

# MANUALE DI IGIENE E SANITÀ PUBBLICA

## 1. Introduzione all'Igiene Moderna

L'igiene moderna non si limita alla semplice assenza di malattia, ma rappresenta una scienza multidisciplinare che mira al raggiungimento di un benessere fisico, mentale e sociale completo. Questo approccio affonda le sue radici nell'antica Grecia, dove la figura di Igea personificava la prevenzione dei mali attraverso l'intervento sui determinanti della salute prima ancora che la patologia colpisse l'uomo.

Oggi, l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) definisce l'obiettivo della medicina come il raggiungimento di un livello di salute che permetta a ogni individuo di condurre una vita socialmente ed economicamente produttiva. È necessario distinguere tra l'area clinica, che interviene quando la malattia è già presente, e l'area preventiva, che agisce su soggetti sani o comunità.

## 2. La Prevenzione Primaria

La prevenzione primaria, o eziologica, si attua quando il danno biologico non è ancora iniziato. Il suo scopo è diminuire l'incidenza di una patologia agendo sulle cause e sui fattori di rischio.

**La "ragnatela delle cause":** Insieme complesso di determinanti genetici, biologici, ambientali, economici e comportamentali che portano alla malattia.

Gli interventi coinvolgono l'intera società: scuola, lavoro, politica e urbanistica. Tra gli strumenti cardine troviamo:

- Educazione alla salute e counseling.
- Modifica di stili di vita (fumo, sedentarietà, alcol).
- Normative (cinture di sicurezza, divieto di fumo).

## 3. La Prevenzione Secondaria e lo Screening

Interviene durante il periodo di latenza per intercettare precocemente il processo patologico in soggetti asintomatici. Lo strumento principale è lo **screening**.

### Programmi in Italia:

- Tumore della mammella, cervice uterina e colon-retto.
- Screening neonatali (sordità e malattie metaboliche).

Un programma deve avere rilevanza sociale, un trattamento efficace disponibile e un buon rapporto costi-benefici.

## 4. Prevenzione Terziaria e Promozione

---

La prevenzione terziaria agisce su malattie già diagnosticate per evitarne complicanze e recidive. La riabilitazione ne è l'esempio principale.

La **Promozione della Salute** (Carta di Ottawa, 1986) si basa sulla *salutogenesi*: la capacità proattiva delle persone di controllare la propria salute.

## 5. Health Literacy ed Empowerment

---

La health literacy è l'insieme delle capacità per accedere, comprendere e utilizzare le informazioni sanitarie. Spesso si osserva la "legge dell'informazione inversa", dove chi ha più bisogno di cure ha minori competenze informative.

La **public health literacy** permette al cittadino di comprendere i rischi collettivi e i doveri verso la comunità.