

Donne over 50: depressione e perdita della memoria si influenzano reciprocamente

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica
H. San Raffaele Resnati, Milano

Commento a:

Yin J, John A, Cadar D.

Bidirectional associations of depressive symptoms and cognitive function over time

JAMA Netw Open. 2024 Jun 3;7(6):e2416305. doi: 10.1001/jamanetworkopen.2024.16305.
PMID: 38861255; PMCID: PMC11167501

Verificare se sussista una correlazione reciproca fra depressione e declino cognitivo nelle persone di età superiore a 50 anni: è questo l'obiettivo dello studio coordinato da Dorina Cadar, ed espressione dello University College London e della Brighton and Sussex Medical School (Regno Unito).

Lo studio è stato condotto su **8.268 partecipanti** (età media al basale: 64 ± 10 anni; **4.517 donne** [55%]) per un periodo di 16 anni. Le **performance cognitive** sono state misurate con test di memoria e di fluidità verbale, mentre i **sintomi depressivi** sono stati valutati con la Depression Scale messa a punto dal Center for Epidemiological Studies della American Psychological Association (APA).

Questi, in sintesi, i risultati:

- **al basale**, sintomi depressivi più gravi correlavano con una memoria più debole (intercetta β ; -0,018; errore standard [SE] 0,004; $P < 0,001$) e una minore fluidità verbale (intercetta β ; -0,009; SE 0,004; $P = 0,02$);
- **durante il follow up**, un aggravamento lineare più ripido dei sintomi depressivi correlava con un peggioramento accelerato della memoria (intercetta β ; -, -0,253; SE 0,079; $P = 0,001$), mentre un peggioramento lineare della memoria correlava con un'accelerazione dei sintomi depressivi (intercetta β ; , 0,016; SE, 0.006; $P = .005$);
- questo cambiamento bidirezionale non è stato osservato con la fluidità verbale.

In sintesi:

- nelle persone anziane, **depressione e memoria sono strettamente correlate** e sembrano influenzarsi a vicenda;
- dall'analisi dei dati è infatti emerso che le persone con sintomi depressivi più gravi avevano un rischio maggiore di andare incontro, alcuni anni dopo, a un più rapido declino della memoria; viceversa, coloro che avevano una scarsa memoria erano maggiormente soggetti a un successivo peggioramento dei sintomi depressivi.

Il team di studio ipotizza che la **depressione** possa influenzare la memoria attraverso squilibri neurochimici, alterazioni strutturali nelle aree del cervello coinvolte nell'elaborazione dei ricordi e un indebolimento della capacità cerebrale di formare nuove connessioni. Viceversa, le persone con crescenti difficoltà di **memoria** possono andare incontro a frustrazione, sfiducia e isolamento sociale, con conseguente peggioramento della depressione. In questo contesto, gli interventi per

ridurre i sintomi depressivi possono contribuire a rallentare il declino della memoria.