Fame a Gaza, i terribili effetti a lungo termine della crisi nella Striscia

wired.it/article/fame-gaza-effetti-lungo-termine-bambini

David Cox, Adamà Faye 1 agosto 2025

Il momento in cui Merry Fitzpatrick ha capito che la **crisi della fame a Gaza** era entrata in una nuova e ancora più letale fase è stato quando i chirurghi dei pochi ospedali ancora operativi nella Striscia hanno riferito che le **ferite dei pazienti non si rimarginavano più**.

La crisi della fame a Gaza

"*Ci sono **tantissime lesioni traumatiche**, come ferite da esplosione e ossa rotte* – racconta Fitzpatrick, professoressa assistente presso la Friedman School of Nutrition della Tufts University –*. Ma non guariscono, perché **le persone non hanno i nutrienti necessari a costruire il collagene necessario a chiuderle**. Così le ferite di uno o due mesi fa sembrano ancora fresche, come se risalissero all'ultima settimana*".

Secondo il ministero della Sanità di Gaza, controllato da Hamas, **dall'ottobre 2023 i morti per malnutrizione nel territorio hanno raggiunto i 154, di cui 89 bambini**. Questa settimana l'Organizzazione mondiale della sanità (Oms) ha riferito che luglio ha fatto segnare un picco di decessi, con 63 morti legati alla malnutrizione riportati dalle strutture sanitarie, tra cui 38 adulti, un bambino di età superiore ai 5 anni e 24 bambini con meno di 5 anni. La maggior parte di questi pazienti è stata dichiarata morta all'arrivo in ospedale. La situazione umanitaria nella Striscia è in progressivo peggioramento da mesi: i confini del territorio sono controllati da **Israele**, che permette l'ingresso quantità minime di cibo, nemmeno lontanamente sufficienti a sfamare la popolazione.

Le conseguenze della malnutrizione a Gaza

La portata di questa crisi è arrivata al resto del mondo attraverso le foto di bambini emaciati e con i capelli diradati. Fitzpatrick, che studia **la fame e i suoi effetti biologici**, spiega che in condizioni di estrema scarsità, il corpo attiva un **sistema di priorità interno**, progettato per preservare gli organi più vitali – il cuore e il cervello – fino alla fine. Dopo aver esaurito le scorte primarie di “carburante” – il glicogeno immagazzinato nel fegato e nei muscoli – l'organismo ricava **energia dal grasso corporeo, prima di degradare le ossa, i muscoli e, se necessario, gli organi più resistenti come il fegato, allo scopo di estrarre le proteine**. "*La pelle e i capelli sono i primi a essere trascurati* – spiega Fitzpatrick –*. I capelli iniziano a cadere e spesso cambiano colore. La pelle si assottiglia molto*".

[Il riconoscimento dello Stato palestinese è una leva politica su Israele solo se non resta una bel pensiero su carta]
Francia e Regno Unito hanno usato l'arma diplomatica per isolare Netanyahu, ma dovranno essere conseguenti a questa scelta nei fatti e non solo a parole. E capaci di aggregare una risposta internazionale che controbilanci Trump

In alcuni casi, una grave mancanza di proteine può causare una condizione nota come **kwashiorkor**, o edema da carestia, caratterizzata da un gonfiore dovuto al passaggio di liquidi nei tessuti, in particolare nell'addome. "*Esistono diversi tipi di malnutrizione acuta* – afferma Fitzpatrick –*. C'è il dimagrimento e il kwashiorkor, e a Gaza li vediamo entrambi. Nei bambini, lo si può notare dalla faccia. Le guance si gonfiano e viene da pensare: 'Oh, stanno bene'. Ma non è così: è solo fluido*".

Gran parte di quello che sappiamo della malnutrizione acuta è merito degli studi condotti sui sopravvissuti all'Olocausto, sulle grandi carestie del ventesimo secolo – come la Grande carestia cinese e quella degli anni Ottanta in Etiopia – e sull'anoressia. Marko Kerac, professore associato di salute e alimentazione infantile globale presso la London School of Hygiene & Tropical Medicine, osserva che in questi casi è come se il corpo entrasse in un **processo di progressivo spegnimento**: per un certo periodo, le persone malnutrite rimangono stabili dal punto di vista medico, prima di entrare in una fase molto più grave caratterizzata da **perdita di appetito, letargia e apatia o ansia**.

Basandosi sugli ultimi rapporti provenienti da Gaza (l'Oms ha dichiarato che **quasi un bambino su cinque sotto i 5 anni è gravemente malnutrito**) Kerac afferma che sempre più persone stanno entrando in quest'ultimo stadio. Le statistiche raccolte dalla ong Global Nutrition Cluster mostrano un'impennata di casi dall'inizio di giugno, con più di 5.000 bambini sotto i 5 anni ricoverati nei quattro centri per la cura della malnutrizione presenti a Gaza a luglio e 6.500 a giugno. **"*I bambini più piccoli sono più vulnerabili perché i loro organi si stanno ancora sviluppando*"**, afferma Kerac.

Il motivo per cui i bambini sotto i 5 anni sono più a rischio è dovuto al fatto che possono **perdere peso molto velocemente**. Le dimensioni ridotte dello stomaco e l'intestino permeabile – progettato per assorbire il cibo molto rapidamente – fa sì inoltre che siano più vulnerabili alle malattie causate dalle scarse condizioni igieniche attualmente comuni a Gaza. Allo stesso tempo, Fitzpatrick sottolinea che spesso **anche gli adulti patiscono la fame per proteggere i più piccoli**. Questo significa che se da una parte i neonati soffrono in modo visibile, è probabile che anche molti adulti versino in condizioni critiche. Secondo i dati del Global Nutrition Cluster, **più del 40% delle donne incinte e che allattano al seno di Gaza sono gravemente malnutrite**. I tassi nell'area centrale della Striscia sono triplicati da giugno.

Una delle principali minacce a breve termine è rappresentata dalle **infezioni**. Kerac dichiara che in caso di malnutrizione acuta, **il corpo inizia a spegnere il sistema immunitario**, dal momento che combattere un agente patogeno richiede energia che il corpo non ha. Una conseguenza della carenza di proteine è che all'organismo vengono a mancare gli aminoacidi necessari per la continua rigenerazione della parete intestinale, aggiunge Fitzpatrick. Questo vuol dire che **l'intestino diventa più permeabile**, il che rende più probabile la fuoriuscita di batteri e il loro ingresso nel flusso sanguigno e l'avvelenamento del sangue, una condizione nota come sepsi.

Se la situazione a Gaza non migliorerà rapidamente, Fitzpatrick prevede che anche **l'ipotermia indotta dalla malnutrizione diventerà una delle principali cause di morte nel territorio in autunno**. "*Quando si è gravemente malnutriti, il corpo fa molta fatica a regolare la temperatura* – spiega –*. I medici di Gaza raccontano che i pazienti stanno già tremando. Quindi, se la situazione non migliorerà nei prossimi mesi, ci saranno morti per ipotermia*".

Sia le infezioni che l'ipotermia possono essere **prevenute con antibiotici ad ampio spettro e cibo terapeutico pronti all'uso**, appositamente formulati per trattare la malnutrizione grave. Nina Sivertsen, professoressa associata presso il College of Nursing and Health Sciences della Flinders University, spiega che nonostante la somministrazione di una grande quantità di calorie possa sembrare il trattamento più ovvio per i pazienti che soffrono la fame da mesi, questo approccio può in realtà causare l'insorgere di una **condizione mortale nota come "*sindrome da rialimentazione*"**, che in passato fu rilevata nei sopravvissuti ai campi di concentramento dell'Olocausto.

"*Quando il corpo viene affamato, il metabolismo rallenta, gli organi si indeboliscono e si perde la capacità di digerire e assorbire normalmente il cibo* – dichiara Sivertsen –*. Un'alimentazione eccessiva e troppo rapida può **sovraccaricare il corpo e causare un pericoloso spostamento di fluidi ed elettroliti*** [come sodio e potassio]*, che può causare **insufficienza cardiaca, convulsioni e persino la morte***".

In casi come questi, **il recupero è un processo lungo e delicato**, come Kerac ha avuto modo di osservare lavorando nei reparti pediatrici del Malawi. Generalmente, per **cibo terapeutico** si intendono latte o paste somministrati in dosi piccole e frequenti allo scopo di riavviare gradualmente il sistema digestivo e dare agli elettroliti il tempo di riequilibrarsi.

I pazienti vengono poi lentamente riabituati a pasti equilibrati ricchi di proteine, grassi, vitamine e minerali per ricostruire i muscoli, gli organi e il sistema immunitario. Kerac afferma che questo tipo di trattamento permette a molte persone di ristabilirsi in buona parte dagli effetti acuti di una grave malnutrizione. Ma **le scorte di cibo terapeutico nei centri per la cura della malnutrizione di Gaza sono estremamente ridotte** e, secondo Fitzpatrick, in alcuni casi sono **completamente esaurite da maggio**.

Gli effetti a lungo termine della malnutrizione

Anche se nei prossimi mesi una quantità consistente di aiuti stranieri dovesse riuscire a raggiungere Gaza e a invertire la tendenza, gli scienziati affermano che **le conseguenze a lungo termine sulla salute della popolazione si faranno sentire per decenni**. I più colpiti saranno probabilmente i bambini e gli adolescenti della Striscia, a causa dei **ritardi nella crescita** e dell'**alterazione dello sviluppo cerebrale**. "*I primi mille giorni di vita, dal concepimento all'età di 2 anni, sono una finestra critica per la formazione del cervello, delle ossa e degli organi – dice Sivertsen –. Senza un'alimentazione adeguata, i bambini possono riportare un ritardo della crescita, ossa più deboli, organi poco sviluppati e cambiamenti strutturali nel cervello che compromettono la memoria, l'attenzione, l'apprendimento e la regolazione emotiva. Gli adulti possono recuperare la massa muscolare e la salute fisica una volta che il cibo è di nuovo disponibile, ma molti bambini non ci riescono mai*".

Senza contare le conseguenze acute e a lungo termine sulla **salute mentale**. Fitzpatrick fa l'esempio del famigerato Minnesota Starvation Experiment, uno studio psicologico degli anni Quaranta in cui a un gruppo di volontari furono somministrate meno di 1.600 calorie al giorno (la metà del loro apporto abituale) per un periodo di sei mesi, portando molti di loro a sviluppare una forma di ansia acuta. Il cibo ricevuto dai partecipanti all'esperimento "*è molto di più di quello che hanno le persone a Gaza, e molti di loro hanno comunque sviluppato questi effetti psicologici e paranoia*", commenta Fitzpatrick.

La ricerca sui sopravvissuti alle carestie del passato ha anche dimostrato che la fame può **cambiare il funzionamento dei geni** attraverso la metilazione del dna. Il processo può essere indotto da vari tipi di stress ambientale, dai traumi al fumo, ma quando è causato dalla malnutrizione, in molti casi sembra alterare il metabolismo, rendendo i soggetti coinvolti notevolmente più predisposti a malattie croniche come le cardiopatie, l'ipertensione, il diabete di tipo 2 e altri disturbi nei decenni successivi.

L'impatto è particolarmente significativo nelle **donne in gravidanza**, poiché le modifiche del dna non interessano solo la madre ma anche il feto in via di sviluppo e le sue cellule germinali, ovvero i precursori di spermatozoi e ovuli. *"Questo significa che **la malnutrizione può influenzare tre generazioni: la madre, il figlio e il nipote***", afferma Hasan Khatib, professore di genetica ed epigenetica presso l'Università del Wisconsin-Madison. Questi effetti sono stati osservati nei discendenti della Grande carestia cinese e in quella olandese del 1944, quando i bambini nati da persone che avevano patito nel grembo materno hanno riportato alterazioni genetiche che li hanno esposti a un rischio maggiore di diabete, dipendenza e persino schizofrenia in età adulta.

Quel che è certo – continua Fitzpatrick – è che con l'avanzare dei mesi e a fronte delle notizie sempre più disperate provenienti dagli ospedali, **per il resto del mondo agire immediatamente è diventato un imperativo**.

Questo articolo è apparso originariamente su Wired US.