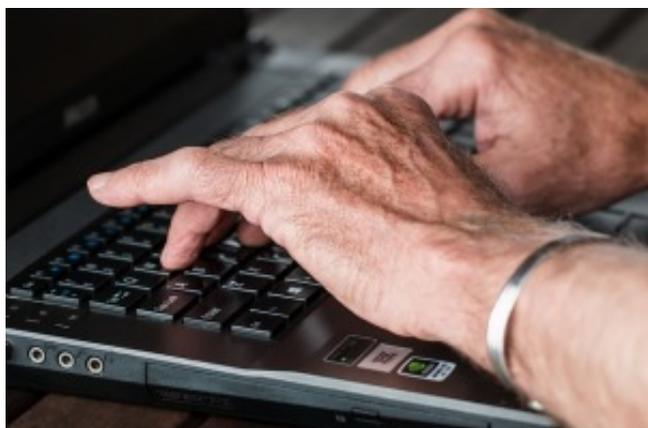




Temi strategici per un paese che invecchia sempre più. Dall'attualità legata al Covid all'importanza dell'approccio multidimensionale, passando per patologie cardiovascolari, declino cognitivo, ruolo delle RSA. I nuovi studi presentati al 36° Congresso della Società Italiana Geriatria Ospedale e Territorio



Roma, 11 ottobre 2022 - Qualità della vita e dell'assistenza all'anziano tra i temi al centro del 36° Congresso Nazionale della Società Italiana Geriatria Ospedale e Territorio, che si è tenuto a Bari dal 5 al 7 ottobre. In vista anche di una nuova configurazione del SSN, da parte dei geriatri è partito l'appello a tenere in considerazione alcuni elementi. Tra questi, l'importanza dell'uso della tecnologia, la comprensione della sessualità negli anziani, la lotta al declino cognitivo e alla demenza.

La sessualità negli anziani, presente nonostante i sintomi dovuti a menopausa e disfunzione erettile

La sessualità fa parte della vita dell'anziano, pur acquisendo una diversa dimensione. La sessualità si caratterizza per l'interazione con le altre persone, per la necessità di affetto. “La sessualità nella persona anziana è un continente inesplorato e pieno di pregiudizi, in quanto si ritengono plausibili solo due estremi, che sia un essere asessuato o che sia affetto da perversioni, ma la realtà è più complessa e sfaccettata - spiega la prof.ssa Ligia Dominguez Rodriguez, Professore Ordinario all'Università “Kore”

di Enna - Naturalmente la sfera sessuale si compone di altri elementi e l'espressione fisica resta marginale, visto che nella terza età sopraggiungono la disfunzione erettile nell'uomo e la menopausa nella donna”.

“In Italia, si stima che un adulto su tre sia colpito da qualche forma di disfunzione sessuale (dalla disfunzione erettile alla riduzione della libido e l'ejaculazione precoce), sebbene i numeri non siano precisi e in molti casi siano situazioni temporanee e potenzialmente reversibili - continua Rodriguez - Questo fenomeno può comportare un'importante riduzione della qualità della vita, visto che comprende diverse sfere, a partire dall'ambito vascolare, ma anche neurologico, ormonale e soprattutto psicologico. Data la forte componente vascolare delle alterazioni erettili, può aiutare molto la stessa prevenzione raccomandata per le malattie cardiovascolari, quindi aderire a uno stile di vita sano sin da giovani. In questo modo si può migliorare la funzione endoteliale alla base delle alterazioni vascolari compresa la disfunzione erettile”.

“La menopausa sopraggiunge intorno ai 50 anni e caratterizza la totalità delle pazienti dei geriatri - sottolinea Babette Dijk, Presidente SIGOT Liguria - Una delle più recenti scoperte sul tema riguarda le origini di questa condizione, scoperte grazie agli studi di paleontologia e filogenetica. Gli animali che vanno in menopausa presentano tre caratteristiche comuni: conducono una vita sociale, hanno un'aspettativa di vita lunga oltre i 40 anni, le femmine vivono il 30% in più rispetto ai maschi. Quest'ultimo criterio nell'essere umano sembra non essere presente, ma in passato si può riscontrare con lo stile di vita più pericoloso condotto dagli uomini (la caccia, il salire sugli alberi, ecc.). La menopausa sembra nata in quanto le donne sopra una certa età non trovavano maschi disponibili e chiudevano così il proprio ciclo biologico”.

Un milione di persone affette da demenza. Ma si può prevenire

Le demenze rappresentano l'epidemia del terzo millennio. In Italia ne sono affette circa un milione di persone, a cui si aggiungono altre 900mila affette da un deterioramento cognitivo lieve, che comporta il rischio di sviluppare una demenza vera e propria negli anni successivi nel 15-25% dei casi.

“Questi numeri sulle demenze impongono una riflessione - sottolinea il prof. Lorenzo Palleschi, Consigliere SIGOT - Diversi studi internazionali, come lo Studio Finger realizzato in Finlandia, dimostrano gli effetti positivi di interventi multidirezionali sul profilo cognitivo dei soggetti con alto rischio di sviluppare demenza: una corretta alimentazione basata sulla dieta mediterranea con olio di oliva, pesce, carne bianca, legumi, oltre a vegetali e frutta presenti in ogni pasto; laddove necessario una supplementazione nutrizionale; il mantenimento dell'attività fisica regolare, anche di intensità moderata,

come una camminata quotidiana di 30-40 minuti; il mantenimento di relazioni sociali e dell'attività mentale. Nel caso in cui si manifestino dei campanelli d'allarme come disturbi del linguaggio che pongono difficoltà nel nominare gli oggetti o nel ricordare episodi recenti, il consiglio è di rivolgersi ai Centri per i Disturbi Cognitivi e Demenze, presenti su tutto il territorio nazionale, che hanno sostituito i vecchi centri UVA - Unità Valutative Alzheimer”.

Le nuove tecnologie al servizio dell'anziano

Lo sviluppo di nuove tecnologie ha messo a disposizione soluzioni digitali che possono migliorare salute, sicurezza ambientale e qualità di vita delle persone anziane. “Alcuni dispositivi ormai di uso comune, quali smartphone e smartwatch, possono consentire di monitorare lo stato di salute, l'attività fisica ed alcuni parametri biometrici (battito cardiaco, ossigenazione del sangue, durata del sonno, etc.) - evidenzia Alberto Cella, Consigliere SIGOT - Soluzioni digitali più evolute come la robotica assistiva e le soluzioni domotiche consentono poi anche agli anziani con deficit fisici e sensoriali di poter continuare a vivere in modo indipendente”.

“La pandemia ha dato un impulso alla digitalizzazione degli anziani e alla diffusione di strumenti utili: sensori e braccialetti intelligenti che monitorano la postura e identificano eventuali cadute, sistemi automatici di monitoraggio di alcune patologie, app che favoriscono l'aderenza al trattamento farmacologico e sistemi che fanno uso di ‘giochi’ virtuali per favorire la riabilitazione, sia fisica che mentale - continua Cella - Recenti lavori di revisione della letteratura scientifica hanno dimostrato che l'adozione di soluzioni di e-Health riduce il rischio di ricovero ospedaliero degli anziani residenti nelle strutture residenziali di una percentuale variabile dal 10 al 30%, con indubbi vantaggi per il benessere psicologico della persona anziana, ma anche per la sostenibilità del sistema sanitario”.

“Nell'ambito dei deficit cognitivi in età geriatrica, inoltre, numerosi studi scientifici dimostrano come vari supporti tecnologici e soluzioni di tele-riabilitazione cognitiva siano in grado di migliorare la funzionalità psicosociale degli interessati fino al 50% dei casi, migliorare alcune prestazioni cognitive fino al 20% dei casi e ridurre le alterazioni del comportamento fino al 20% dei casi; altra ricaduta positiva è rappresentata dall'incremento della competenza e della capacità di gestione dell'assistenza da parte del caregiver fino al 50% dei casi. Dati eloquenti sugli effetti positivi della tecnologia per la salute e la qualità di vita della popolazione anziana”, conclude Cella.