



Co-funded by  
the Health Programme  
of the European Union

**advantAGE**  
MANAGING FRAILTY

# ADVANTAGE

## Joint Action

Rapporto Layman sullo stato  
dell'arte della prevenzione e  
gestione della fragilità degli anziani

*N° 1 (Aprile, 2018)*

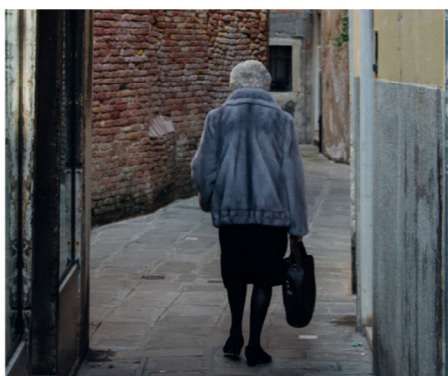
# Introduzione

L'invecchiamento demografico è una delle rilevanti sfide che l'Europa si trova ad affrontare. Le persone anziane sono maggiormente esposte al rischio di fragilità e di sviluppare disabilità; tale problematica ha un impatto sul benessere dell'individuo, aggravando la sostenibilità dei sistemi sanitari.

Tuttavia, la fragilità non è una conseguenza inevitabile dell'invecchiamento, ma può essere prevenuta e trattata per favorire una vita più lunga e più sana. E' pertanto strategico sviluppare evidenze che rendano la fragilità una priorità dell'agenda politica di salute pubblica in Europa.

La Commissione Europea, il Parlamento e diversi Stati membri (SM) hanno cofinanziato, attraverso il Terzo programma per la salute dell'Unione europea (UE) 2014-2020, la prima Azione Congiunta (JA) sulla prevenzione della fragilità, ADVANTAGE, che riunisce 33 partner provenienti dai 22 SM, per una durata di 3 anni.

Il rapporto sullo stato dell'arte di ADVANTAGE JA (SoAR) è il primo passo concreto verso un approccio comune per affrontare la fragilità a livello europeo. Offre una panoramica di ciò che realmente funziona in termini di prevenzione e gestione della fragilità, basandosi su quattro fonti principali: articoli peer-reviewed, letteratura grigia, buone pratiche identificate a livello europeo e i risultati di alcuni progetti finanziati dall'UE. Le conclusioni del rapporto SoAR sono riportate di seguito nelle 13 domande.



## Fragilità: definizione e frequenza

1

### Qual è la definizione di fragilità adottata dalla JA ADVANTAGE?

La JA ADVANTAGE abbraccia la definizione data dall'OMS: *la fragilità è un progressivo declino dei sistemi fisiologici correlato all'invecchiamento, con conseguente diminuzione delle capacità di riserva intrinseca, che conferisce estrema vulnerabilità a fattori di stress ed espone l'individuo ad un rischio elevato di conseguenze negative sulla salute* (OMS, 2015).

2

### Qual è il rapporto tra fragilità e multimorbilità?

Multimorbilità, disabilità e fragilità sono entità cliniche distinte ma causate spesso dagli stessi fattori. Sono

associate tra loro e possono sovrapporsi. Occorre però distinguerle, perché la fragilità è maggiormente predittiva di esiti avversi, rispetto alla multimorbilità.

La fragilità non è predittiva della presenza di malattia.

La fragilità è molto comune: in Europa, una persona su dieci, di età pari o superiore a 65 anni, è fragile.

### 3 Quanto è diffusa la fragilità negli Stati membri partner di progetto della JA ADVANTAGE?

### 4 Quanti nuovi casi si prevedono in futuro?

Non ci sono sufficienti informazioni a riguardo. Tuttavia, poiché la fragilità è fortemente associata all'età, a causa dell'invecchiamento della popolazione europea, si prevede un aumento del numero di nuovi casi (incidenza).

### 5 Può una persona fragile migliorare la sua situazione (diventare meno fragile) senza alcun supporto?

La fragilità è una condizione potenzialmente reversibile che può regredire spontaneamente verso uno stato di non fragilità, soprattutto nelle sue fasi iniziali. Tuttavia, non ci sono evidenze su quanto spesso ciò avvenga senza un adeguato intervento. Fattori come l'attività fisica e l'esercizio possono aiutare a far regredire la fragilità, mentre le condizioni di fragilità più avanzate hanno meno probabilità di regredire.



## Affrontare la fragilità



### 6 Quali screening per la fragilità?

La JA ADVANTAGE raccomanda screening mirati per individui di età superiore ai 70 anni nell'ambito dell'assistenza sanitaria pubblica. ADVANTAGE propone l'uso di strumenti di screening che abbiano quattro caratteristiche:

1. rapidità di somministrazione (durata non superiore ai 10 minuti);

2. non necessità di attrezzature speciali;
3. strumenti validati;
4. espressamente progettati per scopi di screening.

I seguenti strumenti soddisfano le quattro caratteristiche: Scala clinica per la fragilità (CFS); Scala di Edmonton (EFS); Indice di affaticamento, resistenza, malattia della deambulazione, perdita di peso (FRAIL index); Inter-Frail; Prisma-7; Questionario Postale Sherbrooke; Breve batteria fisica prestazione (SPPB) o Indice di Studi di fratture osteoporotiche (SOF).

**7**

## Come può essere diagnosticata la fragilità?

La fragilità, negli anziani non disabili, dovrebbe essere diagnosticata utilizzando una scala validata. La JA ADVANTAGE propone: l'Indice di Fragilità dei deficit accumulati (Frailty Index), il Fenotipo di fragilità del Cardiovascular Health Study (CHS), o la scala Frailty Trait.

**8**

## Come può essere gestita la fragilità?

Con uno stile di vita sano (attività fisica, dieta mediterranea, assenza di obesità e consumo di tabacco, ridotto consumo di alcol).



## Sfide di tipo organizzativo



**9**

## C'è bisogno di programmi di screening della fragilità sulla popolazione?

Recenti progetti e iniziative europee evidenziano che lo screening per la fragilità è fattibile e ben accetto nell'ambito dell'assistenza primaria negli SM della JA ADVANTAGE. L'approccio si articola in due fasi, uno screening rapido volto a identificare le persone a rischio di fragilità, seguito da una valutazione più approfondita per la conferma della diagnosi. Tale approccio dovrebbe essere sperimentato in tutta Europa, in sinergia con la valutazione dei programmi già esistenti, favorendo

l'evidenza scientifica per i futuri programmi di screening.

## 10 E' necessario monitorare la fragilità in Europa?

Il monitoraggio sull'evoluzione della fragilità risulta rilevante, poiché condizione molto diffusa in Europa e frequentemente associata alla disabilità. Purtroppo, nessun paese in Europa ha ancora adottato un processo sistematico per la sorveglianza o il monitoraggio della fragilità. Ciò potrebbe essere facilitato, includendo nella prossima revisione della classificazione internazionale delle malattie un codice specifico per tale condizione.

## 11 Quali elementi dovrebbero adottare i sistemi di assistenza sanitaria per gestire la fragilità?

La JA ADVANTAGE identifica e supporta i seguenti elementi:

- Definizione di una valutazione individuale e relativi piani di assistenza e cura.
- Gestione dei casi.
- Coordinamento dei servizi domiciliari e di comunità attraverso il continuum assistenziale, supportato dalla figura del "case manager" e dalla collaborazione con il medico di medicina generale.
- Interventi assistenziali personalizzati da team interdisciplinari in ambito fisico, cognitivo, sociale e funzionale (sia negli ospedali che nella comunità).
- Gestione efficace della continuità delle cure.
- Utilizzo di approcci di assistenza che si avvalgono di strumenti ICT.
- Adozione di procedure e policy chiare per la gestione dei processi di eleggibilità e assistenza.

## 12 I lavoratori del settore socio-sanitario sono pronti ad affrontare le sfide della fragilità?

I professionisti sanitari spesso non sono preparati a fornire un'assistenza olistica, preventiva e orientata alle necessità funzionali delle persone anziane. A tal proposito si dovrebbero promuovere ulteriori iniziative di formazione continua rivolte ai professionisti del settore sanitario sulle tematiche dell'invecchiamento, della fragilità e della disabilità.

## 13 Quali sono le aree di ricerca future sulla fragilità?

Al fine di capire meglio la natura della fragilità, migliorare gli strumenti di screening e diagnostici e testare l'efficacia degli interventi dedicati è necessario promuovere la ricerca in tale ambito, incrementando la ricerca di base, gli studi epidemiologici sulle traiettorie di prevalenza, incidenza e fragilità, convalidando le procedure di screening e diagnostiche, gli studi clinici su specifici interventi sulla fragilità, la sperimentazione di tecnologie

dell'informazione e della comunicazione (ICT),  
l'integrazione socio-sanitaria, e i servizi di cure intermedie  
e la formazione degli operatori socio-sanitari.





## La JOINT ACTION ADVANTAGE

Gestire la fragilità. Un approccio integrato per promuovere l'invecchiamento privo di disabilità in Europa: l'iniziativa ADVANTAGE

## SINTESI

I partner di ADVANTAGE JA hanno collaborato allo stato dell'arte in merito alla fragilità sulla definizione, frequenza, gestione e innovazione della ricerca, sia a livello dell'individuo, che di popolazione. I principali risultati rilevano che la fragilità è predittiva di esiti avversi, è molto frequente e può regredire. Tale condizione deve essere identificata attraverso specifici strumenti di screening e diagnostici. La prevenzione della fragilità si attua mediante l'attività fisica, la dieta adeguata e la revisione della terapia farmacologica.

I sistemi socio-sanitari dovrebbero, attraverso la continuità delle cure e una formazione mirata del personale, adottare procedure di monitoraggio, testare programmi di screening sulla popolazione, adeguando le prestazioni socio-sanitarie, per offrire interventi coordinati attraverso team multidisciplinari, definiti, personalizzati e tecnologicamente all'avanguardia.

La ricerca sulla natura e sulla gestione della fragilità va incentivata.

## DECLINO DI RESPONSABILITA'

Questa pubblicazione è stata realizzata nell'ambito della Joint Action ADVANTAGE, azione finanziata dall'Unione Europea, a valere sulle risorse del Terzo Programma per la salute, nell'ambito della convenzione n ° 724099. Questo documento riflette i risultati della ricerca e le opinioni degli autori; pertanto la Commissione Europea, o il suo rappresentante, non è responsabile dell'uso fatto delle informazioni ivi contenute.