

PRESENTAZIONE

In Italia la popolazione over 65 rappresenta il 23,5 % del totale ed è in continuo aumento, le previsioni demografiche per i prossimi decenni indicano un aumento ulteriore della componente anziana (28,4% nel 2035).

L'Organizzazione delle Nazioni Unite (ONU) ha proclamato il 2021-2030 come il Decennio dell'invecchiamento in buona salute (*Decade of Healthy Ageing*) e l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) sta promuovendo azioni internazionali volte a migliorare la vita delle persone anziane, delle loro famiglie e delle comunità. Attraverso la campagna di comunicazione si intende trasmettere il messaggio che, a ogni età, una buona salute può dipendere da una gamma di comportamenti di autotutela: corretta alimentazione, attività fisica e modalità di fruizione del tempo libero. I messaggi riguarderanno gli stili di vita: ciò che è consigliabile fare o non fare per garantirsi un'aspettativa di vita tanto lunga quanto sana promuovendo azioni di prevenzione delle malattie legate all'età, cominciando prima possibile. La promozione di corrette abitudini alimentari e dell'attività fisica negli anziani è non solo uno strumento di miglioramento dello stato di salute, ma anche un mezzo per aumentare le opportunità di socializzazione.

Grazie al contributo di professionisti del mondo dei Servizi sanitari e dell'Università, i gruppi di lavoro "Alimenti e Nutrizione" e "Scienze Motorie per la Salute" della Società Italiana di Igiene, Medicina Preventiva e Sanità Pubblica (SItI) hanno realizzato questo volume rivolto ai professionisti della sanità, alle associazioni del terzo settore e alla popolazione in generale per fornire suggerimenti e promuovere interventi di prevenzione dell'osteoporosi e delle sue complicanze che in Italia interessano circa 3,5 milioni di donne ed 1 milione di uomini con una prospettiva di aumento per il progressivo invecchiamento della popolazione.

Il progetto è coerente con gli obiettivi della campagna di ONU e OMS inerente il “Decennio dell’invecchiamento in buona salute”, con gli obiettivi di salute del Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza Next generation ed il Piano Nazionale della Prevenzione 2020-25 ed intende fornire uno strumento utile anche alla declinazione ed attuazione dei Piani Regionali della Prevenzione.

Il coordinatore
Gdl Alimenti e Nutrizione
Emilia Guberti

Il coordinatore
Gdl Scienze Motorie per la salute
Giorgio Brandi

Bibliografia

1. WHO Decade of Healthy Ageing Baseline Report 2020
2. Istituto nazionale di statistica (ISTAT) - Previsioni della popolazione residente e delle famiglie 2021
3. Consiglio dei Ministri -Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza Next generation
4. Ministero della Salute - Piano Nazionale della Prevenzione 2020-25