

quotidianosanita.it

Giornata Nazionale Parkinson 2015. Migliorare la qualità di vita tra sport, cure avanzate e approccio multidisciplinare

Praticare con regolarità un'attività sportiva riduce del 43% il rischio di sviluppare la malattia di Parkinson, mentre le persone con Parkinson che praticano uno sport riducono del 70% il rischio di cadute e migliorano l'umore. Rimanere attivi il più a lungo possibile può prevenire il Parkinson e può contribuire a rallentare la progressione della malattia. Il campione olimpico Jury Chechi sarà il testimonial della Giornata Nazionale Parkinson 2015.



11 NOV - Ogni anno in Italia circa 6.000 persone vengono colpite dalla malattia di Parkinson e in un caso su quattro hanno meno di 50 anni. Rimanere attivi il più a lungo possibile può prevenire il Parkinson e, insieme alle 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. Questo il messaggio chiave della Giornata Nazionale Parkinson (28 novembre) promossa dall'Accademia Limpe-Dismov. La Giornata nasce con l'obiettivo di sensibilizzare l'opinione pubblica nei confronti della seconda patologia neurodegenerativa più diffusa dopo l'Alzheimer. Una malattia che colpisce in Italia oltre 250.000 persone con una prevalenza destinata a raddoppiare nei prossimi vent'anni.

"Le ultime evidenze scientifiche dimostrano che chi pratica regolarmente un'attività fisica ha un rischio inferiore del 43% di sviluppare la malattia di Parkinson, mentre i parkinsoniani che continuano a praticare attività fisica e sport non solo mantengono nel tempo una migliore autonomia ma presentano anche una evoluzione più lenta e meno invalidante rispetto a quelli che conducono una vita più sedentaria - dichiara **Alfredo Berardelli**, Presidente Accademia Limpe-Dismov; Dip.to Neurologia e Psichiatria, Sapienza Università di Roma - Una prospettiva multidisciplinare nella gestione delle persone con malattia di Parkinson e le terapie farmacologiche più avanzate 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. Nelle persone con malattia di Parkinson, infatti, l'esercizio fisico può aiutare a migliorare l'equilibrio e ridurre del 70% le cadute, che sono la loro più comune causa di accesso al pronto soccorso".



In occasione della Giornata Nazionale Parkinson 2015, circa 90 strutture sanitarie saranno a disposizione dei pazienti e dei caregiver. I medici specialisti daranno informazioni sulla diagnosi e terapia della malattia e sarà possibile partecipare ad eventi (spettacoli teatrali, concerti, mostre, ecc.) ed 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 disordini correlati. 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 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 - dichiara **Giovanni Abbruzzese**, Presidente della Fondazione Limpe per il Parkinson Onlus - 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 (età, durata e gravità di malattia, stato cognitivo, presenza di disturbi del cammino, presenza di ansia e depressione) sono associati al rischio di cadere, ma soprattutto la durata della malattia e alcuni specifici disturbi del cammino risultano essere predittivi. L'identificazione di fattori predittivi del rischio di caduta appare fondamentale al fine di programmare interventi preventivi o trattamenti riabilitativi specifici.”

Quest'anno testimonial d'eccezione della Giornata della Malattia di Parkinson è il campione olimpico **Jury Chechi**, che ha voluto trasferire in questa iniziativa la sua esperienza di campione nello sport e nella vita.

“Sull'importanza dell'attività fisica stiamo lavorando con entusiasmo già da alcuni anni con AbbVie per sviluppare progetti che aiutano le persone con Parkinson a partecipare attivamente e consapevolmente alla cura della propria salute. - dichiara Jury Chechi, testimonial della Giornata Nazionale Parkinson 2015 - 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 sostenuta 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 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, come è emerso oggi, nel corso della tavola rotonda Vivere il Parkinson che l'Accademia Limpe/Dismov ha organizzato in collaborazione con AbbVie presso il Circolo Sportivo Canottieri Aniene di Roma per informare sulle migliori strategie volte a restituire ai pazienti quell'autonomia sociale che garantisce loro una buona qualità di vita. Anche attraverso la pratica di un'attività sportiva”.