

# Piano d'emergenza per la demenza: in Italia ne soffre 1 milione di persone

Entro il 2030 il numero raddoppierà, con alti costi familiari e sociali. L'Oms invita governi e operatori sanitari a fare prevenzione sui fattori di rischio: tabacco, mancanza di attività fisica, dieta erranea e aumento del peso

di **UMBERTO TIRELLI**



■ Demenza è un termine generico per indicare oltre 100 tipi diversi di malattie, in cui funzioni del cervello come il pensiero, la memoria, l'orientamento, il ricordo e il linguaggio sono disturbate e compromesse. L'Alzheimer è la più conosciuta e con il 50% dei casi la forma di demenza più frequente. Questa malattia porta il nome del suo scopritore, **Alois Alzheimer**. Egli descrisse per la prima volta nel 1906 la progressiva degenerazione delle cellule nervose nel cervello, processo tipico dell'Alzheimer.

Ancora oggi non è noto che cosa porti a queste modificazioni patologiche. Un editoriale del *Lancet* del 28 maggio scorso ha posto l'attenzione sulla necessità di ridurre il rischio della demenza. La demenza è uno dei problemi di salute pubblica in più rapida crescita. Secondo i dati del *Global Burden of Disease Study* del 2016, il numero delle persone che convivono con la demenza in tutto il mondo è più che raddoppiato, passando da 20,2 milioni nel 1990 a 43,8 milioni nel 2016. Si prevede che questo numero raddoppierà di nuovo entro il 2030, con un aumento maggiore nei Paesi a basso e medio reddito, in cui gli effetti del rapido invecchiamento della popolazione stanno portando al-

l'aumento della demenza.

Il rapporto mondiale sull'Alzheimer del 2015 stima che il costo globale annuo della demenza era maggiore di 800 miliardi di dollari, con più del 85% riferito ai costi familiari e sociali piuttosto che alle cure mediche. In risposta a questa ineludibile sfida per la salute pubblica, l'Organizzazione mondiale della sanità ha pubblicato le nuove linee guida sulla riduzione del rischio di declino cognitivo e di demenza. Queste linee guida costituiscono la prima risposta ad una delle sette aree prioritarie stabilite a maggio 2017, in occasione della 70<sup>a</sup> Assemblea mondiale della sanità e hanno approvato un piano d'azione globale di risposta della salute pubblica alla demenza. Le altre aree prioritarie includono la demenza come politica di sanità pubblica, ricerca e innovazione e diagnosi, trattamento, assistenza e supporto.

Il maggiore fattore di rischio per ammalarsi di demenza è l'età. Prima dei 60 anni il rischio di demenza è estremamente basso, mentre dai 60 anni in poi raddoppia grosso modo ogni 5 anni. Dai 70 ai 79 anni le persone colpite da una forma di demenza sono circa il 5%, dagli 80 agli 89 anni sono circa il 16% e dai 90 anni in poi la malattia colpisce una persona su tre. Le nuove linee guida dell'Oms riassumono le conoscenze base per gli operatori sanitari, i governi, i responsabili

delle politiche e altre parti interessate sui fattori noti per ridurre il rischio di declino cognitivo e demenza. Le linee guida formulano forti raccomandazioni sul potenziale degli interventi sulla attività fisica e sulla cessazione del tabagismo per la riduzione del rischio. Ci sono anche le raccomandazioni sulla dieta e sulla gestione del peso come strategie per la riduzione del rischio. Le linee guida hanno scelto di sostenere la terapia di stimolazione cognitiva e l'allenamento cognitivo, anche se al momento le prove non sono ancora sufficienti.

Il rilascio di queste linee guida da parte dell'Oms è chiaramente un passo benvenuto e importante. La situazione clinica per la demenza e quella in cui non è disponibile alcun trattamento per modificare il decorso della malattia. Dopo gli studi di Aducanumab, che molti ritenevano la migliore speranza per modificare la malattia per l'Alzheimer, sono stati recentemente interrotti per mancanza di attività, le aree prevedibili di sviluppo sembrano molto improbabili per creare un processo che potrebbe alterare la traiettoria dell'emergenza sanitaria emergente nel prossimo decennio. Il ruolo della riduzione del rischio e dell'Oms nel condurre questo approccio di sanità pubblica è quindi di primaria importanza. Sebbene queste linee guida, che riassumono i fattori di rischio, infor-

mano i medici e i responsabili politici, rimane la pressante necessità di raccomandazioni su politiche sanitarie più forti. Vi è un chiaro accordo che si concentra su alcuni dei fattori di rischio per la demenza, molti dei quali si sovrappongono a quelli di altre malattie non trasmissibili, come le malattie cardiovascolari e il diabete.

Ci sono però, alcuni fattori di rischio che possono essere limitati o addirittura debellati. Un'alimentazione sana e corretta, molto movimento e attività fisica, nonché l'allenamento della memoria, aiutano a ridurre il rischio di ammalarsi di Alzheimer o di altre forme di demenza. Infine, anche i contatti sociali possono dare un valido contributo alla riduzione del rischio-demenza: vedere regolarmente amici e famigliari, avere scambi di idee o essere socialmente attivi, sono l'ideale per «rimanere giovani» dentro e fuori. Prendetevi del tempo da dedicare alle persone a voi care. Attività fisica e allenamento della memoria sono la combinazione ideale per unire l'utile al dilettevole. Inoltre l'ossigeno-ozonoterapia ci ha dato ottimi risultati alla Tirelli Medical group di Pordenone sia per le forme lievi di demenza, che per la sua prevenzione in soggetti a rischio per ereditarietà, accertata attraverso opportuni test genetici che sono a disposizione nella nostra clinica.

[www.umbertotirelli.it](http://www.umbertotirelli.it)  
[www.tirellimedical.it](http://www.tirellimedical.it)

© RIPRODUZIONE RISERVATA

## LE PATOLOGIE MENTALI



**1 milione**

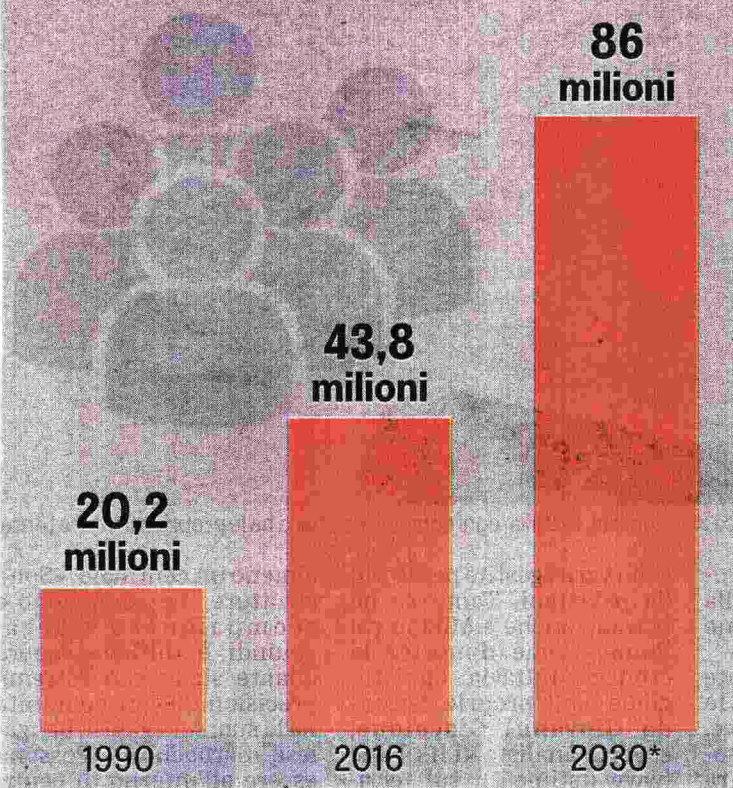
le persone colpite da demenza in Italia



**800 miliardi di dollari**

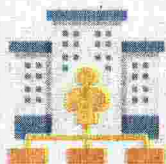
il costo annuo mondiale per curare la malattia

### LE PERSONE COLPITE DA DEMENZA NEL MONDO



LaVerità

\* Stima



**729**

le strutture che curano la malattia in Italia

- Prima dei 60 anni**  
il rischio demenza è basso
- Dopo i 60 anni**  
il rischio raddoppia ogni 5 anni
- Dai 70 ai 79 anni**  
viene colpito da demenza il 5%
- Da 80 a 89 anni**  
viene colpito il 16%
- Dopo i 90 anni**  
viene colpito il 30%

*Il termine, generico, indica oltre 100 tipi di malattie in cui alcune funzioni del cervello, come il pensiero e il linguaggio, sono compromesse*

*L'allenamento della memoria e una vita sana possono tenere in forma la mente. Nel mondo la spesa per le cure è di 800 miliardi di dollari*

