PER SAPERNE DI PIÙ
www.thelancet.com
www.nature.com/ng

La ricerca. Quasi trecentomila persone analizzate nel mondo. E 7000 sardi. Per scoprire che nel nostro Dna non c'è scritto quanta gioia ci riempirà la vita

La felicità non ce la regala madre natura

SILVIA BENCIVELLI

LA FELICITÀ NON È obbligatoria, e non è un regalo della natura. Perché non dipende dal nostro Dna se non in una piccola (e misteriosa) parte. Ma è soprattutto dovuta all'ambiente e alle circostanze della vita. Lo mostra una ricerca pubblicata ieri su *Nature Genetics* che ha analizzato i dati genetici e personali di quasi trecentomila persone di diversa provenienza geografica. L'imponente analisi statistica ha identificato solo tre varianti genetiche associate al benessere, due alla tendenza depressiva, e undici all'ansia. Poche, sottolineano i ricercatori, poco influenti, e poco significative dal punto di vista clinico. Insomma: il gene della felicità è ancora lontano, ed è probabile che non si troverà mai. La buona notizia è che possiamo dire lo stesso per il gene dell'infelicità.

La ricerca è la prima del suo genere a utilizzare un campione così numeroso, e solo per questo, sottolineano i suoi autori, è stata capace di trovare le poche varianti di cui sopra con una ragionevole affidabilità statistica. Il campione è stato creato infatti mettendo insieme i dati raccolti su 59 gruppi di persone di 17 paesi diversi, tra cui un campione italiano di settemila sardi, di cui sono stati esaminati i tratti caratteriali attraverso questionari psicologici, e di cui è stato analizzato il Dna.

In Nigeria si sorride più che in Italia In Svezia più che in Cina. Ma per la scienza il genoma incide meno che pochissimo

Il risultato porta dunque a pensare che l'effetto globale della genetica sulla felicità non sia superiore al 20 per cento. Per fare un confronto, si può considerare che l'altezza è invece geneticamente determinata all'80%. Anche in quel caso però i singoli geni danno un contributo minimo, visto che ciascuno di loro incide per pochi o pochissimi millimetri (con rarissime eccezioni di geni che possono decidere di un centimetro o poco più). Nel caso della felicità, non solo i geni globalmente incidono poco, ma questa ricerca mostra che singolarmente incidono ancora meno che pochissimo: l'equivalente di qualche centesimo o decimo di millimetro sul totale della nostra altezza. Il che offre ampi margini di lavoro alla vita e a come noi stessi possiamo costruirla.

Perciò i genetisti che hanno firmato la ricerca in conclusione lo ammettono: qui la genetica, nostro malgrado, c'entra poco. E a dire il vero non è nemmeno ben chiaro come e perché: alcuni dei geni indicati dalla ricerca sono infatti coinvolti nello sviluppo e nella funzione del sistema nervoso centrale, come era lecito aspettarsi. Come se non bastasse, oggi sappiamo che i geni a loro volta interagiscono con l'ambiente, per cui scoprire di avere una delle quindici varianti genetiche indicate dallo studio al momento dice davvero quasi niente.

Dunque nessuna genetica della felicità? In passato alcune ricerche (non rigorosissime) avevano già provato a collegare le gioie della vita alla costituzione genetica. E i loro risultati erano stati usati per dare una spiegazione alle graduatorie sul carattere delle diverse nazioni del mondo, quelle che mostrano che in Nigeria si sorride più che in Italia, e che in Svezia si è più allegri che in Cina. Ma in quei casi si era partiti dal presupposto, a priori, che un certo gene fosse associato in maniera importante alla felicità e si erano andate a confrontare le statistiche nazionali con la frequenza stimata di alcune variante geniche nella popolazione. Da oggi tutto questo perde di significato: trecentomila persone di tutto il mondo sono risultate così diverse tra loro, nei geni e nel carattere, da mostrarcelo con chiarezza.

©RIPRODUZIONE RISERVATA

LO STUDIO/1

Ma dov'è la variante?

Quello uscito su *Nature Genetics* è uno studio genetico su ampia scala che ha coinvolto 300.000 persone con l'obiettivo di cercare un'associazione tra genetica e propensione al benessere, alla depressione o all'ansia. L'analisi di 2,5 milioni di varianti genetiche ha dato come risultato, per i tre tratti caratteriali, rispettivamente 3, 2 e 7 associazioni significative. Quindi poche. Come dire che la genetica ha poco a che fare con la felicità e la tristezza, almeno per quanto possiamo dire oggi, e che per quel poco che ha a che fare non abbiamo spiegazioni plausibili.

LO STUDIO/2

La tristezza è malsana

A sua volta, nemmeno la felicità influenza molto la nostra salute. Lo ha mostrato uno studio su 700.000 donne inglesi uscito su *Lancet* a dicembre scorso. Il risultato, a grandi linee, è il seguente: l'infelicità fa fare cose malsane perché una persona infelice non si prende cura di sé. Ma in generale l'infelicità è causata dalla cattiva salute, non è causa di cattiva salute. E la felicità non ha effetti diretti sulla mortalità da tumore o da malattia cardiovascolare. Buone notizie per i musoni, ha commentato ironicamente l'autore dello studio.

Quella che vedi è l'équipe medica che ogni giorno scende in campo contro il Parkinson. La **Fondazione Grigioni per il Morbo di Parkinson** e l'**Associazione Italiana Parkinsoniani** finanziano complesse ricerche per il trattamento con cellule staminali dei pazienti affetti da parkinsonismo e decine di altri studi, pubblicati negli anni sulle migliori riviste scientifiche, con iniziative uniche in Italia, come la prima Banca dei Tessuti Nervosi. Per continuare, abbiamo bisogno del tuo supporto. Schierati contro il Parkinson.

DONA IL TUO 5x1000 ALLA RICERCA SANITARIA. Firma nel riquadro della dichiarazione dei redditi, indicando **il codice fiscale della Fondazione Grigioni per il Parkinson: 97128900152**

PIÙ FORTI CONTRO IL PARKINSON
Cura, ricerca e assistenza, insieme.

Spedisci alla **Fondazione Grigioni per il Morbo di Parkinson**
Via Zuretti 35 - 20125 Milano - **Per info:** tel. 02/66713111 - aip@fondazioneparkinson.com - www.parkinson.it

Vuoi saperne di più sulla malattia di Parkinson?
Compila questo coupon e ti invieremo gratuitamente la nostra Guida alla malattia di Parkinson.

Nome _____ Cognome _____ Via _____ n° _____
CAP _____ Città _____ Prov. _____ Telefono _____ Mail _____

INFORMATIVA SUL TRATTAMENTO DEI DATI PERSONALI. Ai sensi dell'art.13, d.lgs. 196/2003 La informiamo che i Suoi dati personali saranno trattati (per finalità di invio di materiale informativo) dalla Fondazione Grigioni per il Morbo di Parkinson, con sede in Milano, Via Zuretti, n.35 in qualità di "Titolare" del trattamento. Il trattamento riguarda esclusivamente dati comuni ed è svolto dal Titolare, tramite appositi incaricati al trattamento, con o senza l'ausilio di strumenti elettronici. Alcuni trattamenti potranno essere effettuati anche da soggetti esterni all'organizzazione del Titolare (Società di Servizi e di imbustamento), designati come Responsabili del trattamento. L'elenco completo e aggiornato dei Responsabili del trattamento è disponibile presso la sede del Titolare. I Suoi dati personali non saranno in alcun modo diffusi. Il trattamento dei dati personali sarà necessario per adempiere agli obblighi di legge in materia di registrazione della Vostra richiesta e per ogni adempimento relativo alla spedizione di materiale informativo. Potrà esercitare in ogni momento i diritti di cui all'art.7 d.lgs. 196/2003 (accesso, integrazione, correzione, opposizione, cancellazione dei dati) inviando una lettera al Titolare: Fondazione Grigioni per il Morbo di Parkinson, Via Zuretti, 35 - 20125 Milano.

RP

VkVSIyMjVm9sb0Vhc3lSZWFkZXJfQ2VpIyMjbS5jYWxpcGFyaSMjI0xhIFJlcHViYmxpY2EjIyMxOS0wNC0yMDE2IyMjMjAxNi0wNC0xOVQxMDo0MjoxNlojIyNWRVI=