

Una ricerca americana, condotta dagli studiosi del Columbia University Medical Center di New York e pubblicata sulla rivista *Neurology*, sostiene che la cosiddetta dieta mediterranea, che prevede il consumo regolare di frutta, verdura, cereali, legumi e pesce, può aiutare chi soffre del morbo di Alzheimer.

Già un anno fa gli stessi studiosi avevano pubblicato uno studio nel quale si sosteneva come la dieta mediterranea avesse la capacità di ridurre del 40% il rischio di sviluppare la malattia.

Inoltre, dopo aver studiato per cinque anni su un gruppo di 192 malati di Alzheimer gli effetti di diversi tipi di alimentazione, hanno dimostrato che i soggetti che avevano osservato rigorosamente il regime alimentare mediterraneo, hanno vissuto in media quattro anni in più rispetto agli altri.

La crescita delle cellule nervose, che nella malattia di Alzheimer vengono via via distrutte, può essere stimolata dall'uso di *raggi infrarossi* a basso dosaggio.

Ricercatori dell'Università inglese di Sunderland hanno sperimentato questa tecnica su alcuni pazienti affetti dalla malattia di Alzheimer, dopo aver ottenuto risultati positivi sugli animali da esperimento.

I pazienti devono indossare un casco speciale che consente la somministrazione dei raggi a basso dosaggio sicuramente non nocivi. Sarebbero sufficienti dieci minuti al giorno.

Il trattamento sarà provato prossimamente su 100 pazienti con problemi di memoria.

Una teoria che comincia a farsi strada tra gli scienziati che si dedicano alla ricerca sulle malat-

tie neuro degenerative, sostiene che l'Alzheimer potrebbe essere una forma di *diabete di terzo tipo*. Attualmente sono note due forme di diabete: quello "insulino dipendente" che colpisce prevalentemente i giovani e quello "non insulino dipendente" che colpisce gli adulti.

I neuroni sarebbero resistenti all'insulina (ormone che consente l'utilizzazione del glucosio da parte della cellula) e, di conseguenza non più in grado di assorbire il glucosio necessario per la sopravvivenza cellulare.

Sarebbe quindi la resistenza all'insulina responsabile della perdita di memoria e della distruzione dei neuroni. Ricercatori della Northwestern University hanno scoperto che la resistenza all'insulina sarebbe dovuta ad un danno dei recettori dell'insulina che si trovano sulla superficie delle cellule nervose, ad opera di una proteina tossica.

La speranza punta sulla prevenzione

LA RICERCA

Sulle cellule staminali embrionali lavorano diversi laboratori mondiali: coltivate e iniettate in modo da arrivare nelle aree del cervello deteriorate. Obiettivo: rigenerare i neuroni. Non si sa però ancora come controllarle e soprattutto non è chiaro se un'eventuale guarigione riporti il soggetto alla memoria pre-malattia.

IL VACCINO

Ha funzionato sui topi di laboratorio un vaccino somministrato con un cerotto transcutaneo o in crema: attiva il sistema immunitario contro la *β -amiloide* che ammassandosi nel cervello uccide i neuroni. Eliminata la *β -amiloide* i neuroni non muoiono.

LA DIETA

Uno studio preliminare della Mayo Clinic di Rochester collega la demenza di Alzheimer al *morbo celiaco*. Studi recenti hanno individuato, comunque, nella vitamina E e negli olii di pesce (acidi grassi insaturi, in particolare *Epa* e *Dha*) fattori protettivi che sicuramente rallentano il decorso della malattia preservando la memoria del paziente.

(da "Il Corriere della Sera" del 10 dic.2007)

Obiettivo attualissimo della ricerca è tentare di delineare specifici profili di rischio derivanti da fattori genetici che, da soli o in combinazione tra loro e/o interagenti con quelli "ambientali", possano incrementare la probabilità di sviluppare la patologia.

Tutto ciò deve necessariamente passare attraverso la realizzazione di studi caso-controllo rigorosi e basati su una amplissima numerosità campionaria.

Una volta individuato con certezza "quali" fattori e "quanto" il loro peso relativo, solo allora sarà possibile quantificare il rischio per ciascun individuo.

E, alla fine del sogno, persino una terapia preventiva.