



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI TORINO

Per la popolazione in healthy aging le funzioni cognitive sono rimaste pienamente preservate (memoria e attenzione) mentre altre, come la cognitiv  globale, le funzioni esecutive e il linguaggio, sono addirittura migliorate. Ricerca dell'Universit  di Torino pubblicata su Scientific Reports



Torino, 12 maggio 2023 - Il gruppo di ricerca coordinato dalla prof.ssa Martina Amanzio del Dipartimento di Psicologia dell'Universit  di Torino, in collaborazione con prestigiosi centri di ricerca (Scuola Universitaria Superiore - IUSS e Istituti Clinici Scientifici Maugeri - IRCCS di Pavia, Dipartimento di Psicologia Universit  Cattolica del Sacro Cuore e Istituto Auxologico Italiano - IRCCS di Milano) ha recentemente pubblicato uno studio scientifico sull'autorevole rivista *Scientific Reports*, del gruppo Nature.

Nonostante la popolazione anziana risultasse essere quella maggiormente a rischio per quanto riguarda la salute fisica e mentale, la ricerca ha dimostrato come alcuni soggetti in "healthy aging" - in assenza di declino cognitivo o fisico oggettivabile - abbiano risposto anche positivamente alla situazione emergenziale tipica della pandemia.

Il gruppo di ricerca ha potuto sfruttare la preziosa disponibilità di dati sullo status cognitivo, fisico e comportamentale di alcuni partecipanti iscritti all'Università della Terza Età (UNITRE) di Torino, che hanno preso parte alle iniziative di apprendimento e di ricerca avviate dal gruppo coordinato dalla prof.ssa Amanzio per promuovere l'invecchiamento sano e attivo.

Si è quindi concretizzata l'opportunità unica di confrontare direttamente i dati neuropsicologici raccolti prima e durante la pandemia, indagandone così i possibili cambiamenti a livello fisico/cognitivo, di deflessione del tono dell'umore (ad esempio in termini di apatia e ansia). Inoltre, durante la pandemia, per esaminare i possibili segni di (dis)regolazione emotiva, sono state mostrate ai soggetti immagini della prima fase più drammatica del Covid-19, mentre veniva registrata l'heart rate variability.

Grazie a questo studio longitudinale, sebbene sia emersa una deflessione del tono dell'umore, in particolar modo sul versante dell'apatia e dell'ansia, anche in seguito alle misure restrittive del lockdown, si è potuto osservare come i partecipanti abbiano risposto positivamente allo stress e all'isolamento sia in termini di performance cognitiva sia in termini di buona salute fisica.

In particolare, i risultati hanno mostrato prestazioni stabili nel tempo per quanto riguarda la memoria, sia immediata che differita, e l'attenzione, unitamente a un miglioramento nelle abilità cognitive globali, della funzione esecutiva e della comprensione linguistica.

Lo studio ha evidenziato come la riserva cognitiva, intesa come una combinazione di esperienze di vita positive, quali ad esempio le attività sociali ed educative offerte dall'UNITRE, abbia costituito un importante fattore protettivo contro gli effetti negativi 'COVID-related', consentendo il mantenimento del benessere individuale nonostante la criticità della pandemia.

Lo studio ha dimostrato per la prima volta in letteratura come lo sviluppo di programmi e strategie volti a prevenire il declino cognitivo e fisico siano stati fondamentali per mantenere l'healthy aging durante la pandemia Covid-19. A questo proposito, l'Organizzazione Mondiale della Sanità ha specificato come le UNITRE, in quanto luoghi di attività e di apprendimento informali in tutto il mondo, abbiano avuto un impatto positivo sul benessere psicologico e sulla qualità della vita della popolazione anziana prima della pandemia e durante il Covid-19.

A tal riguardo, la ricerca ha infatti potuto sottolineare come il funzionamento cognitivo possa essere stimolato e persino migliorato mediante un'adeguata interazione con un contesto positivo, anche in un

momento critico come una pandemia, come sperimentato dai partecipanti UNITRE di Torino che hanno continuato a frequentare i corsi di formazione a distanza e a condividere esperienze comuni anche tramite i social media.

“L’emergenza sanitaria che abbiamo vissuto a causa del Covid-19 ha senza dubbio innescato una grande preoccupazione - spiega la prof.ssa Martina Amanzio - in particolar modo per le persone maggiormente vulnerabili, tra cui la popolazione anziana. Tuttavia, il nostro studio ha dimostrato per la prima volta in letteratura “the bright side of the moon”, ovvero come alcuni soggetti anziani abbiano risposto anche positivamente alla pandemia, confermando UNITRE come un buon modello per promuovere uno stile di vita sano e attivo. Le previsioni circa l’aumento della popolazione anziana globale rendono pertanto urgente pianificare e attuare strategie di intervento coerenti con i nostri risultati al fine di promuovere un invecchiamento di successo che possa superare le avversità di potenziali future emergenze sanitarie”.

Di seguito lo studio pubblicato su *Scientific Reports*:

[Amanzio-et-al.-2023_Scientific-Reports](#)