



# ALZHEIMER NOTIZIE

## ASSOCIAZIONE ALZHEIMER VENEZIA onlus

ANNO XX N. 5-6      Dicembre 2019



### Anche agli auguri bisogna dare un significato

Fra poco sarà Natale e allora sarà tutto un intrecciarsi di auguri sia di Buon Natale che per il Nuovo Anno. Ovviamente tutto questo è positivo, anche se c'è il rischio che si cada in una certa superficialità e formalità. Per questo vogliamo dare quest'anno ai nostri auguri natalizi ai soci un significato particolare.

Come si fa in certe situazioni di sofferenza e di malattia ad augurare Buon Natale e Buon Anno Nuovo? Che significato può avere l'augurare il bene a chi sta male?

Perché siano autentici gli auguri a una persona ammalata e a suoi familiari occorre avvicinarsi con discrezione e rispetto e mettersi dalla loro parte, condividere e comprendere con empatia la sofferenza altrui a partire dalla propria esperienza.

Perché la sofferenza tocca ognuno di noi.

**Allora i nostri più sinceri**

### *AUGURI DI BUON NATALE E ANNO NUOVO*

**vogliono esprimere vicinanza a tutti i nostri Soci, quella vicinanza che la nostra Associazione traduce anche in gesti concreti nei suoi progetti.**

La Presidente e il Consiglio direttivo dell'Associazione **Alzheimer Venezia**

Dopo la pausa natalizia, gli incontri di **Memory caffè** riprenderanno:

A Burano lunedì 13 gennaio dalle 9 alle 12

A Murano martedì 14 gennaio dalle 9 alle 12

A Marghera martedì 14 gennaio dalle 9 alle 12

A Venezia Cardinal Piazza mercoledì 15 gennaio dalle 9.30 alle 11.30

A Venezia Centro Scalzi lunedì 20 gennaio dalle 9.30 alle 12.30

**Gli incontri di Auto Mutuo Aiuto:**

A Marghera venerdì 24 gennaio dalle 17.30 alle 19

A Venezia lunedì 27 gennaio dalle 14.30 alle 16

A Burano lunedì 27 gennaio dalle 18 alle 19.30

A Murano mercoledì 5 febbraio dalle 18 alle 19.30



### **Meditazione, attività cerebrale e benessere nell'anziano: nuovo progetto di ricerca**

*A cura di Cristina Festari e Samantha Galluzzi*

Stiamo conducendo un nuovo studio di ricerca al fine di valutare se lo sviluppo della consapevolezza (mindfulness), che è la capacità di portare attenzione all'esperienza presente in modo aperto e non giudicante, abbia un'influenza positiva sull'attività del cervello e sul benessere cognitivo e psicologico dell'anziano. Un crescente numero di studi dimostra, infatti, che gli interventi basati sulla pratica della consapevolezza sono utili per gestire lo stress, migliorare le funzioni di memoria e di attenzione, i disagi psicologici e la salute somatica. Lo studio si rivolge a persone dai 60 ai 75 anni senza difficoltà cognitive, anche preoccupate per le proprie capacità di memoria. Ogni persona seguirà un ciclo di 8 incontri, con cadenza settimanale, durante i quali un istruttore qualificato guiderà i partecipanti in pratiche di meditazione e movimento consapevole, e richiederà una pratica quotidiana a casa. Verranno effettuati una valutazione cognitiva e psicologica e una registrazione dell'attività cerebrale tramite elettroencefalogramma prima e dopo il corso.

### **Carta e matita per tracciare le abilità dei pazienti al volante**

*A cura di Michela Rampini*

Una recente revisione della letteratura condotta dall'American Academy of Neurology (AAN) ha messo in luce che le persone con demenza lieve sono guidatori ad alto rischio. Poiché l'automobile è un importante mezzo di trasporto e il saper guidare è un elemento chiave per l'indipendenza della persona, il ritiro della patente ha spesso un considerevole impatto negativo sul benessere e sullo stile di vita del malato. È doveroso, quindi, trovare il giusto equilibrio tra autonomia individuale e pubblica sicurezza attraverso la valutazione periodica delle abilità cognitive. Per fare questo, è necessario identificare i test neuropsicologici che possono riflettere al meglio le reali abilità di guida della persona in esame.

A tal fine, in Argentina è stato condotto uno studio che ha coinvolto 28 anziani cognitivamente sani e 28 pazienti con malattia di Alzheimer lieve che si sono sottoposti ad una valutazione neuropsicologica, una prova di guida su strada, un test di riconoscimento dei segnali stradali e un compito di reazione a stimoli (semaforo-freno).

Lo studio ha evidenziato che i pazienti con demenza, oltre ad essere più lenti nei tempi di reazione allo stimolo, commettevano più errori al volante nel riconoscere la direzione di svolta e pianificare l'azione, seguire i segnali stradali, mantenere l'attenzione, capire e rispondere correttamente ai comandi verbali dell'esaminatore passeggero. Inoltre, rispetto ai soggetti cognitivamente sani, incontravano più difficoltà nel riconoscimento del segnale di divieto di inversione di marcia e di sorpasso e quello di indicazione di attraversamento pedonale. È emerso che i test neuropsicologici carta-matita maggiormente predittivi delle difficoltà di guida sono un test di valutazione dell'attenzione divisa, ovvero la capacità di concentrarsi su due compiti alternativamente, e una prova sulla fluenza verbale semantica, ossia la capacità di produrre parole appartenenti alla stessa categoria (es. animali). Alla luce di tali risultati, ulteriori approfondimenti in merito potrebbero permettere una migliore valutazione delle abilità di guida e consentire a tutti di godere di una maggiore sicurezza.

### **Demenza e tratti di personalità: quale associazione?**

*A cura di Evita Tomasoni*

Studi su persone anziane hanno trovato un'associazione tra le caratteristiche della loro personalità e lo sviluppo di demenza. I tratti di personalità maggiormente presenti in persone che sviluppano demenza sono alti livelli di preoccupazione e di ansia e bassa coscienziosità. Tuttavia, non è chiaro se queste caratteristiche siano fattori di rischio o sintomi precoci della patologia. A questo proposito, in un recente articolo pubblicato sulla rivista internazionale *JAMA Psychiatry*, un gruppo di ricercatori americani ha esaminato se alcune caratteristiche di personalità in adolescenza – periodo durante il quale è improbabile che sia presente la demenza – possano predisporre al rischio di patologia dementigena in età avanzata.

Sono stati analizzati i dati di 82.232 partecipanti che si erano sottoposti ad un test di personalità nel 1960, anno in cui frequentavano le scuole superiori, e sono state identificate le persone che decenni dopo hanno ricevuto una diagnosi di demenza. I risultati hanno mostrato che le persone maggiormente calme e mature in adolescenza avevano meno probabilità di sviluppare demenza in età avanzata. Inoltre, questo rischio era minore in coloro che appartenevano ad una classe socioeconomica più elevata.

Questo studio suggerisce che elevati livelli di preoccupazione e scarsa coscienziosità sono associati alla demenza quando sono presenti sia negli adolescenti che negli anziani. Inoltre questi tratti di personalità, già presenti decenni prima della demenza, potrebbero rappresentare fattori di rischio indipendenti per lo sviluppo della patologia stessa.

oo

### **Biogen anticipa nuovi dati che mostrerebbero l'efficacia terapeutica del farmaco sperimentale Aducanumab**

*A cura di Cristina Festari e Valentina Nicolosi*

Negli ultimi anni le speranze terapeutiche della malattia di Alzheimer (AD) sono state principalmente rivolte a un anticorpo monoclonale, Aducanumab, in grado di “ripulire” il tessuto cerebrale dall'amiloide, una proteina coinvolta nel processo patogeno dell'AD. Inaspettatamente, lo scorso marzo la sperimentazione clinica di Aducanumab era stata anzitempo interrotta, perché le analisi di futilità condotte sui dati fino allora raccolti erano indicative d'inefficacia clinica.

La casa farmaceutica Biogen, produttrice del farmaco sperimentale, ha scelto di non rinunciare. Integrando le precedenti analisi con i dati di oltre 1500 pazienti con malattia di Alzheimer precoce, non disponibili a marzo, ha dimostrato che alte dosi di Aducanumab hanno ridotto in modo statisticamente significativo sia il carico di amiloide cerebrale che il declino clinico, sia cognitivo che funzionale.

Sentito in merito a questa notizia, il Prof. Giovanni Frisoni dichiara “è la notizia che aspetto da trent'anni da quando ho iniziato a lavorare sull'Alzheimer e sulle malattie correlate”.

Pur riconoscendo la rilevanza della notizia, la cautela è d'obbligo. Prima di introdurre il farmaco sul mercato, i risultati dovranno essere confermati dall'analisi di ulteriori sperimentazioni.

### ESTRATTO DEL VERBALE DEL CONSIGLIO DIRETTIVO del 5 Dicembre 2019

Su convocazione della presidente Dott.ssa Clara Urlando, il giorno 5 dicembre 2019 alle ore 15.30 si è riunito il Consiglio Direttivo presso la sede di Marghera per deliberare sul seguente ordine del giorno:

1. Relazione della Presidente sulle attività in corso
2. Programmazione attività 2020
3. Varie ed eventuali

La presidente, dopo aver constatato la presenza della maggioranza dei componenti il Consiglio, dichiara aperta la riunione.

Dà inizio alla seduta informando i presenti, che l'Associazione ha ricevuto alcune donazioni da associazioni che operano nella zona di San Donà di Piave, che assieme alle nostre volontarie di San Donà si pensava di utilizzare organizzando Test di Valutazione, Corsi di Potenziamento della Memoria e Conferenze di sensibilizzazione. Continueremo poi con i gruppi di Auto Mutuo Aiuto rivolti ai familiari dei malati di Alzheimer. C'è l'intenzione anche di presentare un progetto all'Ulss 4 e al Comune di San Donà, per proporre incontri di Memory Caffè.

A Chioggia le attività proseguono bene, le volontarie sono brave e organizzano autonomamente incontri e conferenze e sono presenti con lo sportello informativo presso l'Ospedale Civile di Chioggia; c'è in progetto di avviare incontri di Auto Mutuo Aiuto.

Con il Comune di Spinea abbiamo concluso le attività previste per il 2019. Abbiamo una convenzione fino a dicembre 2020 che prevede Test della Memoria, Corso di Potenziamento, Corso di Psicomotricità, Memory Caffè e Auto Mutuo Aiuto.

A Burano funziona molto bene: le educatrici propongono sempre attività molto interessanti e si è formato un bel gruppo affiatato anche con i volontari dell'isola.

Agli Scalzi il gruppo è sempre numeroso e continua ad aumentare; attualmente due volontarie che hanno concluso la triennale in Psicologia aiutano per le attività e due volontarie inserite dal Comune di Venezia con il Progetto RIA (reddito di inclusione) aiutano per l'accoglienza, la merenda e il riordino. I Padri Carmelitani hanno dato disponibilità dello spazio anche per il 2020.

A Marghera finalmente è stato concluso il trasloco dal Centro Gardenia alla Stefani, c'è ancora qualche quadro da portare. Abbiamo partecipato al Bando di Solidarietà del Comune di Venezia, con la speranza di vedere accolta la nostra richiesta per l'acquisto di un pulmino per il trasporto degli utenti. Attualmente frequentano circa 10 persone, ma se avremo il pulmino potremo andare a prendere a casa anche altri soci, che al momento non riescono a raggiungere la sede.

La presidente prosegue poi dicendo che ci sono state numerose richieste da parte dei cittadini di Lido per l'attivazione di incontri di Memory Caffè e Auto Mutuo Aiuto nell'isola. Se riusciremo a trovare una stanza adeguata alle nostre necessità, calcoleremo i costi e proporremo al Comune l'ampliamento del Progetto Isole inserendo anche Lido.

La presidente riferisce poi che a settembre sono iniziati gli incontri di Memory Caffè anche a Murano, una volta alla settimana, il martedì: sta andando bene, frequenta una decina di persone e un paio di volontarie aiutano la psicologa. Per i famigliari è previsto il gruppo AMA il mercoledì.

Continua informando che nel corso dell'anno l'Associazione Red Carpet, con la quale abbiamo un rapporto di partenariato per il Progetto "Bella Età" guidato dalla Dott.ssa Paulon, ha proposto ai gruppi di Memory Caffè di Marghera, Venezia e Burano alcune visite ai musei della città, nelle quali ha coinvolto i partecipanti nell'attività di "story telling", l'elaborazione di una storia osservando un quadro scelto dall'educatrice.

La presidente prosegue dicendo che a l'Associazione partecipa agli incontri sulle problematiche dei CDCA.

Ricorda infine che per le informazioni a malati e familiari è molto utile la *Mappa delle Demenze* preparata dalla Regione Veneto in cui si possono trovare valide indicazioni su come affrontare le problematiche legate alla malattia.

### **Per aiutarci ad estendere i nostri sevizi, sostieni la nostra Associazione**

Banca prossima IBAN IT34 U030 6909 6061 0000 0009 414

Poste Italiane: IBAN IT03G0760102000000016828303

Quote sociali 2020: socio ordinario € 30 - socio benemerito € 50 - socio sostenitore € 250

### **PER INFORMAZIONI DI CARATTERE LEGALE**

**Avv. Matilde Crety a Mestre in Via Palazzo, 9 tel. 041961401—cell. 3467721887**