

## FOGLIO INFORMATIVO DELL'ASSOCIAZIONE ALZHEIMER TRENTO ONLUS

Direttore Responsabile: Fulvio Gardumi - Editore: Associazione Alzheimer Trento onlus, - via al Torrione, 6 - 38122 - Trento - tel. e fax 0461/230775  
- sito: www.alzheimer-trento.org e-mail: info@alzheimer-trento.org - Reg. Tribunale di Trento n. 1328 del 12/06/2007 - spedizione on-line

All'interno riportiamo un estratto di un importante report della commissione della rivista Lancet, una delle più autorevoli a livello internazionale in ambito medico, guidata da Gill Livingston e che riunisce alcuni tra i più grandi esperti a livello mondiale.

Tale report ha evidenziato dei dati che sono, a nostro parere, molto importanti da divulgare.

Quella che segue è una nostra libera traduzione di alcuni stralci della sintesi iniziale di questa relazione, pubblicata il 20 luglio 2017 come invito alla lettura del corposo report almeno per i professionisti.

### settembre "Mese Mondiale Alzheimer"

21 settembre 2017

24<sup>a</sup>

"Giornata Mondiale Alzheimer"



## eventi



**17 settembre - ore 10.00**  
presso  
Centro Servizi Anziani  
"Contrada Larga"  
Via Belenzani, 46 - Trento

**Enzo Tranquillini**  
**Manuela Buganza**  
Medici U.O. di Neurologia  
Ospedale S. Chiara  
con la collaborazione  
di **Daniele Orrico**  
già primario della U.O.

offrono alla cittadinanza la  
possibilità di effettuare  
gratuitamente il

**TEST  
DELLA MEMORIA**

**21 settembre - ore 17.30**  
presso Sala Conferenze  
**Fondazione Caritro**  
Via Calepina, 1 Trento

**Alessandra Lombardi**  
Direttore Centro Disturbi  
Comportamentali e Demenze  
terrà un incontro sul tema:

**"Le modificazioni sensoriali  
nella malattia di Alzheimer"**  
suggerimenti e cautele nell'en-  
trare in un "Altro" mondo

con la partecipazione di  
**Andrea D'Andretta** referente  
stili di vita UISP

moderatore  
**Fulvio Gardumi** - giornalista



**24 settembre ore 9.30**  
ritrovo presso  
giardini Piazza Venezia

passaggiata  
in collaborazione con **UISP**

**"Camminare: un aiuto  
Naturale per prevenire  
l'Alzheimer"**



Partenza **ore 10.00** da  
piazza Venezia (vicino al  
monumento a Degasperi,  
arrivo al Parco delle Al-  
bere dove potremo visita-  
re insieme la mostra iti-  
nerante **"Camminando  
nel Cervello"**, ideata  
dall'Associazione Rencu-  
reme.

Saremo accompagnati da  
Andrea D'Andretta, refe-  
rente stili di vita della  
UISP Trentino.

## Dementia prevention, intervention, and care



Gill Livingston, Andrew Sommerlad, Vasiliki Orgeta, Sergi G Costafreda, Jonathan Huntley, David Ames, Clive Ballard, Sube Banerjee, Alistair Burns, Jiska Cohen-Mansfield, Claudia Cooper, Nick Fox, Laura N Gitlin, Robert Howard, Helen CKales, Eric B Larson, Karen Ritchie, Kenneth Rockwood, Elizabeth L Sampson, Quincy Samus, Lon S Schneider, Geir Selbaek, Linda Teri, Noorheed Mukadam

Agendo ora sulla prevenzione e sull'intervento sulla demenza la presa in carico potrebbe notevolmente migliorare la vita delle persone con demenza e le loro famiglie e trasformare il futuro della società. La demenza è la più grande sfida globale per la salute e l'assistenza sociale nel XXI secolo. Si verifica principalmente in persone di età superiore ai 65 anni, quindi il numero e i costi aumenteranno in tutto il mondo a causa della maggiore longevità.

Globalmente, circa 47 milioni di persone stavano vivendo con una demenza nel 2015, e questo numero si triplicherà entro il 2050. La demenza colpisce gli individui portandoli gradualmente a perdere le proprie abilità, così come i loro parenti e la rete sociale, che devono far fronte ad un familiare o un amico che ammalandosi avrà un grande declino, aumentando la sua dipendenza dagli altri con cambiamenti del comportamento.

Inoltre, colpisce la società in senso più ampio, perché le persone con la demenza richiedono anche assistenza sanitaria e sociale. Il costo globale di questa malattia nel 2015 è stato stimato in 818 miliardi di dollari, e questa cifra continuerà ad aumentare poiché il numero di persone affette da demenza aumenta. Quasi l'85% dei costi è sostenuto dalle famiglie e servizi sociali...

La demenza non è in alcun modo una conseguenza inevitabile della vecchiaia. Diversi fattori dello stile di vita potrebbero ridurre o aumentare un rischio individuale di sviluppare la demenza.. In questo Report abbiamo esteso i modelli di rischio disponibili includendo la perdita dell'udito, (risultato di una nuova revisione e meta-analisi della letteratura) e l'isolamento sociale.

Incorporando i fattori di rischio potenzialmente reversibili nelle diverse fasi di durata della vita e non solo la vecchiaia, siamo in grado di proporre un nuovo modello di rischio e abbiamo riscontrato che più di un terzo dei casi di demenza potrebbe essere teoricamente prevenibile.

- Un aumento dell'educazione infantile, mantenersi in esercizio fisico, mantenere impegni sociali, ridurre o smettere di fumare e gestire la perdita dell'udito, la depressione, il diabete, l'ipertensione e obesità può contribuire alla prevenzione o al ritardo di insorgenza della demenza. Vi sono anche prove preliminari su altri fattori di rischio potenzialmente modificabili. Tuttavia, anche solo ritardare l'insorgenza dei sintomi più gravi della demenza per alcuni anni anche per una piccola percentuale di persone, sarebbe un'enorme risultato e permetterebbe a molte altre persone di raggiungere la fine della vita senza sviluppare la demenza. ... In questa relazione, abbiamo riassunto che cosa dovrebbe essere fatto ora e quando le evidenze disponibili non sono definitive.

Abbiamo individuato gli interventi che possono trasformare la vita di persone con demenza e le loro famiglie, massimizzando la cognizione, diminuendo i disturbi associati ai sintomi con una riduzione delle crisi e miglioramento della qualità della vita.

La diagnosi tempestiva è un prerequisito per l'erogazione degli interventi e abbiamo incluso trattamenti farmacologici, psicologici, ambientali, e gli interventi sociali. Se questi interventi saranno implementati, le persone con demenza manterranno più al lungo la loro capacità cognitiva e sarà meno probabile che siano agitati, depressi, o con problemi psicotici e i familiari avranno livelli ridotti di ansia e depressione. È anche importante discutere future decisioni al più presto con le persone con la demenza e permettere loro di nominare qualcuno che ne tuteli le scelte future, coerentemente ai desideri prestabiliti o ai loro valori.

Le persone con demenza hanno di solito più di 65 anni, spesso hanno comorbidità e potrebbero aver bisogno di aiuto per affrontare queste malattie. Un terzo delle persone anziane ora muore con la demenza e tutti i professionisti che lavorano al fine della vita hanno la necessità di rendere questa

continua nella prossima pagina

**L'Associazione ha bisogno di aiuto per potenziare le proprie attività. I volontari sono una risorsa fondamentale per poter realizzare i vari progetti e le nostre attività. Se vuoi donare un po' del tuo tempo all'Associazione, puoi contattarci anche tramite telefono (0461/230775) o con una e-mail: [info@alzheimerrento.org](mailto:info@alzheimerrento.org)**

conoscenza una parte centrale della loro pianificazione e comunicazione.

...Professionisti e i servizi devono utilizzare ciò che funziona, non utilizzare ciò che è inefficace, ed essere consapevoli della differenza... Una prevenzione efficace della demenza, adeguati interventi di cura potrebbero trasformare il futuro della società e migliorare notevolmente la vita degli individui con demenza e delle loro famiglie.

**Agire ora su quello che noi sappiamo  
può già far accadere questo cambiamento**

**1 Il numero di persone affette da demenza è in aumento a livello mondiale** anche se l'incidenza in alcuni paesi è diminuita.

## **2 Siate ambiziosi nella prevenzione**

Raccomandiamo un trattamento attivo dell'ipertensione ad una età intermedia (45-65 anni) ed agli anziani (età superiore ai 65 anni), senza demenza, per ridurre l'incidenza di tale malattia.

Altre strategie, tra cui un'estensione dell'educazione, esercizio fisico, mantenere l'impegno sociale, ridurre il fumo, e la gestione della perdita dell'udito, della depressione, del diabete e dell'obesità potrebbero avere il potenziale di ritardare o prevenire più di un terzo dei casi di demenza.

## **3 Trattare i sintomi cognitivi**

Per massimizzare il funzionamento cognitivo, alle persone con malattia di Alzheimer o con demenza con i corpi Lewy, dovrebbero essere offerti inibitori della colinesterasi in tutte le fasi, o memantina per la demenza grave.

Gli inibitori della colinesterasi non sono efficaci in deficit cognitivi lievi (mild cognitive Impairment).

## **4 Individuare la cura della demenza**

Una buona cura per la demenza comprende assistenza medica e sostegno sociale; dovrebbe essere adattata alle esigenze culturali, preferenze e priorità individuali e dovrebbe includere il supporto per i caregiver.



## **5 Cura dei familiari**

I Caregiver famigliari sono ad alto rischio di depressione. Efficaci Interventi, tra cui STRategies Gli interventi tecnologici hanno il potenziale per migliorare la cura, ma non dovrebbero sostituire per Relatives (START) o risorse per aumentare la salute del caregiver del malato di Alzheimer.

Un intervento (REACH), per ridurre il rischio di depressione e trattare i sintomi dovrebbe essere reso disponibile.

## **6 Pianificare il futuro**

Le persone con demenza e le loro famiglie apprezzano le discussioni sul futuro e le decisioni su possibili tutele. I clinici dovrebbero considerare la capacità di prendere diversi tipi di decisioni alla diagnosi.

## **7 Proteggere le persone con demenza**

Le persone con demenza hanno bisogno di protezione. I possibili rischi della condizione, inclusa la trascuratezza, la vulnerabilità (anche allo sfruttamento), la gestione del denaro, la possibilità di guidare o usare armi.

La valutazione e gestione dei rischi in tutte le fasi della malattia è essenziale, ma deve essere equilibrata con il diritto della persona all'autonomia.

## **8 Gestire i sintomi neuropsichiatrici**

La gestione dei sintomi neuropsichiatrici della demenza tra cui l'agitazione, la depressione o la psicosi è in prima battuta effettuata attraverso interventi psicologici, sociali e ambientali, con la gestione farmacologica riservata agli individui con sintomi più gravi.

## **9 Considerare il fine vita**

Un terzo delle persone anziane muore con la demenza, quindi è essenziale che i professionisti che lavorano nell'assistenza al fine vita considerino se il paziente ha la demenza, perché potrebbe non essere in grado di prendere decisioni circa la loro cura e trattamento o esprimere le loro esigenze e desideri.

## **10 Tecnologia**

Gli interventi tecnologici hanno il potenziale per migliorare la cura, ma non dovrebbero sostituire o ridurre il contatto sociale.



**Racconti:  
secondo classificato**

**PICCOLE  
PAROLE**

di Anna Maria Cenzi



La tua testa ciondoloni mi ricorda quella di un bambino piccolo, abbandonata nel sonno dopo molti giochi.

Sono qui a tenerti compagnia, come tanti altri giorni.

I medici hanno detto che ci sarà ancora molto tempo ed io, avida, voglio prenderlo tutto, voglio rubare alla malattia tutte le ore che posso per ricucire un rapporto spesso difficile, per ritrovare il senso di un affetto sottinteso, mai dichiarato.

Voglio ritrovare assieme a te le immagini di un'altra vita, quando ancora pronunciavi parole. Erano piccole, appena sussurrate: le dicevi a me quando, con infinita nostalgia parlavi della tua giovinezza, dei "bei tempi".

Quante immagini hai lasciato! Saranno queste che ricorderò di te, e non il tuo viso pallido, mangiato dal male, le occhiaie azzurrognole.

Sto leggendo il capitolo di un romanzo; parlo, parlo senza in realtà dire nulla: non c'è più nulla da dire tra di noi. Le certezze di un tempo svanite, assieme alla tua grande forza che per tanto tempo ci aveva tenuti uniti, ci aveva assicurati.

I tuoi occhi scuri, ora così grandi, guardano tutto intorno a te, come se non volessi separarti dalle cose che conosci, che ami: dalle fotografie, dai mobili, dai ricordi impolverati. Te ne stai immobile, una mano appoggiata inerte sul tavolo e l'altra che artiglia il bracciolo della poltrona, ad indicare la tua fragilità, la paura di cadere, il tuo aggrapparti alla vita.

Da qualche mese le tue parole sono cessate, il silenzio si è riappropriato di ogni singola stanza, ha invaso, leggero, la grande casa. Ed io mi scopro a tendere l'orecchio in attesa di un movimento, di una vibrazione che mi dica che tu ci sei ancora e che ami ancora.

Sono qui come tanti altri giorni... chiudo il romanzo, ti guardo, ti tocco la mano e sorrido perché ti è appena fuggito un sospiro. Sai, raccoglierò io le tue piccole parole nell'aria.



**Ricordiamo ai nostri iscritti che la quota associativa annuale è di fondamentale importanza per aiutarci nel nostro**

**impegno a supporto dei malati di Alzheimer e delle loro famiglie.**

**Ringraziamo tutti coloro che hanno devoluto il loro 5 per mille alla nostra Associazione. Il Vostro contributo e la stima manifestata ci stimolano ulteriormente a continuare ad operare anche per alleviare il senso di isolamento delle famiglie dei malati.**

**Modalità pagamento: bonifico bancario C.R.T.**

**IBAN: IT 52 M 08304 01803 0000 2031 2204 -**

Segnaliamo questa iniziativa della APSP Margherita Grazioli di Povo alla quale ha aderito la nostra Associazione, con l'invito alla partecipazione.

Azienda Pubblica di Servizi alla Persona Margherita Grazioli con l'adesione Associazione Alzheimer Trento

**PRESENTA IL FILM**

**JULIANNE MOORE**  
ALEC BALDWIN KRISTEN STEWART  
**STILL ALICE**  
ROMANZO DI LISA GENOVESE

Film tratto dal romanzo "Perdersi" di Lisa Genova - Alla protagonista Alice Howland, insegnante di Ingegneria alla Columbia University, viene diagnosticata una forma di Alzheimer. Il film racconta il dramma di Alice che progressivamente perde la memoria dei luoghi e delle persone con cui ha sempre vissuto. Una rappresentazione molto dolce e efficace della malattia.

Introduzione al film di Renzo Dori e dott. Renzo Carrozini psicologo-psicoterapeuta  
Dopo la proiezione breve dibattito con il pubblico.

Julianne Moore ha vinto il Golden Globe e l'Oscar come migliore attrice protagonista.

**VENERDI' 15 SETTEMBRE ore 20.30**  
Centro Polifunzionale - Sala Incontri  
Via della Resistenza 61 - Povo (TN)  
**INGRESSO LIBERO**

"ALZHEIMER TRENTO" onlus  
via al Torrione,6 38122 TRENTO  
tel./Fax 0461/230775  
Email: info@alzheimerrento.org  
web: www.alzheimerrento.org

Orario di segreteria:  
Lunedì, mercoledì e venerdì dalle 10.00 alle 12.00  
martedì dalle 16.00 alle 18.00  
Negli altri orari potete lasciare un messaggio sulla segreteria telefonica: sarete contattati al più presto.

Il foglio informativo dell'Associazione è consultabile online sul sito:  
[www.alzheimerrento.org](http://www.alzheimerrento.org)