



Avancini (UniVr): Con attività fisica adattata più qualità di vita e -40% depressione

Descrizione

(Adnkronos) Con attività fisica adattata un intervento personalizzato e strutturato sulle caratteristiche di ciascun singolo paziente. Per costruire questo programma, infatti, generalmente vengono presi in considerazione la storia di salute e la sintomatologia dei pazienti, ma anche la valutazione funzionale, quindi le loro capacità fisiche, le loro preferenze in termini di attività, le barriere e gli obiettivi che si vogliono raggiungere con questo determinato programma, al fine di creare un percorso personalizzato. Lo ha detto Alice Avancini, ricercatrice e chinesiologa, Dipartimento di Neuroscienze Biomedicina e Movimento dell'università di Verona, sezione di Scienze motorie e Oncologia, in occasione dell'incontro con la stampa, organizzato a Milano da Amgen, dal titolo "Il movimento come cura: attività fisica nel percorso oncologico". In tale contesto è stata presentata Be Active Lab, una piattaforma digitale realizzata da Amgen insieme a un board multidisciplinare di oncologi, ematologi, medici dello sport e chinesiologi, per offrire contenuti informativi e programmi di esercizio personalizzati lungo tutto il percorso di cura e per diffondere una maggiore consapevolezza sul valore dell'attività fisica in oncologia.

La chinesiologa Avancini ha poi illustrato i benefici che l'attività fisica adattata può offrire ai pazienti: "Disponiamo di diversi dati che ci mostrano come un intervento di questo tipo sia in grado di migliorare la fitness fisica dei pazienti, che non è un indice di performance, ma ad oggi in oncologia è un vero e proprio fattore prognostico" ha precisato. Inoltre, abbiamo evidenze molto solide anche riguardo la tollerabilità dei trattamenti: i pazienti fisicamente attivi, infatti, hanno meno effetti collaterali delle terapie. Un esempio classico è la riduzione, ad esempio, del sintomo della fatigue, della neuropatia periferica, ma non solo aspetti fisici, vi sono benefici anche dal punto di vista psicologico. L'intervento di esercizio fisico è in grado di ridurre anche i sintomi di ansia e depressione di circa il 40%. Pertanto, si tratta a tutti gli effetti di un intervento multimodale sul piano fisico sintomatologico, ma anche su quello emotivo.

Da questo punto di vista ha concluso il progetto portato avanti da Amgen, Be Active Lab, è un grande passo avanti per un intervento di esercizio fisico personalizzato proprio perché si sfrutta la telemedicina per arrivare direttamente a casa dei pazienti, senza lasciare da parte la personalizzazione dell'approccio, che deve essere cucito su misura di ciascun singolo paziente.

â??

salute

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione

Aprile 21, 2026

Autore

redazione

default watermark