



INTERVISTA AL SIGNOR LEHMANN, SECONDA PARTE

Signor Lehmann, durante 12 settimane lei ha partecipato allo studio «Brain-IT». Come ha vissuto questa esperienza?

Mi sono divertito molto con i diversi esercizi, e non vedevo l'ora di farli, perché osservavo che la mia vitalità aumentava e la mia velocità di reazione migliorava.

Come ha osservato che la sua vitalità migliorava?

Riuscivo nuovamente a rispondere alle domande dei miei famigliari in modo più rapido e preciso. Provo anche di nuovo piacere nel muovermi e mi sento più sicuro nella camminata. Per verificare i miei progressi con l'allenamento ho persino allestito un foglio Excel. Trovo importante tenermi sotto controllo e vedere i miei progressi. Mi motiva moltissimo.

Quale era il suo gioco preferito?

Il gioco di abilità con le palline e i quattro cerchi. Le palline rosse entrano nell'immagine da ogni lato, e c'è un bersaglio sui quattro lati. Se una pallina arriva nel cerchio inferiore, occorre scattare all'indietro con la

gamba destra o sinistra. E se poco dopo una pallina arriva in quello sinistro, occorre compiere un passo a sinistra, e così via. A volte le palline sono molto veloci, per cui mi è successo di fare «pasticci» con i piedi.

Quante volte a settimana si è allenato?

Lo studio richiede che si svolga l'allenamento cinque volte a settimana. Una sessione dura 21 minuti. Quindi, all'inizio dello studio mi attenevo a quei cinque allenamenti richiesti. Poi, però, gli esercizi hanno cominciato a piacermi così tanto che spesso mi allenavo anche sette giorni a settimana. Non c'è alcun limite massimo, i giochi possono essere ripetuti ogni volta che si vuole.

Nella prima intervista ci ha raccontato la sua caduta e il fatto che, da allora, la sua andatura è diventata instabile. In queste 12 settimane di allenamenti ha notato qualche cambiamento in tal senso?

Camminare è tornato a essere più facile. Spesso passeggiavo con un solo bastone. L'equilibrio è senz'altro



migliorato. Naturalmente i problemi causati dalla caduta rimangono, ma ora appaiono solo nello sfondo.

Durante lo studio, si è sentito bene assistito?

Ho apprezzato molto il sostegno iniziale. Dopo tutto, non si è ancora ben sicuri della tecnica, né si sa con esattezza come padroneggiare i diversi giochi. Ma poi mi sono sentito orgoglioso di riuscire a svolgere l'allenamento sempre più spesso in maniera autonoma.

Ci ha detto che ci sono voluti quasi due anni prima che decidesse di partecipare allo studio. Come la vede, oggi?

Be', se avessi conosciuto questo allenamento, ovviamente vi avrei preso parte già anni prima, perché anche le mie vertigini sono quasi scomparse. Di tanto in tanto mi ronza ancora un po' la testa, soprattutto quando devo starmene tranquillo. Per sicurezza, quindi, i miei bastoni da passeggio sono sempre a portata di mano per gli esercizi di respirazione.

Signor Manser, persona responsabile dello studio, una console di gioco come la Wii si presterebbe al mantenimento della vitalità del signor Lehmann?

Anche la Wii è una forma di «exergaming», quindi una sorta di allenamento cognitivo-motorio. D'altro canto, è destinata in primo luogo all'intrattenimento e, in considerazione delle evidenze scientifiche, non specificamente adatta alla terapia di determinati gruppi di

pazienti. Ed è proprio questa la grande limitazione di questi exergame disponibili nel commercio, motivo per cui negli studi svolti sinora sono stati osservati solo effetti minori in persone con disturbi cognitivi. È tuttavia sicuramente meglio che non fare nulla, e può aiutare le persone a (ri)trovare il piacere di muoversi. Sarebbe però ottimale se l'allenamento fosse adeguato in maniera mirata alle capacità e alle esigenze della persona interessata. Ed è ciò che facciamo con il nostro allenamento «Brain-IT».

Signor Lehmann, se l'apparecchio fosse disponibile sul mercato lo acquisterebbe?

Certo, senz'altro.

Il progetto Brain-IT è condotto presso il Politecnico di Zurigo (ETH) sotto la direzione del professore Eling D. de Bruin e di studente di dottorato Patrick Manser.

FIGLIA, SIGNORA RABAGLIO

Come ha trovato suo padre nelle ultime 12 settimane?

Anche se ora non si vedono progressi nella valutazione delle misurazioni dello studio, noi familiari abbiamo osservato grandi progressi. La capacità di reazione e la motricità sono migliorate. Gli esercizi, che prima lo facevano inciampare, li esegue di nuovo senza problemi. Anche il suo equilibrio è migliorato di molto. Abbiamo visto subito che si divertiva molto con gli esercizi. La motivazione era forte, e la fiducia in sé stesso è ritornata. Dopo la caduta, l'insicurezza era grande, anche in mia madre, ma questo è comprensibile. Perché anche per i familiari è difficile, quando succedono queste cose. La cosa che trovo splendida di questo studio è che è ludico e accessibile a tutti. Non bisogna andare da nessuna parte, ma si può tranquillamente integrare l'allenamento nel quotidiano. Mi ha anche meravigliato il fatto che i progressi di mio padre siano stati così rapidi. All'inizio non avrei mai pensato che sarebbe stato in grado di correggere da solo le esitazioni nei passi tanto rapidamente. Mio padre ha ritrovato la sua energia e la sua gioia di vivere e questo ci rende felici.



APPROVATI PER LA RICERCA QUASI 2,5 MILIONI DI FRANCHI

Anche nel 2022, i criteri di valutazione più importanti nella selezione dei progetti di ricerca da finanziare sono stati la qualità scientifica e l'innovazione. La fondazione ha in particolare richiesto l'inoltro di idee di progetti della ricerca di base e clinica in grado di condurre a una migliore comprensione delle patologie demenziali o miranti allo sviluppo di metodi diagnostici e terapeutici d'avanguardia.

Tra le 49 candidature presentate, il Consiglio di consulenza scientifica ha selezionato, con l'aiuto di esperti esterni, dieci progetti di ricerca altamente promettenti, che verranno finanziati a partire dal 2023 con un importo totale di CHF 2,48 milioni. Nel corso dei progetti, della durata di due-tre anni, i gruppi di ricerca finanziati indagheranno tra l'altro metodi tesi alla diagnosi presintomatica dell'Alzheimer o alla lotta contro la perdita di memoria nelle patologie demenziali. Inoltre, con l'ausilio di nanopori si stanno sviluppando strumenti per progredire nella diagnosi delle malattie neurodegenerative. I progetti selezionati sono distribuiti in sette istituti di ricerca dell'intera Svizzera.

«Siamo molto soddisfatti che tre ricercatrici che già avevamo sostenuto nell'ambito del finanziamento delle nuove leve abbiano ricevuto promesse di finanziamento. Questo dimostra come la fondazione investa con successo nella formazione di nuovi gruppi di ricerca», commenta Heide Marie Hess, coordinatrice della ricerca presso la Fondazione Synapsis.

Alla pagina www.ricerca-demenze.ch/it/ricerca/ scoprirete quali sono i progetti sostenuti dalla Fondazione Synapsis.

SYNAPSIS FORUM DEL 21-22 NOVEMBRE 2022 AL GERZENSEE

Per la quinta volta, il Synapsis Forum ha offerto alla comunità dei ricercatori una piattaforma per lo scambio di conoscenze scientifiche. Il prof. Pieter Jelle Visser, dell'Università di Maastricht e dell'Amund VU University Medical Centre in Olanda ha aperto l'incontro con una conferenza sull'epidemiologia molecolare della malattia di Alzheimer. Il momento saliente della seconda giornata è stata la relazione del professore Claudio Bassetti, della Clinica universitaria di neurologia dell'Inselspital di Berna sulla relazione bidirezionale tra sonno e demenza. Il programma è stato completato da presentazioni di diversi progetti di ricerca e workshop finanziati dalla Fondazione



Synapsis. Il premio per la migliore presentazione di un progetto è andato al dott. Marc Züst.

CARA LETTRICE, CARO LETTORE,

anche se l'anno nuovo sarà ben presto trascorso già per un quarto, per me vale sempre il motto: «Anno nuovo, vita nuova!» Con la decisione dell'autorità regolatoria statunitense FDA del 6 gennaio 2023 di approvare il nuovo farmaco Lecanemab, un nuovo bagliore di speranza illumina la ricerca sull'Alzheimer.

Siamo solo cautamente ottimisti, perché i punti interrogativi sono ancora molti. Gli effetti clinici sinora riscontrati sono modesti, la somministrazione è complicata per il paziente, i costi sono elevati e i possibili effetti collaterali tutt'altro che innocui.

Ciò nonostante, questo sviluppo ci rallegra, poiché rappresenta anche una spinta per la ricerca sulle demenze in generale e dà alle persone colpite e ai loro congiunti una speranza giustificata. Cosa accadrà in seguito lo diranno i risultati degli ulteriori studi. Al momento di andare in stampa non sono ancora note eventuali richieste di approvazione in Europa o in Svizzera.

Probabilmente, il Lecanemab è solo una piccola tessera del puzzle, e occorreranno ancora molti sforzi e molta pazienza prima di arrivare a una vera svolta nella ricerca sulle demenze, e in particolare sull'Alzheimer. Vi ringraziamo per il vostro sostegno su questa via.

La vostra
Corinne Denzler
direttrice



