

Informazioni generali

Le malattie croniche costituiscono la principale causa di morte quasi in tutto il mondo. Si tratta di un ampio gruppo di malattie, che comprende le cardiopatie, l'ictus, il cancro, il diabete e le malattie respiratorie croniche. Ci sono poi anche le malattie mentali, i disturbi muscolo-scheletrici e dell'apparato gastrointestinale, i difetti della vista e dell'udito, le malattie genetiche.

In generale, sono malattie che hanno origine in età giovanile, ma che richiedono anche decenni prima di manifestarsi clinicamente. Dato il lungo decorso, richiedono un'assistenza a lungo termine, ma al contempo presentano diverse opportunità di prevenzione.

Alla base delle principali malattie croniche ci sono fattori di rischio comuni e modificabili, come alimentazione poco sana, consumo di tabacco, abuso di alcol, mancanza di attività fisica. Queste cause possono generare quelli che vengono definiti fattori di rischio intermedi, ovvero l'ipertensione, la glicemia elevata, l'eccesso di colesterolo e l'obesità. Ci sono poi fattori di rischio che non si possono modificare, come l'età o la predisposizione genetica. Nel loro insieme questi fattori di rischio sono responsabili della maggior parte dei decessi per malattie croniche in tutto il mondo e in entrambi i sessi.

Le malattie croniche, però, sono legate anche a determinanti impliciti, spesso definiti come "cause delle cause", un riflesso delle principali forze che trainano le modifiche sociali, economiche e culturali: la globalizzazione, l'urbanizzazione, l'invecchiamento progressivo della popolazione, le politiche ambientali, la povertà.



Oltre ad avere un alto tasso di mortalità, le malattie croniche possono essere anche particolarmente invalidanti. Per esprimere quantitativamente l'impatto di una malattia sulla salute si utilizza una particolare unità di misura, gli anni di vita persi a causa della disabilità ([Daly, Disability Adjusted Life Year](#)). Daly è pari alla somma degli anni di vita persi a causa di una morte prematura e di quelli vissuti in malattia piuttosto che in salute.

In questo scenario, la lotta alle malattie croniche rappresenta una priorità di salute pubblica, sia nei Paesi più ricchi che in quelli più poveri. Da qui la necessità di investire nella prevenzione e nel controllo di queste malattie, da una parte riducendo i fattori di rischio a livello individuale, dall'altra agendo in maniera interdisciplinare e integrata per rimuovere le cause delle cause.

EpiCentro dedica diverse sezioni alle malattie croniche e ai relativi fattori di rischio prevenibili:

- [alcol](#)
- [alimentazione e salute](#)
- [attività fisica](#)
- [Bpco](#)
- [diabete](#)
- [fumo](#)
- [malattie cardiovascolari](#)
- [obesità](#)
- [salute mentale](#)

Malattie croniche - News

[22/5/2025 - Baby-Friendly Community & Health Services: implementazione in Italia](#)

[19/12/2024 - JA PreventNCD: primo meeting del Task 6.5 "Baby-Friendly Community&Health Services"](#)

- [tumori](#)

Stili di vita

La prevenzione e la [promozione di stili di vita sani](#) è l'arma più valida per combattere le malattie croniche. Tutti possono ridurre in modo significativo il rischio di sviluppare queste malattie semplicemente adottando abitudini salutari, in particolare evitando il fumo, avere un'alimentazione corretta, limitare il consumo di alcol e svolgere attività fisica regolare.

Prevenire le malattie croniche

Salvare 36 milioni di vite nei prossimi dieci anni: l'Oms, con un [rapporto sulla prevenzione delle malattie croniche](#), punta a combattere l'epidemia di malattie croniche nel mondo. Un documento dettagliato, che illustra come cancro, diabete e malattie cardiovascolari uccidano milioni di persone ogni anno, soprattutto nei Paesi a basso e medio reddito, incidendo negativamente anche sulle economie e le capacità di sviluppo. Un'azione coordinata ed efficace nel campo della prevenzione potrebbe portare grandi miglioramenti, anche in tempi piuttosto ristretti.

Nel 2005 anche la rivista *Lancet* aveva lanciato un allarme per una possibile [epidemia di malattie croniche](#), evitabile soltanto a fronte di un impegno politico forte e coordinato.

La strategia europea

Nella Regione europea dell'Oms, le malattie croniche provocano almeno l'86% dei morti e il 77% del carico di malattia. L'Oms ha quindi messo a punto ["Gaining health"](#), strategia europea per la prevenzione e il controllo delle malattie croniche. Di questa strategia esiste anche la traduzione in italiano, ["Guadagnare salute"](#) (pdf 300 kb), a cura del ministero della Salute.

Scarica la [strategia in italiano](#) (pdf 300 kb) e [in inglese](#) (pdf 517 kb).

La situazione in Italia

Nel 2006 il ministero della Salute ha pubblicato l'[edizione italiana del rapporto Oms](#), con una prefazione del ministro della Salute Livia Turco. Il sistema sanitario italiano è più concentrato sulle malattie acute, che richiedono un intervento rapido e puntuale. Per le patologie croniche serve invece un modello di assistenza diverso, che sposti le risorse sul territorio, per evitare non solo che le persone si ammalino, ma anche che chi è già malato vada incontro a ricadute, aggravamenti e disabilità. Le istituzioni devono quindi impegnarsi, attraverso politiche e strategie mirate: l'obiettivo è ridurre l'impatto delle malattie croniche, portando qualità e aspettative di vita a livelli accettabili in Italia e in tutti gli altri Paesi europei.

L'incidenza sempre più alta delle patologie croniche e delle loro complicanze, in larga misura prevenibili, ha portato alla definizione di un [Piano nazionale della prevenzione](#), anche sulla base del peso finanziario di queste patologie che gravano sul Servizio sanitario nazionale.

Approvato dal Consiglio dei ministri il 16 febbraio 2007, anche in Italia parte il [programma "Guadagnare salute"](#). Sulla base di una strategia comune europea, una serie di progetti e iniziative di prevenzione e comunicazione intendono promuovere l'adozione di stili di vita sani, capaci di contrastare il peso delle malattie croniche e far guadagnare così anni di vita in salute ai cittadini.