

**SALUTE** La malattia è in crescita e l'arma più potente rimane la prevenzione. Tuttavia

# ALZHEIMER, BUONE NOTIZIE DALL'ITALIA: UNA CURA

«A Brescia mettiamo a punto la stimolazione transcranica, un approccio non

Carlo Boglione

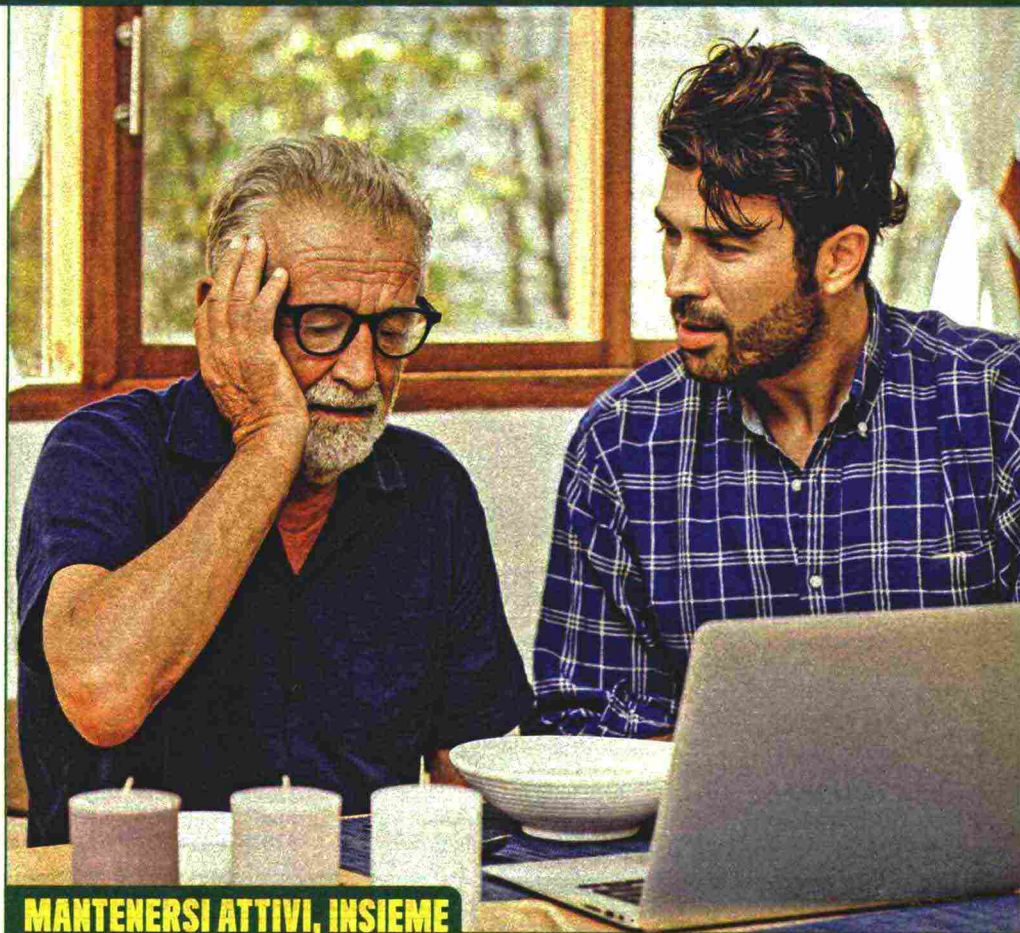
Milano, settembre

**F**inalmente buone notizie per chi soffre di Alzheimer, la causa più comune di demenza senile. Negli Stati Uniti, per frenare il decorso della malattia – che provoca la progressiva perdita della memoria e delle altre capacità cognitive – i ricercatori si stanno concentrando sui farmaci che puntano a rimuovere la beta-amiloide, proteina che, nel cervello dei malati, non viene più metabolizzata correttamente. «Però passeranno anni prima che questo si traduca in un progresso clinico per la maggior parte dei pazienti», precisa Alberto Benussi, neurologo e ricercatore **Airalzh** (Associazione Italiana Ricerca Alzheimer) presso la Clinica Neurologica degli Spedali civili di Brescia, diretta dal professor Alessandro Padovani.

E proprio dall'Associazione del dottor Benussi arriva la novità più promettente per le persone affette da Alzheimer e per i loro familiari. «Finanziando un progetto di ricerca all'Università degli Studi di Brescia, stiamo mettendo a punto una nuova metodica: la stimolazione transcranica a corrente alternata o tACS, che può migliorare concretamente le capacità cognitive e, in particolare, la memoria a lungo termine», spiega Benussi.

## Il miglioramento già in 60 minuti

«In chi soffre di Alzheimer, si registra un progressivo rallentamento dei ritmi cerebrali fisiologici. La "stimolazione transcranica a corrente alternata" è un approccio non invasivo che permette di risincronizzare le "onde" cerebrali al-



## MANTENERSI ATTIVI, INSIEME

Questo ragazzo si rende conto che il padre manifesta sintomi di declino cognitivo. L'Alzheimer è un morbo che fa svanire i ricordi e con loro anche gli affetti, visto che può portare a non riconoscere i parenti più stretti. La malattia, però, si può prevenire: è fondamentale rimanere attivi fisicamente e mentalmente: attività fisica regolare, letture, uso del computer. Anche la dieta mediterranea aiuta a restare sani.

la frequenza corretta attraverso la somministrazione di una debole corrente elettrica, applicata in una zona del cervello chiamata precuneo», dice l'esperto. «Abbiamo reclutato 60 pazienti con Alzheimer in forma lieve, divisi equamente tra uomini e donne, con un'età media di 72 anni. Nel corso dello studio, dopo 60 minuti di stimolazione, si può osservare un miglioramento cognitivo

con buone performance di memoria».

● **Prossimo obiettivo, curarsi a casa** «Grazie al progetto **Airalzh** e al bando del Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza (PNRR), di cui è responsabile la professoressa Barbara Borroni, la sperimentazione proseguirà», afferma Benussi. Il prossimo obiettivo? «Ottenere effetti a lungo termine con la stimolazione a

domicilio effettuata dal caregiver (la persona che si prende cura del malato) ogni giorno, per quattro mesi consecutivi».

## Lo stile di vita sano è un bell'alleato

C'è un'informazione da tenere a mente: l'Alzheimer si può prevenire. «In un terzo dei casi, è possibile evitare la patologia con uno stile di vita



la ricerca per terapie efficaci non si ferma: qui illustriamo una scoperta che fa ben sperare ➔

# RIESCE A "SALVARE" LA MEMORIA A LUNGO TERMINE

invasivo che migliora le capacità cognitive dei malati», dice il dottor Benussi

corretto», dice il dottor Benussi. «Tra i fattori protettivi più efficaci ci sono l'attività fisica regolare e l'alimentazione sana ed equilibrata, basata sul modello della dieta mediterranea. Aiuta anche mantenersi attivi dal punto di vista intellettuale: cercate di leggere, fate le parole crociate, andate al cinema, e così via. È essenziale, poi, tenere sotto controllo i fattori di rischio cardiovascolare – pressione arteriosa, diabete e obesità – che aumentano le probabilità di sviluppare la malattia».

✓ **Un problema a livello sociale** Come le altre forme di demenza, l'Alzheimer è anche un problema di salute pubblica, con un forte impatto sul Sistema sanitario, sociale ed economico nazionale. È stato calcolato che il costo medio annuo per assistere ognuno di questi pazienti è pari a 70.587 euro. Questa cifra comprende i costi a carico del Servizio sanitario nazionale, quelli che ricadono sulle famiglie e quelli indiretti, che includono i mancati redditi da lavoro dei pazienti e gli oneri di assistenza che gravano su chi si prende cura di loro.

✓ **I numeri sono in aumento** In Italia i malati di Alzheimer sono circa un milione. Un numero destinato ad aumentare: l'incidenza della demenza aumenta esponenzialmente con l'età, e l'invecchiamento della popolazione italiana solleva il tema della gestione dei malati. Secondo le proiezioni riportate dal sito del ministero della Salute, nel 2051 ci saranno 280 anziani ogni 100 giovani: i numeri delle malattie croniche legate all'età, tra cui le diverse forme di demenza, sono destinati a salire ancora.

© riproduzione riservata

Dal 14 al 27 settembre l'iniziativa a sostegno della ricerca scientifica

## AL VIA LA CAMPAGNA "NON TI SCORDAR DI TE"

**S**i celebra giovedì 21 settembre la **Giornata mondiale dell'Alzheimer**, istituita nel 1994 dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) e dall'Alzheimer's Disease International (ADI), la federazione internazionale senza scopo di lucro che

unisce associazioni per supportare gli studi sul morbo e i malati di tutto il mondo. L'obiettivo è raccogliere fondi e diffondere iniziative legate alla conoscenza e alla divulgazione delle informazioni su questa patologia neurodegenerativa cronica a decorso progressivo, che rappresenta la causa più comune di demenza nella popolazione anziana. Per l'occasione, **Airalzh Onlus** (Associazione Italiana Ricerca Alzheimer) e **Coop** uniscono le loro forze



nella campagna *Non ti scordar di Te*, a sostegno della ricerca scientifica contro la malattia. Dal 14 al 27 settembre, in una rete di circa 300 supermercati e ipermercati **Coop**, saranno messe in vendita tre particolari saponette realizzate in edizione limitata (30 mila

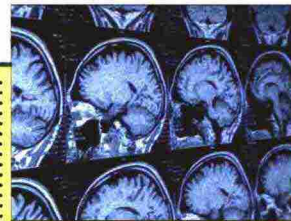
pezzi), su cui sono incise le parole "amici", "famiglia" e "affetti": giorno dopo giorno, si cancelleranno proprio come capita, con l'avanzare della patologia, ai ricordi e ai sentimenti di chi è affetto dall'Alzheimer. I disegni che arricchiscono le confezioni sono stati fatti da una signora scomparsa a causa dell'Alzheimer. Per ogni saponetta venduta, verrà devoluto 1 euro ad **Airalzh**. Per informazioni: [www.airalzh.it](http://www.airalzh.it)

© riproduzione riservata

### IN PILLOLE

#### SEMPRE PIÙ MAMME ALLATTANO AL SENO

Aumentano le donne che optano per l'allattamento al seno: al mondo sono il 48 su cento. Lo svelano Catherine Russell, direttore generale dell'Unicef, e Tedros Adhanom Ghebreyesus, direttore generale dell'OMS. Le due organizzazioni sottolineano la necessità di favorire questa scelta anche sul posto di lavoro, per arrivare all'obiettivo del 70 per cento entro il 2030.



#### AVANZA LA RICERCA SUL GLIOBLASTOMA

I ricercatori dell'IRCCS Ospedale Policlinico San Martino di Genova sono riusciti a ricavare informazioni decisive sul glioblastoma, il più aggressivo tumore al cervello. Grazie a innovative tecniche di biologia molecolare, gli studiosi hanno seguito l'evoluzione di questa malattia, fin dai primissimi stadi, in un modello animale. Un passo avanti che sarà utile per combattere la malattia, che ogni anno colpisce circa 1.500 italiani.

#### LE LINEE GUIDA PER SCEGLIERE I CIBI SANI

Per prevenire il diabete di tipo 2, le malattie cardiovascolari e certi tipi di cancro, le nuove linee guida dell'OMS raccomandano di limitare l'assunzione di grassi al 30 per cento dell'apporto energetico totale. Decisiva la scelta dei carboidrati: privilegiate quelli contenuti in cereali integrali, legumi, frutta e verdura (da consumare in una quantità pari a 400 grammi al giorno).

