

La mente dei nonni di oggi è più agile di quella dei predecessori

PAOLA MARIANO

I nonni di oggi hanno la mente più fresca, una migliore memoria e anche maggiore capacità di ragionamento. Di fatto il loro cervello dimostra 10 anni in meno rispetto a quello dei nonni di 10-20 anni fa. A dimostrarlo è uno studio europeo, pubblicato sulla rivista «PLOS One» e diretto da Jocelyne de Rotrou dell'ospedale parigino Broca. Gli esperti hanno osservato un gruppo di 204 anziani francesi, selezionati tra il 1991 e il 1997, e hanno confrontato i punteggi totalizzati da questi individui attraverso una batteria di test mnemonici e cognitivi con quelli elaborati da 177 anziani che hanno svolto gli stessi test

nel 2008 e nel 2009. I due campioni erano simili sia per estrazione socioeconomica sia per condizioni generali di salute. Ma la sorpresa c'è stata: il gruppo degli Anni 2000, infatti, è andato complessivamente meglio in tutti i test in cui si è cimentato rispetto al gruppo appartenente agli Anni 90. E infatti ha totalizzato un punteggio medio di 83,2 su 100 in tutte le prove, mentre l'altro gruppo si è fermato più in basso, a quota 73,5 su 100. Gli ottantenni degli Anni 2000, inoltre, hanno dimostrato di possedere una mente decisamente più fresca e più agile. Qual è il motivo? Secondo gli studiosi, la chiave che spiega questo vantaggio intellettuale dei «nonni moderni» è che, essendosi allungata l'aspettativa di vita, viviamo anche un maggiore numero di anni in buona salute. In particolare un merito va alle terapie via via più efficaci contro l'ipertensione e contro le patologie cardiovascolari: si tratta, infatti, di significativi fattori di rischio per la salute del cervello, che, se non messi sotto controllo, ne accelerano rapidamente i processi di invecchiamento.

TERZA ETÀ'

