



*Patologie diffusissime come obesità, diabete, malattie tiroidee, tumori, infertilità e osteoporosi sono tutte connesse a squilibri ormonali e si stima che nell'arco della vita 3 persone su 4 dovranno prima o poi rivolgersi a un endocrinologo. Provocate direttamente da alterazioni ormonali anche oltre 440 malattie rare. Tutte le informazioni sulle iniziative dell'European Hormone Day su [www.europeanhormoneday.com](http://www.europeanhormoneday.com). Gli specialisti della Società Italiana di Endocrinologia in prima linea all'European Hormone Day: proprio in Italia è stata firmata la prima dichiarazione europea che pone gli obiettivi perché tutti i cittadini possano imparare a conoscere il ruolo chiave degli ormoni per la loro salute e perché siano migliorate la prevenzione, la diagnosi e il trattamento delle patologie ormonali. Gli esperti chiedono per esempio che sia garantito a tutti un introito giornaliero adeguato di vitamina D, iodio e calcio così da evitare pericolosi deficit, ma anche di mettere in atto politiche che favoriscano stili di vita sani per scongiurare le tante patologie evitabili che hanno una grossa componente endocrina*



*Prof.ssa Annamaria Colao*

Roma, 23 maggio 2022 - Il nostro corpo è una sinfonia ormonale e basta una nota stonata perché l'armonia sia compromessa. Il livello di ormoni oscilla non solo in corrispondenza dell'età o di alcune fasi della vita ma anche in relazione al tipo di alimentazione e bisogna dargli ascolto come un prezioso campanello di allarme.

Malfunzionamento della tiroide o del pancreas, glicemia alta, aumento di peso, e tutto quello che incide sul metabolismo possono dipendere dagli ormoni. Nonostante lo straordinario impatto sulla salute, pochi

conoscono il ruolo chiave degli ormoni che resta misterioso per la maggior parte degli italiani che non sanno come affrontare eventuali squilibri e a chi rivolgersi.

E proprio in Italia viene firmato il primo manifesto europeo che fa luce sul ruolo chiave degli ormoni per la salute e il benessere: grazie alla Milan Declaration 2022, firmata dall'European Society of Endocrinology e dall'European Hormone and Metabolism Foundation e supportata da 53 Società endocrinologiche, associazioni di pazienti e altre organizzazioni, vengono oggi indicati gli obiettivi primari di prevenzione, diagnosi e terapia delle patologie ormonali.



*Prof. Andrea Giustina*

Il documento, che vede la Società Italiana di Endocrinologia (SIE) fra i primi firmatari, è presentato durante il primo European Hormone Day, un'occasione preziosa per richiamare l'attenzione di pubblico e politica sull'importanza di mettere in atto iniziative adeguate per scongiurare la comparsa delle malattie in cui gli ormoni sono causa diretta o concausa, che possono arrivare a colpire circa il 30% delle patologie croniche.

Oltre alle 440 malattie rare provocate direttamente da alterazioni ormonali, infatti, anche patologie diffusissime come obesità, diabete, patologie tiroidee, tumori, infertilità e osteoporosi sono tutte connesse a squilibri ormonali e si stima che nell'arco della vita 3 persone su 4 dovranno prima o poi rivolgersi a un endocrinologo.

“Gli ormoni sono essenziali per la salute e ogni giorno intervengono e guidano tutte le nostre funzioni vitali, dal metabolismo del cibo alla funzione sessuale, dalle prestazioni cognitive ai processi di crescita e sviluppo - osserva Annamaria Colao, presidente SIE e direttore del Dipartimento di Medicina Clinica e

Chirurgia – Unità di Endocrinologia dell'Università Federico II di Napoli - Conoscere gli ormoni e la loro importanza, ma soprattutto mettere in atto strategie che possano aiutare a prevenire le tante malattie nelle quali c'è una componente ormonale alterata, significa riuscire a incidere profondamente e positivamente sulla salute dei cittadini. Fare in modo che tutti possano avere un adeguato introito di vitamina D, iodio e calcio come viene richiesto nella Milan Declaration 2022, per esempio, significa far sì che siano prevenute malattie come l'osteoporosi o le patologie tiroidee che assieme colpiscono, soltanto in Italia, 3 persone su 10".

“È altrettanto fondamentale agire in modo che sia favorito uno stile di vita sano, per esempio rendendo sempre più accessibili la pratica dell'esercizio fisico e regimi alimentari salutari, così da ridurre l'impatto di malattie a forte componente ormonale come l'obesità, i tumori, il diabete che oggi riguardano 10.000.000 di italiani e sono fra le principali cause di malattia e disabilità. La sola obesità, una patologia endocrina in continuo aumento, è associata a un maggior rischio di altre 200 malattie”, prosegue Colao.

La Milan Declaration 2022 sottolinea anche la necessità di investire in ricerca, per esempio per chiarire meglio il ruolo degli interferenti ormonali ambientali come causa di patologie croniche a componente endocrina e per comprendere come trattare patologie croniche come tumori e HIV perché le terapie abbiano il minor impatto possibile sul benessere ormonale e metabolico.

“L'European Hormone Day sarà un momento per ricordare a tutti, cittadini e politici, l'importanza di integrare la salute ormonale nelle politiche sanitarie nazionali ed europee - interviene Gianluca Aimaretti, presidente eletto SIE e Direttore del Dipartimento di Medicina Translazionale (DiMET) dell'Università del Piemonte Orientale - L'enorme impatto di malattie come diabete, obesità, osteoporosi, patologie tiroidee, infertilità e oltre 400 malattie endocrine rare sui cittadini richiede attenzione e un'azione immediata”.

“Si può fare molto per la prevenzione agendo sullo stile di vita, sulla salubrità ambientale, in alcuni casi provvedendo all'integrazione di nutrienti fondamentali; l'importante è garantire a tutti un uguale accesso alla prevenzione, alla diagnosi e alle terapie. Una funzionalità ottimale del sistema endocrino è la via principale attraverso cui il nostro organismo si adatta allo stress e alle infezioni, compreso COVID-19, che a loro volta possono avere un impatto consistente sulla salute ormonale e generale”, conclude Andrea Giustina, presidente della European Society of Endocrinology Foundation.