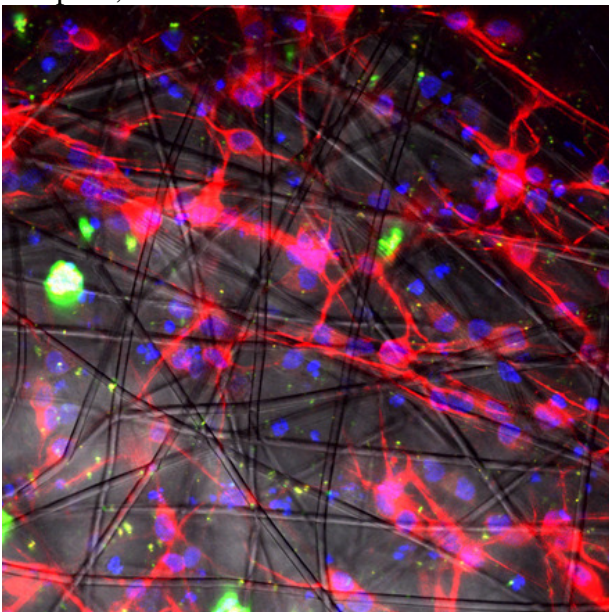




Allenare il cervello contro l'Alzheimer

02 aprile, 18:00



Allenare il cervello aiuta a combattere la malattia di Alzheimer (fonte: NIH)

La malattia di Alzheimer può essere contrastata anche 'allenando' il cervello. Lo dimostra lo studio, finanziato con 4 milioni di euro dalla Fondazione Pisa, condotto dall'istituto di Neuroscienze del Consiglio Nazionale delle Ricerche (Cnr) di Pisa. 'Train the brain' ha sperimentato una nuova terapia, l'arricchimento ambientale fisico e mentale. "Il cervello dell'anziano sano e perfino quello nelle fasi iniziali di malattia, mantiene una sua plasticità, con una qualche capacità di recupero e riadattamento", ha detto il responsabile scientifico del progetto, Lamberto Maffei. "Questo rimodellamento favorevole - ha aggiunto - può essere facilitato da un esercizio fisico regolare, rapporti sociali armonici, un'alimentazione mirata e tenendo la mente attiva. I risultati, nel tempo, hanno dimostrato miglioramenti nei pazienti coinvolti nel percorso dei trattamenti fisici e neurologici. Gli stimoli esterni rappresentano strumenti indispensabili nel processo di rallentamento della demenza".