

La salute dei reni passa attraverso la medicina del territorio

La Giornata Mondiale del Rene, celebrata lo scorso 14 marzo, ci ricorda che una diagnosi precoce di malattia renale cronica è essenziale per consentire di prevenire un danno irreversibile.

Il Mmg è in grado di identificare più facilmente i soggetti a rischio e di promuovere la prevenzione secondaria, così come può migliorare il controllo dei fattori di rischio legati agli stili di vita, grazie alla sua relazione privilegiata con il paziente

Mariacristina Gregorini

Segretario della Società Italiana di Nefrologia (SIN)

Direttore SC Nefrologia e Dialisi, Direttore Dipartimento Medicina Specialistica Azienda USL-IRCCS Reggio Emilia

“Salute dei reni per tutti”: è il titolo della recente Giornata Mondiale del Rene 2024, semplice, efficace, di buon augurio. Una ricetta perfetta. Ma le cose semplici sono spesso le più difficili da raggiungere in quanto, come è noto, “il diavolo si nasconde nei dettagli”.

Il riconoscimento precoce di alcuni segni, come ipertensione arteriosa e presenza di proteine nelle urine, può servire a prevenire un danno irreversibile ai reni; per questo **ogni**

anno, il secondo giovedì di marzo, viene celebrata in tutto il mondo la Giornata Mondiale del Rene (World Kidney Day), per promuovere la prevenzione delle malattie renali.

In Italia, dal 2004, è sostenuta dalla **Fondazione Italiana del Rene (FIR)** Onlus, in collaborazione con la **Società Italiana di Nefrologia**, attraverso numerose attività di screening e di divulgazione scientifica svolte da tutte le Nefrologie ita-

liane. In occasione della Giornata Mondiale del Rene, anche quest’anno i Nefrologi italiani si sono impegnati in molte iniziative per aumentare la consapevolezza sulla salute dei reni dei Cittadini e promuovere un approccio globale alla malattia renale cronica.

► **MRC: una condizione potenzialmente devastante**

La premessa è che i reni sono organi fondamentali e che la malattia re-

Salute renale per tutti

Promuovere un accesso equo alle cure e una pratica terapeutica ottimale

World Kidney Day 2024

Giornata Mondiale del Rene 2024
#worldkidneyday
#kidneyhealthforall
www.worldkidneyday.org

World Kidney Day is a joint initiative of ISN, KKF, NKF

nale cronica (MRC), problema di salute pubblica per l'elevata prevalenza (intorno al 7% in Italia, >10% nel mondo), si associa ad elevata morbilità e mortalità cardiovascolare. In altre parole, cuore e reni sono accomunati spesso da nemici comuni (ipertensione arteriosa e diabete) e condividono il danno endoteliale come minimo comune denominatore. In più i reni hanno una serie di nemici aggiuntivi e piuttosto diffusi, come alcuni farmaci di largo uso (si pensi alla tossicità renale dei farmaci antinfiammatori non steroidei, FANS), le malattie cistiche ereditarie (APKD o rene policistico di tipo adulto nelle sue varianti), le patologie autoimmuni (glomerulonefriti primitive e secondarie a malattie sistemiche), oltre all'interessamento diretto, o mediato dalle terapie, in molte patologie oncologiche.

Inoltre, le conseguenze della MRC sulla qualità di vita delle persone sono molto pesanti, non solo per l'importante rischio cardiovascolare (aumento di infarto e ictus), ma soprattutto per l'impatto devastante che ha la malattia nella sua fase terminale, quando si rende necessario sostituire la funzione renale con la dialisi o il trapianto; anche il costo delle cure è molto elevato (per ogni dializzato sono necessari circa 50.000 euro all'anno). Recenti dati del Registro Europeo di Dialisi e Trapianto mostrano come i pazienti incidenti in dialisi, nelle ultime tre decadi, siano aumentati del 43%; in Italia, attualmente, circa 100.000 persone hanno perso la funzione renale e necessitano di terapie salvavita: dialisi e trapianto renale.

► **Importanza della diagnosi precoce**

Nonostante questi numeri così significativi e le previsioni allarmanti (nel 2040 si stima che la MRC po-

trà diventare la quinta causa di morte), è ancora troppo scarsa la consapevolezza dell'importanza della malattia renale cronica, sia nella popolazione generale che, in buona parte, anche in molti medici. Infatti, nella fase iniziale la MRC può essere completamente asintomatica; questo determina spesso una diagnosi tardiva e probabilmente contribuisce alla scarsa considerazione del rischio connesso all'evoluzione del danno renale.

Per questo la Società Italiana di Nefrologia è impegnata nella **promozione di una campagna continua di informazione sull'importanza della diagnosi precoce della MRC** attraverso gli organi di stampa, attraverso interlocuzioni con i decisori politici e con un progetto di

screening dei soggetti a rischio.

Per la MRC, infatti, non c'è evidenza che uno screening estensivo fatto sulla popolazione generale sia utile, mentre lo screening mirato sui soggetti a rischio di sviluppare un danno renale, può permettere di identificare precocemente la malattia e di mettere in atto tutte le strategie terapeutiche disponibili.

► **Ruolo della medicina territoriale**

La medicina territoriale gioca un ruolo fondamentale: il Medico di Medicina Generale, attraverso la conoscenza diretta del paziente e della sua storia familiare, è in grado di identificare più facilmente i soggetti a rischio (*tabella 1*) e di

TABELLA 1

Patologie e condizioni a rischio di MRC

- Ipertensione arteriosa
- Diabete mellito
- Malattie cardiovascolari
- Familiarità per malattie renali
- Pregresso episodio di insufficienza renale acuta
- Pregressa glomerulonefrite (anche con creatininemia normale)
- Malattie sistemiche autoimmuni
- Anomalie urinarie persistenti (proteinuria e/o microematuria)
- Infezioni urinarie ricorrenti
- Litiasi renale complicata
- Assunzione abituale di farmaci nefrotossici (es. Fans, litio, ecc.)
- Condizione di mono-rene (chirurgico o funzionale)
- Basso peso alla nascita (per ridotta riserva nefronica)
- Obesità severa, tabagismo e/o potus

promuovere la prevenzione secondaria, così come può migliorare il controllo dei fattori di rischio legati agli stili di vita, grazie alla sua relazione privilegiata con il paziente.

Come per tutte le Malattie Croniche Non Trasmissibili (MCNT), anche per la MRC valgono infatti le strategie di prevenzione *primaria* (prevenzione dell'insorgenza mettendo in atto stili di vita salutarì), *secondaria* (diagnosi e trattamento precoci in modo da bloccare l'evoluzione) e *terziaria* (prevenzione-trattamento delle complicanze per rallentarne l'evoluzione e la gravità, attraverso terapie multifattoriali).

È quindi fondamentale da una parte agire su tutti i fattori di rischio che rappresentano la base delle MCNT come obesità, sindrome metabolica, inattività fisica, trattando adeguatamente l'ipertensione arteriosa e il diabete mellito; dall'altra assicurare la diagnosi precoce del danno renale iniziale, per poterne rallentare o addirittura bloccare la progressione.

La SIN ritiene cruciale investire

in prevenzione e diagnosi precoce affinché tutte le terapie efficaci disponibili, tradizionali e innovative, possano essere offerte a tutti i pazienti che ne hanno bisogno, prima possibile. È necessario uno sforzo collettivo, multidisciplinare e capillare per affrontare questa sfida di salute pubblica. Pertanto, oltre alla promozione e al sostegno di azioni divulgative e formative, la SIN intende portare avanti un progetto di screening da proporre ai soggetti a maggior rischio di MRC (in particolare ipertesi e diabetici), per identificare precocemente il danno renale attraverso il controllo della creatininemia e dell'esame urina; per l'attuazione di questo importante progetto sono in corso interlocuzioni tra la SIN e il Ministero della Salute, per poter coinvolgere le farmacie del territorio per l'esecuzione rapida dei due semplici esami necessari (determinazione della creatinina in un campione di sangue capillare e determinazione dell'albuminuria in un campione di urina) e naturalmente i Medici di Medici-

na Generale, che rimangono i primi attori in tutte le azioni di prevenzione, soprattutto primaria e secondaria, migliorando le conoscenze della popolazione riguardo l'adozione di corretti stili di vita, con particolare attenzione alla riduzione del consumo di sale e del sovraccarico proteico con la dieta.

Il ruolo del Medico di Medicina Generale è quindi fondamentale in tutte le fasi che riguardano la gestione della MRC: dalla prevenzione primaria, attraverso corrette indicazioni comportamentali e dietetiche, all'identificazione dei soggetti a rischio e al follow-up dei pazienti, soprattutto negli stadi iniziali della malattia renale cronica, in stretta collaborazione con i Nefrologi. Solo condividendo indicazioni e percorsi chiari per ottimizzare la gestione integrata dei pazienti con MRC (eventualmente da rivedere e implementare periodicamente, secondo le nuove evidenze), potremo, insieme, controllare il dilagare di una malattia tanto subdola quanto devastante.

LA SOCIETÀ ITALIANA DI NEFROLOGIA

La Società Italiana di Nefrologia (SIN) è un'associazione libera, apartitica e senza scopo di lucro che rappresenta i nefrologi italiani, con circa 3000 soci e sede a Roma. Opera su scala nazionale con sezioni regionali e interregionali, promuovendo e

migliorando la disciplina nefrologica attraverso attività di formazione e di aggiornamento, quali il Congresso Nazionale annuale e due settimane di formazione intensiva focalizzate su specifici temi nefrologici per specializzandi e giovani specialisti,



oltre che numerose altre attività come corsi FAD e webinar. SIN finanzia inoltre borse di studio e corsi residenziali per giovani ricercatori e promuove la prevenzione delle malattie renali, la diagnosi precoce e la cultura della donazione di organi. Sup-

porta la ricerca clinica e di base, promuove l'implementazione di protocolli per migliorare la pratica clinica e gestisce Registri e Data-Base clinici attraverso le sue Commissioni e collaborazioni inter-societarie.