

IL TIRRENO TOSCANA

11 novembre 2015



Jury Chechi, testimonial della campagna di prevenzione anti-Parkinson

Praticare con regolarità un'attività sportiva riduce del 43% il rischio di sviluppare la malattia di Parkinson. Non solo le persone colpite dalla malattia che praticano uno sport riducono del 70% il rischio di cadute (la loro più comune causa di accesso al pronto soccorso) e migliorano l'umore. Insomma rimanere attivi il più a lungo possibile può prevenire la patologia neurologica e, insieme con le terapie più avanzate e un approccio multidisciplinare, può contribuire a rallentare la progressione della malattia e migliorare la qualità della vita in tutte le sue fasi.

È il messaggio chiave della Giornata nazionale Parkinson, in calendario il 28 novembre, promossa dall'*Accademia Limpe-Dismov* e presentata oggi a Roma durante l'incontro "Vivere il Parkinson" organizzato in collaborazione con *AbbVie*.

Ogni anno in Italia circa 6.000 persone vengono colpite dal Parkinson e in un caso su quattro hanno meno di 50 anni. Una malattia che, in generale, colpisce in Italia oltre 250.000 persone con una prevalenza destinata a raddoppiare nei prossimi vent'anni.



Le ultime evidenze scientifiche dimostrano che l'attività fisica è utile nella prevenzione ma anche per chi è già malato, ricorda **Alfredo Berardelli**, presidente dell'*Accademia Limpe Dismov*, Dipartimento di neurologia e Psichiatria dell'Università di Roma Sapienza. «Una prospettiva multidisciplinare nella gestione delle persone con malattia di Parkinson e le terapie farmacologiche più avanzate – spiega Berardelli – aiutano a gestire la malattia per lungo tempo, mentre l'attività sportiva, le terapie fisiche e riabilitative e piccoli cambiamenti nello stile di vita possono facilitare la gestione del Parkinson, la mobilità dei pazienti e quindi la loro autonomia».

Per informare su queste possibilità in occasione della Giornata nazionale Parkinson 2015, circa 90 strutture sanitarie saranno a disposizione dei pazienti e delle persone che se ne prendono cura. I medici specialisti daranno informazioni sulla diagnosi e terapia della malattia e sarà possibile partecipare a eventi (spettacoli teatrali, concerti, mostre, ecc.) e incontri di informazione e confronto open day organizzati su tutto il territorio nazionale dalle strutture aderenti.

Per tutti i dettagli è possibile consultare il sito www.giornataparkinson.it o contattare il numero verde 800.149626. La Giornata nazionale Parkinson 2015 sarà anche l'occasione per raccogliere fondi che la *Fondazione Limpe per il Parkinson Onlus* destinerà al sostegno di progetti di ricerca clinici e sperimentali sulla malattia di Parkinson e sui problemi legati alla malattia.

Come il primo Progetto di ricerca sulla prevenzione delle cadute nelle persone con malattia di Parkinson che si è concluso in questi giorni.

«Lo studio – dichiara **Giovanni Abbruzzese**, presidente della Fondazione Limpe per il Parkinson Onlus – si proponeva di valutare, in un ampio campione di pazienti italiani affetti da malattia di Parkinson, la frequenza delle cadute e i possibili parametri clinici associati o predittivi del rischio di caduta. La ricerca si è svolta in 19 centri che hanno arruolato 544 pazienti e 301 soggetti di controllo. I risultati preliminari evidenziano che il 42% dei pazienti italiani con malattia di Parkinson cade almeno una volta l'anno (media 23 cadute) rispetto al 17% dei soggetti di controllo. Numerosi fattori sono legati al rischio di cadere. L'identificazione di fattori predittivi appare fondamentale per programmare interventi preventivi o trattamenti riabilitativi specifici.



Quest'anno testimonial della Giornata della malattia di Parkinson è il campione olimpico **Jury Chechi**. «Sull'importanza dell'attività fisica stiamo lavorando con entusiasmo già da alcuni anni con *AbbVie* – dice l'atleta – per sviluppare progetti che aiutano le persone con Parkinson a partecipare attivamente e consapevolmente alla cura della propria salute. Esperienze che mi hanno consentito di verificarne i benefici e spinto a proseguire con convinzione nell'impegno in favore delle persone con Parkinson. Si può essere campioni anche nelle vite più complicate e sono sicuro che in ognuno di noi ci siano quelle risorse incredibili che possono aiutare a superare i momenti difficili con forza e determinazione».

«La salute è un bene troppo prezioso che va conservato il più a lungo possibile. L'attività fisica, è ormai sostenuto da tutti gli studi scientifici, consente di prevenire o rallentare molte delle malattie croniche», dichiara il presidente del Coni **Giovanni Malagò**. «Rimanere in attività favorendo il movimento del proprio corpo – continua – è indispensabile per contenere le disabilità a tutte le età. Lo sport non è solo uno stile di vita ma anche un'ottima "medicina" capace di migliorare la propria esistenza». La malattia di Parkinson «non ha ancora una cura risolutiva – conclude Berardelli – ma gli approcci terapeutici più recenti hanno evidenziato l'importanza per il clinico di operare in team e l'utilità dell'attività fisica e della riabilitazione per un più moderno e razionale approccio alla malattia».