

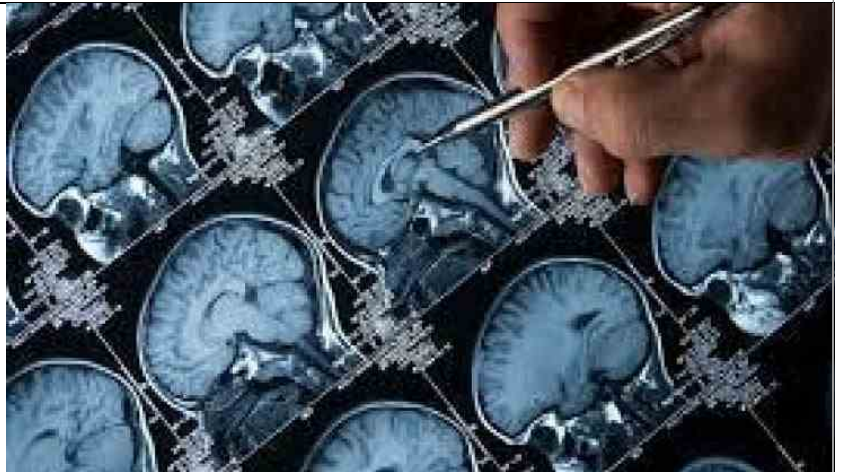
[MENU](#) | [CERCA](#)
[ABBONATI](#)
[GEDI SMILE](#)
[ACCEDI](#)

Seguici su:

[FESTIVAL DI SALUTE 2021](#) [COVID](#) [SPORTELLINO CUORE](#) [TUMORI](#) [PSICOLOGIA](#) [ALIMENTAZIONE](#) [LONGFORM](#) [VIDEO](#) [PODCAST](#) [SCRIVICI](#)
**R** CONTENUTO PER GLI ABBONATI

# Alzheimer, il decalogo per scegliere la struttura migliore

di Donatella Zorzetto



*La cosa migliore è restare a casa propria. Ma quando il paziente si aggrava serve il ricovero in un centro specializzato. Come sceglierlo. Stefano Cappa: "Meglio scegliere chi affianca alla cura il gioco e l'attività fisica"*

06 OTTOBRE 2021

4 MINUTI DI LETTURA

QUALI SONO i dieci buoni motivi per scegliere una struttura che curi chi è colpito da Alzheimer? Il dilemma di come riconoscere un valido centro specializzato, sia esso pubblico o privato, si pone quando il proprio familiare mostra evidenti cedimenti cerebrali. Quello più frequente, che suona come una sentenza quando la diagnosi di Alzheimer magari è venuta già un po' di tempo prima, sono i disturbi del comportamento: se il proprio familiare ha scarsa consapevolezza dell'ambiente e non riconosce chi lo accudisce è meglio ricoverarlo. "L'ideale è che il paziente, fatta la diagnosi, resti a casa propria il più a lungo possibile - spiega **Stefano Cappa**, professore di Neurologia allo Iuss di Pavia e responsabile del Centro di ricerca sulle demenze del Mondino - ma quando subentrano questi disturbi è necessario rivolgersi a una struttura".

 **SALUTE**


**Progetto "Digital Twin": con i big data la sanità è più sostenibile**


**Alzheimer, tra farmaci classici e nuove strategie**

 di Nicla Panciera  
 29 Settembre 2021

[Leggi anche](#)

**Covid, il cocktail di anticorpi che frena la malattia**

## Quando arriva la diagnosi di Alzheimer

La malattia di Alzheimer è la più comune forma di demenza. Arriva soprattutto nell'età avanzata: è una sindrome neurodegenerativa, che comporta una graduale e irreversibile perdita delle funzioni cognitive. **I sintomi più caratteristici** sono il deficit di memoria, problemi di linguaggio, cambiamenti di personalità, mancanza d'iniziativa, confusione, disorientamento e perdita delle capacità di ragionamento e di giudizio. Gli esperti ritengono che a causare la malattia di Alzheimer contribuiscano fattori genetici e ambientali, più un certo stile e, talvolta, la familiarità per la malattia. Sulla fisiopatologia di questa forma di demenza le evidenze sono chiare: il cervello del malato subisce un processo di atrofia e a livello extra e intracellulare accumula aggregati proteici, che sembrano pregiudicare la sopravvivenza e la funzione dei neuroni.

La diagnosi è complessa; servono infatti numerose indagini, tra cui: esame obiettivo, anamnesi, esame neurologico, test cognitivi e neuropsicologici, esami di laboratorio di vario genere e la diagnostica per immagini (Tac cerebrale e risonanza magnetica al cervello). Attualmente, la malattia di Alzheimer non è curabile. Tuttavia, i pazienti possono contare su diversi trattamenti sintomatici, ossia in grado di alleviare la sintomatologia e rallentare l'inesorabile deterioramento cognitivo tipico della malattia.

### Alzheimer, non solo una malattia del cervello: il fegato ha un ruolo chiave

di Elisa Manacorda  
 18 Settembre 2021



## Quali opzioni scegliere per il malato

"Un vero problema di salute pubblica", così lo definisce Cappa. Che sottolinea: "L'aumento della durata della vita ha come effetto collaterale una crescita delle malattie legate all'invecchiamento. Nel nostro ambulatorio specializzato in disturbi cognitivi visitiamo oltre un migliaio di pazienti all'anno, che vengono seguiti nel tempo. Lo sforzo attuale è quello di diagnosticare malati di Alzheimer nella fase iniziale della malattia, perché in questo modo possiamo influire sull'invecchiamento. Non ci sono terapie risolutive, ma per ogni paziente si può fare molto attraverso l'assunzione di farmaci che controllano i sintomi e anche incidendo sullo stile di vita. Ad esempio, nella fase iniziale si può partecipare

**D-day Covid, fra due settimane vedremo se il vaccino ha funzionato**

**Covid, sono allergico e nessuno mi vaccina**

## SALUTE



**Vaccini: 2 dosi Pfizer efficaci al 90% per almeno 6 mesi contro tutte le varianti**

**Un adolescente su 7 ha un disturbo mentale**

**Glaucoma, non solo colliri: come trattare la malattia silenziosa che ruba la vista**

DI IRMA D'ARIA

**Parkinson, 7 strategie per migliorare i movimenti**

DI MARA MAGISTRONI

[leggi tutte le notizie di Salute >](#)

a sperimentazioni farmacologiche".

## Cos'ha bisogno il paziente per bloccare la demenza

"Puntare sul miglioramento dello stile di vita, su una dieta mirata, considerato l'effetto protettivo che ha quella di tipo mediterraneo; bassa in grassi e ricca in frutta e verdura. E poi esercizio fisico, anche modesto ma regolare. Senza contare la necessità di tenere impegnato il cervello con attività come la lettura, il gioco e quindi l'interazione sociale". Le priorità, per il malato di Alzheimer secondo il professore del Mondino sono queste. Oltre alla "necessità di evitare isolamento e solitudine, insieme a tutti i fattori di rischio vascolare, ad esempio il fumo, e seguire il controllo della pressione arteriosa e della glicemia, cose che può fare bene il medico di medicina generale".

### Contro il declino cognitivo una soluzione c'è: allenarsi

di Jacopo Vergari  
 04 Settembre 2021



## Dove mettiamo il nonno?

Sulla base di questi presupposti, e tenendo presente che l'Alzheimer colpisce soprattutto sopra i 65 anni, è necessario capire cosa fare, e come farlo al meglio. Quindi: sulla base di quali presupposti scegliamo la struttura che può essere più indicata per il nonno con Alzheimer? "Dipende in quale fase si trova la malattia - chiarisce Cappa - . Se possibile lo teniamo a casa. Stiamo parlando di una patologia che può durare anche 10-15 anni. Questi pazienti, se curati al meglio, muoiono non a causa dell'Alzheimer ma per patologie associate, come infezioni o provocate dall'immobilità. Quindi la soluzione ideale sarebbe che il paziente, una volta fatta la diagnosi, resti nella propria abitazione il più a lungo possibile, soprattutto se non ci sono disturbi del comportamento. Ma in questo contesto va seguito: serve un'assistente oppure può andar bene anche un centro diurno". E nel caso si aggravi? "Può avvenire anche dopo anni - prosegue Cappa - può essere che nel corso del tempo accusi sintomi come disturbi del sonno, scarsa consapevolezza dell'ambiente che lo circonda e magari neppure riconosca i familiari. Allora il ricovero è la scelta migliore".



## Alzheimer, che senso hanno gli studi per sapere se ci si ammalerà

di Federico Mereta  
 01 Agosto 2021



### Quali strutture scegliere: le dieci regole

Ma quali caratteristiche deve avere una struttura sanitaria perché venga considerata adatta ad ospitare al meglio un malato di Alzheimer? Secondo l'esperto del Mondino sono queste:

- 1 - un ambiente di buona qualità, che può essere un fattore di rallentamento della malattia. Struttura che abbia conoscenza della patologia e la sappia gestire;
- 2 - competenze sul piano medico, con personale sanitario preparato per il trattamento di malati con Alzheimer;
- 3 - un contesto che permetta al paziente di muoversi, pur essendo seguito, ad esempio in un giardino o parco;
- 4 - deve essere garantita un'attenzione particolare agli aspetti legati all'alimentazione. Il malato di Alzheimer deve essere indirizzato preferibilmente verso una dieta mediterranea: povera di grassi e ricca di verdure;
- 5 - è indispensabile assicurare al paziente la possibilità di fare esercizio fisico, quindi meglio se la struttura scelta ha a disposizione una palestra;
- 6 - sullo stesso piano, in termini di importanza, c'è il gioco. L'anziano con Alzheimer attraverso l'attività ludica, ad esempio il gioco delle carte, può stimolare la propria attività cognitiva. La presenza di un centro diurno può fare al caso;
- 7 - le attività riabilitative stimolanti passano anche attraverso la musica e il ballo. Alcuni centri le hanno introdotte con successo;
- 8 - il confronto con il sociale è fondamentale per mantenere in attività l'attività cerebrale dei malati. Quindi il contatto con volontari, che frequentano i centri Alzheimer portando momenti di animazione;
- 9 - la terapia farmacologica, anche sperimentale, è un punto fondante nella scelta della struttura adatta al paziente;
- 10 - l'attenzione a come progettare l'ambiente. Un malato di Alzheimer, quando si muove ha bisogno di percorsi non tortuosi e di segnalazioni chiare. Chi progetta o ristrutturata un edificio adatto ad ospitare questi malati deve realizzare percorsi lineari e definiti, se possibile aiutandosi con i colori.

## Alzheimer, un'altra tegola sulla (prima e unica) terapia



di Simone Valesini  
19 Luglio 2021

## I malati di Alzheimer in Italia e nel mondo

In Italia, secondo la stima dell'Osservatorio demenze dell'Istituto superiore di sanità, soffrono di demenza circa un milione di over 65 (e pressapoco 40mila tra i 50-64 anni), di cui 600mila con Alzheimer (il 20-30 per cento tra i 50-64 anni). Nel 2020, l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) ha riferito che, in tutto il mondo, i malati di demenza erano circa 50 milioni. Tenendo conto che la malattia di Alzheimer rappresenta il 60-70% di tutte le forme di demenza, questa malattia, nello stesso anno contava tra i 30 e i 35 milioni di pazienti. Per effetto dell'allungamento delle vita media dell'essere umano, gli esperti ritengono che il numero di persone con Alzheimer e, più in generale, quelli con demenza è destinato ad aumentare progressivamente. Questa previsione trova conferma anche nei dati passati: nel 2010, i malati di demenza presenti nel mondo erano 36 milioni, quindi 14 milioni in meno rispetto al 2020. Sempre secondo quanto riportato dall'Oms, ogni anno, nel mondo, si registrerebbero dai 6 ai 7 milioni di nuovi casi di Alzheimer (10 milioni di nuovi casi di demenza in totale).

### Terapia ormonale sostitutiva: e se prevenisse l'Alzheimer?

di Irma D'Aria  
04 Agosto 2021

#### Argomenti

alzheimer

© Riproduzione riservata