

Ο καθοριστικός ρόλος της παχυσαρκίας στη λοίμωξη COVID-19

Παγκοσμίως υπολογίζεται ότι πάνω από 2 δισεκατομμύρια άτομα είναι υπέρβαροι και παχύσαρκοι με αυξητική τάση. Η παχυσαρκία αποτελεί μείζον πρόβλημα παγκόσμιας υγείας. Στις ΗΠΑ 43% των ενηλίκων είναι παχύσαρκοι και 25-30% είναι υπέρβαροι. Υπολογίζεται ότι σχεδόν καμία χώρα στον κόσμο δεν έχει ποσοστό υπέρβαρων/παχύσαρκων πολιτών κάτω του 20%. Πολλές από τις οικονομικά ασθενέστερες χώρες του κόσμου βρίσκονται αντιμέτωπες με ποσοστά που αγγίζουν ή και ξεπερνούν το 50%. Οι Ιατροί της Ιατρικής Σχολής της Θεραπευτικής Κλινικής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, **Θεοδώρα Ψαλτοπούλου, Ιωάννης Ντάνας και Θάνος Δημόπουλος** (Πρύτανης ΕΚΠΑ) συνοψίζουν τα νεότερα δεδομένα σχετικά με τον καθοριστικό ρόλο της παχυσαρκίας στη λοίμωξη COVID-19.

Η εμπειρία των τελευταίων μηνών της πανδημίας COVID-19 υποδεικνύει ότι ασθενείς με συμπαραμαρτούντα νοσήματα έχουν χειρότερη πρόγνωση συγκριτικά με τους υπόλοιπους. Ωστόσο, ο ρόλος της παχυσαρκίας μόλις πρόσφατα έχει αρχίσει να αναδεικνύεται ως επιβαρυντικός παράγοντας για τους ασθενείς με νόσο COVID-19. Σε αυτό το πλαίσιο, ο καθηγητής διατροφολογίας Δρ Barry Porskin και οι συνεργάτες του από το Πανεπιστήμιο της Βόρειας Καρολίνας στο Chapel Hill πραγματοποίησαν μια συστηματική ανασκόπηση και μετα-ανάλυση 75 μελετών από την αγγλόφωνη και κινεζική ιατρική βιβλιογραφία. Τα ευρήματα έδειξαν ότι **τα επίνοσα άτομα με παχυσαρκία είχαν 46% μεγαλύτερη πιθανότητα νόσησης** από SARS-CoV-2 συγκριτικά με τον υπόλοιπο πληθυσμό. Όσον αφορά στους νοσούντες, **τα παχύσαρκα άτομα με COVID-19 είχαν 113% μεγαλύτερη πιθανότητα νοσηλείας, 74% μεγαλύτερη πιθανότητα νοσηλείας σε μονάδα εντατικής θεραπείας, καθώς και 48% μεγαλύτερη πιθανότητα θανάτου κατά τη διάρκεια της λοίμωξης.** Σύμφωνα με τους συγγραφείς, τα ευρήματα αυτά έχουν πολυπαραγοντικό παθοφυσιολογικό υπόβαθρο. Η περίσσεια λιπώδους ιστού οδηγεί σε φλεγμονή που χαρακτηρίζεται από αύξηση της Th1-διαμεσολαβούμενης ανοσιακής απάντησης, των κυτταροτοξικών T-λεμφοκυττάρων και των μακροφάγων, καθώς και των κυτοκινών όπως η ιντερλευκίνη-6, η ιντερφερόνη-γ και ο παράγοντας νέκρωσης των όγκων (TNF)-α. Επιπλέον, η παχυσαρκία σηματοδοτείται από ανοσιακή απορρύθμιση με αύξηση των T-ρυθμιστικών λεμφοκυττάρων, καθώς και από μεταβολική δυσλειτουργία με αύξηση της ινσουλίνης και της λεπτίνης, μείωση της αδιπονεκτίνης και αύξηση της υποξίας και της λιποτοξικότητας. Παράλληλα, συννοσηρότητες όπως καρδιαγγειακές διαταραχές, ο σακχαρώδης διαβήτης, η υπερλιπιδαιμία, η χρόνια ηπατική και νεφρική νόσος, η χρόνια αποφρακτική πνευμονοπάθεια και η πνευμονική δυσλειτουργία, περαιτέρω επιβαρύνουν την κλινική κατάσταση των ασθενών με παχυσαρκία. Επιπλέον, η έλλειψη φυσικής δραστηριότητας δεν αντισταθμίζει τις ανωτέρω παθολογικές διεργασίες. Αξίζει να σημειωθεί ότι λόγω των ανωτέρω, και με δεδομένη τη μειωμένη ικανότητα των παχύσαρκων ατόμων να επάγουν την παραγωγή T-κυτταρικής μνήμης και B-λεμφοκυττάρων που παράγουν αντισώματα, τίθεται υπό διερεύνηση η αναμενόμενη αποτελεσματικότητα των εμβολίων που μπορεί να λάβουν έγκριση.

Συμπερασματικά, η παχυσαρκία συσχετίζεται με αυξημένο κίνδυνο λοίμωξης COVID-19, καθώς και αυξημένη πιθανότητα νοσηλείας, ανάγκης για εντατική φροντίδα, επιπλοκών και θνητότητας. Γι' αυτό είναι σημαντικό παράλληλα με τα μέτρα ατομικής υγιεινής και

σωματικής απομάκρυνσης να μεριμνούμε για την καθημερινή φυσική δραστηριότητα, την ισορροπημένη διατροφή και τη διατήρηση του βέλτιστου σωματικού βάρους ανάλογα με το φύλο και την ηλικία μας.