



Giornata del Parkinson, paziente: "Contro la malattia ballo e stare con gli altri"

•

Descrizione

(Adnkronos) "Entra nella tua vita senza farsi vedere. Mr Parkinson, nel mio caso, ha iniziato ad appoggiarsi sulla spalla destra, limitando e rallentando i movimenti. Poi "è passato alla gamba, e ho cominciato a trascinarla. "è subdolo, e lo "è ancora oggi: si manifesta nei momenti meno opportuni. L'attività fisica "è importante quanto la terapia farmacologica: sono due pilastri fondamentali, ma da soli non bastano. Devono lavorare insieme. Le terapie aiutano a controllare i sintomi. Nel mio caso, per esempio, non ho mai avuto tremore "è quello che molti associano subito al Parkinson "è ma ho sofferto di lentezza nei movimenti e rigidità. Ci sono momenti in cui il corpo si blocca: anche alzare un braccio diventa difficile, perché tutto si contrae. Se non fai attività fisica, i farmaci da soli non bastano. Le due cose sono complementari: una rafforza l'altra". Lo ha detto Simona Salamina, tra i pazienti protagonisti di "Sulle tracce di Mr. Parkinson", primo racconto noir che smaschera i punti deboli della malattia neurodegenerativa. Il testo, promosso dalla Confederazione Parkinson Italia, con il patrocinio della Fondazione Limpe per il Parkinson Ets e il supporto non condizionante di Zambon "è disponibile sul sito web della Confederazione "è stato pubblicato in occasione della Giornata mondiale del Parkinson che si celebra l'11 aprile.

In seguito alla diagnosi, arrivata "è dopo 2 anni "è continua Salamina "è appena ho capito cosa stava succedendo, ho deciso di attivarmi subito. I medici "è fisiatra e specialisti "è mi hanno detto chiaramente che il movimento sarebbe stato fondamentale. Nella vita normale, spesso consideriamo l'attività fisica come qualcosa da rimandare, un po' come le diete: "è inizio domani" "è osserva "è Con il Parkinson, invece, ho capito che dovevo iniziare subito. Mi sono iscritta a una scuola di ballo. All'inizio era difficilissimo: non riuscivo a muovermi bene, avevo perso equilibrio e coordinazione. Tutto quello che avevo perso cercavo di riconquistarlo. Non "è stato facile "è ammette "è a un certo punto stavo quasi per arrendermi, ma grazie alle persone che mi stanno accanto e ai professionisti che mi hanno seguito, ho trovato la forza di andare avanti. Per questo mi sono avvicinata alla Confederazione Parkinson, che mi ha supportata e aiutata molto. Stare con gli altri "è fondamentale: non bisogna isolarsi".

"è

salute

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione

Aprile 8, 2026

Autore

redazione

default watermark