



## Il morbo di Parkinson? L'età si sta abbassando

**Non riguarda solamente gli anziani: nel 10 per cento dei casi colpisce sotto i 40 anni. Ecco il quadro completo**

**Cristine Mozzantini**

Milano - Novembre

**D**i recente, in una puntata della celebre serie tv americana sugli avvocati *The Good Wife* è apparso come "guest star" l'attore Michael J. Fox. Canadese naturalizzato americano, Fox negli anni Duemila aveva abbandonato le scene confessando ai suoi fan di avere il morbo di Parkinson, malattia neurodegenerativa assai diffusa nel mondo, che solo in Italia colpisce 250 mila persone. Per questo nel nostro Paese il 24 novembre si celebra la

IV Giornata dell'informazione sulla malattia di Parkinson, organizzata dalla Limpe (Lega Italiana per la lotta contro la Malattia di Parkinson, le Sindromi Extrapiramidali e le Demenze) e dalla Dismos-Sin (Associazione Italiana Dissindini del Movimento e Malattia di Parkinson).

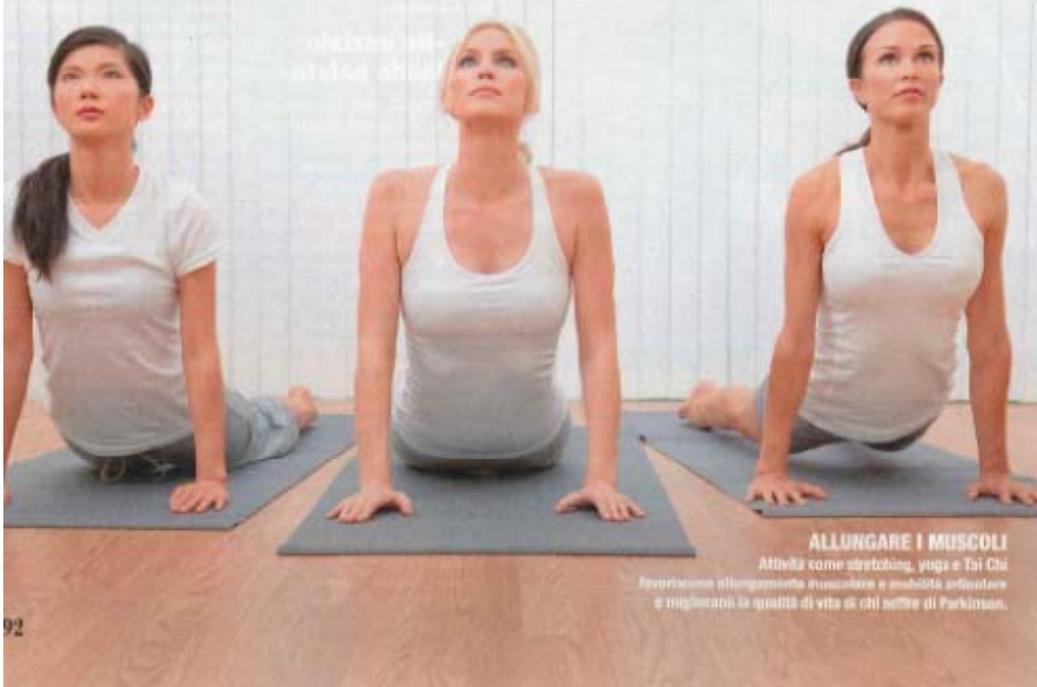
**Si può manifestare prima dei 40 anni**

È un importante appuntamento per tutti, poiché circa 100 strutture ospedaliere italiane metteranno a disposi-

zione esperti neurologi a cui porre ogni tipo di domanda sulla patologia. Per conoscere le sedi più vicine si può visitare il sito [www.giornataparkinson.it](http://www.giornataparkinson.it) o chiamare il Numero Verde 800.149626.

«Il Parkinson non è più una prerogativa esclusiva dell'anziano», nota il professor Giovanni Abbruzzese, presidente della Limpe. «Anche se i disturbi motori che contraddistinguono la malattia cominciano in media intorno ai 60 anni, nel 10 per cento dei casi la patologia esordisce prima dei 40, cioè in età adulto-giovanile. Ci si può ammalare persino in età molto avanzata, a 80 anni o più. In questi casi può accadere che la malattia non sia correttamente identificata perché i disturbi motori sono attribuiti al normale processo d'invecchiamento. In

certi casi la malattia non è curata adeguatamente, privando così il paziente dei benefici e dell'autonomia che la terapia specifica consentirebbe». Dunque la malattia, chiediamo al professor Abbruzzese, può colpire a qualunque età. Quali sono le manifestazioni tipiche che consentono di riconoscere se uno soffre o meno di Parkinson? «I sintomi principali sono: la rigidità muscolare, spesso erroneamente attribuita a un'inflamazione articolare, un reumatismo o una postura scorretta, il tremore che è presente nel 60 per cento dei casi. Nelle fasi iniziali della malattia, il tremore può essere localizzato in una sola parte del corpo, spesso le mani o i piedi. È un tremore a riposo che diminuisce afferrando un oggetto come, per esempio, un bicchiere, o nel sonno. La len-



**ALLUNGARE I MUSCOLI**

Attività come stretching, yoga e Tai Chi favoriscono allungamento muscolare e mobilità articolare e migliorano la qualità di vita di chi soffre di Parkinson.

tezza dei movimenti si manifesta con una maggiore difficoltà a svolgere movimenti "fini" come lo scrivere, il cucire e il radersi: s'impiega più tempo e ci si sforza di più per effettuare le normali attività oppure per passare da una posizione all'altra (alzarsi da una sedia, scendere dalla macchina, girarsi nel letto) e per vestirsi. La malattia evolve poi con disturbi dell'equilibrio, andatura impacciata e postura curva con rischio di cadute».

### Protette dagli estrogeni

Un dato statisticamente certo è che il morbo di Parkinson colpisce meno le donne. L'ipotesi più accreditata, anche se ampiamente discussa, sembra attribuire questa minore incidenza a un possibile ruolo "protettivo" degli estrogeni e alla possibilità che questi ultimi costituiscano uno strumento terapeutico. Fin qui, buone notizie. Ma c'è una contropartita. «Le donne con il Parkinson hanno una maggiore probabilità di sviluppare complicanze e disabilità», precisa ancora il professor Abbruzzese. «Infatti nel 90 per cento dei casi è presente anche l'osteoporosi. Ma non solo. Nelle donne la malattia può determinare una riduzione o una perdita di ruolo, perché può essere vissuta come una sconfitta e contribuire allo sviluppo di disturbi depressivi».

È ancora. Sembra che l'attività fisica possa aiutare i soggetti parkinsoniani, anche se i dati sono ancora in una fase iniziale. «Si è visto che i malati che hanno praticato e continuano a praticare attività fisica e sport mantengono, nel tempo, una migliore autonomia e qualità di vita, con un'evoluzione più lenta e meno invalidante rispetto a quelli che fanno una vita più

sedentaria», conferma il presidente della Limpe. «Non esiste alcuno studio che dimostri la maggior efficacia di una pratica sportiva rispetto a un'altra. Però alcune discipline o attività sembrano essere più indicate, come la corsa, il cammino a passo veloce, la danza, che grazie al ritmo facilita anche l'esecuzione dei movimenti, e il tennis che, oltre a migliorare il tono muscolare, favorisce anche un allenamento cardiopolmonare». Il professor Abbruzzese così conclude: «Anche la pratica di discipline orientali come Tai Chi e Chi Chung e di tecniche di rilassamento come stretching e yoga, che favoriscono l'allungamento muscolare, la mobilità articolare e l'equilibrio, sembrano essere particolarmente indicate per questi pazienti. È importante inoltre mantenere un adeguato peso corporeo, rimanere attivi dal punto di vista cognitivo, evitare l'isolamento sociale, e avere una dieta ricca di sostanze antiossidanti: tutti elementi che caratterizzano uno stile di vita corretto». ●

L'Italia è in prima linea contro il morbo grazie anche all'aiuto dell'attore, colpito dalla malattia

## MICHAEL J. FOX FINANZIA UN PROGETTO INTERNAZIONALE

Nel 1985 il film *Ritorno al futuro* segna l'inizio della carriera del giovane Michael J. Fox (52, a lato). Ma nel 1991 gli venne diagnosticata una rara forma di morbo di Parkinson giovanile. Nel 2003 Michael decide di raccontare la sua storia in un libro autobiografico intitolato *Lucky Man. Un uomo fortunato*. Nel frattempo si ritira dalle scene per sostenere la ricerca sulle cellule staminali, istituendo una fondazione che porta il suo nome e che gli è valsa una laurea honoris causa nel 2010. Nel 2012 la sua fondazione mette a disposizione per cinque anni un finanziamento pari a 40 milioni di dollari per un progetto internazionale, la Parkinson's Progressive Markers Initiative (Ppmi). Coe-

dinato dal dottor Kenneth L. Marek, presidente dell'Istituto per le malattie neurodegenerative di New Haven (Connecticut, Usa), la ricerca sarà condotta in 18 centri degli Stati Uniti e d'Europa, Italia compresa. Nel nostro Paese sarà guidata dal Cernad (Centro per le malattie neurodegenerative) e condotta dal professor Paolo Barone, presidente Dismov-Sin. Lo studio punta all'identificazione di biomarcatori associabili al rischio e alla progressione del Parkinson. «I biomarcatori potrebbero rappresentare la svolta definitiva nella lotta al morbo, poiché consentono di prevedere, diagnosticare e monitorare la malattia, ma anche di determinare quali cure possano funzionare e quali



no» sostiene il professor Barone. «In futuro, grazie all'identificazione dei biomarcatori specifici per il Parkinson, potremo stabilire obiettivi più precisi delle sperimentazioni cliniche per le terapie farmacologiche».