



CONFERENZA

***“Come convivere con l’anziano e
le sue incertezze”***

Giovedì 10 ottobre 2024, ore 18.30

Centro Anziani Casa Rea

Minusio

Vivere con la demenza una sfida per tutti

Giornata mondiale della
salute mentale
10.10.2024

Mirjam Rodella Sapia, MD, DD, MPH

FMH Medicina Interna Generale, HMS

Uniti Health Services Sagl

Direttrice sanitaria Casa per anziani Rea, Minusio

Istituto di Medicina di famiglia, USI, docente SUPSI





Cosa hanno in comune?

5 blue zones

Blue zones



Dan Buettner



Ikaria - dove la gente dimentica di morire

- Ogni 3a persona supera i 90 anni
- Quasi assenza di demenza e malattie croniche
- Fattori
 - Geografici
 - Culturali
 - Alimentari
 - Lifestyle
 - Senso della vita

Power-9

1. Movimento naturale
2. Avere un senso nella vita
3. Rallentare il ritmo, prendersi delle pause
4. Mangiare l'80% di ciò che sta nel piatto
5. Dieta mediterranea
6. Wine at 5: 1-2 di vino rosso al giorno
7. La Tribù giusta – fare parte di una comunità
8. Persone amate al primo posto
9. Appartenere ad un gruppo – i 5 migliori amici con cui condividere lo stesso stile di vita

11.10.2024



Dan Buettner

«Il calcolo dell'invecchiamento ci da due opzioni:

1. Possiamo vivere una vita più corta con più anni di disabilità, oppure
2. possiamo vivere la vita più lunga possibile con meno anni di malattia.

Come mi hanno insegnato i miei amici centenari, la scelta sta a noi. »



84.37

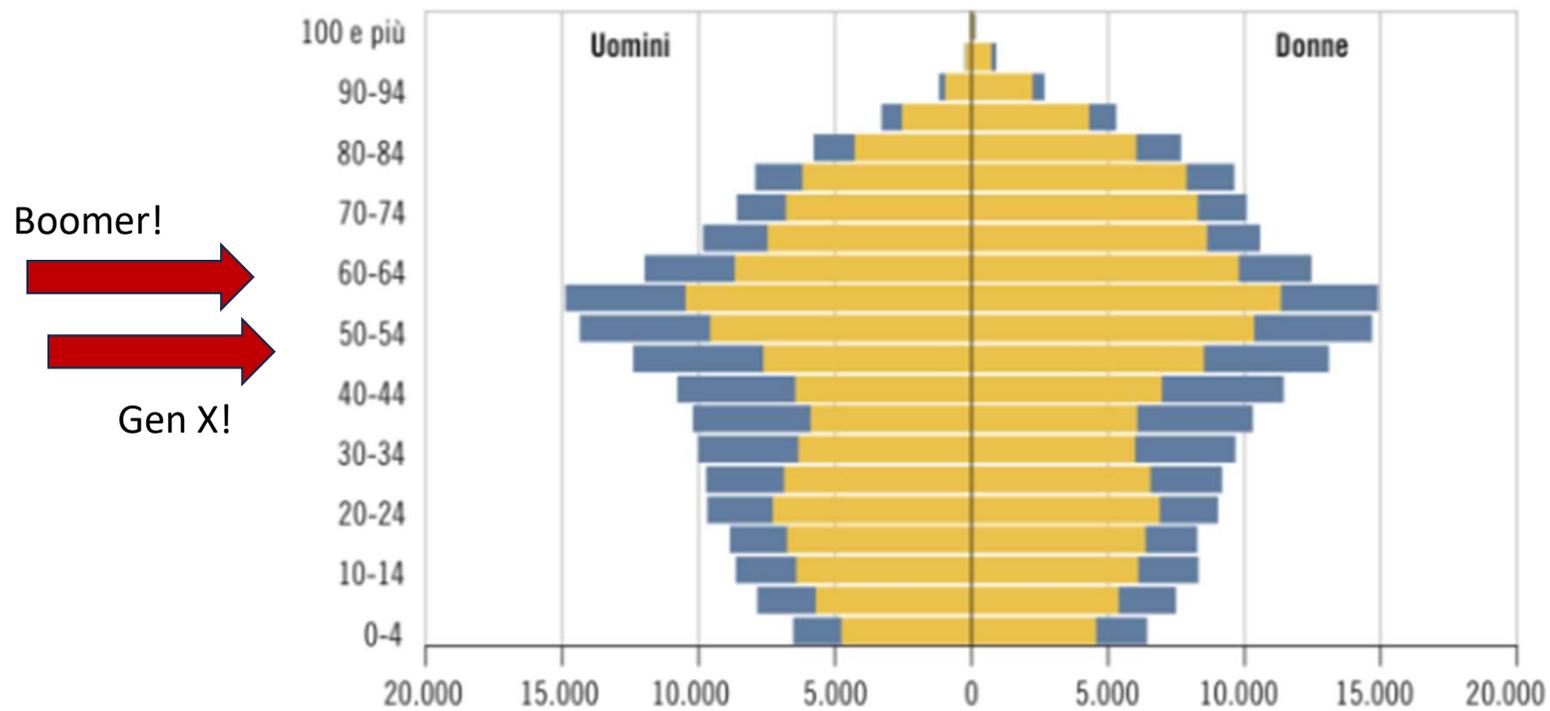
Aspettativa di vita

Similar Countries Ranked by Life Expectancy	
Country Name	2024 Life Expectancy
Hong Kong	85.42
Japan	85.15
Macao	84.81
Switzerland	84.37
Singapore	84.19
Italy	84.13
Spain	84.12
Australia	84.06
Channel Islands	83.73
Iceland	83.66

4



Il Ticino – un cantone di Boomers!



© Ufficio di statistica del Cantone Ticino, ottobre 2023

HALE e aspettativa di vita

Health-Adjusted Life Expectancy (HALE), used here as a measure of Healthy Longevity, is the average number of years an individual can expect to live free of chronic age-related disease.

Life expectancy (LE) at birth reflects the overall mortality level of a population. It summarizes the mortality pattern that prevails across all age groups in a given year – children and adolescents, adults and the elderly.



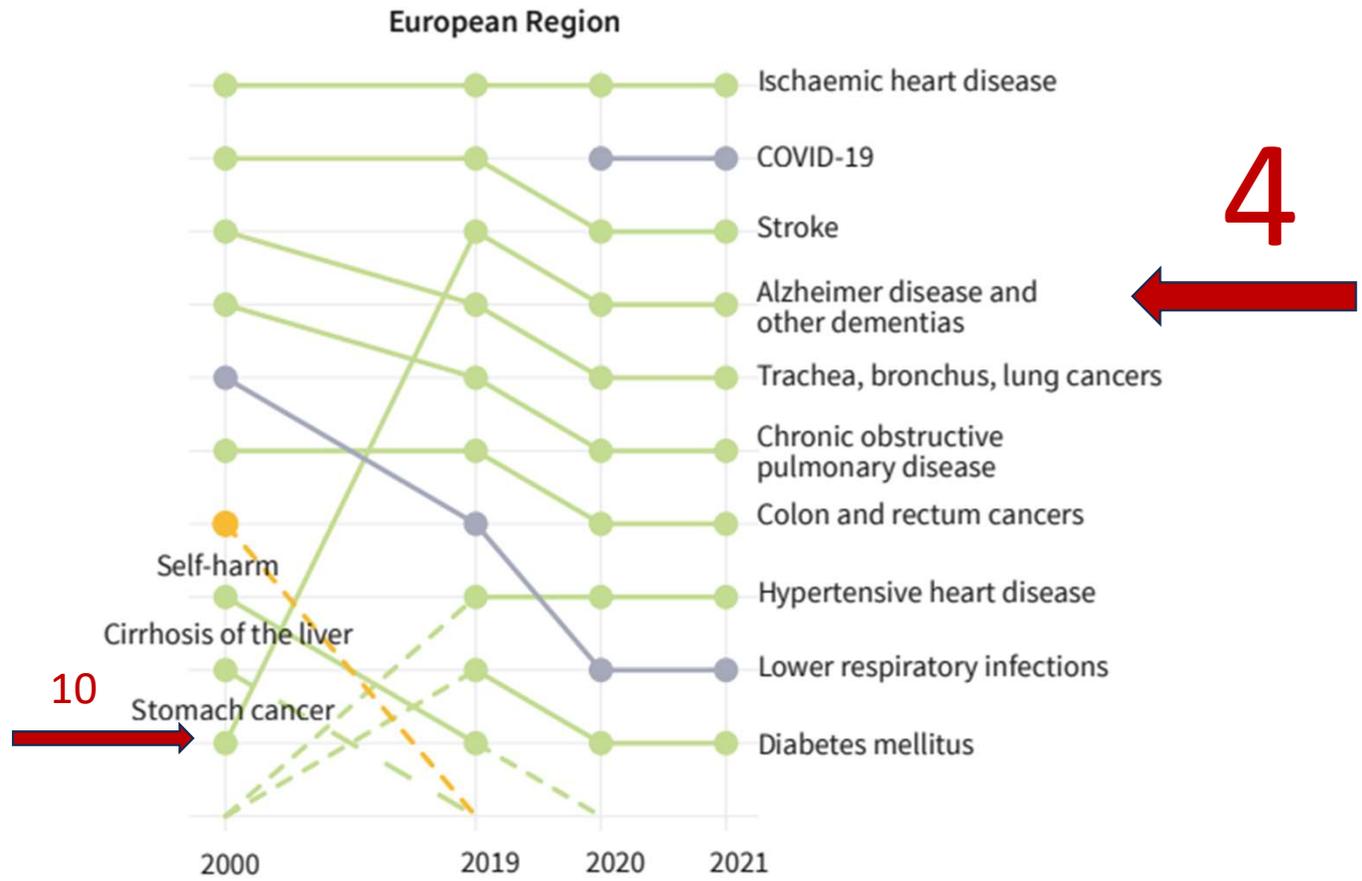
Source: WHO

10



2000

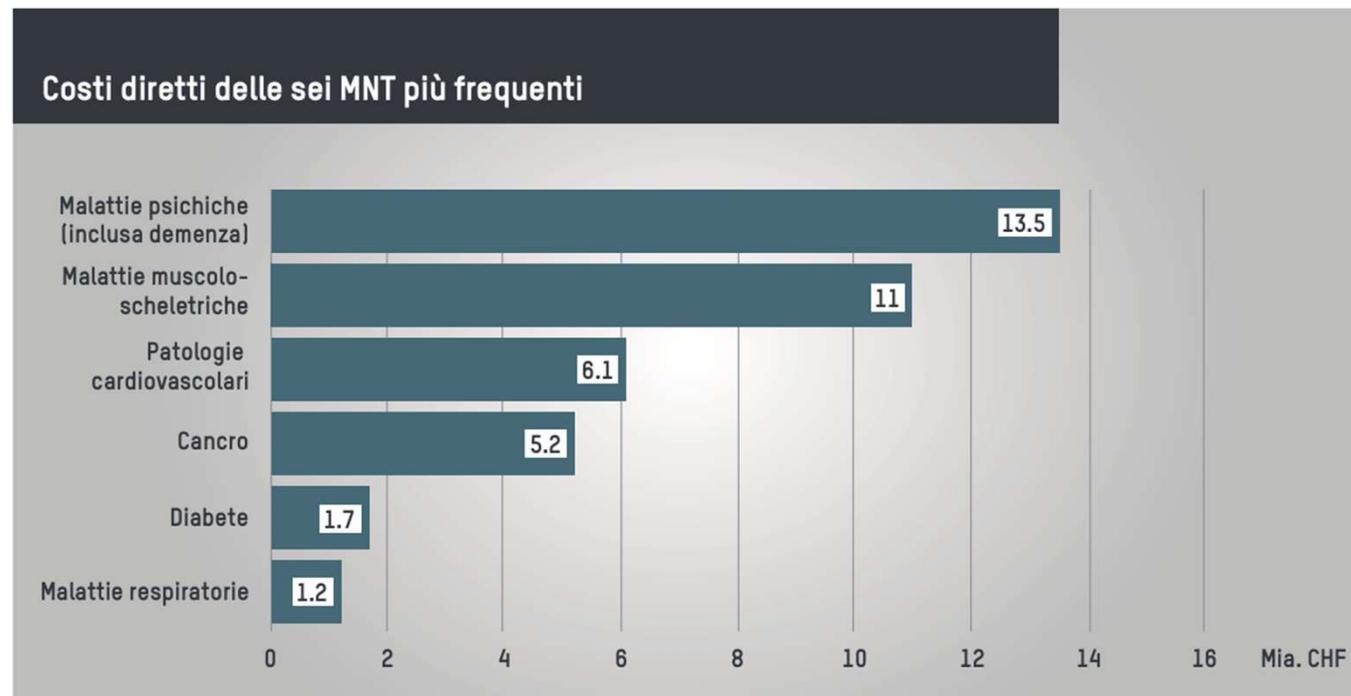
Demenza come causa di decesso



Note: Solid lines represent movement within the top 10 causes of death. Dashed lines represent movement in or out of the top 10 causes of death.
Source: WHO (1).

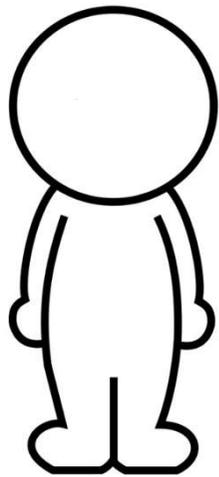
13.5

Costi diretti al sistema sanitario CH



Fonte: UFSP, sulla base di Stucki et al. 2023¹ stato 2017

155'000



Persone con demenza in Svizzera
50% non diagnosticate

465'000



1-3 familiari caregiver
per ogni persona con demenza

Demenza in Svizzera

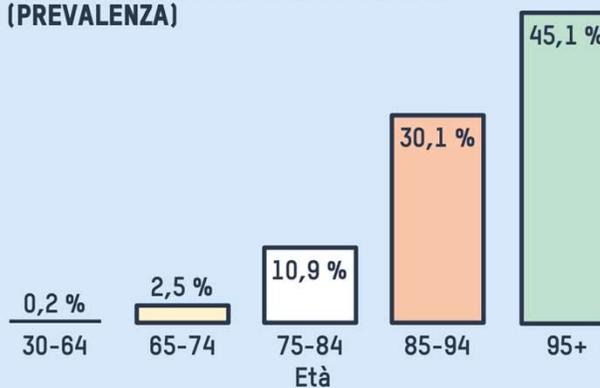
Circa **155 000** persone affette da demenza

Di cui circa il **50** % non diagnosticate

Circa **29 500** nuovi casi all'anno

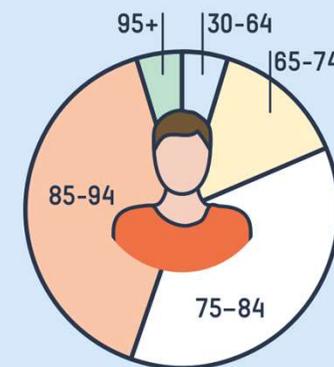
Circa **465 000** familiari assistenti

RISCHIO DI MALATTIA SECONDO L'ETÀ (PREVALENZA)



Stato: 2019

DISTRIBUZIONE PER FASCE D'ETÀ

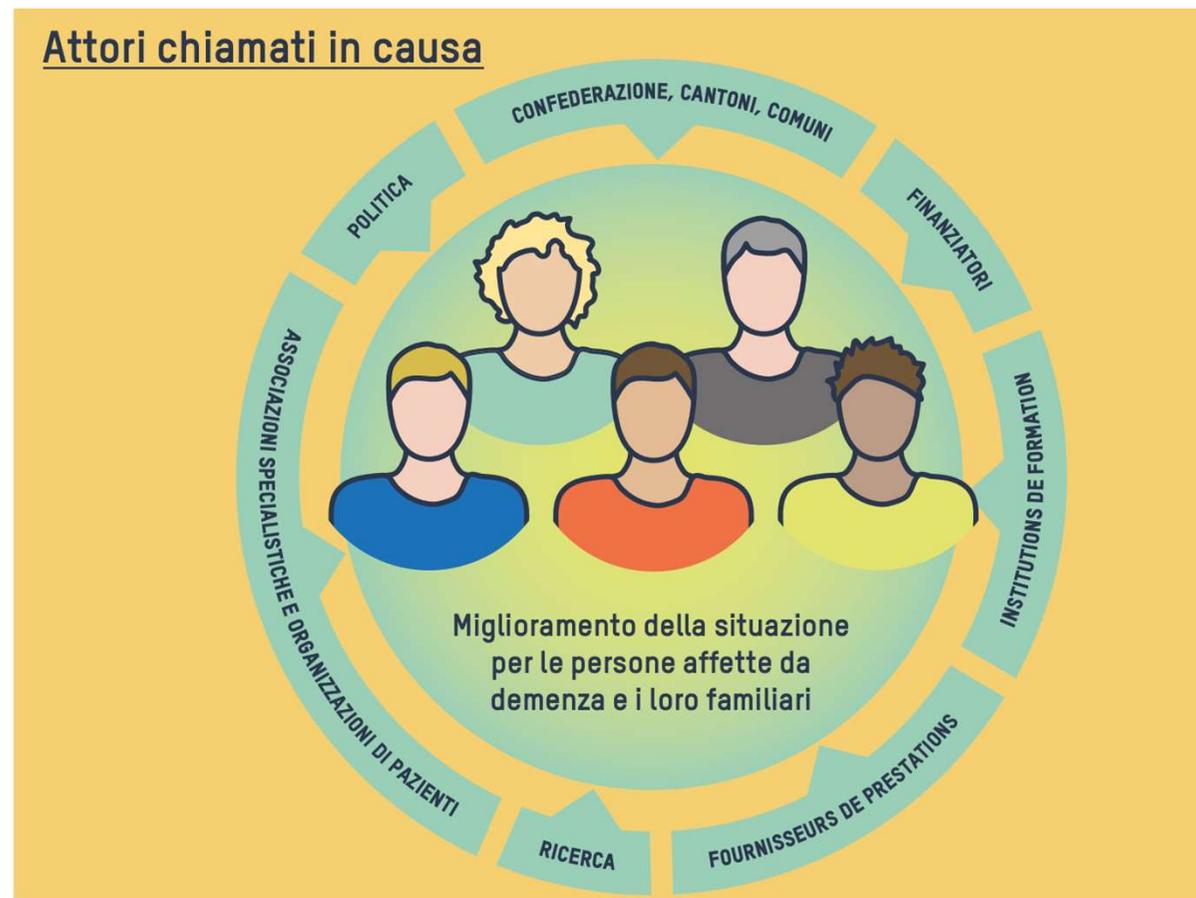


Fonte: Alzheimer Svizzera, propria rappresentazione

Strategia nazionale sulla demenza

2014 – 2019

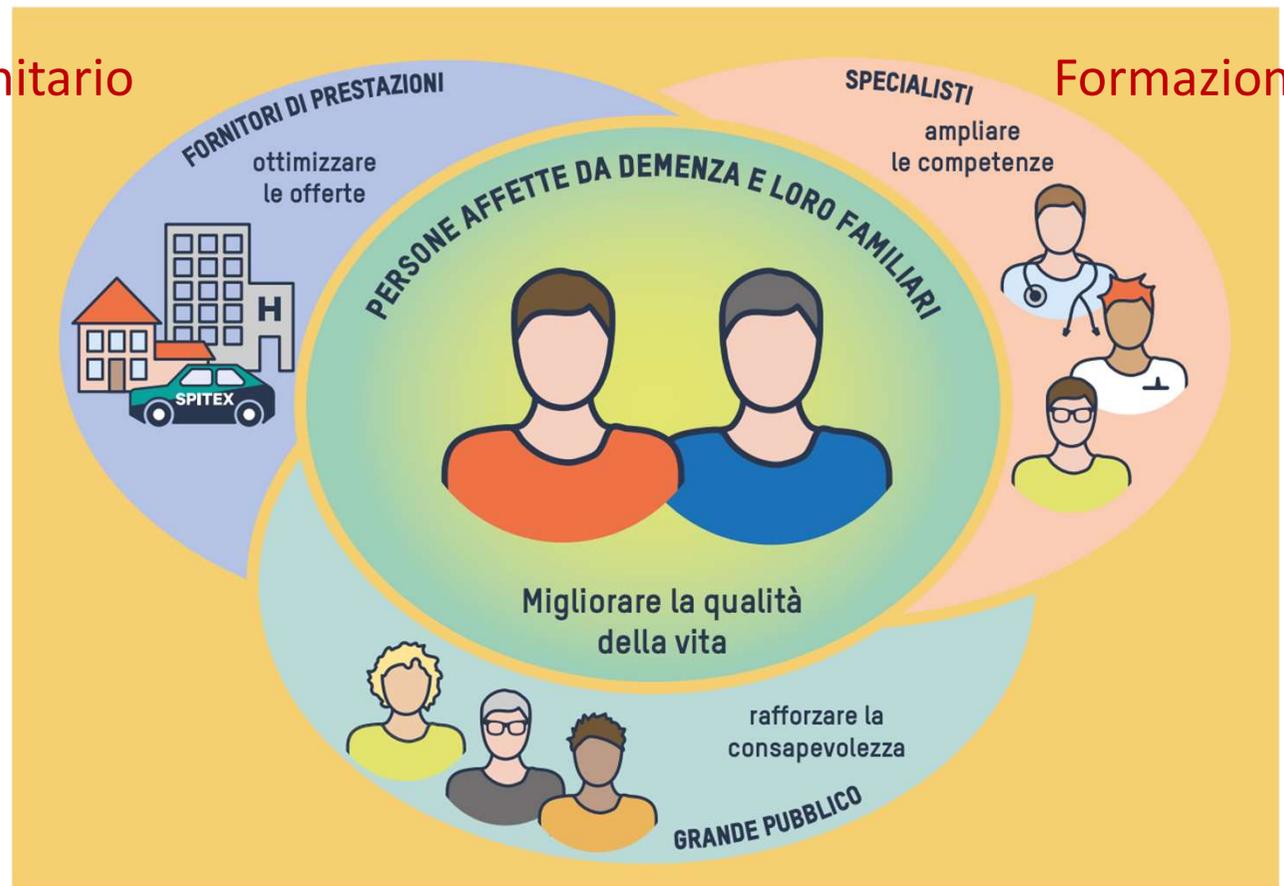
Attori chiamati in causa



Livelli d'intervento

Sistema sanitario

Formazione



Comunità e società

Piano d'azione dell'OMS



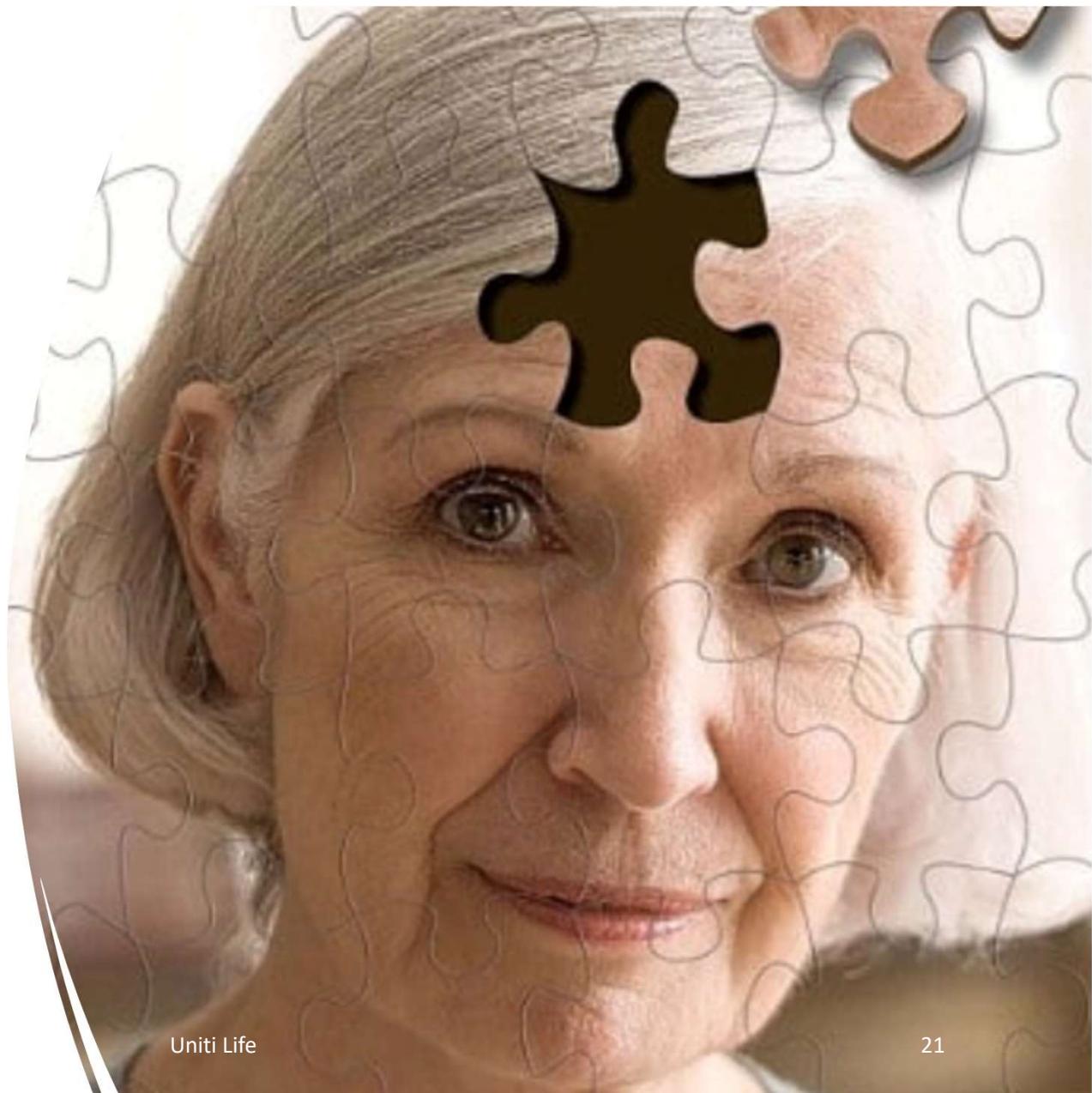
La sfide del medico di famiglia

- Identificare
- Valutare
- Intervenire
- Rete di cure coordinate

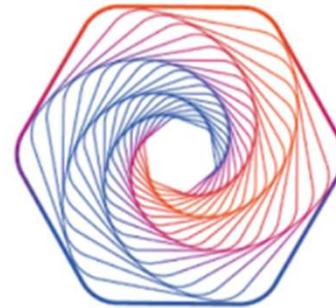
11.10.2024

Uniti Life

21



Una rete
di cure
coordinate



U N I T I

WE CARE FOR LIFE



Grazie!

Tavola rotonda

- Siete un familiare di una persona con demenza?
- Vi prendete cura o vi siete presi cura di una persona con demenza a domicilio?
- Quali sono le esperienze positive?
- Quali sono le esperienze negative?
- Avete avuto degli aiuti nel momento di bisogno? Quali?
- In quale momento il carico è diventato troppo?
- In quale momento avete deciso portare il vostro caro in casa per anziani?
- Cosa dovrebbe cambiare a livello del sistema sanitario?



BUILDERS - MATURES
1925-1945



X GENERATIONS - XERS
1965-1979



Z GEN
1995-2010



FOUNDERS
=<1924



BABY BOOMERS - BOOMERS
1946-1964



Y GEN - NET GEN - MILLENNIALS
1980-1994



ALPHA GEN
2011 ...

