυνατότητα να προμηθευτεί τα ανάλογα υγιεινά τρόφιμα. Στις ΗΠΑ οι κακές διατροφικές συνήθειες αποτελούν μια από τις κυριότερες αιτίες θανάτου και μάλιστα έχουν ξεπεράσει ακόμη και την επιβλαβή επίπτωση του καπνίσματος. Οι ανισότητες που αφορούν στη διατροφή επάγονται κυρίως από τις κοινωνικοοικονομικές, μορφωτικές και περιβαλλοντικές συνθήκες και επηρεάζουν τις ευάλωτες ομάδες ακόμη και σήμερα. Οι κακές διατροφικές συνήθειες οδηγούν εντέλει σε αύξηση του σωματικού βάρους. Η επίπτωση της παχυσαρκίας στους ενήλικες στις ΗΠΑ είναι 42,4% αλλά τα αντίστοιχα ποσοστά για τους αφροαμερικανούς, γηγενείς και λατίνους είναι σημαντικά υψηλότερα (49.6%, 48.1% και 44.8%). Η παχυσαρκία με τη σειρά της έχει συσχετιστεί με πολλά χρόνια νοσήματα όπως τα καρδιαγγειακά και ο σακχαρώδης διαβήτης. Έχει καταγραφεί πως σε αυτές τις πληθυσμιακές ομάδες ο αριθμός των νοσηλειών για λοίμωξη από τον κορωνοϊό, αλλά και η επαγόμενη θνητότητα είναι περίπου 4 και 2 φορές υψηλότερη από το γενικό πληθυσμό αντίστοιχως. Επιπλέον, φαίνεται πως οι διαφορές ανά γεωγραφικό διαμέρισμα συσχετίζονται και με την αντίστοιχη κοινωνικοοικονομική διαστρωμάτωση της κάθε περιοχής. Όσον αφορά στο μηχανισμό που εμπλέκει την παχυσαρκία με αυξημένη νοσηρότητα από COVID-19 φαίνεται πως η παχυσαρκία είναι μια κατάσταση χρόνιας συστηματικής φλεγμονής που καθιστά τον ασθενή περισσότερο ευάλωτο στην καταιγίδα κυταροκινών βασικό χαρακτηριστικό της λοίμωξης από κορωνοϊό. Επιπλέον, ο λιπώδης ιστός μπορεί να λειτουργήσει σαν 'αποθηκευτικός' χώρος για το νέο κορονοϊό λόγω της υψηλής συγκέντρωσης σε υποδοχείς του μετατρεπτικού ενζύμου της αγγεοτενσίνης 2. Με τον τρόπο ευοδώνεται και η περαιτέρω μετάδοση σε άλλα όργανα και ιστούς. Προκειμένου να ελαχιστοποιηθεί ο κίνδυνος για λοίμωξη από COVID-19 σε αυτές τις ομάδες κατάλληλες υγειονομικές και κοινωνικές πολιτικές είναι απαραίτητο να εφαρμοστούν άμεσα, ώστε οι κοινωνικές ανισότητες να εξλειφθούν.