

Anche quest'anno, l'ANAP (Associazione Nazionale Anziani e Pensionati) e l'ANCoS (Associazione Nazionale Comunità e Sport) promuovono la Giornata Nazionale di predizione dell'Alzheimer. Il prossimo sabato 5 Aprile, infatti, nelle principali piazze italiane, verranno nuovamente distribuiti dei questionari autosomministrabili diretti a testare lo stato di salute complessivo di coloro i quali si presenteranno spontaneamente ai gazebo allestiti, e ad individuare i primi sintomi della demenza di Alzheimer ed i correlati fattori di rischio. Lo scopo è quello di andare oltre il legame diretto che esiste tra le caratteristiche genetiche dei pazienti e l'insorgere della malattia stessa, e di individuare anche i fattori sociali, comportamentali e culturali che possono influire sui tempi di comparsa e sull'intensità della demenza.

Da anni, il Dipartimento di Scienze dell'Invecchiamento dell'Università di Roma "La Sapienza" e l'ANAP-Confartigianato lavorano al progetto "Predizione e Previsione della malattia di Alzheimer", che consiste nella somministrazione dei suddetti questionari ai cittadini presenti nelle piazze e ai soci dell'ANAP, e nel loro successivo esame statistico e medico.

Stime preliminari relative ad una parte dei dati raccolti nel 2012 nell'ambito del suddetto progetto, mostrano che l'età media dei rispondenti è di circa 62 anni, e che la popolazione *anziana* intervistata (individui di *65 anni ed oltre*) corrisponde a circa il 50% del sotto-campione di riferimento ed è rappresentata in misura pressoché equivalente da uomini e donne.

Dichiara di avere un familiare affetto da demenza il 16,2% degli *over 65*, di cui il 55% circa appartiene al genere femminile, mentre del 38,6% dei rispondenti *anziani* che affermano di soffrire di un deficit di memoria a breve termine, la percentuale delle donne (55,79%) supera quella degli uomini (44,21%).

Se è vero che con l'aumentare dell'età possono manifestarsi più frequentemente segni di deficit cognitivo, e che il genere femminile è affetto da tali disturbi in misura maggiore rispetto a quello maschile, è anche vero che i cambiamenti socio-demografici in atto impongono un'analisi più sottile dei dati a disposizione. La popolazione odierna è anagraficamente più vecchia rispetto al passato, ma biologicamente più giovane. Risulta, infatti, difficile attribuire sempre e comunque agli *over 65* le caratteristiche fisiche, psicologiche, sociali e comportamentali proprie della figura che nell'immaginario collettivo corrisponde a quella del *senior*. Inoltre, la durata media della vita delle donne è maggiore rispetto a quella degli uomini, quindi è più facile che negli ultimi anni della loro esistenza esse siano sottoposte ad un rischio maggiore di subire malattie *age-related*.

Com'è noto, *prevenire è meglio che curare*, e nel caso dell'Alzheimer, *prevenire* significa anche *predire*. Studi differenti hanno dimostrato che tale patologia non scaturisce da un'unica causa, bensì da una serie di fattori eterogenei, che non influiscono in egual misura sui diversi individui. Come sostiene il Professor Vincenzo Marigliano, direttore del Dipartimento di Scienze dell'Invecchiamento presso l'Università degli Studi di Roma "La Sapienza", *la velocità dell'orologio biologico di ogni essere umano dipende dall'interazione tra patrimonio genetico ed ambiente, e ricerche sul campo, come l'indagine campionaria in atto, possono favorire la prevenzione e la diagnosi precoce della demenza*. Infatti, *benché non si possano considerare fattori di rischio determinanti elementi come la razza, la professione, la posizione geografica e il livello socio-economico*, autorevoli studi internazionali mostrano come il declino cognitivo sia correlato anche al grado di istruzione del soggetto in esame. Inoltre, *patologie come il diabete, la sindrome metabolica e l'ipertensione arteriosa influiscono sull'insorgenza della demenza vascolare*.

Per tali motivi, al fine di ridurre al minimo il rischio di insorgenza della demenza, in particolare di quella di Alzheimer, risulta necessario sensibilizzare la fetta di popolazione più adulta, e non solo, alla conduzione di uno stile di vita più "virtuoso", che prediliga un'alimentazione sana ed un accentuato dinamismo fisico e cerebrale.