

A CURA DI GAIA GIORGETTI

Il cervello delle donne invecchia più lentamente?

Alice Munro, 87 anni, autrice canadese che ha firmato una ventina di romanzi, ha vinto il Premio Nobel per la Letteratura nel 2013. Il massimo riconoscimento per uno scrittore le è stato assegnato all'età di 82 anni.



Secondo una ricerca dell'Università Washington a Saint Louis, Missouri, condotta su 200 persone, le differenze metaboliche tra i due sessi premiano il cervello femminile: noi donne, a pari età, abbiamo un cervello più giovane di circa tre anni. Ma vediamo come stanno veramente le cose

BISOGNA CONSIDERARE ANCHE I FATTORI CARATTERIALI E AMBIENTALI



Alberto Oliverio
Medico e biologo di fama internazionale, è presidente della Società italiana di Neuroetica. Ha scritto *La vita nascosta del cervello* (Giunti).

«Le cose non stanno proprio così. L'invecchiamento del cervello dipende da vari fattori, tra cui lo stile di vita. Inoltre, lo studio si basa su un campione troppo ristretto».

Il cervello delle donne matura prima?

«Sì, le ragazze sono più precoci sia a livello cognitivo che emotivo. Ma ci sono tante variabili legate al carattere e alle abitudini. E poi c'è il ruolo degli ormoni: gli estrogeni svolgono un'azione protettiva, gli androgeni possono favorire processi ossidativi».

Non può essere il vantaggio ormonale a premiarci, come sostiene la ricerca?

«No, perché l'invecchiamento del cervello

non è soltanto una questione di età o di sesso».

Lo studio si concentra sul metabolismo del cervello in correlazione al flusso di ossigeno e glucosio. Il meccanismo è diverso nei due sessi?

«Le donne hanno fluttuazioni legate al ciclo ormonale, gli uomini sono più stabili. Per esempio, una signora di 50 anni un tempo viveva la fine del ciclo in modo più coinvolgente e problematico rispetto a oggi, e questo atteggiamento incideva sul cervello».

Questa ricerca dimostrerebbe anche che i maschi sono più esposti alle degenerazioni cognitive.

«I dati dicono il contrario. L'Alzheimer, per esempio, colpisce di più le donne. In generale, le categorie più protette sono quelle che svolgono attività intellettuali. E qui arriva un punto a vostro favore: le signore allenano di più il cervello quando vanno in pensione, perché continuano a fare tantissime attività».

ADESSO DOBBIAMO CAPIRE COME SFRUTTARE QUESTO VANTAGGIO BIOLOGICO



Raffaella Rumiati
Coordina il dottorato in Neuroscienze cognitive della Sissa di Trieste (Scuola internazionale superiore di Studi avanzati).

«La ricerca degli studiosi americani dimostra che il sesso è un fattore che incide sull'invecchiamento: uomini e donne invecchiano diversamente non solo per condizionamenti individuali o ambientali, come lo stile di vita, ma anche perché sono biologicamente diversi».

Un vantaggio per noi donne?

«Pare di sì. Secondo questo studio il metabolismo del cervello adulto femminile è più lento, quindi in media guadagna tre anni d'età rispetto a quello maschile. La ricerca, però, non chiarisce la cosa fondamentale: significa qualcosa

questo nostro vantaggio?».

In pratica, non sappiamo ancora cosa voglia dire avere un cervello più giovane dal punto di vista metabolico.

«Esatto. Le donne hanno questa "superiorità", ma la scienza non ci ha ancora detto come sfruttarla. Se i ricercatori avessero correlato le differenze tra uomini e donne con test di intelligenza, di linguaggio, di memoria, avremmo potuto capire se il cervello femminile, che invecchia più lentamente, procura anche un'attività cognitiva più performante. Invece, lo studio non va oltre il dato».

Lei che cosa pensa?

«L'ipotesi che emerge dalla ricerca è interessante. Ora, però, bisogna capire come la differenza di genere interagisce con altri elementi importanti, dagli ormoni ai livelli di stress, dall'alimentazione allo stile di vita».