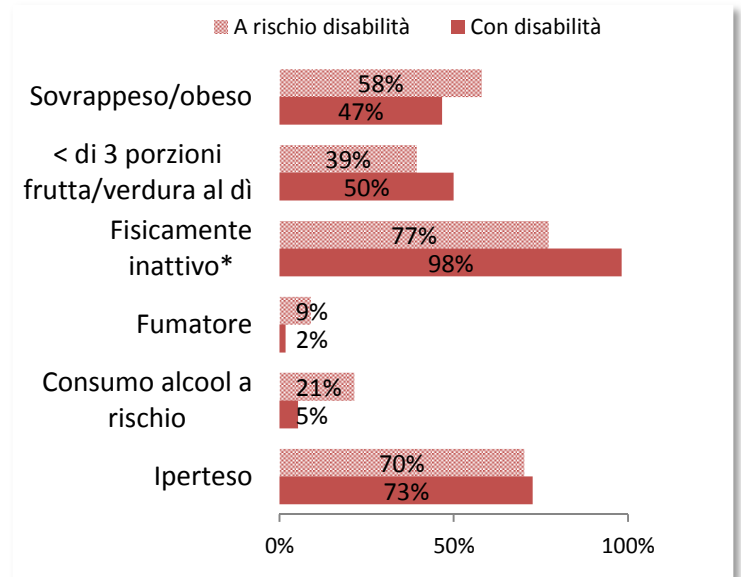


Il profilo di salute degli anziani disabili e a rischio disabilità

La fragilità negli anziani è una vera e propria sindrome che comporta perdita di peso involontario, diminuzione energie, diminuzione attività fisica, ecc. Non è necessariamente associata a malattie croniche o disabilità ma è stato dimostrato che, senza azioni di contrasto, evolve entro 2 anni verso la disabilità.

Sono molti i fattori capaci di prevenire la fragilità e la disabilità. Tra questi i fattori di rischio comportamentali giocano un ruolo rilevante e rappresentano un settore per la prevenzione e il recupero.

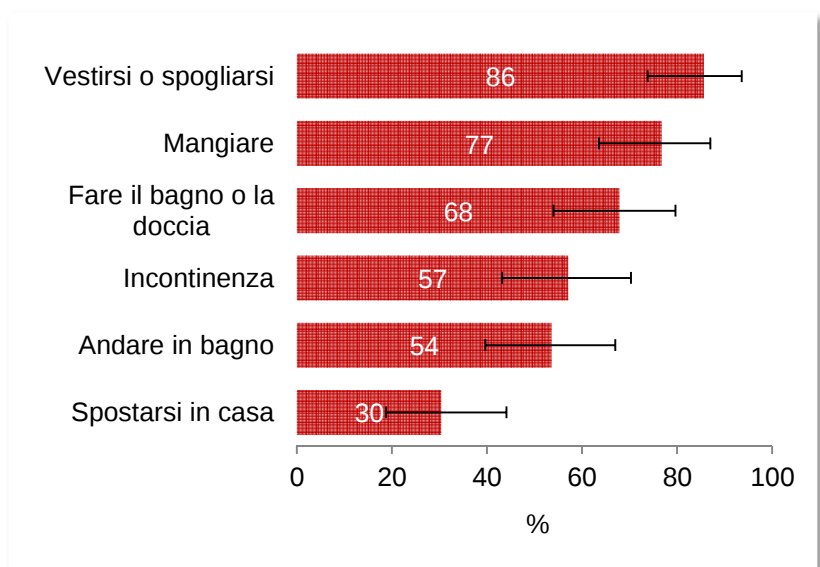
- ✓ L'eccesso ponderale interessa oltre la metà degli anziani a rischio disabilità (cioè indipendenti in tutte le ADL ma bisognosi in almeno 2 IADL) e poco meno della metà di quelli disabili.
- ✓ Lo scarso consumo di frutta e verdura è riferito da circa 4 anziani fragili su 10 e da circa la metà di quelli disabili;
- ✓ Come atteso l'inattività fisica interessa la quasi totalità degli anziani disabili, ma conservare sufficienti livelli di attività fisica tra gli anziani fragili è una delle misure efficaci per proteggerli o ritardare la disabilità.
- ✓ Fumo ed alcol sono fattori di rischio pochissimo diffusi tra gli anziani disabili.
- ✓ L'ipertensione sembra una condizione ugualmente frequente e rilevante in entrambi i gruppi di anziani.



*Fisicamente inattivo: persona con punteggio PASE < 78. Il questionario PASE (Physical Activity Score in Elderly) calcola un punteggio che tiene conto del tempo dedicato all'attività o della sola partecipazione e del tipo di attività, più o meno intensa.

Limitazioni nelle attività della vita quotidiana (ADL) degli anziani disabili

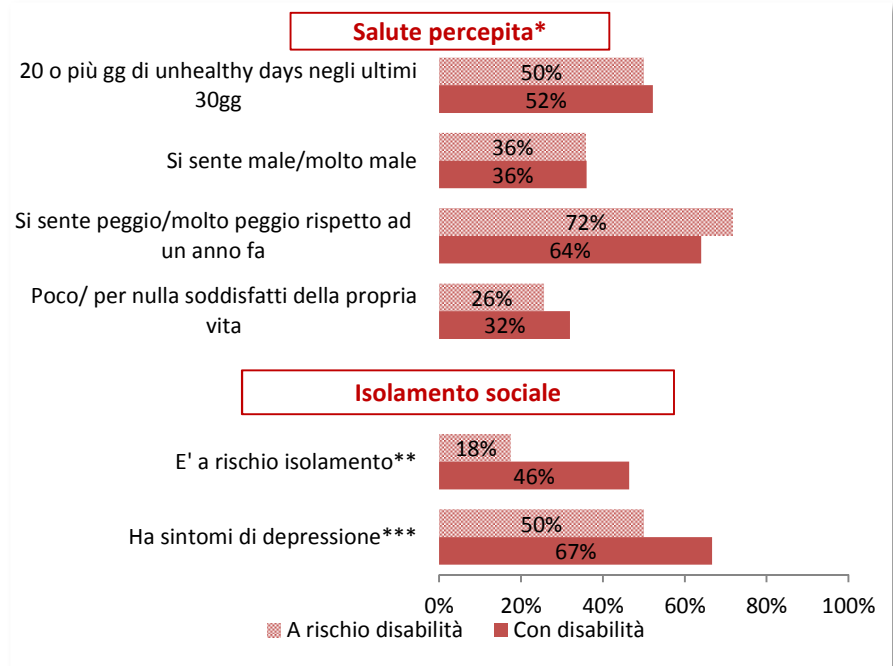
- ✓ Circa 9 anziani su 10 non sono in grado di vestirsi o spogliarsi da soli.
- ✓ Quasi 8 su 10 hanno bisogno di aiuto per alimentarsi.
- ✓ Due su tre non riescono a lavarsi autonomamente e più della metà è incontinente oppure non riesce ad andare in bagno da solo.
- ✓ Il 30% si sposta da una stanza all'altra solo se aiutato.



Salute percepita, isolamento sociale e sintomi depressivi

La percezione negativa del proprio stato di salute, l'isolamento sociale e la presenza di depressione sono dimensioni importanti della qualità della vita degli anziani e in grado di accelerare il peggioramento delle condizioni psicofisiche. E' noto inoltre che azioni di prevenzione secondaria su questi fattori rivolte agli anziani fragili possono essere efficaci nel ritardare l'insorgenza della disabilità.

- ✓ Il grafico mostra come che il sottogruppo degli anziani non ancora disabili, ma a rischio di diventarlo, riferisca una percezione negativa della propria salute in modo simile ai disabili veri e propri.
- ✓ Il rischio di isolamento sociale aumenta marcatamente passando dalla condizione di fragilità a quella di disabilità vera e propria.
- ✓ Anche la frequenza di sintomi depressivi cresce in modo vistoso tra le persone disabili rispetto a quelle a rischio.



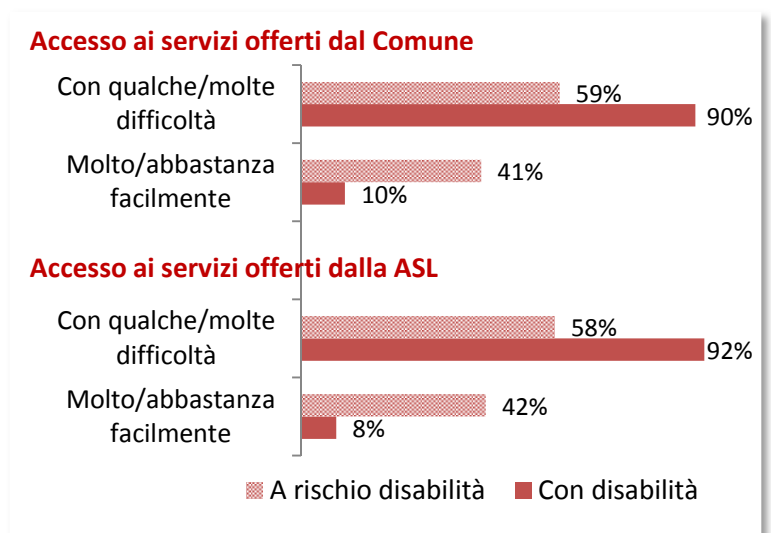
* il numero totale di giorni in cattiva salute somma i giorni in cattiva salute fisica e mentale negli ultimi trenta giorni. Viene valutata anche la variazione della salute percepita rispetto all'anno precedente e il grado di soddisfazione per la propria vita.

** Persone che in una settimana tipo NON partecipano a incontri collettivi o telefonano/vedono altre persone anche solo per chiacchiere.

*** Persone con punteggio ≥ 3 del Patient Health Questionnaire (PHQ-2), calcolato sul numero di giorni delle ultime 2 settimane in cui la persona ha provato poco interesse o piacere nel fare le cose o si è sentita giù di morale, depressa o senza speranza.

Qualità dei servizi offerti

- ✓ Circa 9 anziani disabili o a rischio disabilità su 10 sono aiutati dai familiari nelle attività della vita quotidiana.
- ✓ Solo il 15 % degli anziani disabili intervistati riferisce di ricevere aiuto anche dalla ASL.
- ✓ L'accesso ai servizi sanitari e non, da parte degli anziani disabili risulta quasi sempre difficoltoso.
- ✓ Sebbene le difficoltà di accesso da parte degli anziani a rischio disabilità siano minori non si tratta di una quota marginale (circa 6 su 10).



Cos'è Passi d'Argento

Passi d'Argento è un Sistema di sorveglianza sulla popolazione con 65 anni e più che indaga i bisogni della popolazione anziana (stato di salute, qualità della vita e interventi messi in atto in ambito sociosanitario). E' una sorveglianza biennale effettuata su un campione di residenti con più di 65 anni estratto casualmente. Personale delle Asl specificatamente formato effettua un'intervista telefonica, o faccia a faccia a seconda dei casi, con un questionario standardizzato. I dati vengono trasmessi in forma anonima e registrati in un unico archivio nazionale. L'ultima indagine è stata effettuata negli anni 2012-2013. Per maggiori informazioni: <http://www.epicentro.iss.it/passi-argento/default.asp>