

Health Assessment Tool, traiettorie di salute nell'invecchiamento

Come si valuta periodicamente il bilancio di crescita nei bambini per verificare che lo sviluppo sia regolare, allo stesso modo si potrebbero monitorare i cambiamenti che avvengono nell'età anziana, e individuare eventuali discostamenti dalla "norma", consentendo di agire tempestivamente con interventi appropriati. A questo scopo è stato elaborato presso il Karolinska Institutet l'indice HAT, ora sottoposto ai Mmg svedesi per valutarne la fattibilità nella pratica clinica quotidiana

Laura Fratiglioni

*Senior Professor - Aging Research Center, Karolinska Institutet
Director of the National Infrastructure on Aging Research, Stockholm (Sweden)*

Lo stato clinico in età avanzata è in gran parte conseguenza delle condizioni di salute degli anni precedenti. Conservare un buono stato di forma e di benessere con il procedere dell'età, significa non solo aumentare le probabilità di una vecchiaia migliore, ma anche preservare lo stato di salute generale di tutta la popolazione. È sulla base di questo assunto che il nostro gruppo, dell'Aging Research Center del Karolinska Institutet, ha

messo a punto in anni di ricerca una scala di valutazione che consente di seguire in maniera multidimensionale i cambiamenti che si possono verificare con l'età e valutare un'eventuale discostamento dalla "norma", considerata come uno stato di invecchiamento in salute.

Un sistema analogo a quello che si può trovare nelle visite di bilancio di crescita dei bambini, in cui, per ogni visita, il pediatra registra altezza e peso e li confronta con le curve di percentile di crescita per individuare segni di possibili problematiche. Come i cambiamenti fisici nei bambini, anche i cambiamenti clinici e funzionali negli anziani possono avvenire rapidamente. Tuttavia, per gli anziani, ad ora non vengono registrate e confrontate misure specifiche nel tempo e, cosa più importante, non esistono tabelle sanitarie geriatriche che i medici possano utilizzare per determinare se il processo di invecchiamento di un individuo si discosta dalla traiettoria più comune. Inoltre, mentre altezza e peso sembrano sufficienti per cogliere i primi segnali di problemi di salute nei bambini, è più com-

plesso cogliere tali segnali negli adulti più anziani. Ciò implica che per sviluppare uno strumento altamente sensibile e predittivo è necessario integrare più indicatori sanitari.

► Health Assessment Tool (HAT)

Tenendo conto di questi aspetti, abbiamo quindi proposto una nuova misura clinica, l'Health Assessment Tool (HAT), per identificare e seguire i cambiamenti di salute negli anziani, rilevare un declino della salute inatteso e prevedere le esigenze di cura in modo tempestivo.

È uno strumento di facile utilizzo basato su cinque indicatori clinici comunemente utilizzati:

- n° di malattie croniche
- prestazioni fisiche (velocità di andatura)
- prestazioni cognitive (MMSE, Mini-Mental State Examination)
- attività quotidiane personali (ADL: Activities of daily living)
- attività quotidiane strumentali (IADL = instrumental activities of daily living).

Abbiamo verificato che l'HAT è in grado di monitorare i cambiamenti



Karolinska Institutet, Stockholm (Sweden)

TABELLA 1

Più frequenti componenti in base alla scala HAT per ciascun indicatore di salute

Scala HAT	Limitazioni delle PADL	Limitazioni nella IADL	Velocità di andatura (m/s)	N° di malattie croniche	MMSE Score
9.5-10	0	0	≥1.5	0	30
9.0-9.4	0	0	1.5-1.0	1 o 2	30
8.0-8.9	0	0	1.5-1.0	1 o 2	20-29
7.0-7.9	0	0	1.0-0.4	1 o 2	30
6.0-6.9	0	0	1.0-0.4	3+	20-28
5.0-5.9	0	0	<0.4	1 o 2	20-29
4.0-4.9	0	1+	1.0-0.4	3+	20-28
3.0-3.9	0	1+	<0.4	1 o 2	20-28
2.0-2.9	1+	1+	<1.0	1 o 2	0-28
1.0-1.9	1+	1+	<0.4	1 o 2	20-28
0.0-0.9	1+	1+	<0.4	3+	019

MMSE, Mini-Mental State Examination; PADL = attività personali nella vita quotidiana
IADL = Attività strumentali nella vita quotidiana;

mod. da Santoni et al, 2016

graduali della salute negli anziani e che ha una validità predittiva più elevata per mortalità e ospedalizzazione rispetto ad altri indici prognostici.

L'indice HAT è una scala semicontinua che va da 0 (cattiva salute) a 10 (buona salute).

La *tabella 1* riassume il significato clinico di ciascun punteggio HAT.

In generale, i punteggi pari o superiori a 5 indicano una completa indipendenza funzionale, mentre i punteggi inferiori a 5 indicano una certa dipendenza funzionale. La gravità della disabilità e i problemi del funzionamento

fisico diminuiscono all'aumentare del punteggio HAT (Santoni 2017).

► Uno strumento per la MG

Si tratta di un modo pratico con cui i medici di famiglia, che sono quelli che vedono di più i pazienti in prima linea, possono monitorare lo stato di salute dell'anziano in maniera funzionale e utile, focalizzando l'attenzione non solo nella cura delle malattie, ma anche sulla funzionalità.

La scala HAT, di cui si può trovare il calcolatore al sito www.snac-k.se/calc, consente di fare un monitoraggio nel tempo e può essere usata come segnale d'allarme quando il punteggio raggiunto è diverso da quello atteso per quella età. È inoltre composta in modo tale che si possano identificare quali siano le criticità maggiori, se relative alla funzionalità mentale, cognitiva o della memoria, oppure alla funzionalità motoria, o alla progressione di gravi malattie (Santoni 2020; Calderon 2021). Questo consente di intervenire tempestivamente in presenza di una qualche fragilità, in particolare ponendo in essere interventi di prevenzione

secondaria e terziaria da integrare con la prevenzione primaria che dovrebbe iniziare già nella mezza età.

► Agire tempestivamente

Nell'ambito della prevenzione primaria e secondaria, che riguardano in prima battuta attività fisica, dieta, non fumare e moderato uso di alcolici, non bisogna dimenticare l'importanza della stimolazione mentale, che insieme al coinvolgimento sociale, aiuta a preservare la riserva cognitiva e la resistenza contro le malattie.

Questo è particolarmente vero per una malattia molto comune nelle persone anziane, come la demenza. Siamo riusciti negli ultimi dieci anni a diminuire il rischio di demenza in molti paesi come la Svezia, grazie ai cambiamenti di stile di vita insieme al diminuito rischio di malattie cardiovascolari. In futuro, si dovrà proseguire e intensificare queste strategie dove un ruolo fondamentale è svolto dai Mmg. Attualmente l'indice HAT è stato proposto ai medici di famiglia svedesi per consentirne una valutazione "sul campo" in termini di fattibilità e accettabilità di medici e pazienti.



Attraverso il presente QR-Code è possibile ascoltare con tablet/smartphone il commento di Laura Fratiglioni

BIBLIOGRAFIA

- Calderón-Larrañaga, et al. Health trajectories after age 60: the role of individual behaviors and the social context. *Aging* 2021; 13: 19186-206.
- Santoni G, et al. Defining Health Trajectories in Older Adults With Five Clinical Indicators. *J Gerontol A Biol Sci Med Sci* 2017; 72:1123-9.
- Santoni G, et al. Geriatric Health Charts for Individual Assessment and Prediction of Care Needs: A Population-Based Prospective Study. *J Gerontol A Biol Sci Med Sci* 2020; 75: 131-8.
- Fratiglioni L et al. Ageing without dementia: can stimulating psychosocial and lifestyle experiences make a difference? *Lancet Neurol* 2020, 19, 533-43.

