COMUNICATO STAMPA

Presentati i nuovi risultati del terzo anno della campagna #Controllati2018 promossa dalla Società Italiana di Urologia con il supporto non condizionato di Menarini

ATTIVITÀ FISICA E PESOFORMA, "TESORETTI" PER PROSTATA E SESSO MENO 30% DI PROBLEMI PER UOMINI CON VITA SANA DA GIOVANI

I dati di 2800 schede epidemiologiche anonime compilate su maschi di età media 55 anni, dimostrano che praticare esercizio fisica in erba, prima dei 25 anni di età, 'attiva' la protezione contro lo sviluppo di problematiche urologiche in età adulta, in particolare su Iperplasia Prostatica Benigna (IPB) e Disfunzione Erettile (DE). Riconfermata l'azione preventiva congiunta del peso-forma

Milano, 4 marzo 2019 – Diminuiscono mediamente del 30% i problemi di prostata e sessuali da adulti se in giovane età, prima dei 25 anni, si pratica un esercizio fisico costante, regolare e intenso. A beneficiarne in particolare sono l'iperplasia prostatica benigna (IPB) e la disfunzione erettile (DE), accomunate da medesimi fattori di rischio: vita sedentaria, elevato peso corporeo, sindrome metabolica, oltre a pressione alta, colesterolo e trigliceridi ai massimi livelli, diabete. È quanto emerge dai dati della campagna #Controllati2018, promossa per il terzo anno consecutivo dalla Società Italiana di Urologia con il supporto non condizionato di Menarini, che ha effettuato circa 7300 visite, fra 159 centri aderenti tra il 17 ottobre e il 30 novembre 2018. Durante le visite sono state compilate, in forma anonima, oltre 2800 schede da maschi di età media 55 anni, in 79 centri distribuiti sul territorio nazionale, incentrate – quest'anno e per la prima volta – anche sul confronto tra lo stile di vita e l'attività fisica praticata in età giovane, ossia a 25 anni, e al momento della visita. Scopo dell'indagine: valutare la relazione di efficacia movimento-prevenzione urologica. I dati non lasciano dubbi: la vita 'pantofolaia' da giovani incide, in negativo e molto, sul benessere della prostata: il rischio di sviluppare IPB era ridotto del 25 per cento in coloro che avevano avuto una attività a 25 anni moderata od intensa. La stessa influenza è esercitata dal peso: condizioni giovanili 'extra-large' – ovvero sovrappeso e obesità – erano associate ad un rischio di IPB in età adulta aumentato del 32% rispetto a persone normopeso. Il rischio di IPB era d'altra parte aumentato del 41% nei soggetti obesi al momento della diagnosi. Il nuovo dato dell'indagine viene confermato anche dall'analisi dei dati sulla sindrome metabolica, e indica che il rischio relativo di avere una IPB era del 48% superiore nei maschi con sindrome metabolica rispetto a quelli senza. Questi numeri vanno a braccetto anche con la disfunzione erettile: una attività fisica moderata-intensa in età giovane (25 anni) riduce il rischio di disfunzione erettile in età adulta del 20% rispetto a uomini con attività fisica nulla o scarsa. Il valore aggiunto della campagna #Controllati è spingere alla 'prima visita', l'occasione di fare prevenzione e diagnosi precoce sui maschi italiani, notoriamente molto restii a mettere in discussione eventuali problemi urogenitali rimandando continuamente il momento per affrontarli. Valore confermato dai fatti: il 75% degli uomini si è presentato per un primo controllo. Di tutti il 26% ha avuto una diagnosi di IPB, un terzo di questi è di prima diagnosi (circa 250 casi). I risultati dello studio saranno pubblicati ad aprile sull'Archivio Italiano di Urologia, la rivista ufficiale della SIU.

"Avere una vita sana da giovani, prima dei 25 anni – spiega **Walter Artibani**, urologo e segretario generale della SIU – protegge dal rischio di sviluppare in età adulta malattie urologiche, in particolare Ipertrofia Prostatica Benigna e Disfunzione erettile. Si tratta di un dato 'attivo' molto interessante emerso dalla campagna #Controllati2018, giunta alla terza edizione, confermando come sia importante fare qualcosa per il benessere urologico (e non solo) fin da giovani, sia prevenendo ipercolesterolemia, ipertrigliceridemia, ipertensione, fattori che aumentano il profilo di rischio di queste due patologie prostatiche, sia 'attivando' le potenzialità preventive dell'esercizio fisico con una pratica costante e intensa, prima dei 25 anni".

A parlare dell'efficacia svolta dall'attività fisica, in sinergia con un controllo e contenimento del peso forma, sono i dati raccolti da oltre 2800 schede anonime di maschi di età media 55 anni (con fascia più rappresentativa, pari al 32% circa, 51-60 anni) nel corso delle visite urologiche effettuate presso 79 centri distribuiti sul territorio nazionale, aderenti all'iniziativa.

"Una attività fisica intensa e regolare svolta prima dei 25 anni – dichiara **Fabio Parazzini**, Professore Associato presso il Dipartimento di Scienze Cliniche e di Comunità dell'Università degli Studi di Milano e autore dello studio – riduce del 20% il rischio di manifestare IPB in età adulta, con un tasso fino al 30% se la pratica è costante anche nel momento della raccolta della scheda informativa. Inoltre, si è riconfermato l'impatto importante del peso extra sulla salute della prostata; l'obesità prima dei 25 anni accresce del 30% le probabilità di malattia e del 40% se la condizione è presente allo stato attuale. Ma non solo l'indagine ha evidenziato, come dato nuovo, che la sindrome metabolica influenza il rischio adulto di manifestare IPB del 50%. Stesso impatto si è registrato per la DE, riducibile del 20% con una attività fisica prima dei 25 anni di età a conferma che le due problematiche hanno meccanismi di insorgenza differenti (di tipo cardiovascolare per la DE e ormonale per l'IPB), ma simili profili di rischio".

#Controllati continua a rappresentare per la popolazione maschile adulta, di età compresa fra 40 anni circa e over 70, una occasione di salute per fare prevenzione e/o diagnosi precoce. "Gli uomini che hanno aderito all'iniziativa di sensibilizzazione – aggiunge il prof. **Artibani** – si sono presentati nel 75% dei casi per un controllo, di cui il 10% con una pregressa diagnosi di IPB. Fra la totalità dei pazienti, raggiungendo l'obiettivo della campagna, abbiamo rilevato 744 casi di IBP, di cui 31% di nuova diagnosi, presente soprattutto nelle fasce di popolazione più giovane e osservare 650 pazienti con DE – pari a più del 23% di maschi totali – di cui oltre il 44% già in terapia con inibitori della PDE5. Dunque *#Controllati* ha confermato la capacità di coinvolgimento della popolazione maschile in un percorso di attenzione alla salute urologica".

Tirando le somme *#Controllati2018* ha consentito di visitare oltre 7300 uomini (15 mila circa in 3 anni) prevalentemente per controllo, consentendo di fare diagnosi di ipertrofia prostatica in circa il 31% dei pazienti, di cui un terzo di nuova diagnosi, contro la disfunzione erettile rilevata in circa il 25% degli uomini, definibili entrambe come "Life style diseases", dipendenti cioè da uno stile di vita non sano. Infatti, un peso corretto ed una attività fisica, almeno moderata in età giovanile, proteggono dal rischio di IPB (e DE) in età adulta, inibendo alcuni dei principali fattori di rischio che accomunano entrambe le malattie, quali ipertensione, diabete, ipercolesterolemia, ipertrigliceridemia, sindrome metabolica. Iniziare presto a proteggersi consente di costruire un "tesoretto" di salute urologica (e non solo) futura.

Ufficio stampa SIU
Health Media srl
Carlo Buffoli 349.6355598
Gino Di Mare 339.8054110