

VareseNews

“Malattie in aumento”: i nefrologi dell’ospedale di Varese in piazza il 13 marzo per controlli alla popolazione

Pubblicato: Giovedì 6 Marzo 2025



Il **prossimo 13 marzo** ricorre la **Giornata Mondiale del Rene**. Un appuntamento che ha l’obiettivo di sensibilizzare la popolazione sulle **malattie renali, patologie**, in passato, **considerate di nicchia** e spesso misconosciute ma che, negli ultimi decenni, stanno registrando **un costante aumento di casi**.

Ne parliamo con il **dottor Andrea Ambrosini direttore della nefrologia e dialisi dell’ospedale di Varese**.

L’incremento delle malattie renali a livello globale

Secondo l’Organizzazione Mondiale della Sanità, la malattia renale cronica diventerà la **quinta causa di morte nel mondo entro il 2040**. Nel 2015 era la sedicesima.

Cause e Fattori di Rischio

Negli ultimi trent’anni, le principali cause delle malattie renali sono cambiate. In passato, erano prevalentemente legate a problemi del sistema immunitario, infiammazioni e infezioni. Oggi, invece, **l’aumento dei casi di ipertensione, diabete e malattie cardiovascolari, oltre all’invecchiamento generale della popolazione**, porta a un numero maggiore di problematiche renali.

Circa **il 10% della popolazione mondiale soffre** di qualche forma di malattia renale, e **in Italia** la percentuale è stimata intorno al **13%**.

Le condizioni variano **da forme lievi a più avanzate**, che richiedono trattamenti sostitutivi come la dialisi o il trapianto.

L'insufficienza renale e i trattamenti

I reni sono organi vitali e la loro insufficienza avanzata è incompatibile con la vita senza un trattamento adeguato. **Insieme al fegato, è un essenziale per il mantenimento dell'equilibrio dell'organismo.** Regola:

- L'eliminazione dei liquidi in eccesso.
- Il controllo degli elettroliti (sodio, potassio, calcio).
- La produzione di ormoni essenziali.
- Il bilanciamento del pH del sangue.

Le malattie renali avanzate hanno **conseguenze sistemiche che coinvolgono cuore, apparato nervoso, muscoli e pelle**, rendendo necessaria un'attenzione particolare alla prevenzione e al trattamento precoce.

Le opzioni terapeutiche principali per l'insufficienza renale cronica in fase terminale

- **Dialisi**, una terapia che sostituisce la funzione renale, pur con un impatto significativo sulla qualità della vita.
- **Trapianto di rene**, considerato il trattamento più efficace, anche se non sempre disponibile a causa della scarsità di donatori ma anche di una serie di limiti clinici (a partire dall'età). Si stima che **circa il 30% dei pazienti** che sono in dialisi, potrebbero essere **iscritti a un programma di trapianti**. Attualmente, in Italia si contano circa 50.000 pazienti in dialisi e 6.000 in attesa di un trapianto.

Le nuove terapie e le prospettive future

In passato, le terapie disponibili erano limitate al **controllo della pressione arteriosa e alla riduzione del consumo proteico**. Oggi, ci sono **nuovi farmaci** sviluppati per il diabete e le malattie cardiovascolari che stanno dando esiti positivi anche nel rallentare il peggioramento della funzione renale. Sono progressi che aprono scenari più positivi ma, al momento, la prevenzione resta l'arma più efficace.

Le malattie renali di origine genetica

Alcune patologie renali, come il **rene policistico**, sono di origine genetica. In passato, venivano scoperte solo in età avanzata, mentre attualmente gli esami di screening permettono una diagnosi precoce. Tuttavia, non esistono ancora terapie risolutive e l'unico approccio possibile è la **gestione dei sintomi e la consapevolezza del rischio di trasmissione genetica** che impone un'attenzione maggiore. Quando c'è una famiglia con rene policistico si raccomanda il test genetico ai figli.

Screening e prevenzione

La diagnosi precoce delle malattie renali è essenziale perché la **patologia spesso evolve in modo silente**, senza sintomi evidenti nelle fasi iniziali perché il corpo si adatta. Quando, poi, cominciano a comparire segni e sintomi magari è già anche molto tardi.

Lo screening consiste in esami semplici come:

- **Esame del sangue** (azotemia e creatinina) per valutare la funzionalità renale.
- **Esame delle urine** per individuare tracce di proteine o sangue.
- **Ecografia renale**, se necessaria alla luce dei risultati precedenti.

La **frequenza dello screening dipende dall'età e dalla presenza di fattori di rischio**. Per la popolazione generale sopra i 40 anni, un controllo ogni due anni è sufficiente, mentre per persone con ipertensione, diabete o familiarità con malattie renali, è raccomandato un controllo annuale.

Stile di vita e fattori di rischio modificabili

Per prevenire le malattie renali, è fondamentale adottare uno **stile di vita sano**:

- Controllo della pressione arteriosa.
- Limitazione del consumo di proteine animali e preferenza per proteine vegetali.
- Evitare l'uso prolungato di farmaci antinfiammatori.
- Controllare il peso corporeo e seguire una dieta equilibrata.
- Non abusare di integratori proteici, specialmente tra i giovani sportivi.

Idratazione e funzione renale

Non esiste una regola universale sull'assunzione di liquidi per prevenire le malattie renali. **Bere almeno 1,5-2 litri di liquidi al giorno** è una buona abitudine, ma non ci sono prove che un'eccessiva idratazione prevenga il danno renale, se non in specifici casi di calcoli renali o infezioni ricorrenti.

L'Impatto economico della malattia renale

Il costo sanitario dell'insufficienza renale avanzata è molto elevato, incidendo per il 2-2,5% sulla spesa sanitaria nazionale, pari a **circa 2,5 miliardi di euro all'anno**. Questo include i costi per la dialisi, i farmaci e il trasporto dei pazienti verso i centri di trattamento.

Il 13 marzo controlli gratuiti in Piazza Monte Grappa

In occasione di questa Giornata, la Nefrologia e Dialisi di ASST Sette Laghi, seguendo le indicazioni di Regione Lombardia e della Società Italiana di Nefrologia, ha organizzato un incontro informativo rivolto alla popolazione.

In particolare, **dalle 9:00 alle 16:00 sarà allestito in Piazza Monte Grappa (inizio Corso Matteotti) un punto informativo**, dove sarà presente un'équipe di professionisti della Nefrologia per offrire consigli su come eseguire una prima valutazione della funzione renale e rispondere alle domande sulle patologie renali più comuni, come l'insufficienza renale cronica, i calcoli renali, l'ipertensione arteriosa e le malattie glomerulari.

Sempre in occasione della Giornata, dalle 10:00 alle 15:00, nel Centro Vaccinale di Viale Borri, saranno offerte, con accesso libero, vaccinazioni gratuite alla popolazione nefropatica.

[Alessandra Toni](#)

alessandra.toni@varesenews.it

