

NEUROSCIENZE

ALZHEIMER, LA MALATTIA INVENTATA

Per le statistiche ufficiali colpisce sempre più persone nel mondo. Il neurologo Usa Peter Whitehouse una delle massime autorità mondiali sfata il mito: «A nessuno viene una malattia chiamata così»

Sempre più spesso sentiamo parlare della malattia di Alzheimer. Per gli anziani è addirittura la patologia più preoccupante e diffusa. Perché? Per quale motivo le diagnosi stanno crescendo a ritmo pandemico? Siamo sempre più dementi, o c'è dell'altro? «*Il mito dell'Alzheimer*», il libro scritto da una delle massime autorità mondiali di Alzheimer, il neurologo statunitense Peter Whitehouse, cerca di fare chiarezza.

UN PO' DI STORIA: DA ALZHEIMER A KRAEPELIN

L'Alzheimer (o A.D., Alzheimer Disease) prende il nome dal medico tedesco Alois Alzheimer che per primo aveva studiato e descritto il caso di una sua paziente, la signora Auguste D.. La cosa poco nota è che il vero padre è lo psichiatra Emil Kraepelin, direttore della Reale Clinica Psichiatrica di Monaco. Fu infatti Kraepelin ad offrire ad Alzheimer l'opportunità di lavorare come assistente e nel

1910 conìò ufficialmente il termine Alzheimer Krankheit (malattia di Alzheimer).

Inventando questa malattia, Kraepelin aveva conquistato un territorio diagnostico molto importante, e nel consolidarne l'esistenza, giocò un ruolo importante la diatriba tra lui e Sigmund Freud. La teoria di Freud aveva rivoluzionato lo studio delle nevrosi attribuendo i sintomi delle malattie psichiatriche all'inconscio, e ipotizzando la cura attraverso la psicoanalisi. Queste teorie erano in

netto contrasto con la concezione organicistica delle malattie mentali sostenuta da Kraepelin e Alzheimer: per loro le malattie avevano una base organica che poteva essere accertata scientificamente.

Si venne così a creare una profonda divisione tra psichiatria organica e psichiatria freudiana, in cui ognuna di queste correnti cercava il riconoscimento medico. La posta in gioco era elevatissima. La determinazione di Kraepelin affinché la malattia di Alzheimer fosse classificata come patologia organica è il tentativo strategico di conquistarsi il riconoscimento, oltretutto non perdere il proprio orgoglio di scienziato e la sua eredità di studioso.

Quando Kraepelin incluse l'A.D. nel suo testo *Psychiatrie*, diede avvio a una storia lunga 100 anni durante la quale, da un singolo paziente bollato in modo approssimativo, siamo arrivati a decine di milioni di persone! Tale malattia sarebbe rimasta rara se, nella seconda metà del XX secolo, nei paesi industrializzati non fosse aumentata progressivamente la vita media. L'invecchiamento e la proliferazione di strumenti tecnologici che promettevano di prolungare la vita ha stimolato difatti l'interesse per la ricerca neurologica e gerontologica. **Negli anni Settanta i neuroscienziati, consapevoli dell'interesse per l'invecchiamento, avevano cercato di ottenere maggiori finanziamenti, e per riuscirci avrebbero dovuto trovare qualcosa di concreto, attuale, di terrificante e incurabile: una malattia che giustificasse l'impiego di enormi risorse.** L'Alzheimer si adattava in maniera perfetta allo scopo.

Nel 1974 viene fondato il National Institute on Aging (N.I.A., Istituto nazionale sull'invecchiamento) e sotto la guida dello psichiatra Robert Butler, iniziò subito a pro-

**ADATTA
ALLO SCOPO
Negli anni Settanta
i neuroscienziati
consapevoli
dell'interesse per
l'invecchiamento
avevano cercato
di ottenere maggiori
finanziamenti
Per riuscirci
dovevano trovare
una malattia
«attuale
terrificante
e incurabile»
che giustificasse
l'impiego di
enormi risorse**

muovere l'A.D. come suo principale ambito di ricerca, consentendo l'arrivo di fondi federali. Lo stesso Butler aveva dichiarato: «*Decisi che dovevamo rendere il termine (Alzheimer) una parola di uso comune. Sapevo che questo sarebbe stato l'unico modo per far convergere i diversi settori della ricerca in un unico filone che diventasse priorità nazionale. Io chiamo questa strategia la politica sanitaria dell'angoscia.*».

Nel 1979 a Washington fu creata l'Alzheimer's Disease ad Related Disorder (Associazione per la malattia di Alzheimer e i disturbi correlati), e il 15 settembre 1983 la Camera dei Rappresentanti propose novembre come Mese nazionale dell'Alzheimer. La reinterpretazione dell'invecchiamento cerebrale come malattia a sé, e lo stanziamento di fiumi di denaro, contagiò ricercatori, familiari e le immancabili lobby del farmaco.

CAMBIANO I TERMINI E ARRIVANO I SOLDI

Il termine «senilità» venne soppiantato da quello molto più angosciante: «malattia di Alzheimer». L'idioma dell'angoscia era stato creato!

Nel 1979 il N.I.A. aveva speso per la ricerca 4 miliardi di dollari; nel 1991, 155 miliardi, e nel 2007 i fondi assegnati alla «guerra all'A.D.» raggiunsero la cifra sbalorditiva di 643 miliardi! Il quadro di angoscia e terrore fu amplificato quando vennero coinvolti nella «causa» testimonial come gli attori Rita Hayworth, Charles Bronson e Charlton Heston, il presidente Ronald Reagan, il Primo ministro britannico Wiston Churchill e il pugile campione del mondo Sugar Ray Robinson.

COS'È L'ALZHEIMER

Ufficialmente l'A.D. è provocata

dalla degenerazione del cervello e dalla perdita di cellule nervose.

È una malattia degenerativa e progressiva che porta al rimpicciolimento e all'atrofia di alcune aree del cervello, alla riduzione di alcuni neurotrasmettitori (acetilcolina). I risultati sono: deficit di memoria, compromissione della capacità di apprendere, di ragionare, di formulare giudizi, di riconoscere oggetti, di comunicare; difficoltà nel compiere attività quotidiane; agitazione, ansia, depressione, allucinazioni e insonnia.

CREAZIONE DEL MITO E PROPAGANDA UFFICIALE

L'A.D. è un mito creato dalla nostra cultura per dare senso a un processo naturale: l'invecchiamento cerebrale. Vogliono farci credere che si sta diffondendo a ritmo pandemico, ma non viene detto che l'A.D. non può essere differenziata dal normale processo di invecchiamento; non ha mai lo stesso decorso; non è possibile diagnosticarlo correttamente (ogni diagnosi clinica è ritenuta «probabile»); non viene detto che neppure l'esame autoptico è in grado di differenziare l'A.D. dai soggetti invecchiati normalmente! Come dice nel suo libro il dottor Peter Whitehouse: «*A nessuno 'viene' una ben definita malattia chiamata Alzheimer, e non ci sono evidenze che l'A.D. si stia diffondendo nella popolazione*». **Dopo 100 anni dalla scoperta e 30 anni di ricerche e centinaia di miliardi di dollari non esiste nessuna cura e non conosciamo neppure le cause!**

Il mito dell'A.D. sta sprecando risorse enormi nella ricerca del miracolo, privilegiando la terapia chimica e gli esami a discapito dell'assistenza e della vera prevenzione. Banali misure preventive per proteggere il cervello dal decadimento cognitivo, come indossare un casco in bicicletta, mangiare

alimenti sani, eliminare alimenti infiammanti e intossicanti, fare attività fisica, bere molta acqua pura, stare lontani da farmaci e metalli pesanti (piombo, alluminio, arsenico, mercurio, ecc.) costituiscono un valido aiuto.

PIOVONO SOLDI DAL CIELO

Nel mondo le persone affette da A.D. sarebbero 25 milioni, con un costo per la società di 240 miliardi di dollari all'anno. Nel 2050 il numero di americani con A.D. saranno 14 milioni, con dei costi di oltre 300 miliardi di dollari all'anno. L'Alzheimer's Disease International (A.D.I.) stima nel mondo il numero di persone affette supererà gli 80 milioni. Una vera e propria pandemia!

IN PRINCIPIO ERA IL VERBO

La parola è vibrazione è energia. Il termine «Alzheimer» può avere un effetto devastante nelle persone che la sentono nominare. Parole con forte carica emotiva agiscono potentemente e possono indurre alterazioni fisiologiche con rilascio di ormoni dello stress che potrebbero danneggiare i neuroni stessi. Una diagnosi frettolosa è assai deleteria: c'è differenza tra dire a una persona che il suo cervello sta invecchiando e dirgli invece che ha una malattia degenerativa cerebrale progressiva che lo emarginerà e renderà un vegetale. Le etichette socialmente stigmatizzanti spesso prolungano ed esacerbano la malattia stessa. Come diceva il Buddha: «*Siamo ciò che pensiamo. Tutto ciò che siamo prende origine dai nostri pensieri. Con i nostri pensieri fabbrichiamo il mondo*».

ALTRE CONDIZIONI CHE POSSONO PARTECIPARE

Vi sono diverse condizioni che entrano in diagnosi differenziate: una

**DIAGNOSI
«PROBABILI»
L'Alzheimer
è un mito creato
dalla nostra cultura
per dare un senso
a un processo
naturale:
l'invecchiamento
cerebrale
A cent'anni
dalla sua scoperta
e dopo trent'anni
di ricerche
e centinaia di miliardi
di dollari spesi
non esiste una cura
e non si conoscono
nemmeno le cause**

depressione produce un rallentamento psicomotorio e rende labile la memoria; una diminuzione degli ormoni tiroidei può causare torpore mentale, perdita di memoria e ansia; una carenza di calcio e magnesio possono produrre malfunzionamento e morte neuronale.

«GUERRA» ALL'ALZHEIMER

La concezione militarista porta a vedere l'invecchiamento cerebrale come una malattia che devasta la mente, il che è una falsità sotto il profilo scientifico. Non siamo in guerra con il nostro cervello, ma le metafore belliche instillano un senso di paura che sollecita provvedimenti rapidi.

COSA SI PUÒ FARE

Invece di drogare gli anziani con neurolettici, antidepressivi, psicofarmaci, le terapie di tipo umanistico possono risultare straordinarie: terapia narrativa, arte-terapia, pet-therapy e tutto quello che favorisce il contatto con altri essere umani.

Tenere sempre in attività il cervello, significa evitare ciò che lo atrofizza come la tivù; mantenerlo elastico significa leggere libri, risolvere cruciverba, scrivere un diario, imparare uno strumento musicale, seguire attività artistiche (teatro, pittura, danza, ballo, euritmia, ecc.). **Le ultime scoperte dimostrano che il cervello degli anziani è ancora in grado di generare alcuni tipi di cellule e stabilire nuove connessioni. Una maggior complessità dell'ambiente stimola la formazione di nuove cellule nervose.** In pratica si continua ad apprendere per tutta la vita.

Un valido aiuto può arrivare dall'omeopatia, agopuntura, tecniche di rilassamento (yoga, meditazione e soprattutto il tai-chi). La dieta abituale costituisce uno dei più importanti fattori di rischio per la demenza. Per proteggere il cer-

**CONTINUARE
AD APPRENDERE
Le ultime scoperte
dimostrano
che il cervello
degli anziani
è ancora in grado
di generare
alcuni tipi di cellule
e stabilire
nuove connessioni
Una maggiore
complessità
dell'ambiente
stimola
la formazione
di nuove
cellule nervose**

vello è basilare un regime alimentare a bassissimo contenuto di proteine animali (carne, uova, pesce, formaggio) e ricchissimo di frutta cruda, verdura, cereali integrali, noci e semi oleosi (mandorle, pistacchi, sesamo, lino, girasole, ecc.); eliminando tutti gli alimenti industriali raffinati (pasta e pane bianco, ecc.) e quelli pregni di chimica (additivi, aromi, ecc.). Frutta e verdura contengono vitamine, minerali, enzimi, antiossidanti, fibra e ormoni, mentre i semi oleosi gli Omega-3 (grassi neuroprotettivi a livello vascolare che aumentano l'elasticità dei vasi e diminuiscono la viscosità del sangue, riducendo i grassi).

Infine il corpo umano è strutturato per il movimento. L'attività fisica fa bene al cervello perché aumenta il flusso sanguigno cerebrale, proteggendo i circuiti neuronali. Negli anziani una buona forma fisica è associata a bassa incidenza di mortalità, ipertensione arteriosa, malattie cardiovascolari, diabete, depressione e disabilità.

In conclusione, invece di farsi prendere dal panico e terrore per una diagnosi affrettata che spesso non è oggettiva, è importante vivere al meglio delle nostre capacità, gli ultimi anni della vita. Non esiste una diagnosi sicura, e l'aspetto psico-emozionale può far la differenza: una depressione, trauma possono indurre sintomi simili all'A.D..

La diagnosi di Alzheimer è una etichetta ghehettizzante che può renderci malati, isolati dal mondo, dai parenti, i quali finiranno per depositarci in qualche clinica. Il decadimento cognitivo, un invecchiamento cerebrale, può diventare un'opportunità meravigliosa per apprendere, crescere e rendersi disponibile agli altri, bambini inclusi. Un'occasione per mettersi in gioco con nuove difficoltà e nuove limitazioni, ma pur sempre un'occasione!

Marcello Pamio

effervescienza@yahoo.it