



U NCD

L'Onu e le malattie non trasmissibili

a cura della redazione



risk factors

Si è recentemente svolta a New York (19 – 20 settembre 2011) una riunione dei vertici ONU per definire l'agenda internazionale in merito alla prevenzione delle malattie non trasmissibili e il loro controllo. **Le malattie non trasmissibili - come infarto, ictus, cancro, diabete e malattie respiratorie croniche, sono attualmente responsabili di oltre il 63% dei decessi nel mondo.**

Ogni anno, uccidono 9 milioni di persone sotto i 60 anni, con un impatto socio-economico sconcertante. Questa è la seconda volta nella storia delle Nazioni Unite che l'Assemblea Generale si riunisce per un problema di salute; il primo e unico precedente era stato per l'AIDS. Nel suo intervento **Margaret Chan**, Direttore Generale dell'OMS, è stata molto chiara rispetto alla necessità di un totale coinvolgimento politico e sociale di ogni nazione: i ministeri della salute, da soli, non possono "riprogettare" le società in modo da proteggere intere popolazioni dai fattori di rischio che portano a queste malattie. Perché è di questo che si tratta: il problema è troppo grande e troppo di ampio respiro, dal momento che l'aumento di queste malattie è strettamente connesso con fenomeni universali, come la rapida urbanizzazione e la globalizzazione. La risposta a cambiamenti ambientali così epocali e dirimpenti deve essere di uguale portata, anche perché lo stile di vita malsano che alimenta queste malattie si sta diffondendo a una velocità sorprendente. La disponibilità di farmaci per ridurre la pressione del sangue, abbassare il colesterolo e migliorare il metabolismo del glucosio, se da un certo punto di vista aiuta a tenere la situazione sotto controllo, dall'altro inganna la realtà e ottunde la richiesta urgente di cambiamento della politica. **Le cause di queste malattie devono essere affrontate alla radice, e l'obesità crescente rappresenta un segnale di spia: è l'evidenza che c'è qualcosa di terribilmente sbagliato nella politica ambientale.** L'obesità diffusa in una popolazione non è un indicatore del fallimento della volontà individuale, ma di un

fallimento nelle politiche governative. Alimenti industriali, alto contenuto di sale, grassi trans e zucchero, sono diventati il nuovo cibo di base in quasi ogni angolo del mondo: per un numero crescente di persone, rappresentano il modo più economico per riempire uno stomaco affamato. Così come non si può nascondere l'obesità, **non è possibile nascondere gli enormi costi con cui queste malattie gravano sulle economie nazionali.** Queste sono malattie che, lasciate senza controllo, portano alla bancarotta: in alcuni paesi, per esempio, la cura per il diabete da sola consuma ben il 15% del budget sanitario nazionale. In un recente [World Economic Forum uno studio dell'Università di Harvard stima che, nel corso dei prossimi 20 anni, le malattie non trasmissibili costeranno all'economia globale più di 30 miliardi di dollari, ovvero il 48 per cento del PIL mondiale del 2010.](#)

Si tratta di patologie croniche, che normalmente sono rilevate in ritardo, quando i pazienti hanno già bisogno di cure ospedaliere e farmacologiche; eppure **sono ampiamente prevenibili, intervenendo sui fattori di rischio:**

- uso di tabacco
- dieta malsana
- consumo eccessivo di alcol
- inattività fisica.

In particolare, **l'inattività fisica è stata identificata come il quarto fattore di rischio per mortalità globale** (6% dei decessi a livello globale) e **si stima che sia la causa principale per circa il 21-25% dei tumori al seno e del colon, il 27% di diabete e circa il 30% delle malattie del sistema cardiocircolatorio.** È scientificamente provato che livelli regolari e sufficienti di attività fisica negli adulti riducono il rischio di ipertensione, malattie coronariche, ictus, diabete, cancro al seno e del colon, depressione e il rischio di cadute; migliorano inoltre la salute delle ossa e rappresentano un elemento determinante della spesa energetica, fondamentale quindi per il controllo del peso. Il termine "*attività fisica*" non deve essere confusa con "*esercizio*".

L'esercizio fisico è una sottocategoria di attività fisica ed è pianificato, strutturato, ripetitivo e mirato al miglioramento o al mantenimento di uno o più componenti della forma fisica. L'attività fisica comprende tutte le attività che coinvolgono il movimento del corpo e sono effettuate come parte del gioco, di lavoro, trasporto attivo, faccende domestiche e ricreative. Gli attuali livelli di inattività fisica sono dovuti sia a un'insufficiente partecipazione ad attività fisiche organizzate nel tempo libero, sia a un aumento di comportamenti sedentari durante le attività professionali e domestiche e a un aumento nell'uso di "*passivo*" dei mezzi di trasporto. Un'urbanizzazione rapida e scellerata ha portato allo sviluppo di fattori ambientali che scoraggiano la partecipazione all'attività fisica, come l'insicurezza delle strade, l'alta densità di traffico, l'inquinamento, la mancanza di spazi verdi, marciapiedi e impianti sportivi/ricreativi. Per questo l'aumento di attività fisica è una questione sociale, non solo un problema individuale, e pertanto richiede un approccio multi-settoriale e multi-disciplinare, culturalmente rilevante. La [World Health Organization](#) ha sviluppato il documento "[Raccomandazioni globale sulla attività fisica per la salute](#)", in cui sono fornite indicazioni sui "*dosaggi*" di attività fisica necessaria per la prevenzione di malattie non trasmissibili in base a frequenza, durata, intensità, tipo e quantità totale. Le raccomandazioni sono indirizzate a tre fasce di età, selezionate tenendo in considerazione la natura e la disponibilità dei dati scientifici relativi: 5-17 anni; 18-64 anni; e dai 65 anni in su.

MALATTIE NON TRASMISSIBILI

Sono malattie di lunga durata e generalmente di lenta progressione. I quattro tipi principali di malattie non trasmissibili sono: le malattie cardiovascolari (come infarto e ictus), il cancro, le malattie respiratorie croniche (come l'asma), il diabete. Le malattie non trasmissibili (NCD) uccidono più di 36 milioni di persone ogni anno: circa l'80% di tutte le morti malattie croniche si verificano nei paesi a basso e medio reddito.