

In Italia ne soffre un milione e mezzo di anziani VECCHIAIA IN SALUTE E DECLINO COGNITIVO



Presentato a Roma, in occasione di un convegno svoltosi alla Regione Lazio, il volume "Vecchiaia e salute cognitiva: un impegno umano, clinico e sociale", pubblicazione curata da Marco Trabucchi ed edita da Il Mulino.

L'evento, organizzato da Apertamente, in collaborazione con la Fondazione Longevitas e con il contributo volontario di Biodemia, è stato una valida occasione

per riflettere sui temi della salute cognitiva e sui fattori, soprattutto psico-sociali, che concorrono a determinarla.

Per declino cognitivo s'intende una progressiva perdita dell'autonomia cerebrale, che va dal calo di memoria a una riduzione delle funzioni intellettive, quali la capacità progettuale e i contatti con gli altri, per arrivare a una demenza conclamata e grave, alla perdita di autonomia motoria, a non riconoscere più se stessi e gli altri.

Di demenza certa, ma sempre difficile da diagnosticare, in Italia soffrono da un milione a un milione e mezzo di persone, con molti casi ancora da diagnosticare. Più di quattro milioni i rispettivi familiari che ne provano le conseguenze.

«L'invecchiamento della popolazione è un fenomeno da qualche anno inarrestabile in tutta Europa e anche nel nostro Paese - scrive nel suo libro il professor Marco Trabucchi, past president dell'Associazione italiana di psicogeriatrica - In questo scenario è fondamentale l'impegno comune, sul piano clinico e sociale, per governare il sistema in modo che non pesi sul singolo, ma anche sul nucleo familiare e di conseguenza sulla collettività».

Grazie ai continui progressi della medicina, gli anziani vivono oggi molto meglio degli anziani del secolo scorso e anche rispetto al declino cognitivo, il rischio genetico può essere ampiamente controllato con una serie di interventi clinico-culturali.

Prendendo in esame alcuni fattori che possono rendere la vita dell'anziano più difficile rispetto alle funzioni cognitive.

Il libro del professor Trabucchi illustra come prevenirli in maniera efficace. Per vincere la solitudine, può essere di grande aiuto la vicinanza di un animale domestico, un cane o un gatto, da accudire.

Determinanti nello stile di vita, l'attività fisica e l'alimentazione. Pericolosa la sarcopenia, cioè la riduzione volumetrica dei muscoli e della loro forza.

Tra le malattie che possono maggiormente influire sulla comparsa del declino cognitivo figurano quelle cardiovascolari, il diabete, la broncopneumopatia cronica.

A questi fattori clinici se ne aggiungono altri, quali le condizioni socio-economiche (in particolare la povertà) e il contesto urbano.

«Il declino cognitivo dipende molto dalle condizioni di un invecchiamento in salute - fa presente in un capitolo del libro Eleonora Selvi, presidente della Fondazione

Longevitas - È un insieme complesso, che va governato in modo coordinato.
Tutto questo ci richiama a un'idea di invecchiamento in salute, un insieme di pratiche per promuovere una 'terza' e una 'quarta' età, da contrastare a tutti quei pregiudizi nei confronti degli anziani, noti come 'ageismo', che ne limitano il ruolo politico-sociale e il loro contributo alla comunità”.

Giancarlo Sansoni