

Hot Topics

MUSICA MENINGITE ALIMENTAZIONE ANIMALI SPAZIO

Impara
l'ingleseImpara
il tedescoImpara lo
spagnoloImpara il
portogheseImpara il
polacco

+Babbel



Redazione Galileo

Gli interventi a cura
della Redazione di
Galileo.

Contro le demenze, allenare il corpo e la mente

12 GENNAIO 2017 - [REDAZIONE GALILEO](#) - [STAMPA](#)

Uno studio del [Cnr](#) dimostra che è possibile
contrastare il decadimento cognitivo dell'anziano e
l'Alzheimer con attività ludiche, logiche, motorie e
sociali



Share this:



ISCRIVITI ALLA NEWSLETTER DI
GALILEO

ARTICOLI RECENTI



(Cnr) – L'Italia è uno dei Paesi europei col maggior numero di anziani e oltre un milione

di questi presenta un forte **deficit cognitivo** o forme di **demenza senile** grave, come la malattia di **Alzheimer**. Per quest'ultima patologia, non esistendo terapie efficaci, è importante attuare interventi di rallentamento del deterioramento cognitivo partendo dagli stadi iniziali della malattia. Del problema, destinato ad aumentare a seguito del progressivo incremento della popolazione in età avanzata, si sono occupati i ricercatori dell'**Istituto di neuroscienze** (In-Cnr) e dell'**Istituto di fisiologia clinica** (Ifc-Cnr) del **Consiglio nazionale delle ricerche** di Pisa verificando un chiaro miglioramento dello stato cognitivo e della funzionalità cerebrale nei soggetti anziani con diagnosi di danno cognitivo lieve sottoposti a un programma di allenamento cognitivo e motorio. I risultati sono **pubblicati** da **Scientific Reports** (gruppo Nature).

"Quando impegniamo il cervello in attività cognitivamente complesse e in un contesto sociale e giocoso, i circuiti neurali vengono stimolati e rimodellati mediante la produzione di fattori neurotrofici che favoriscono la plasticità cerebrale", spiega **Lamberto Maffei**, vice presidente dell'Accademia dei Lincei, e coordinatore della ricerca. "Anche nella terza età non è mai troppo tardi: i neuroni rispondono agli stimoli con effetti sorprendenti per il benessere cerebrale, consentendo di attuare una vera strategia anti-invecchiamento".

Questo concetto è stato applicato, nello studio **Train the Brain**, attraverso uno specifico programma di allenamento, su anziani con diagnosi di danno cognitivo lieve (Mild Cognitive Impairment-Mci), a rischio di evolvere verso forme gravi di demenza. "Gli anziani selezionati sono stati accolti, per sette mesi e per tre mattine a settimana, nell'Area della ricerca del Cnr di Pisa in una struttura appositamente creata e attrezzata con una palestra, in un contesto ricreativo

La Terra e la Luna, visti da Marte

Lo scorso 20 novembre il Mars Reconnaissance Orbiter, satellite in orbita intorno al pianeta rosso, ha scattato una serie di immagini con la quale è stata realizzata una meravigliosa cartolina

In Burundi il latte materno è migliore del nostro

Uno studio dell'Istituto Ortopedico Galeazzi svela come il microbioma contenuto nel latte delle madri italiane sia peggiore di quello delle madri del Burundi

Un farmaco contro l'Alzheimer per curare i denti

Una molecola per la cura di disturbi neurologici come l'Alzheimer potrebbe aiutare la polpa dei denti a formare nuova dentina in modo naturale, potenzialmente riducendo il bisogno di usare otturazioni e cementi dentali, spesso soggetti ad infezioni

Come costruire una cartina per i viaggi interstellari

Grazie ai dati del telescopio spaziale Hubble e delle sonde Voyager, arriverà presto una mappa che ci indichi la strada per i viaggi interstellari

Quel che sappiamo sulla musica (e sul cervello)

Un dialogo, a volte acceso, tra un direttore d'orchestra, un neurobiologo e un musicologo. Tre sguardi diversi su un'attività fondamentale dell'essere umano, quella produzione organizzata di suoni che chiamiamo musica

e rilassante, con ampio spazio per le attività di gruppo e la musicoterapia e con ambienti dedicati alla stimolazione cognitiva basata, per esempio, su compiti di memorizzazione di volti e parole, esercizi di logica, giochi di attenzione", spiegano i ricercatori **Alessandro Sale** e **Nicoletta Berardi** dell'In-Cnr.

"I soggetti, accompagnati dai loro familiari, hanno fin da subito mostrato di gradire molto la partecipazione alle attività proposte e i risultati sono stati sorprendenti: gli stimoli ambientali hanno arrestato il decadimento cognitivo nei partecipanti, con effetti riscontrabili anche a livello dei parametri di funzionalità cerebrale valutati con le più moderne tecniche di imaging. Questi risultati possono avere importanti applicazioni in campo clinico per la malattia di Alzheimer e per altre forme di demenza senile: l'arricchimento ambientale costituisce una via molto promettente per stimolare la plasticità in maniera fisiologica e non invasiva, in una fascia di popolazione che spesso vive invece in condizioni inadeguate e povere di stimoli".

Lo studio Train the Brain è stato svolto in collaborazione con l'Università di Pisa e l'Irccs Stella Maris ed è stato finanziato dalla Fondazione Pisa.

Riferimenti: *Randomized trial on the effects of a combined physical/cognitive training in aged MCI subjects: the Train the Brain study*; Train the Brain Consortium; [Scientific Reports](#)

Se vuoi ricevere gratuitamente notizie su **Contro le demenze, allenare il corpo e la mente** lascia il tuo indirizzo email nel box sotto e iscriviti:

Powered by **News@me**

Share this:



TAG: [ALZHEIMER](#), [RICERCA ITALIANA](#), [SALUTE](#)



PROSSIMI EVENTI

Bando "I Comunicatori STAR della scienza"

14 novembre 2016 @ 8:00 -
31 gennaio 2017 @ 17:00

MASTER INTERNAZIONALE IN PHARMACEUTICAL MEDICINE

19 dicembre 2016 @ 8:00 - 1
febbraio 2017 @ 17:00

ISODARCO, Advanced and cyber weapons systems: technology and arms control

8 gennaio @ 8:00 - 15
gennaio @ 17:00

Scuola di formazione Storia della Fisica

20 febbraio @ 8:00 - 24
febbraio @ 17:00

[Vedi Tutti gli Eventi »](#)