

<https://dottoremaeveroche.it>

Un progetto della Federazione Nazionale Medici Chirurghi e Odontoiatri (FNOMCEO)

Un esame degli occhi può aiutare a diagnosticare l'Alzheimer?

Se sospetti di soffrire di demenza senile, è sufficiente farti visitare da un oculista. Tra le non poche notizie strane che circolano a proposito della malattia di Alzheimer, questa è relativamente nuova ed è frutto di uno studio pubblicato all'inizio del 2019 su un'importante rivista scientifica specialistica¹.

*L'articolo è stato pubblicato il 24 settembre 2019 sul sito <https://dottoremaeveroche.it/>

Di che studio si tratta?

Come sempre, lo studio è identificato con un nome in lingua inglese: *Adult changes in thought*. La ricerca ha preso l'avvio nel 1994 e ha arruolato 5.400 adulti: nessuno allora soffriva di demenza. I partecipanti sono stati seguiti fino a quando non hanno deciso di lasciare lo studio per motivi personali, sono deceduti o hanno sviluppato demenza. L'oggetto della pubblicazione che ha destato molta attenzione nella tarda primavera del 2019 erano le evidenze relative alla scoperta che le persone con degenerazione maculare legata all'età avevano il 20% in più di probabilità di sviluppare demenza rispetto alle persone che non avevano quella particolare malattia degli occhi.

La degenerazione maculare è una patologia multifattoriale (vale a dire che dipende da tante cose diverse) che

colpisce la porzione centrale della retina (che, per l'appunto, si chiama macula). Ha un andamento progressivo e può portare alla perdita completa e irreversibile della visione. La malattia può presentarsi già a 50 anni e la sua incidenza aumenta al crescere dell'età. In Italia colpisce circa il 2% della popolazione, più di un milione di persone. Si stima che ogni anno in Italia si verifichino circa 63 mila nuovi casi di degenerazione maculare legata all'età². È la più comune causa di cecità legale, nei paesi sviluppati, nella popolazione oltre i 60 anni di età. Come sottolinea con chiarezza il sito dell'Osservatorio delle malattie rare, "cecità legale" non vuol dire che la persona colpita dalla malattia "viva nel buio" ma che presenta un grave stato di ipovisione. Nel caso della degenerazione maculare senile, infatti, il paziente perde in

particolare la visione centrale. Chi ne è affetto, dunque, può arrivare, secondo le diverse forme di malattia, a essere incapace di leggere, scrivere, riconoscere i volti e distinguere i dettagli.

Quella tra lo sviluppo di demenza e la presenza di degenerazione maculare senile registrata nello studio non era la sola associazione di patologie diverse, in quanto anche le persone con retinopatia diabetica avevano una maggiore probabilità di sviluppare demenza rispetto a quelle che non avevano la malattia. Per la precisione, dallo studio è emerso che avessero il 44% di probabilità in più. In altre parole, se una persona in condizioni di buona salute avesse avuto il 2% di probabilità di ammalarsi di demenza, in presenza di una retinopatia diabetica le probabilità sarebbero diventate del 2,9% circa.

La malattia di Alzheimer è dunque collegata alle malattie degli occhi?

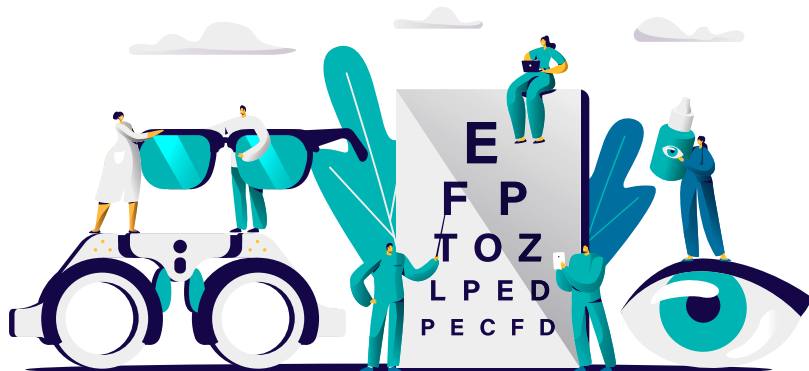
No, non è un'ipotesi plausibile e lo ha spiegato uno studioso autorevole della Harvard T.H. Chan School of Public Health, una delle istituzioni più famose della medicina internazionale. «La cataratta, un'altra condizione oculare comune legata all'età, non aveva alcuna connessione apparente al rischio di demenza», ha osservato Albert Hofman. «Questa prova può rappresentare un indizio prezioso per i ricercatori che stanno studian-

do le cause della demenza e della malattia di Alzheimer. Il mio punto di vista, e una delle possibili spiegazioni fornite dagli autori della ricerca, è che tre malattie degli occhi (degenerazione maculare senile, retinopatia diabetica e glaucoma), Alzheimer e demenza potrebbero avere la stessa eziologia», cioè un fattore causale comune. «Tutti sono collegati alle malattie cardiovascolari», ha aggiunto il professor Hofman³.

Perché le malattie degli occhi possono essere collegate alle malattie cardiovascolari?

Alcuni fattori sono già conosciuti. Per esempio, la degenerazione maculare senile è stata già in passato associata ad alcune malattie cardiovascolari, soprattutto all'ipertensione⁴. Per chiarire questa associazione sono stati condotti molti studi, alcuni dei quali hanno provato a tirare le somme degli studi precedenti che davano indicazioni contrastanti⁵. Secondo la American Academy of Ophthalmology, degenerazione maculare senile

e malattie cardiovascolari hanno in comune diversi fattori di rischio: ipertensione, ipercolesterolemia, obesità, abitudine di fumare e sindrome metabolica⁶. Anche il glaucoma sembra essere associato all'insorgenza di alcune malattie del cuore come anche al diabete. La retinopatia diabetica, infine, colpisce proprio le persone con diabete quando alti livelli di zucchero nel sangue danneggiano i vasi sanguigni nella retina.



Allora, gli esami oculistici possono essere utilizzati per prevenire l'Alzheimer?

Sarebbe bello poter rispondere regalando una certezza alle persone più preoccupate o a chi, per esperienza familiare, teme di poter essere colpito dalla malattia. Per ora, però, si può soltanto dire che gli esami oculistici sono essenziali per rilevare anche precocemente le malattie degli occhi ma non possono ancora fornire molte informazioni predittive sulla salute futura della nostra mente. Considerate le possibili associazioni, una strada potenzialmente utile per prevenire l'Alzheimer e altre forme di demenza è quella di tenere lontane le malattie cardiovascolari.

D'accordo: ma come "tenere a distanza" le malattie cardiovascolari?

Anche se si tratta di consigli ormai noti, conviene riaffermarli: controllare la pressione e ascoltare le indicazioni del medico qualora sia troppo alta. Ugualmente, vigilare sul proprio peso e sui livelli di colesterolo seguendo una dieta sana e facendo attività fisica. Infine, smettere di fumare se si ha questa abitudine⁷.

Bibliografia

1. Lee CS, Larson EB, Gibbons LE, et al. Associations between recent and established ophthalmic conditions and risk of Alzheimer's disease. *Alzheimers Dement* 2019; 15: 34-41.
2. Osservatorio malattie rare. Cos'è la degenerazione maculare? <https://bit.ly/2XyS4Jk>
3. Bilodeau K. Can an eye exam reveal Alzheimer's risk? Boston: Harvard Health, 2019. <https://bit.ly/35kwZFF>
4. Hyman L, Schachat AP, He Q, Leske MC. Hypertension, cardiovascular disease, and age-related macular degeneration. *Arch Ophthalmology* 2000; 118: 351-8.
5. Wu J, Uchino M, Sastry SM, Schaumberg DA. Age-related macular degeneration and the incidence of cardiovascular disease: a systematic review and meta-analysis. *PLoS One* 2014; 9: e89600.
6. Stuart A. The heart and the eye: seeing the links. *EyeNet Magazine*, dicembre 2015. <https://bit.ly/37oTHhs>
7. Istituto Superiore di Sanità. Progetto cuore. Prevenzione e stili di vita. <https://bit.ly/2s5cH4n>