

## Le Fondazioni Aspremare e ABN insieme per prevenire e combattere le malattie renali



12-03-2016 / SANITÀ / LODOVICO POSCHI

MILANO - La ricerca e la prevenzione delle malattie renali e cardiovascolari sono in buone mani. Grazie a due associazioni, ABN, per il bambino nefropatico e Aspremare fondazione Buccianti per i nefropatici adulti, che hanno unito le forze per raggiungere un obiettivo comune: salvare i reni, il cuore e migliorare la qualità di vita dei malati.

Come? Diffondendo le norme di prevenzione primaria, che comprendono stili di vita sani (dieta mediterranea, esercizio fisico, niente fumo e alcol) per tenere lontano ipertensione, diabete e obesità, che sono l'anticamera delle malattie croniche. Cominciando dalle scuole.

La presentazione, nella giornata mondiale del rene, è avvenuta in Banca Prossima a Milano, raccontata dai due promotori, professor **Giovanni Montini**, primario di nefrologia e dialisi pediatrica alla De Marchi Fondazione Irccs Ca' Granda Policlinico di Milano e dal professor **Gherardo Buccianti**, presidente della Fondazione Aspremare, all'ospedale di Niguarda di Milano.

In Italia, i malati di reni ammontano a 3 milioni e mezzo, secondo un recente studio apparso su Lancet che stima la prevalenza delle malattie renali nel 6,3% della popolazione. Ma questi dati pur essendo corretti, sottostimano le dimensioni del problema, che può coinvolgere anche 5 milioni di persone, comprendendo anche i casi pediatrici. Per poter affrontare il problema, bisognerebbe conoscerlo nella sua esatta dimensione, mentre attualmente è ancora sottostimato. Secondo gli esperti, quindi, ci sono un milione e mezzo di persone che non sanno che i loro reni si possono ammalare. Scoprirlo precocemente può servire per procrastinare nel tempo l'insorgenza della malattia ed evitare la dialisi. Per scoprirlo basta poco: il test della creatinina sul sangue e l'esame delle urine.

Per questo motivo, la Fondazione Buccianti Aspremare per la prevenzione delle malattie renali nell'adulto e Abn, l'Associazione bambino nefropatico, si mettono insieme in occasione della Giornata mondiale del rene per diffondere consapevolezza fra i medici e presa di coscienza fra l'opinione pubblica a non sottovalutare le malattie renali, perché se controllate e curate, mantenendo in efficienza i reni, si preservano anche le malattie cardiovascolari.

Le malattie con coinvolgimento renale nel bambino non solo determinano una elevata morbilità e mortalità durante l'infanzia, ma costituiscono una importante causa di insufficienza renale e/o ipertensione anche oltre, in età adulta.

*"Identificare, in età pediatrica, le condizioni a rischio di sviluppo di insufficienza renale nell'adulto – spiega il professor Giovanni Montini, primario di nefrologie e dialisi alla De Marchi-Fondazione Irccs Ca' Granda-Policlinico - può consentire*

*di mettere in atto misure preventive comportamentali o terapeutiche che blocchino la progressione di questo danno renale prima che si aggravi. Evitando pertanto la totale perdita della funzione renale ed il ricorso al trapianto di rene o alla dialisi”.*

Obesità, ipertensione, diabete sono tre condizioni patologiche che possono coinvolgere anche i reni: *“Purtroppo – conclude il professor Gherardo Bucciati, presidente della Fondazione Aspremare – i nostri ambulatori sono frequentati da pazienti che presentano già queste patologie, responsabili spesso della Sindrome metabolica, una condizione che comporta un aggravio della funzione di tutti gli organi. Il consiglio prevalente è quello di mantenere il proprio peso forma, tenere bassa la glicemia e la pressione e alimentarsi correttamente privilegiando i cibi che hanno un indice glicemico basso”.*

Per informazioni [www.aspremare.org](http://www.aspremare.org) [www.abn.it](http://www.abn.it)