

La prevenzione nel terzo millennio. Il ruolo delle terme.

Sirmione, 20 novembre 2017 – Le malattie croniche non trasmissibili (MCNT), principalmente **malattie cardiovascolari, cancro, malattie respiratorie croniche e diabete, rappresentano l'epidemia più grave del terzo millennio. Sono responsabili di quasi il 70% della mortalità globale e di oltre il 90% di quella del nostro Paese e di tutti i Paesi ad economia avanzata.** Una vera e propria epidemia che ha gravi ripercussioni sulla qualità di vita della popolazione e un impatto socio-economico importante. La prevenzione delle malattie croniche non trasmissibili si fonda sull'adozione di stili di vita salutari, un'alimentazione più equilibrata, l'eliminazione dell'abitudine al fumo di tabacco, un'attività fisica regolare e la promozione di un ecosistema libero dall'inquinamento. Interventi coordinati e integrati sui principali fattori di rischio sono prioritari e indispensabili per migliorare la salute, la qualità della vita e il benessere del singolo e della società.

Oggi alle terme viene tenuta in forte considerazione la necessità di rispondere alle esigenze di prevenzione e di gestione delle patologie croniche e degenerative che, come già sottolineato dal Ministro Lorenzin, devono essere valutate in maniera appropriata e precoce perché gli interventi di prevenzione in ambito termale siano efficaci anche nel ridurre l'impatto delle riacutizzazioni e delle complicanze.

Il Servizio Sanitario Nazionale, con il decreto sui Livelli Essenziali di Assistenza (LEA) del 2017, garantisce per molte e rilevanti patologie l'erogazione delle cure termali con finalità preventiva oltre che curativa e riabilitativa, tenendo conto delle consistenti evidenze scientifiche e del significativo risparmio in ambito sanitario.

Fin dal 2014 l'Organizzazione Mondiale della Sanità riconosce alle cure termali un ruolo importante come presidio di salute e di prevenzione per molte malattie cronicodegenerative. Di fatto, da molto tempo **le terme in Europa fanno già parte di quella rete di strutture idonee ad un ruolo significativo nella cura integrata di molte patologie croniche** in tutte le fasce di età. Da evidenziare che i trattamenti termali, per svariate patologie muscoloscheletriche, reumatiche, respiratorie, della pelle e altre malattie sono inclusi nei LEA del Servizio Sanitario Nazionale.

Terme di Sirmione è in linea con la dichiarazione del Ministro della Salute e sta specializzando e sviluppando la propria attività e offerta in questa direzione. **I programmi di prevenzione, fra loro integrati, e i check up di Terme di Sirmione hanno la finalità di contrastare i 4 grandi fattori di rischio** (ipertensione, fumo, alcol, sovrappeso). A tal fine sono stati introdotti nuovi servizi e ambiti di competenza che si integrano con le rinomate specializzazioni di Terme di Sirmione in **Otorinolaringologia, Broncopneumologia e Reumatologia: Dermatologia Clinica ed Estetica, Ginecologia e Uroginecologia, Servizio Nutrizionale, Riabilitazione, Osteopatia e Servizio Vascolare.**

Le moderne strategie terapeutiche prevedono l'impiego di interventi diagnostico-terapeutici precoci, integrati e multidisciplinari, nell'ambito di programmi coerenti focalizzati sulla prevenzione e sugli stili di vita per tutte le fasce d'età: Bambini sani, Salute dei giovani adulti, Salute degli anziani e Salute della Donna.

Sottolinea **Alberto Ugazio, Direttore Istituto per la Salute del Bambino e dell'Adolescente, IRCCS Ospedale Pediatrico Bambino Gesù di Roma:** *“Nel recente passato milioni di bambini morivano ogni anno di malattie infettive e le strategie di prevenzione, igiene personale e ambientale, vaccinazioni, si focalizzavano su queste. Il problema di oggi è rappresentato dalle malattie croniche non trasmissibili prevenibili con l'adozione di salutari stili di vita, difficoltosi però da adottare in età adulta. E' quindi sempre più evidente che l'approccio ottimale è l'adozione di stili di vita salutari quanto più precocemente possibile, quindi fin dai primi anni di vita. Gli studi condotti in questi ultimi vent'anni dimostrano in modo ormai solido che le influenze dell'ambiente durante le prime fasi della vita – dal concepimento fino approssimativamente al secondo anno (“i primi 1000 giorni”) – condizionano il rischio biologico di andare incontro a malattie non trasmissibili molto più tardi nel corso della vita. La Pediatria, che ha svolto negli ultimi cent'anni un ruolo cruciale nella prevenzione delle malattie infettive, nel crollo della mortalità infantile e nello straordinario incremento dell'aspettativa di vita, deve oggi affrontare una nuova sfida: prevenire in età pediatrica l'epidemia delle MCNT che coinvolge prevalentemente l'adulto e l'anziano.”*

Le malattie cardiovascolari contribuiscono in modo determinante alla cosiddetta epidemia di malattie croniche non trasmissibili, e rappresentano la prima causa di morbilità e mortalità in tutto il mondo. In Europa esse sono responsabili di eventi fatali in più del 40% dei casi negli uomini e in più del 50% nelle donne. Sottolinea **Enrico Agabiti Rosei, Direttore Dipartimento di Medicina degli Spedali Civili di Brescia già Direttore del Dipartimento di Scienze Cliniche e Sperimentali dell'Università degli Studi di Brescia:** *“La World Heart Federation ha lanciato una campagna per ridurre del 25% la mortalità per malattie cardiovascolari entro il 2025 (“25 by 25 Global Target”) ed ha stabilito alcuni obiettivi prioritari per*

raggiungere questo scopo: riduzione del 10% dell'uso di alcolici e della sedentarietà, riduzione del 30% dell'assunzione di sale e del consumo di tabacco, riduzione del 25% dei casi di ipertensione, nessun aumento dell'incidenza di obesità e diabete. Purtroppo, un enorme problema è rappresentato dalla scarsa aderenza alle indicazioni per un corretto stile di vita e alla terapia farmacologica prescritta. I fattori di rischio tradizionali conosciuti non esauriscono tutte le cause di malattie cardiovascolari. Infatti, si sono aggiunte nuove cause e meccanismi fisiopatologici, ancora oggi da definire completamente, che tuttavia devono essere considerati per un approccio completo ed efficace. Sarà importante approfondire il ruolo delle malattie infiammatorie sistemiche, di nuove terapie come i farmaci anticancro, dell'inquinamento atmosferico e dei fattori psicosociali.”

Sottonlinea **Carlo Sturani, Direttore Scientifico Sanitario di Terme di Sirmione e Specialista in Malattie dell'Apparato Respiratorio**: “La ricorrente e sempre più grave emergenza smog favorisce lo sviluppo di malattie croniche dell'apparato respiratorio e cardiocircolatorio determinando frequenti e gravi riacutizzazioni dei sintomi in chi già ne è affetto. La broncopneumopatia cronica ostruttiva (BPCO) è tra i principali responsabili della mortalità e nel 2030 diverrà la terza causa di morte a livello mondiale. In Italia è la causa del 50% circa delle morti per malattie respiratorie. Un aiuto contro queste patologie può arrivare dalle cure termali con acque sulfuree. Lo confermano le evidenze di decine di studi clinici, molti dei quali condotti con la collaborazione della Fondazione per la Ricerca Scientifica Termale (FoRST), pubblicati su autorevoli riviste scientifiche che hanno dimostrato l'efficacia delle cure termali non solo per malattie otorinolaringoiatriche quali laringofaringite, rinosinusite e otite cronica ma anche per bronchiti croniche e gravi come la BPCO associata ad un'aumentata risposta infiammatoria cronica delle vie aeree e del polmone a particelle nocive o gas. **I benefici delle cure termali per le vie respiratorie** si fondano su molteplici meccanismi d'azione. Le cure termali inalatorie con acque sulfuree svolgono un'azione mucolitica, antiossidante ed antinfiammatoria molto importante per migliorare i sintomi, diminuire la frequenza e la gravità delle riacutizzazioni e contribuire a contrastare la progressione del danno broncopolmonare indotto dal fumo e dall'inquinamento. In questo contesto, **il Progetto Respiro formulato da Terme di Sirmione** consiste nell'eseguire visite specializzate e test appropriati per rimuovere o ridurre i fattori di rischio (prevenzione primaria), e per prevenire le conseguenze delle malattie respiratorie croniche con diagnosi e interventi precoci e appropriati (prevenzione secondaria). **Programmi e Check up** appropriati per fumatori (anche passivi), russatori, persone in sovrappeso e per coloro che hanno tosse frequente, catarro, malattie che coinvolgono bronchi e polmoni. **L'idrogeno solforato che caratterizza le acque sulfuree come quelle di Sirmione, diminuisce lo stato infiammatorio in generale**: non solo nella BPCO, ma anche in situazioni caratterizzate da infiammazione ad andamento cronico e ripetitivo in altri organi come la pelle, in particolare nei casi di **psoriasi e dermatite atopica**. **Osteoporosi, arteriosclerosi e ipertensione, Alzheimer e Parkinson sono oggi le nuove frontiere della ricerca sui benefici delle acque termali sulfuree**: su questo versante gruppi di ricerca italiani e stranieri hanno dimostrato negli ultimi 10 anni che **i solfuri contenuti nell'acqua termale sono in grado di ritardare la progressione di queste patologie grazie alle azioni antinfiammatoria, antiossidante e trofica**. I risultati della recente **Consensus Conference Italiana sulla riabilitazione in ambito termale presentati nel 2017 dal Ministero della Salute confermano il ruolo della riabilitazione in ambito termale in termini di qualità di vita dei pazienti con patologie muscolo-scheletriche e di riduzione delle liste d'attesa e della spesa sanitaria.**”

Sono numerose le evidenze scientifiche che dimostrano in modo crescente l'efficacia della medicina termale e dell'uso delle sue acque, in particolare di quelle sulfuree in cui si evidenzia il ruolo dell'idrogeno solforato, H₂S come gas trasmettitore nella prevenzione dei processi infiammatori cronici.

Come sottolinea **Giuseppe Cirino, Professore ordinario di Farmacologia all'Università degli Studi di Napoli Federico II, tra i primi 100 ricercatori italiani nel mondo e tra i primi 10 ricercatori in Italia nella disciplina farmacologia**: “L'idrogeno solforato riveste un ruolo importante nell'omeostasi di diversi sistemi del nostro organismo come quello nervoso, respiratorio e cardiocircolatorio. In questi ultimi 10 anni sono stati condotti studi e si sono accumulati dati sperimentali che hanno dimostrato il coinvolgimento di H₂S nella modulazione del tono della pressione sanguigna, delle funzioni cardiache della nocicezione, e nella regolazione della risposta infiammatoria polmonare e nella funzione erettile.”

La terapia termale è riconosciuta come efficace e appropriata per molte patologie croniche o recidivanti dai cittadini “pazienti” e dai medici di famiglia che constatano una riduzione delle riacutizzazioni, dell'impiego di farmaci e ospedalizzazione che si mantiene nel tempo con una vera e propria azione di prevenzione per tutte le fasce di età. **La medicina termale oggi si sta strutturando come Medicina del Benessere e della Salute destinata a supportare la consapevolezza dell'essere in buona salute, ponendo attenzione agli stili di vita, alle cure da dedicare al proprio fisico, alla nutrizione e alla gestione dell'attività fisica.**