

Effects of a Behavioral Intervention, Tai Chi Chih, on Varicella-Zoster Virus Specific Immunity and Health Functioning in Older Adults

MICHAEL R. IRWIN, MD, JENNIFER L. PIKE, PHD, JASON C. COLE, PHD, AND MICHAEL N. OXMAN, MD

Effetti della pratica del Tai Chi Chuan sull'immunità specifica al virus Varicella-Zoster e sulle condizioni generali di salute negli anziani.

Studio realizzato presso il Cousins Center di Psiconeuroimmunologia (M.R.I., J.L.P., J.C.C), l'Istituto di Neuropsichiatria (UCLA) dell'Università della California, Los Angeles; il Dipartimento di Medicina (M.N.O) dell'Università della California, e il Centro Assistenza Medica per i veterani di San Diego, California.

Indirizzate le richieste di ristampa a: Michael Irwin, MD, Dipartimento di Psichiatria e di Scienze del Comportamento, del Cousins Center di Psiconeuroimmunologia dell'Università della California, Los Angeles, 300 UCLA Medical Plaza, Suite 3-109, Los Angeles, CA 90095-7057. Posta elettronica: mirwin1@ucla.edu

OBIETTIVO: Sia l'incidenza sia la gravità dell'herpes zoster aumentano con l'età in associazione ad un marcato declino dell'immunità specifica al virus della varicella-zoster (VZV).

Questo studio ha esaminato l'influenza della pratica del Tai Chi Chuan (TCC) sull'immunità specifica al virus della varicella-zoster (VZV) e sulle condizioni generali di salute in adulti molto anziani che, in media, mostrano indebolimenti dello stato di salute e sono a rischio di sviluppare il fuoco di Sant'Antonio.

METODO: Trentasei uomini e donne (di età > 60 anni) sono stati in parte assegnati a caso ad un programma di 15 settimane di pratica del TCC (per 45 minute tre volte la settimana) (N = 18); gli altri sono stati inseriti in un gruppo di controllo (N = 18).

L'anticorpo specifico al virus della varicella-zoster (VZV-specific CMI) è stato misurato preventivamente e dopo una settimana dall'inizio dell'esperimento. Le condizioni generali di salute (Medical Outcome scale: SF-36) sono state valutate all'inizio e dopo 5, 10 e 15 settimane durante l'intervento e ad una settimana dopo la conclusione dell'esperimento.

RISULTATI: Nel campione sottoposto al test, l'anticorpo specifico al virus della varicella-zoster (VZV-specific CMI) è aumentato del 50% nel gruppo di TCC ($p < 0.05$), considerando il periodo dall'inizio dell'esperimento ad una settimana dopo la sua conclusione, mentre è rimasto invariato nel gruppo di controllo.

In coloro che hanno portato a termine lo studio, ad una settimana dopo la conclusione dell'esperimento, i parametri relativi allo stato di salute generale ($p < 0.05$) sono risultati più alti nel gruppo di TCC (N = 14) a confronto con il gruppo di controllo (N = 17).

Gli anziani che all'inizio avevano ottenuto una valutazione più bassa, durante la pratica del TCC, hanno mostrato gli aumenti più significativi dei parametri relativi allo stato di salute generale ($p < 0.01$).

CONCLUSIONI: La pratica del TCC per 15 settimane ha prodotto un aumento degli anticorpi specifici al virus della varicella-zoster.

Inoltre è stato verificato un aumento nella salute generale nei partecipanti che hanno praticato il TCC e tale incremento è stato più marcato negli anziani che in partenza avevano uno stato di salute più compromesso.