



## GIORNATE DELLA PREVENZIONE PER L'INVECCHIAMENTO SANO E ATTIVO

Nel corso dell'ultimo secolo si è assistito ad una grande trasformazione demografica della società che ha portato ad un aumento dell'aspettativa di vita e della popolazione con più di 65 anni d'età [1].

L'aspettativa di vita in buona salute (Healthy Life Years Expectancy - HLYE) a 65 anni è un indicatore che, a differenza dell'aspettativa di vita, è strettamente associato anche alla qualità della vita. Infatti, non tutti gli anni di vita di una persona sono caratterizzati dal benessere psico-fisico e dall'autonomia funzionale. In particolare, con l'avanzare dell'età aumenta anche il rischio di multimorbilità, ridotta autonomia e fragilità, determinando importanti conseguenze non solo sulla salute dell'individuo, ma anche sulle decisioni politiche in merito alle risorse sanitarie e sulla governance. In Italia l'aspettativa di vita a 65 anni è superiore rispetto a quella della media europea (21.7 anni vs. 21.0 anni nel 2020) [2], analogamente per quanto riguarda l'HLYE a 65 anni (10.5 anni vs. 9.8 anni nel 2020) [3]. Nonostante ciò, vi sono Paesi dell'Unione Europea che hanno un HLYE a 65 anni molto più alto dell'Italia, tra cui la Svezia (15.9 anni nel 2020) e Malta (12.8 anni nel 2020) [3]. Inoltre, negli ultimi 10 anni, in paesi come la Svezia e la Francia si è assistito a notevoli miglioramenti di questo parametro che invece in Italia è rimasto stabile. Il valore di HLYE in Italia e la proporzione di Vita in buona salute sul totale dell'attesa di vita a 65 anni potrebbe essere quindi migliorato, per esempio agendo con attività di prevenzione e promozione della salute per influire sul declino funzionale e prevenire o rallentare lo sviluppo della disabilità e fragilità.



La fragilità è un concetto complesso, studiato ormai da più di 50 anni e da molti esperti a livello nazionale e internazionale. La definizione di fragilità ha subito nel tempo numerose modifiche fino ad essere identificata come “uno stato dinamico che colpisce un individuo che sperimenta perdite in uno o più domini funzionali (fisico, psichico, sociale), causate dall’influenza di più variabili che aumentano il rischio di risultati avversi per la salute” [4]. La fragilità bio-psico-sociale è quindi uno dei fattori di rischio più importanti per lo sviluppo di declino funzionale e disabilità nella popolazione anziana. La gran parte della popolazione over 65, infatti, ha sia problemi di natura socioeconomica sia patologie croniche, che non solo peggiorano la qualità di vita, ma inevitabilmente comportano un maggiore utilizzo dei servizi sanitari. Ne consegue quindi un aumento esponenziale della spesa sanitaria pubblica, identificando la fragilità stessa come un vero e proprio problema di salute pubblica. Per quanto riguarda, invece, l’aspetto psicologico e sociale, la mancanza di risorse economiche adeguate può influire sull’accesso alle cure e può peggiorare l’isolamento sociale, che a sua volta costituisce un fattore di rischio per il peggioramento delle condizioni di salute psicofisica. Inoltre, vi sono altri aspetti, definibili *alert*, che se non intercettati precocemente, possono aumentare il rischio di patologie e disabilità negli over 65, come la malnutrizione, la sedentarietà, la polifarmacoterapia.

L’evento “Giornate della Prevenzione per l’Invecchiamento Sano e Attivo” è un’iniziativa del Reference Site Roma-Tor Vergata, facente parte del Reference Site Collaborative Network (RSCN) europeo, patrocinata dalla SItI Lazio e rivolta agli ultrasessantacinquenni residenti a Roma. L’obiettivo principale è quello di migliorare la consapevolezza della popolazione sull’importanza di agire sulle cause della fragilità per



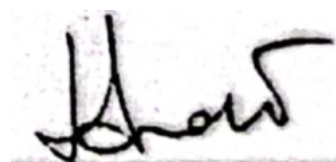
prevenire o rallentare il declino funzionale, attraverso un approccio integrato e multidimensionale. Tale evento, infatti, mira anche a promuovere l’*empowerment* di tutta la comunità e degli stakeholder coinvolti.

Nel corso di queste giornate sarà proposta una valutazione multidimensionale della fragilità che verrà effettuata tramite la somministrazione di alcuni questionari, a cui seguiranno eventuali percorsi personalizzati allo scopo di contrastare i principali fattori di rischio correlati. Inoltre, sarà possibile accedere a visite specialistiche a seconda delle necessità: parteciperanno, infatti, diversi professionisti sanitari, tra cui specialisti e medici in formazione specialistica nelle branche della sanità pubblica, della geriatria, della fisioterapia e della nutrizione.

L’evento “Giornate della Prevenzione per l’Invecchiamento Sano e Attivo” sarà quindi luogo di prevenzione e socializzazione, con il fine ultimo di rendere tutti i cittadini coinvolti maggiormente consapevoli e in salute.

Roma, 11/04/2023

Coordinatore Reference Site  
“Roma-Tor Vergata”





## BIBLIOGRAFIA

- [1] Marazzi, M. C., Palombi, L., Mancinelli, S., Buonomo, E., Scarcella, P., & Liotta, G. (2014). *Le grandi transizioni. Demografica, Epidemiologica, Assistenziale*. Piccin.
- [2] EUROSTAT. [https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=File:Table2\\_Life\\_expectancy\\_at\\_65.png](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=File:Table2_Life_expectancy_at_65.png). (Ultimo Accesso: 28.01.23).
- [3] EUROSTAT. Healthy life years at age 65 by sex. <https://data.europa.eu/data/datasets/thj7rfjo3zaxvnwp5jm5kw?locale=en>. (Ultimo Accesso: 28.01.23).
- [4] Gobbens RJ, Luijkx KG, Wijnen-Sponselee MT, Schols JM. In search of an integral conceptual definition of frailty: opinions of experts. *J Am Med Dir Assoc*. 2010 Jun;11(5):338-43. doi: 10.1016/j.jamda.2009.09.015.