



INVECCHIARE IN SALUTE, LA NUOVA SFIDA PER UNA SOCIETÀ MODERNA E SOSTENIBILE

COME PROMUOVERE SALUTE E LONGEVITÀ: LO STATO DELL'ARTE

RELATORE PROF. LUIGI FONTANA

Nei Paesi Occidentali la popolazione invecchia sempre di più. La vita media aumenta costantemente nelle società moderne e con essa anche le malattie cronico-degenerative. La maggior parte di queste malattie sono dovute a scorretti stili di vita che hanno una notevole incidenza sulla salute a tutte le età.

L'aspettativa di vita, che era di soli 45aa all'inizio del secolo scorso, è balzata al giorno d'oggi a circa 80aa, ma non si è associata ad un corrispettivo aumento degli anni vissuti in salute. Infatti, circa il 65% degli ultra sessantenni è affetto da due o più malattie croniche.

La sostenibilità della spesa sanitaria e sociale sarà quindi sempre più difficile, se non si interverrà con adeguati interventi educativi sulla popolazione per promuovere stili di vita salutari. Lo vediamo quotidianamente nei nostri nosocomi, nella accessibilità alle nuove cure farmacologiche, nella pianificazione delle spese sanitarie. Il riflesso di queste criticità sulle spese sociali è un passo breve ed è facile immaginare come questo comporti la comparsa di nuove povertà e l'aumento di isolamento per le persone più svantaggiate. In questo scenario le risorse economiche per gli investimenti per i giovani e per le innovazioni non possono essere reperite. L'invecchiamento attivo è quindi un diritto e dovere della nuova società moderna che aspira al progresso e all'investimento nelle nuove generazioni.

A Trieste su 204.338 residenti, ben 57.805 hanno più di 65 anni (28,3%) con un indice di vecchiaia che è tra i più alti d'Italia e in continua crescita. Per questo la città di Trieste richiama le istituzioni e associazioni a fare rete per la promozione dell'invecchiamento attivo e per la prevenzione delle malattie cardiovascolari e degenerative, come i tumori.

Lo studio nazionale passi d'argento ha messo in evidenza che la gran parte degli ultrasessantenni è in sovrappeso, non consuma le quantità indicate dalle linee guida di frutta e verdura e 1 su 10 è ancora fumatore. Anche il dato della nostra provincia mette in evidenza queste criticità.

LILT e AIGO alla 50BARCOLANA 2018 hanno promosso la campagna di prevenzione dei tumori del colonretto "COLONRESPONSABILITÀ" con un forte richiamo all'adozione di stili di vita sani nella popolazione over 50. Recentemente LILT e AIGO hanno firmato un protocollo di intesa che prevede la promozione di programmi di educazione alla salute attraverso eventi culturali e campagne di informazione e comunicazione su tutto il territorio nazionale.

In questo contesto si colloca l'evento che vede come relatore il prof. Luigi Fontana, dove l'invecchiamento attivo diventa un investimento e un dovere etico per una società moderna sostenibile. Il prof. Luigi Fontana,

professore di medicina e nutrizione, è considerato il “guru” della biologia del rallentamento dei processi dell’invecchiamento e della prevenzione delle patologie cronico-degenerative con gli stili di vita.

Il prof. Luigi Fontana, medico e ricercatore, ha al suo attivo, oltre a molteplici riconoscimenti scientifici e responsabilità editoriali, numerosi studi pubblicati su pregiose riviste internazionali che riguardano gli effetti di diete ed esercizio fisico sul rallentamento dell’invecchiamento e sulla prevenzione sulle patologie cardiovascolari, metaboliche e tumorali. È stato dirigente di ricerca del reparto nutrizione ed invecchiamento del Dipartimento di sanità pubblica veterinaria e sicurezza alimentare dell’Istituto Superiore di Sanità e fino allo scorso anno ha lavorato all’Università di Brescia e alla Washington University. Il prof. Luigi Fontana è anche autore di famosi libri come “La Felicità ha il sapore della salute” e “La grande via. Alimentazione, Movimento, Meditazione per una lunga vita felice, sana e creativa.”

Attualmente il prof. Fontana è Professore di medicina e nutrizione, Direttore del programma clinico e di ricerca per l’invecchiamento in salute dell’Università di Sidney in Australia.

L’evento è rivolto alla cittadinanza nell’ottica dei programmi di educazione e promozione della salute e vuole essere un’occasione per illustrare le più recenti evidenze scientifiche, al fine di consentire ai cittadini di vivere una vita sana, attiva, creativa e indipendente fino a tarda età. La conferenza gratuita e aperta al pubblico sarà tenuta il 17 aprile al MIB Trieste School of Management, Largo Caduti di Nassiriya, 1 INDICATIVAMENTE ALLE ORE 16.00.

Il Presidente LILT Trieste

Prof. Bruna Scaggiante



Il Direttore SC Gastroenterologia ASUITS

Dott. Fabio Morica

