



Qui Salute

Gli esperti a
Radio Ticino Pavia
Fm 91.8-100.5

Ogni giovedì
alle ore 10.00

Al Mondino una ricerca per invecchiare serenamente e in salute

Ospite a Radio Ticino Pavia la dott.ssa Cristina Cereda, esperta in malattie neurodegenerative



La dott.ssa Cristina Cereda

DI SIMONA RAPPARELLI

Se in passato diventare anziani significava abbandonarsi al passare inesorabile del tempo, oggi non è più così: al Mondino di Pavia si studia a fondo la fragilità con lo scopo di far invecchiare le persone mantenendole integrate nella società e dando loro un posto ancora attivo fino al termine della loro esistenza. "Indagare la fragilità significa capire i meccanismi di quella particolare condizione geriatrica che colpisce l'anziano a partire da una certa età - ha chiarito la dottoressa Cristina Cereda, dal 2015 a capo del Centro di Genomica e post-Genomica alla Fondazione Mondino di Pavia, intervenendo al programma 'Qui Salute' a Radio Ticino Pavia -: non si tratta di una

malattia ma dell'incapacità o della minore capacità di rispondere alle sollecitazioni della realtà da parte di alcuni soggetti sani. Ci sono delle spie fisiche che ci fanno capire che stiamo diventando fragili: mi riferisco, per esempio, a lentezza, tremore, dimenticanza di alcuni elementi quotidiani o difficoltà a riprendere le proprie capacità dopo un trauma, magari una caduta o un piccolo incidente. Il progetto di ricerca è finanziato da Fondazione Cariplo e mette in rapporto l'invecchiamento con la condizione di fragilità considerando un gruppo di persone anziane ma in stato di salute, non affette da particolari patologie. Si consideri che attualmente non ci sono studi come questo perché prima non si arrivava a certe età in salute, oggi in-

vece è possibile.

Inoltre, non trascuriamo anche le implicazioni psicologiche, che incidono in maniera importante: è necessario che la persona prenda consapevolezza che la strada della fragilità è obbligatoria e che accetti quanto sta vivendo, anche perché accettarsi significa tutelarsi da una serie di patologie che potrebbero sopravvenire. E' fondamentale rimanere attivi e fare piccole cose con quotidianità, ma anche affrontare e accettare un lutto trovando altri modi per continuare a vivere e adattarsi alla nuova situazione, seppur dolorosa. Non farlo significa finire più velocemente in uno stato di fragilità".

Le applicazioni cliniche: come invecchiare sereni?

"Lo studio ha coinvolto una popolazione di 1.200 persone che attualmente vivono ad Abbiategrasso e sono na-

te tra il 1935 e il 1939 - ha chiarito ancora la dottoressa Cereda -: lo scopo è quello di evidenziare marcatori biologici che ci permettano di dire quale traiettoria di salute una persona anziana probabilmente intraprenderà. Grazie ai dati forniti dai marcatori genetici e periferici (ovvero Dna e proteine o metaboliti) saremo in grado di dire se la persona potrà mantenere uno stato di be-

nessere, oppure potrà andare verso una patologia specifica e quindi rientrare in un programma di cura, oppure ancora andare in fragilità progressiva in maniera sana. Il progetto è condiviso da tre gruppi di ricerca: il **Mondino** è ente capofila, la Fondazione Golgi Cenci di Abbiategrasso è partner e si occupa proprio di invecchia-

mento sano, e ci accompagna nel percorso anche la Fondazione Mario Negri di Milano. Nello specifico, **Mondino** si occupa della parte biologica e analizza i marcatori da prelievo di sangue.

I 1.200 partecipanti allo studio sono stati selezionati nel 2010 e da quell'anno vengono raccolti materiali clinici e

anamnestici, prelievi ma anche dati sociali e di abitudini e dieta; si tratta del primo studio longitudinale italiano sulla popolazione anziana che dura nel tempo e che in totale coprirà 10 anni di vita dei pazienti, per permetterci di ricavare i marcatori necessari a dare indicazioni di cura che guardano al futuro”.

