



Giornata del Parkinson, Tinazzi (Limpe): «Movimento Ãˆ vittima e cura»•

Descrizione

(Adnkronos) «Il movimento, nella malattia di Parkinson, Ãˆ allo stesso tempo vittima e cura. Infatti, se da un lato il movimento Ãˆ l'ambito maggiormente colpito dalla malattia, dall'altro, l'esercizio fisico, l'attivit  sportiva o ludico-sportiva, come il ballo, rappresentano una leva per una migliore gestione della malattia». Cos  Michele Tinazzi, presidente della Fondazione Limpe per il Parkinson Ets, interviene in occasione della pubblicazione di «Sulle tracce di Mr. Parkinson», primo racconto noir che smaschera i punti deboli della malattia neurodegenerativa, progetto promosso dalla Confederazione Parkinson Italia, con il patrocinio della Fondazione Limpe per il Parkinson Ets e il supporto non condizionante di Zambon, pubblicato in occasione della Giornata mondiale del Parkinson che si celebra l'11 aprile.

«Oggi sappiamo che l'esercizio fisico, in molte malattie, ma soprattutto in una patologia in cui il sintomo principale Ãˆ il movimento, rappresenta parte integrante della cura e va quindi associato fin dalle fasi iniziali», sottolinea Tinazzi. L'impatto dell'esercizio fisico e dell'attivit  sportiva o ludico-sportiva, come il ballo, non riguarda solo il movimento, ma anche altri sintomi non motori della malattia di Parkinson: umore, i disturbi del sonno, la stipsi e il dolore che possono essere migliorati da un'attivit  fisica costante».

«Noi abbiamo uno slogan», continua Tinazzi. Il Parkinson Ãˆ una malattia del movimento che si cura anche con il movimento. Ovviamente Ãˆ importante l'approccio farmacologico, che va associato fin dalle prime fasi di malattia a un esercizio fisico che non Ãˆ l'attivit  quotidiana, come salire le scale o camminare in casa, ma un'attivit  organizzata, quindi pianificata. La forma classica di esercizio fisico che consigliamo Ãˆ il Nordic walking», spiega. Per chi ha disturbi dell'equilibrio o problematiche legate alla schiena, ad esempio, Ãˆ indicata la bici da spinning. Oltre a questo, si consiglia sempre ai pazienti di praticare un'attivit  sportiva piacevole, che pu  andare dalla bici ad altre forme di attivit . Certo, la riabilitazione Ãˆ importante, chiarisce, ma riabilitazione non significa esercizio fisico: deve intervenire quando ci sono problematiche specifiche da trattare, come l'instabilit  posturale o quando il paziente riferisce di avere i piedi incollati al pavimento, fenomeno chiamato freezing. In questi casi Ãˆ necessario il fisioterapista, ma questo non significa che l'esercizio fisico debba essere interrotto».

â??

salute

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione

Aprile 8, 2026

Autore

redazione

default watermark