

È arrivata la prova: perché ci si ammala di crepacuore


IMMUNOLOGIA

NICLA PANCIERA

Il «crepacuore» indebolisce a tal punto il sistema immunitario degli anziani da renderli vulnerabili alle malattie. Tutti conosciamo l'impatto debilitante che può avere il dolore per la morte del coniuge o di una persona cara, ma ora uno studio all'Università di Birmingham di Anna Phillips (e uscito su «Immunity and Ageing») ha analizzato per la prima volta la reazione fisiologica che queste perdite provocano sul sistema immunitario.

Per comprendere le ragioni della maggiore vulnerabilità degli individui anziani, i ricercatori hanno studiato 93 soggetti sani, metà dei quali in lutto, di diverse fasce d'età: il primo gruppo era composto da 41 giovani, di età media 32 anni, e il secondo da 52 adulti «over 65». Dopo aver raccolto un questionario su sintomi depressivi e tristezza, hanno misurato i livelli plasmatici dell'ormone dello stress, il cortisolo, e di un ormone steroideo suo antagonista, il deidroepiandrosterone (Dhea). Risul-

tato: negli anziani studiati l'equilibrio ormonale risulta alterato, con una netta prevalenza dell'ormone dello stress, i cui effetti comprendono anche una sorta di «silenziamiento» del sistema immunitario. Se una diminuzione del Dhea si osserva già a partire dai 30 anni (ed è del tutto normale), il lutto interviene quindi su un sistema immunitario già fisiologicamente indebolito dall'invecchiamento.

I ricercatori hanno poi analizzato il comportamento dei neutrofili, globuli bianchi che ci difendono da batteri e virus, fagocitandoli con composti che sintetizzano specificamente, come i radicali liberi dell'ossigeno: questa funzione, ancora robusta nei giovani in lutto, risulta indebolita negli «over 65» a causa di una minore produzione di sostanze in grado di distruggere i germi.

Una serie di studi clinici negli «over 65» sull'impatto dello stress fisico, come un infortunio, aveva già documentato la compromissione delle funzioni di difesa dei neutrofili. Ora che le indagini si sono rivolte anche alla risposta fisiologica allo stress e al dolore acuto provocati da una perdita è stato dimostrato che lo stato di debilitazione è più generale: ri-

guarda anche alcune funzioni cognitive, come l'attenzione e le capacità visuospatiali, fino alla comparsa di disturbi di natura psichiatrica, anche in soggetti senza una storia pregressa di queste malattie.

Il lutto, inoltre, aumenta il rischio cardiovascolare. Secondo uno studio su «Jama» e condotto su 100mila anziani, il rischio di ictus e attacco cardiaco cresce di 2,4 volte nei primi 30 giorni dopo la perdita del proprio caro per ridursi gradualmente a partire dal secondo mese e rientrare nella norma dopo un anno. Non è ancora chiaro quali siano le ragioni di un aumento così drammatico, ma i cardiologi sono certi degli effetti nocivi di un eccesso di adrenalina e cortisolo.

Conclusione: è bene essere consapevoli delle gravi conseguenze fisiche del lutto sugli anziani. Ecco perché bisogna dare loro tutto il supporto psicologico necessario.

Anna Phillips Psicologa

RUOLO: È RICERCATRICE
IN MEDICINA COMPORTAMENTALE
ALL'UNIVERSITÀ
DI BIRMINGHAM (GRAN BRETAGNA)

