Fattori di rischio nella salute e nella malattia

Introduzione

Salute e benessere sono influenzati da molti fattori: quelli associati alla salute precaria, alla disabilità, alla malattia o alla morte sono conosciuti come fattori di rischio. Un fattore di rischio è una caratteristica, condizione o comportamento che aumenta la probabilità di contrarre una malattia o una lesione. I fattori di rischio sono spesso presentati individualmente, tuttavia nella pratica non si verificano da soli. Spesso coesistono e interagiscono l'un l'altro. Ad esempio, la mancanza di attività fisica causerà nel corso del tempo un aumento del peso, pressione arteriosa elevata e alti livelli di colesterolo. Insieme, questi fattori aumenteranno significativamente la probabilità di sviluppare una malattia cardiaca cronica e altri problemi correlati. Popolazioni che invecchiano e una più lunga aspettativa di vita hanno portato sul lungo termine a un aumento di malattie e disabilità (croniche) con elevati costi terapeutici.

Vi è una crescente domanda di assistenza sanitaria che pone il settore sotto pressione dal punto di vista del budget, il quale non viene sempre rispettato. È importante che la società e gli utenti del sistema sanitario comprendano le cause e i fattori di rischio all'origine delle malattie, in modo da poter partecipare attivamente alla prevenzione e a programmi terapeutici disponibili a costi contenuti.

In generale, i fattori di rischio possono essere suddivisi nei seguenti gruppi di categorie:

- Comportamentali
- Fisiologici

- Demografici
- Ambientali
- Genetici

Di seguito sono descritti in maggior dettaglio.

Tipi di fattore di rischio

Fattori di rischio comportamentali

I fattori di rischio comportamentali di solito sono associati ad “azioni” che l’individuo ha scelto di intraprendere. Possono quindi essere eliminati o ridotti tramite scelte di stile di vita o comportamentali. Esempi di fattori di rischio di questo tipo comprendono:

- consumo di tabacco da fumo
- consumo eccessivo di alcolici
- scelte nutrizionali
- mancanza di attività fisica
- periodi di esposizione al sole troppo prolungati senza adeguata protezione
- mancanza di certe vaccinazioni
- sesso non protetto.

Fattori di rischio fisiologici

I fattori di rischio fisiologici sono quelli relativi all’organismo o alla biologia individuale. Possono essere influenzati da una combinazione di fattori genetici, di stile di vita e altri fattori generici. Esempi di fattori di rischio di questo tipo comprendono:

- stato di sovrappeso o obesità
- pressione arteriosa elevata
- livelli elevati di colesterolo nel sangue
- livelli elevati di zucchero (glucosio) nel sangue.

Fattori di rischio demografici

I fattori di rischio demografici sono quelli relativi alla popolazione generale. Esempi di fattori di rischio di questo tipo comprendono:

- età
- sesso
- sottogruppi di popolazione, come l'occupazione, la religione o il reddito.

Fattori di rischio ambientali

I fattori di rischio ambientali coprono un'ampia gamma di tematiche quali fattori sociali, economici, culturali e politici così come fisici, chimici e biologici. Esempi di fattori di rischio di questo tipo comprendono:

- accesso ad acqua pulita e igiene
- rischi sul posto di lavoro
- inquinamento atmosferico
- ambiente sociale.

Fattori di rischio genetici

I fattori di rischio genetici sono associati ai geni di un individuo. Alcune malattie, come la fibrosi cistica e la distrofia muscolare, hanno origine interamente dal corredo genetico di un individuo. Molte altre malattie, come l'asma o il diabete, riflettono l'interazione tra i geni dell'individuo e fattori ambientali. Altre malattie, come l'anemia falciforme, sono più prevalenti in certi sottogruppi di popolazione.

Rischi globali di mortalità e

fattori demografici

Nel 2004, il numero di decessi totali a livello globale per qualsiasi causa è stato di 59 milioni di persone.

La tabella sottostante mostra i dieci fattori di rischio più comuni che hanno causato una gran parte dei decessi totali a livello globale nel 2004, secondo l'Organizzazione mondiale della sanità (OMS). I sei fattori di rischio più diffusi sono tutti associati al possibile sviluppo di malattie a lungo termine come malattia cardiaca, diabete e tumori.

Tabella: I numeri dei dieci rischi più comuni di mortalità (decesso) a livello globale secondo l'OMS, 2004

Classifica	**Fattori di rischio**	**% di decessi totali**
1	Pressione arteriosa elevata	12.8
2	Consumo di tabacco da fumo	8.7
3	Livelli elevati di glucosio nel sangue.	5.8
4	Mancanza di attività fisica	5.5
5	Stato di sovrappeso o obesità	4.8
6	Livelli elevati di colesterolo	4.5

7	Sesso non protetto	4.0
8	Consumo di alcolici	3.8
9	Sottopeso infantile	3.8
10	Fumo da combustibili solidi in ambiente chiuso	3.0

La classifica osservabile nella precedente tabella cambia se vengono presi in considerazione il reddito e altri fattori demografici.

Reddito

Per quanto riguarda i paesi a reddito medio ed elevato, i più importanti fattori di rischio sono quelli associati a malattie a lungo termine, mentre in paesi a basso reddito, sono molto più diffusi fattori come la malnutrizione infantile e il sesso non protetto.

Età

I fattori di rischio cambiano anche con l'età. Alcuni fattori di rischio incidono esclusivamente sui bambini come la malnutrizione e il fumo in ambienti chiusi proveniente da combustibili solidi. Per gli adulti, vi sono differenze considerevoli secondo l'età:

- Sesso non protetto e sostanze che danno dipendenza (ad esempio, il tabacco e l'alcool) sono la causa della maggior parte dei problemi di salute nei giovani adulti.
- I fattori di rischio per malattie a lungo termine e tumori colpiscono principalmente gli adulti di età più avanzata.

Sesso

Esistono inoltre differenze legate al sesso. Ad esempio, gli uomini hanno una maggiore probabilità di essere a rischio per fattori associati alle sostanze che causano dipendenza. Le donne sono soggette a soffrire di carenza di ferro durante la gravidanza.

Riduzione dell'esposizione ai fattori di rischio

La riduzione del contatto (dell'esposizione) ai fattori di rischio migliorerebbe notevolmente la salute generale e aumenterebbe di molti anni l'aspettativa di vita, abbassando quindi i costi per l'assistenza sanitaria. Vedere anche la scheda informativa riguardante il Progetto SCORE, esempio di come i fattori di rischio influenzino in modo considerevole la salute e l'aspettativa di vita.

Riferimenti bibliografici

1. World Health Organisation (2009). *Global health risks: Mortality and burden of disease attributable to selected major risks*. Geneva: World Health Organization.Retrieved 12 July, 2021, from: https://www.who.int/healthinfo/global_burden_disease/GlobalHealthRisks_report_full.pdf
2. Australian Institute of Health and Welfare (2015). *Risk factors to health*. Retrieved June 23, 2015, from http://www.aihw.gov.au/risk-factors/

Allegati

- Scheda informativa: il Progetto SCORE
  Size: 199,973 bytes, Format: .docx

Questa scheda illustrativa utilizza il Progetto SCORE come esempio dell’influenza considerevole dei fattori di rischio sulla salute e l’aspettativa di vita e di cosa un individuo possa fare concretamente per ridurre l’impatto di questi fattori di rischio sulla propria salute e sul proprio benessere.

- Fattori di rischio nella salute e nella malattia
  Size: 376,608 bytes, Format: .pptx
  Per saperne di più sui fattori di rischio che interessano la salute e la malattia.

A2-1.01-V1.2