

LA RICERCA CONDOTTA DALL'UNIVERSITÀ DELLA CALIFORNIA

Nuovo test allo studio per individuare i segnali di Alzheimer

I casi di decadimento cognitivo raddoppieranno entro il 2050: lo sostiene l'ultimo rapporto presentato al Parlamento europeo

Federico Mereta

Ptau181. Segnatevi questo nome, perché potrebbe diventare, in futuro, un marcatore per identificare chi sta sviluppando la malattia di Alzheimer fin dalle fasi precoci, quando compaiono i primi segni del decadimento cognitivo.

La notizia, che rimbalza in concomitanza della **Settimana mondiale del Cervello**, emerge da una ricerca pubblicata su *Nature Medicine*, condotta da un'équipe di scienziati coordinata da Adam Boxer dell'Università della California. Il test, che si basa su un semplice esame del sangue, è stato condotto su oltre 400 persone e ha consentito di differenziare i sani da quelli che manifestavano malattia di Alzheimer e, soprattutto, dagli individui che manifestavano altre forme più rare di possibile calo

cognitivo, come quelle legate alla degenerazione lobare frontotemporale. Insomma: in futuro, forse, non si dovrà più puntare su esami sofisticati come la Tomografia a Emissione di Positroni (PET) e sui test di laboratorio del liquido spinale per arrivare a diagnosi sicure, soprattutto in chiave di ricerca. Ma già oggi, in ogni caso, è fondamentale differenziare le varie forme di decadimento cognitivo che, soprattutto in una regione come la Liguria, rappresentano un problema di salute pubblica e di assistenza per le famiglie estremamente significativo.

Il motivo? In Liguria ci sono molti anziani che, oltre a rappresentare un patrimonio in

termini di conoscenza e socialità, possono purtroppo ammalarsi più facilmente di queste forme. I numeri, d'altro canto, giustificano pienamente la ne-

cessità di giungere prima possibile a soluzioni diagnostiche e terapeutiche mirate. Secondo il Rapporto Alzheimer Europa presentato recentemente all'Europarlamento i casi di decadimento cognitivo nel continente sono destinati a raddoppiare entro il 2050 arrivando a 14 milioni nella sola Unione europea e già oggi il numero di coloro i quali convivono con una forma di demenza è di 7.853.705 persone nei 27 Paesi dell'Unione.

Dal punto di vista scientifico, appare importante definire bene la diagnosi. «In circa il 15-20 per cento dei pazienti la demenza è su base vascolare, cioè il cervello ha sofferto per problemi cardiovascolari» spiega Sandro Sorbi, ordinario di Neurologia all'Università di Firenze, e tra gli esperti della **Società Italiana di Neurologia (Sin)** «Questa è una for-

ma potenzialmente evitabile. Circa il 15-20 per cento dei pazienti soffre di demenza fronto-temporale, forma in cui è principalmente alterato il linguaggio ed il comportamento. Molto importanti sono anche le forme di demenza associate a parkinsonismo: fra queste, la forma che ha colpito l'attore Robin Williams, la demenza a

corpi di Lewy. Purtroppo, nonostante l'alta frequenza di tutte queste malattie, il loro nome è spesso sconosciuto. I meccanismi che determinano l'in-

sorgenza delle varie demenze sono diverse e le strategie terapeutiche possibili o in fase di studio variano secondo la forma di demenza. È importante ricordare che se controllassi-

mo bene i fattori di rischio vascolare avremmo il 15 per cento di malati in meno, cioè circa 200.000 malati in meno in Italia». Per le forme di origine vascolare, ovviamente, la prevenzione è fondamentale ma per le altre si punta soprattutto su una terapia che appare ancora lontana nonostante gli sforzi della ricerca.

«Nel mondo sono attualmente in corso oltre 630 trial clinici su varie forme di demenza, 146 dei quali in Europa» segnala Sorbi «In attesa di una cura, per la malattia di Alzheimer e più in generale per il benessere del sistema nervoso non dimenticate mai l'importanza della serenità di coppia e della speranza nel futuro, a tutte le età. A ribadirla è una ricerca apparsa su *Journal of Personality* e condotta da un team di psicologi. L'indagine è stata condotta da un'équipe di psicologi dell'Università Statale del Michigan e ha interessato circa 4.500 coppie valutando sia il benessere fisico sia quello psicologico dei due partner.

Quando si punta a un domani roseo il benessere del singolo, oltre che del partner, tende ad aumentare. I riflessi sarebbero particolarmente importanti in relazione al rischio di sviluppare una degenerazione cognitiva e anche la malattia di Alzheimer. Un piccolo consiglio, quindi, oltre alle immancabili raccomandazioni per una vita sana e ai momenti di tensione che stiamo vivendo



per l'infezione da coronavirus.
Provate a vivere serenamente,
il cervello vi ringrazierà. —

© RIPRODUZIONE RISERVATA

A tavola puntate sui flavonoli

Secondo una ricerca condotta negli USA, il consumo di flavonoli aiuta a combattere il decadimento cognitivo anche nella terza età

Cosa sono?

I flavonoli sono sostanze presenti nei pigmenti delle piante e già da tempo sono sotto l'occhio degli scienziati per le loro qualità in termini di benessere

Quanti ne esistono?

Per comodità **sono stati divisi in quattro gruppi**, in base alla loro caratteristica principale: **isoramentina, kaempferolo, miricetina e quercetina**

Dove si trovano?

L'**isoramnetina** è contenuta in particolare nell'olio d'oliva, nella salsa di pomodoro, nelle pere e nel vino, il **kaempferolo**, presente soprattutto nel cavolo riccio, nei fagioli, nei broccoli, negli spinaci e nel tè, di **miricetina**, di cui sono ricchi cavolo, arance e pomodori, come la **quercetina**, contenuta ancora nel cavolo, nelle mele, nel tè e nei pomodori



Quando consumarli?

Il consiglio è di **consumare regolarmente dalle 3 alle 5 porzioni di vegetali al giorno**. Ma non bisogna dimenticare che nello studio chi assumeva flavonoli da kaempferolo ha mostrato un rischio più basso di sviluppare la malattia neurodegenerativa in tarda età

Fonte: Università Rush di Chicago, Neurology 2020