

Le relazioni sociali proteggono il cervello: correlazioni fra solitudine e rischio di ictus

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica
H. San Raffaele Resnati, Milano

Commento a:

Soh Y, Kawachi I, Kubzansky LD, Berkman LF, Tiemeier H.

Chronic loneliness and the risk of incident stroke in middle and late adulthood: a longitudinal cohort study of U.S. older adults

EClinicalMedicine. 2024 Jun 24;73:102639. doi: 10.1016/j.eclinm.2024.102639. PMID: 39403677; PMCID: PMC11472377

Esaminare l'associazione fra senso di solitudine e ictus incidentale: è questo l'obiettivo dello studio osservazionale di Yenee Soh e collaboratori, della Harvard T.H. Chan School of Public Health a Boston (Stati Uniti).

Lo studio è stato condotto su dati dell'Health and Retirement Study per il periodo 2006-2018, relativi ad adulti statunitensi di età pari o superiore a 50 anni e senza ictus al basale. Il senso di solitudine è stato misurato con la **Revised UCLA Loneliness Scale**, tenendo presente che:

il **senso di solitudine** esprime un'esperienza personale soggettiva che deriva dal divario fra relazioni desiderate e relazioni effettive; l'**isolamento sociale** si riferisce invece all'effettiva mancanza di relazioni significative; gli anziani socialmente isolati tendono a definire la propria condizione in termini di **depressione**. Per il senso di solitudine sono stati elaborati:

un **punteggio numerico** (range 3-9); due **misure qualitative**; due **pattern dinamici** (**costantemente basso o in remissione; costantemente alto o di recente insorgenza**). Attraverso modelli statistici, e normalizzando i dati in funzione del **quadro demografico, degli stili di vita e delle condizioni generali di salute**, si è **proceduto a stimare la correlazione:**

fra senso di solitudine al basale (N = 12.161) e ictus incidentale in un periodo di 10-12 anni; **fra andamento del senso di solitudine (N = 8.936) e ictus incidentale in un successivo periodo di 6-8 anni;** Questi i **principali risultati:**

punteggi più elevati al basale del senso di solitudine correlavano con un maggiore rischio di ictus incidentale (HR punteggio numerico: 1.05, CI 95% 1.01-1.08; 6: 1.25, CI 95% 1.06-1.47); un senso di solitudine costantemente elevato nel tempo correlava con un rischio di ictus incidentale significativamente più elevato (**HR: 1.56**, CI 95% 1.11-2.18) anche dopo correzione dei dati per i sintomi depressivi e l'effettivo isolamento sociale. In sintesi:

nelle persone di età superiore a 50 anni il **senso di solitudine** correla con un rischio di ictus più elevato, indipendentemente dall'eventuale presenza di sintomi depressivi e dall'effettivo isolamento sociale; **aiutare la persona** ad affrontare e a superare il senso di solitudine può ricoprire un ruolo importante nella prevenzione dell'ictus.