Sarcopenia: diagnosi e prospettive terapeutiche

Anna Maria Paoletti
Sarcopenia: diagnosi e prospettive terapeutiche
Corso ECM su "Menopausa precoce: dal dolore alla salute", organizzato dalla Fondazione Alessandra Graziottin per la cura del dolore nella donna Onlus, Milano, 27 marzo 2015

Sintesi del video e punti chiave

La sarcopenia è una perdita di massa e forza muscolare, che si traduce in alterazioni del movimento, affaticabilità, disturbi metabolici, cadute, disabilità e mortalità. E' un problema particolarmente importante nelle donne in menopausa, soprattutto se precoce. Nel 2010, la European Union Geriatric Medicine Society, la European Society of Clinical Nutrition and Metabolism, la International Academy of Nutrition and Aging e la International Association of Gerontology and Geriatrics – European Region hanno dato vita allo European Working Group on Sarcopenia in Older People, che ha a sua volta formulato un documento di consenso sulla definizione e la diagnosi della malattia.

In questo intervento, la professoressa Anna Maria Paoletti illustra:

- che cos'è la sarcopenia;
- la prevalenza attuale e futura del disturbo;
- i criteri diagnostici (scarsa massa muscolare, scarsa forza muscolare, scarsa prestazione fisica) e la stadiazione (presarcopenia, sarcopenia, sarcopenia grave);
- le cause della sarcopenia primaria (età) e secondaria (tipo di attività, patologie concomitanti, qualità della nutrizione);
- gli strumenti di misurazione dei parametri diagnostici, nella ricerca e nella pratica clinica;
- l'algoritmo diagnostico raccomandato dallo European Working Group on Sarcopenia in Older People;
- le correlazioni fra la sarcopenia e altre patologie: osteoporosi, disturbi cardiovascolari, demenza, obesità;
- come contrastarla: movimento fisico regolare, alimentazione ricca di proteine, supplementazione di calcio e vitamina D, assunzione di DHEA e antiossidanti, terapia ormonale sostitutiva.

© 2015 - Fondazione Alessandra Graziottin - www.fondazionegraziottin.org