



[Home](#) / [Salute oggi](#) / [Notizie e aggiornamenti](#) / [Anziani a rischio fragilità, dall'Iss una App per riconoscerli e promuoverne l'attività fisica](#)

23 luglio 2020

News

Anziani a rischio fragilità, dall'Iss una App per riconoscerli e promuoverne l'attività fisica

È stata sviluppata dall'Istituto superiore di sanità (Iss) una App rivolta agli operatori socio-sanitari allo scopo di identificare gli anziani a maggior rischio di fragilità a causa del loro scarso livello di attività fisica e poterli indirizzare verso percorsi di **attività fisica** idonei alle loro condizioni.

L'iniziativa è stata intrapresa anche alla luce dei risultati dalla sorveglianza di popolazione "Passi d'argento, 2016-2018" che ha fornito una misura in ambito epidemiologico della fragilità fra gli **ultra65enni**, misurata sulla perdita di autonomia nello svolgimento di alcune attività strumentali e/o fondamentali della vita quotidiana. Più precisamente, è stato definito **anziano** fragile l'individuo autonomo in tutte le attività fondamentali della vita quotidiana (Adl: mangiare, vestirsi, lavarsi, spostarsi da una stanza all'altra, essere continenti, usare i servizi per fare i propri bisogni) ma non autonomo nello svolgimento di due o più attività strumentali (Iadl: preparare i pasti, effettuare lavori domestici, fare la spesa, assumere farmaci, fare il bucato, utilizzare i mezzi di trasporto, gestirsi economicamente, utilizzare il telefono). Dall'indagine è emerso che il 19% degli **anziani** in Italia è a rischio di fragilità. Tale condizione si aggrava con l'età, riguardando nello specifico il 12% dei 65-74enni e il 30% tra gli ultra 85enni, ed è fortemente associata allo svantaggio socio-economico (sale al 28% fra le persone con molte difficoltà economiche e al 24% tra quelle con basso livello di istruzione) e mostra evidente gradiente geografico Nord-Sud (13% nel Nord vs 24% nel Sud Isole).

Con la finalità di fornire un contributo alla prevenzione e al contrasto di questo fenomeno, l'Iss ha dunque realizzato questa App che si basa sul questionario "Physical activity scale for the elderly" (Pase), validato a livello internazionale per "misurare" l'attività fisica praticata dagli ultra65enni e utilizzato anche in "Passi d'argento". La novità tecnologica è stata impiegata in alcune realtà regionali come strumento di screening di comunità per individuare gli anziani a rischio di fragilità da indirizzare a percorsi di promozione dell'attività fisica. La valutazione da parte degli operatori che hanno utilizzato lo strumento è stata molto positiva ed è prevista la diffusione della App in tutte le regioni tra gli operatori sanitari, al termine della sperimentazione. Gli ultra65enni arruolati nel progetto e inseriti in programmi di promozione all'attività fisica sono stati seguiti nel tempo e si è potuto verificare come la compliance allo studio sia stata alta.

Cerca nel sito

Cerca in

Patologie mediche

- [Cataratta](#)
- [Artrite reumatoide](#)
- [Alzheimer](#)
- [Arteriosclerosi](#)
- [Artrosi](#)

[VEDI TUTTE](#)


Farmaci dalla A alla Z

Elenco di tutti i farmaci in ordine alfabetico, dalla A alla Z

[Scopri di più](#)

Inoltre, la percezione dello stato di salute e benessere e i sintomi di depressione misurati all'inizio e al termine dello studio sono migliorati significativamente.

«Se da una parte l'allungamento della vita media è il risultato di continui e importanti traguardi in campo diagnostico e terapeutico, dall'altra l'aumento della proporzione di anziani, che diventano gli utenti principali delle risorse sanitarie, impone un'attenzione crescente alla promozione di un invecchiamento sano e attivo e all'ottimizzazione delle opportunità di salute, di accesso equo alla prevenzione e alle cure» afferma Benedetta Contoli dell'Iss, responsabile scientifica del progetto Ccm (Centro nazionale per la prevenzione e il controllo delle malattie) "Supporto e valorizzazione della joint action «Frailty prevention»", attraverso la promozione dell'attività fisica degli ultra64enni, finanziato dal ministero della Salute. «Pertanto», prosegue la ricercatrice, «avere la possibilità di identificare in termini epidemiologici quella parte di popolazione anziana più vulnerabile o a rischio di fragilità diventa cruciale per programmare, sia a livello centrale che locale, politiche mirate ed efficaci che rendano reversibile questa condizione di rischio o ne rallentino la progressione verso la disabilità. E poiché la sedentarietà è uno dei maggiori fattori predittivi della fragilità, come confermano anche i dati della sorveglianza "Passi d'argento", la prevenzione e il contrasto della fragilità nell'anziano passa anche attraverso la lotta alla sedentarietà e la promozione dell'attività fisica e del movimento».

Fonte: Doctor33

Istituto Superiore di Sanità <https://www.iss.it/en/home>

Terza età Salute oggi Notizie e aggiornamenti

Notizie e aggiornamenti:

- [Notizia successiva: Vaccino antinfluenzale, le novità per la prossima stagione](#)
- [Notizia precedente: Isolamento sociale: è un fattore di rischio? I risultati di una ricerca tedesca](#)
- [Archivio Notizie e aggiornamenti](#)
- [Articoli di terza età](#)

Vedi anche:

- [#coronavirus: un numero verde per aiutare psicologicamente gli anziani soli](#)
- [70...e adesso? Dieci minuti di allenamento per recuperare forza, equilibrio e flessibilità](#)
- [#coronavirus, più colpiti gli anziani. Intervista al geriatra Filippo Fimognari](#)
- [70...e adesso? Un programma per smettere di fumare](#)
- [70... e adesso?](#)
- [70...e adesso? Come raggiungere il benessere](#)
- [70... e adesso?](#)
- [Hai problemi di memoria?](#)
- [Problemi di prostata?](#)
- [Ossa da restaurare?](#)
- [Patologie: Artrite reumatoide](#)
- [Patologie di Terza età](#)
- [Domande e risposte di Terza età](#)

Ultimi articoli



Terza età

06 maggio 2020

Speciale Coronavirus

#coronavirus: un numero verde per aiutare psicologicamente gli anziani soli



Terza età

08 aprile 2020

Notizie e aggiornamenti

70...e adesso? Dieci minuti di allenamento per recuperare forza, equilibrio e flessibilità



Terza età

29 marzo 2020

Speciale Coronavirus

#coronavirus, più colpiti gli anziani. Intervista al geriatra Filippo Fimognari

Seguici su:

