

GAS
communication

NOW PART OF
AIM COMMUNICATION

Rassegna Stampa



INDICE

SOCIETA ITALIANA DI NEUROLOGIA WEB

03/08/2022 tecnomedicina.it 00:29	5
Pubblicate dall'ISS le prime Linee Guida Italiane sulla Sclerosi Multipla	
06/08/2022 salute.eu	7
Mare o montagna, ma sappiano camminare bene??	
06/08/2022 ilsecoloxix.it	10
Mare o montagna, ma sappiano camminare bene??	
06/08/2022 huffingtonpost.it	13
Mare o montagna, ma sappiano camminare bene??	
06/08/2022 repubblica.it	16
Mare o montagna, ma sappiano camminare bene?	
09/08/2022 lastampa.it	19
Sclerosi multipla, pazienti più tutelati grazie alla linee guida	
09/08/2022 Repubblica.it	21
Sclerosi multipla, pazienti più tutelati grazie alla linee guida	
09/08/2022 ilsecoloxix.it	24
Sclerosi multipla, pazienti più tutelati grazie alla linee guida	
09/08/2022 salute.eu	26
Sclerosi multipla, pazienti più tutelati grazie alla linee guida	
09/08/2022 corrierealpi.gelocal.it	28
Sclerosi multipla, pazienti più tutelati grazie alla linee guida	
09/08/2022 huffingtonpost.it	31
Sclerosi multipla, pazienti più tutelati grazie alla linee guida	
09/08/2022 nuovavenezia.gelocal.it 10:56	35
Sclerosi multipla, pazienti più tutelati grazie alla linee guida	

10/08/2022 fidest.wordpress.com 00:24	38
Prime Linee Guida Italiane sulla Sclerosi Multipla	
11/08/2022 sanitainformazione.it 11:08	39
Il caffè aiuta a prevenire e a rallentare il Parkinson	
13/08/2022 borderline24.com 18:53	40
Sclerosi multipla, pubblicate dall'Iss le prime linee guida	
16/08/2022 Agenparl 10:32	42
Dodici milioni di italiani soffrono di disturbi del sonno. Tutti pensano che la causa sia il materasso ma sottovalutano l'importanza del cuscino	
19/08/2022 osservatoriomalattierare.it	45
Sclerosi multipla, dalla SIN le prime Linee Guida italiane dedicate alla patologia	
22/08/2022 Leggo.it	47
Disturbi del sonno, 12 milioni di italiani ne soffrono. E la scelta del cuscino è fondamentale	
22/08/2022 corriereadriatico.it	50
Disturbi del sonno, 12 milioni di italiani ne soffrono. E la scelta del cuscino è fondamentale	

SOCIETA ITALIANA DI NEUROLOGIA WEB

19 articoli

LINK: <https://www.tecnomedicina.it/pubblicate-dalliss-le-prime-linee-guida-italiane-sulla-sclerosi-multipla/>

InFormaTv Radio Salus Luoghi della Salute Villaggio Tecnologico Zampe Libere Switch On
InnovArte



Tecnomedicina

Home Chi siamo News

Pubblicate dall'ISS le prime Linee Guida Italiane sulla Sclerosi Multipla

Redazione 3 Agosto 2022 Attualità

La **Società Italiana di Neurologia** annuncia la pubblicazione da parte dell'ISS delle sue prime **Linee Guida sulla SM**, elaborate in questi ultimi anni da un gruppo di lavoro multidisciplinare composto da 19 specialisti, rappresentanti di 10 Società Scientifiche, e da un rappresentante della **Associazione Italiana Sclerosi Multipla**, con il coordinamento metodologico della **Fondazione GIMBE**.

Print PDF

Il Gruppo di lavoro per le LG ha coinvolto tutte le professionalità impegnate nella gestione della SM, tenendo presente nella composizione della squadra delle conoscenze sulla malattia dei singoli specialisti, della loro professionalità, del loro ruolo istituzionale e della possibilità di gestire gli eventuali conflitti di interesse.

Il documento pubblicato dall'ISS si è basato sulle linee guida elaborate dal National Institute for Health and Clinical Excellence e, per quanto riguarda la terapia, dall'European Committee for treatment and Research in Multiple Sclerosis / European Academy of Neurology, ma è stato interamente adattato alla realtà italiana e aggiornato in base alle più recenti pubblicazioni sull'argomento.

“Un risultato eccellente quello della SIN raggiunto proprio in vista della Giornata della Neurologia che si celebra in tutta Italia il 22 settembre e sono molto contento del risultato ottenuto – dichiara il professor **Alfredo Berardelli**, Presidente della Società Italiana di Neurologia – Ringrazio tutto il gruppo di lavoro della SIN, l'AIMS, la Fondazione GIMBE, i revisori esterni e in generale tutti coloro che lavorano nel campo della SM, certo del contributo fondamentale che queste Linee Guida porteranno agli specialisti che su tutto il territorio sono impegnati nella presa in carico delle persone affette da questa malattia”.

“Con la pubblicazione delle linee guida sulla sclerosi multipla nel Sistema Nazionale Linee Guida, la SIN ha raggiunto un grande traguardo – dichiara **Nino Cartabellotta**, Presidente della Fondazione GIMBE – grazie all'impegno costante di tutti i componenti del gruppo di lavoro, nonostante il forte rallentamento di tutte le attività extra-assistenziali causato dalla pandemia. Grazie al rigoroso processo di adattamento nazionale e aggiornamento delle linee guida NICE, il nostro Servizio Sanitario Nazionale oggi può contare su uno standard clinico-assistenziale di elevata qualità metodologica per l'assistenza ai pazienti con sclerosi multipla”.

La prima versione delle LG è stata revisionata da 35 revisori esterni, medici e rappresentanti delle professioni sanitarie e della Associazione Italiana Sclerosi Multipla, per potere ottenere una versione finale completamente condivisa dal mondo che si occupa in Italia della malattia. Il lavoro è iniziato nel 2018, con periodiche riunioni del Gruppo di Lavoro a Bologna con la assistenza di GIMBE, e poi durante la pandemia con molto lavoro a casa e riunioni in remoto.

“Le linee Guida rappresentano uno strumento importante per affermare pienamente il diritto alla salute delle persone con SM rafforzando la capacità della Rete di riferimento di mettere in campo pratiche che siano consolidate, riconosciute e validate, anche a tutela degli stessi operatori sanitari oltre che

Search ... Search

Archivio articoli

Seleziona il mese



Gli articoli dei nostri esperti



Peste suina. Lettera aperta

Attualità

PUBBLICATE DALL'ISS LE PRIME LINEE GUIDA ITALIANE SULLA SCLEROSI...

3 Agosto 2022

La prevenzione dell'occhio secco arriva all'interno delle aziende grazi...

28 Luglio 2022

Fiere ed eventi

A Roma la seconda edizione dell'Health&BioTech Summit

27 Luglio 2022

A Firenze il XXVIII Congresso Nazionale della Societ... Neonatologia

20 Luglio 2022

Comunicazione e prevenzione

Al via la campagna di sensibilizzazione ... 'Neoplasia donna'

28 Luglio 2022

Parkinson: da Padova a Roma dopo una delicata operazione al cervello

26 Luglio 2022

delle persone con SM, andandosi a combinare con i PDTA di riferimento regionali e nazionali e gli altri riferimenti per la presa in carico della SM. In questo modo viene rafforzata l'appropriatezza e qualità delle risposte" dichiara **Mario Alberto Battaglia** Presidente della FISM

IL CNEC ha fatto alcune importanti osservazioni e l'ultimo anno è stato dedicato a rispondere e modificare il testo come indicato dal CNEC. Le 181 pagine delle LG contengono indicazioni in merito alla diagnosi, al supporto e coordinamento dell'assistenza, al trattamento delle ricadute, alla disamina dei fattori che possono influenzare la comparsa di ricadute o la progressione della malattia, ai farmaci che sono in grado di modificarne il decorso, alla riabilitazione, alle terapie sintomatiche e alla necessità di rivalutare periodicamente i pazienti.

"AISM ha creduto in questo lavoro, lo ha sostenuto partecipando direttamente all'elaborazione di queste Linee Guida mettendo in campo tutta la conoscenza ed esperienza che parte dai bisogni delle persone. Un risultato molto importante per la comunità della SM, che si colloca a pieno titolo nell'Agenda della SM e patologie correlate 2025 intervenendo in particolare sulle priorità legate alla presa in carico in tutte le sue declinazioni operative. Nello stesso tempo le Linee guida toccano gli ambiti dell'informazione, della comunicazione, delle competenze ed empowerment, rafforzando l'alleanza tra le persone con SM e loro familiari ed i neurologi di riferimento" Dichiarò **Francesco Vacca** presidente nazionale AISM.

Le LG sulla SM rispecchiano in realtà quello che viene usualmente eseguito nei numerosi Centri SM diffusi sul territorio nazionale. Sono quindi di straordinaria importanza perché costituiscono un chiaro e preciso punto di riferimento per la pratica clinica, per il Servizio Sanitario Nazionale e per tutti coloro che sono coinvolti nella gestione delle persone con SM. Saranno aggiornate ogni 2 anni o anche quando se ne ravveda solo la necessità per importanti novità che certamente emergeranno nel prossimo futuro.

"Siamo convinti – commenta il Prof **Gianluigi Mancardi**, Coordinatore di tutto il gruppo di lavoro della SIN – che saranno uno strumento molto utile per migliorare ulteriormente la cura alle persone con SM e siamo molto orgogliosi che la nostra Società Scientifica, la SIN, abbia saputo percorrere la lunga e difficile strada che porta alla elaborazione di LG approvate dall'Istituto Superiore di Sanità."

Le Linee Guida si rivolgono a tutti a coloro che sono affetti dalla malattia e anche a tutte le figure professionali di medici specialisti che ruotano intorno alle persone con SM e a tutti gli operatori sanitari e familiari che affrontano giornalmente i numerosi e complessi problemi che la malattia pone.

"Le Linee Guida sono state elaborate non solo per le indicazioni sulla terapia medica – afferma il Prof. **Claudio Gasperini**, Responsabile del Gruppo di Studio Sclerosi Multipla della SIN – ma anche per la definizione di raccomandazioni sul percorso diagnostico, sul coordinamento della assistenza, sulla terapia sintomatica e riabilitativa".

L'obiettivo finale è stato quello di uniformare sul territorio nazionale i comportamenti di coloro che si occupano di SM fornendo indicazioni precise sulle azioni che devono essere intraprese al fine di migliorare ulteriormente l'assistenza alle persone che soffrono per tale malattia.

Articoli correlati:

1. [I sintomi invisibili della sclerosi multipla trovano voce grazie all'app eSprMiti](#)
2. [Al via la Giornata Mondiale della Sclerosi Sistemica](#)
3. [Ipercolesterolemia in Europa: gli ultimi dati dello studio SANTORINI presentati al Congresso EAS 2022](#)
4. [Diabete e Covid-19: 50mila pazienti assistiti in telemedicina nel 2020](#)
5. [Parte l'8° edizione di "IO NON SCLERO"](#)

Terza Età

Samsung e il Gruppo Over insieme per l'Over Senior Residence di Roma
28 Luglio 2022

Un italiano over-60 su 5 è fragile e oltre 1 milione di anziani sono affetti...
19 Luglio 2022

In libreria

"I principi scientifici della dieta perfetta"
7 Luglio 2022

"La supplico mi salvi": l'ultimo libro del ... rapporto tra medico e paziente
2 Luglio 2022

News dal mondo della tecnologia

La sostenibilità al centro delle strategie Nissan

Tema sbarca su TikTok

Insta360 presenta Link

 **Guarda i video di Tecnomedicina**

Tecnomedicina 2.0





Salute

Stare bene secondo la scienza

FESTIVAL DI SALUTE 2021 COVID CALDO SPORTELLO CUORE TUMORI PSICOLOGIA ALIMENTAZIONE LONGFORM VIDEO PODCAST SC

Mare o montagna, ma sappiano camminare bene??

La stagione estiva è il periodo ideale per godersi delle lunghe e rilassanti pa aperte. Le precauzioni da seguire anche per chi soffre di artrosi, Alzheimer c

DI IRMA D'ARIA

06 AGOSTO 2022 ALLE 07:11 3 MINUTI DI LETTURA

Per gli amanti delle lunghe passeggiate, del jogging e del trekking, le vacanze sono l'occasione giusta per godersi appieno il movimento all'aria aperta ritrovando il piacere e il tempo per fare qualche passo in più. Buone abitudini che ci aiutano a tornare in forma e fare scorta per l'inverno di vitamina D che grazie al sole si attiva producendo calcio prezioso per le ossa. Ma i benefici e le precauzioni da prendere affinché siano davvero 'passeggiate di salute' cambiano in base alla meta: spiaggia, mare o montagna richiedono, infatti, regole di movimento diverse.

Con l'acqua fino all'ombelico

Chi non ama abbronzarsi sul lettino e preferisce camminare, lo fa in genere nell'acqua per godersi anche il fresco e sfruttare il massaggio dell'acqua sugli arti inferiori. "L'acqua è un elemento meraviglioso e va sfruttata fino in fondo la sua capacità di non far sentire la fatica nei movimenti. Oltre a essere piacevole come sensazione, ci sentiamo più leggeri e non sentiamo alcun dolore alle articolazioni", spiega **Gianmarco Regazzola**, chirurgo ortopedico, presso l'Ospedale Sant'Anna di Brescia e Pederzoli di Peschiera del Garda.

Gambe gonfie per il caldo: i consigli per migliorare la circolazione

di
Luca
Revoli
12
Luglio
2022



Ma per quale motivo? "Perché l'acqua elimina l'attrito e possiamo fluttuare leggeri. Non ci sono neppure limiti di età e condizioni particolari, visto che è consigliabile anche alle persone più anziane o alle donne in gravidanza. Ma attenzione - continua Regazzola - perché per ottenere i migliori risultati, serve che entriamo in acqua fino a quando il livello è appena sotto l'ombelico e manteniamo un passo normale per 10-15 minuti, meglio ogni mattina. Le articolazioni ringrazieranno, visto il conseguente potenziamento dei muscoli, della circolazione venosa e arteriosa, e l'inevitabile stimolazione dell'attività cardiaca.

A piedi nudi sulla sabbia

Alcune persone, però, preferiscono passeggiare sul bagnasciuga e lasciarsi massaggiare la pianta dei piedi dalla sabbia. "La stessa passeggiata ma sul bagnasciuga - prosegue Regazzola - non ha gli stessi effetti perché può nascondere fastidiosi ostacoli come buche, bambini che sfrecciano o conchiglie affilate".

Attenzione soprattutto se si ha un problema di artrosi. "Le superfici inclinate o accidentate come quelle della battigia o degli scogli si possono rivelare dei

©
Riproduzione
riservata

RACCOMANDATI



Elezioni 2022, si ricandida: "tempo". Elly S pole position



Salvini fa il pl prenota i post governo, gelo Forza Italia



L'ultimo miste Covid: i conta ma i morti au

veri trabocchetti - mette in guardia Regazzola - . I muscoli, i tendini e le articolazioni si trovano infatti a dover sopportare una posizione anomala falsando i movimenti degli arti inferiori. Inevitabile il movimento asimmetrico che comporta un carico maggiore su una delle due gambe. Senza parlare delle sorprese dei più piccoli che giocando sul bagnasciuga, lasciano buche nascoste. Sulle rocce invece, ci sono delle patine naturali molto scivolose e destabilizzanti".

Esercizi di forza ed equilibrio, e gli anziani restano fit

di Tina Simoniello
15 Maggio 2022



Calzature antiscivolo e passo alternato

Per evitare dolori o peggio il rischio di cadere, è bene fare attenzione alle superfici che si calpestano, magari attrezzandosi con calzature adeguate o antiscivolo. "Sono in aumento i racconti di pazienti che confessano di essere inciampati sugli scogli o scivolati da una rupe perché avevano le infradito", prosegue l'ortopedico. "In riva al mare, suggerisco di cambiare magari il senso di marcia ogni 15 minuti, così da alternare il peso tra una gamba e l'altra. Ma la regola generale che va bene per mare, montagna e città è la stessa: il primo ad appoggiare deve essere sempre il tallone e poi la pianta del piede".

In montagna serve l'attrezzatura giusta

Chi al mare preferisce la montagna in genere è più abituato a camminare ed è ben attrezzato, ma ci sono anche i provetti scalatori che non sempre considerano seriamente le basi per affrontare una salita o per superare la discesa.

"Ci sono semplici regole anche in montagna, a partire dall'equipaggiamento fatto di semplici racchette che offrono un appoggio in più, o di calzature che proteggono meglio la caviglia - spiega Regazzola - . Un deterrente spesso sottovalutato è la stanchezza che incide sul controllo dei movimenti come anche un pasto troppo abbondante che rallenta i riflessi e la capacità di reagire agli ostacoli".

Golf e Parkinson, quando il movimento aiuta a 'rallentare' la malattia

di Deborah Ameri
09 Luglio 2022



Il kit di soccorso

Intervenire tempestivamente su una distorsione significa fermarsi e immobilizzare la zona colpita con una fasciatura rigida o con del ghiaccio. "A seconda del livello di gonfiore e dolore - conclude lo specialista - sarà importante una valutazione dello specialista per definire un possibile piano terapeutico. Insieme alla borraccia, suggerisco di inserire sempre nello zaino anche un piccolo kit con ghiaccio istantaneo, garza e antidolorifico".

In movimento anche con il Parkinson o l'Alzheimer

Muoversi e fare delle passeggiate è importante e utile anche per gli anziani e in particolare per chi soffre di due patologie neurodegenerative molto diffuse quali la malattia di Parkinson e quella di Alzheimer. "Per i pazienti con Parkinson - spiega **Alfredo Berardelli**, presidente della Società Italiana di Neurologia - è importante non assecondare lo stato di inattività

che il caldo induce ad assumere, iniziando la giornata con una sessione da 20 minuti circa di esercizi di riscaldamento e di allungamento in modo da favorire una riattivazione muscolare; un bagno in piscina può essere una buona idea per coloro che già praticano attività in acqua, altrimenti i mesi estivi potrebbero diventare l'occasione per iniziare un ciclo di fisioterapia acquatica molto utile a questi pazienti".

Aiuta l'orientamento in chi soffre di Alzheimer

Nelle persone affette da malattia di Alzheimer spesso la percezione della variazione di temperatura e la termoregolazione corporea sono alterate e quindi i pazienti possono non rendersi conto dell'eccessivo calore. "Per questa ragione - prosegue Berardelli - è consigliabile far indossare loro abiti leggeri, preferibilmente di cotone o di lino. Inoltre, in questi mesi estivi sono più frequenti gli stati confusionali e il peggioramento dell'orientamento così come delle funzioni cognitive. E' importante, quindi, rinfrescare costantemente gli ambienti e favorire delle passeggiate a fine giornata, nelle ore meno calde, che favoriscano il benessere psicofisico".

Argomenti

esercizio fisico

Salute



Salute

Stare bene secondo la scienza

FESTIVAL DI SALUTE 2021 COVID CALDO SPORTELLO CUORE TUMORI PSICOLOGIA ALIMENTAZIONE LONGFORM VIDEO PODCAST SC

Mare o montagna, ma sappiano camminare bene??

La stagione estiva è il periodo ideale per godersi delle lunghe e rilassanti pa aperte. Le precauzioni da seguire anche per chi soffre di artrosi, Alzheimer c

DI IRMA D'ARIA

Per gli amanti delle lunghe passeggiate, del jogging e del trekking, le vacanze sono l'occasione giusta per godersi appieno il movimento all'aria aperta ritrovando il piacere e il tempo per fare qualche passo in più. Buone abitudini che ci aiutano a tornare in forma e fare scorta per l'inverno di vitamina D che grazie al sole si attiva producendo calcio prezioso per le ossa. Ma i benefici e le precauzioni da prendere affinché siano davvero 'passeggiate di salute' cambiano in base alla meta: spiaggia, mare o montagna richiedono, infatti, regole di movimento diverse.

Con l'acqua fino all'ombelico

Chi non ama abbronzarsi sul lettino e preferisce camminare, lo fa in genere nell'acqua per godersi anche il fresco e sfruttare il massaggio dell'acqua sugli arti inferiori. "L'acqua è un elemento meraviglioso e va sfruttata fino in fondo la sua capacità di non far sentire la fatica nei movimenti. Oltre a essere piacevole come sensazione, ci sentiamo più leggeri e non sentiamo alcun dolore alle articolazioni", spiega **Gianmarco Regazzola**, chirurgo ortopedico, presso l'Ospedale Sant'Anna di Brescia e Pederzoli di Peschiera del Garda.



Ma per quale motivo? "Perché l'acqua elimina l'attrito e possiamo fluttuare leggeri. Non ci sono neppure limiti di età e condizioni particolari, visto che è consigliabile anche alle persone più anziane o alle donne in gravidanza. Ma attenzione - continua Regazzola - perché per ottenere i migliori risultati, serve che entriamo in acqua fino a quando il livello è appena sotto l'ombelico e manteniamo un passo normale per 10-15 minuti, meglio ogni mattina. Le articolazioni ringrazieranno, visto il conseguente potenziamento dei muscoli, della circolazione venosa e arteriosa, e l'inevitabile stimolazione dell'attività cardiaca.

A piedi nudi sulla sabbia

Alcune persone, però, preferiscono passeggiare sul bagnasciuga e lasciarsi massaggiare la pianta dei piedi dalla sabbia. "La stessa passeggiata ma sul bagnasciuga - prosegue Regazzola - non ha gli stessi effetti perché può nascondere fastidiosi ostacoli come buche, bambini che sfrecciano o conchiglie affilate".

Attenzione soprattutto se si ha un problema di artrosi. "Le superfici inclinate o accidentate come quelle della battigia o degli scogli si possono rivelare dei veri trabocchetti - mette in guardia Regazzola - .I muscoli, i tendini e le articolazioni si trovano infatti a dover sopportare una posizione anomala falsando i movimenti degli arti inferiori. Inevitabile il movimento asimmetrico che comporta un carico maggiore su una delle due gambe. Senza parlare delle sorprese dei più piccoli che giocando sul bagnasciuga, lasciano buche nascoste. Sulle rocce invece, ci sono delle patine naturali molto scivolose e destabilizzanti".

© Riproduzione riservata

RACCOMANDATI



Elezioni 2022, si ricandida: "tempo". Elly S pole position



Salvini fa il pl prenota i post governo, gelo Forza Italia



L'ultimo miste Covid: i conta ma i morti au



Calzature antiscivolo e passo alternato

Per evitare dolori o peggio il rischio di cadere, è bene fare attenzione alle superfici che si calpestano, magari attrezzandosi con calzature adeguate o antiscivolo. "Sono in aumento i racconti di pazienti che confessano di essere inciampati sugli scogli o scivolati da una rupe perché avevano le infradito", prosegue l'ortopedico. "In riva al mare, suggerisco di cambiare magari il senso di marcia ogni 15 minuti, così da alternare il peso tra una gamba e l'altra. Ma la regola generale che va bene per mare, montagna e città è la stessa: il primo ad appoggiare deve essere sempre il tallone e poi la pianta del piede".

In montagna serve l'attrezzatura giusta

Chi al mare preferisce la montagna in genere è più abituato a camminare ed è ben attrezzato, ma ci sono anche i provetti scalatori che non sempre considerano seriamente le basi per affrontare una salita o per superare la discesa.

"Ci sono semplici regole anche in montagna, a partire dall'equipaggiamento fatto di semplici racchette che offrono un appoggio in più, o di calzature che proteggono meglio la caviglia - spiega Regazzola. - Un deterrente spesso sottovalutato è la stanchezza che incide sul controllo dei movimenti come anche un pasto troppo abbondante che rallenta i riflessi e la capacità di reagire agli ostacoli".



Il kit di soccorso

Intervenire tempestivamente su una distorsione significa fermarsi e immobilizzare la zona colpita con una fasciatura rigida o con del ghiaccio. "A seconda del livello di gonfiore e dolore - conclude lo specialista - sarà importante una valutazione dello specialista per definire un possibile piano terapeutico. Insieme alla borraccia, suggerisco di inserire sempre nello zaino anche un piccolo kit con ghiaccio istantaneo, garza e antidolorifico".

In movimento anche con il Parkinson o l'Alzheimer

Muoversi e fare delle passeggiate è importante e utile anche per gli anziani e in particolare per chi soffre di due patologie neurodegenerative molto diffuse quali la malattia di Parkinson e quella di Alzheimer. "Per i pazienti con Parkinson - spiega **Alfredo Berardelli**, presidente della Società Italiana di Neurologia - è importante non assecondare lo stato di inattività che il caldo induce ad assumere, iniziando la giornata con una sessione da 20 minuti circa di esercizi di riscaldamento e di allungamento in modo da favorire una riattivazione muscolare; un bagno in piscina può essere una buona idea per coloro che già praticano attività in acqua, altrimenti i mesi estivi potrebbero diventare l'occasione per iniziare un ciclo di fisioterapia acquatica molto utile a questi pazienti".

Aiuta l'orientamento in chi soffre di Alzheimer

Nelle persone affette da malattia di Alzheimer spesso la percezione della variazione di temperatura e la termoregolazione corporea sono alterate e quindi i pazienti possono non rendersi conto dell'eccessivo calore. "Per questa ragione - prosegue Berardelli - è consigliabile far indossare loro abiti leggeri, preferibilmente di cotone o di lino. Inoltre, in questi mesi estivi sono più frequenti gli stati confusionali e il peggioramento dell'orientamento così come delle funzioni cognitive. E' importante, quindi, rinfrescare costantemente gli ambienti e favorire delle passeggiate a fine giornata, nelle ore meno calde, che favoriscano il benessere psicofisico".

Argomenti

esercizio fisico

Salute

Partita Iva 00906801006 | Copyright © 2019 GEDI Gruppo Editoriale S.p.A.

[Contatti](#) [Note legali](#) [Cookie Policy](#) [Privacy](#)

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

LINK: https://www.huffingtonpost.it/salute/2022/08/06/news/mare_o_montagna_impriamo_a_passeggiare_in_sicurezza_destate-360024886/

Mare o montagna, ma sappiamo camminare bene??

/ di Irma D'Aria



La stagione estiva è il periodo ideale per godersi delle lunghe e rilassanti passeggiate all'aria aperta. Le precauzioni da seguire anche per chi soffre di artrosi, Alzheimer o Parkinson

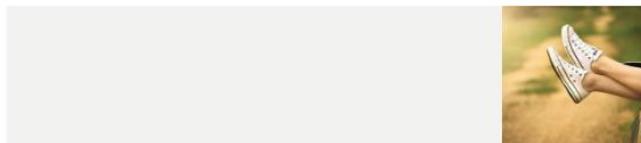
06 AGOSTO 2022 ALLE 07:11

3 MINUTI DI LETTURA

Per gli amanti delle lunghe passeggiate, del jogging e del trekking, le vacanze sono l'occasione giusta per godersi appieno il movimento all'aria aperta ritrovando il piacere e il tempo per fare qualche passo in più. Buone abitudini che ci aiutano a tornare in forma e fare scorta per l'inverno di vitamina D che grazie al sole si attiva producendo calcio prezioso per le ossa. Ma i benefici e le precauzioni da prendere affinché siano davvero 'passeggiate di salute' cambiano in base alla meta: spiaggia, mare o montagna richiedono, infatti, regole di movimento diverse.

Con l'acqua fino all'ombelico

Chi non ama abbronzarsi sul lettino e preferisce camminare, lo fa in genere nell'acqua per godersi anche il fresco e sfruttare il massaggio dell'acqua sugli arti inferiori. "L'acqua è un elemento meraviglioso e va sfruttata fino in fondo la sua capacità di non far sentire la fatica nei movimenti. Oltre a essere piacevole come sensazione, ci sentiamo più leggeri e non sentiamo alcun dolore alle articolazioni", spiega **Gianmarco Regazzola**, chirurgo ortopedico, presso l'Ospedale Sant'Anna di Brescia e Pederzoli di Peschiera del Garda.



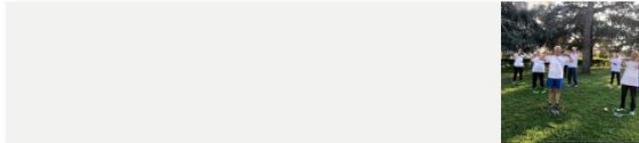
Ma per quale motivo? "Perché l'acqua elimina l'attrito e possiamo fluttuare leggeri. Non ci sono neppure limiti di età e condizioni particolari, visto che è consigliabile anche alle persone più anziane o alle donne in gravidanza. Ma attenzione - continua Regazzola - perché per ottenere i migliori risultati, serve che entriamo in acqua fino a quando il livello è appena sotto l'ombelico e manteniamo un passo normale per 10-15 minuti, meglio ogni mattina. Le articolazioni ringrazieranno, visto il conseguente potenziamento dei muscoli, della circolazione venosa e arteriosa, e l'inevitabile stimolazione dell'attività cardiaca.

...CALZATURE...

Apiedi nudi sulla sabbia

Alcune persone, però, preferiscono passeggiare sul bagnasciuga e lasciarsi massaggiare la pianta dei piedi dalla sabbia. "La stessa passeggiata ma sul bagnasciuga - prosegue Regazzola - non ha gli stessi effetti perché può nascondere fastidiosi ostacoli come buche, bambini che sfrecciano o conchiglie affilate".

Attenzione soprattutto se si ha un problema di artrosi. "Le superfici inclinate o accidentate come quelle della battigia o degli scogli si possono rivelare dei veri trabocchetti - mette in guardia Regazzola - . I muscoli, i tendini e le articolazioni si trovano infatti a dover sopportare una posizione anomala falsando i movimenti degli arti inferiori. Inevitabile il movimento asimmetrico che comporta un carico maggiore su una delle due gambe. Senza parlare delle sorprese dei più piccoli che giocando sul bagnasciuga, lasciano buche nascoste. Sulle rocce invece, ci sono delle patine naturali molto scivolose e destabilizzanti".



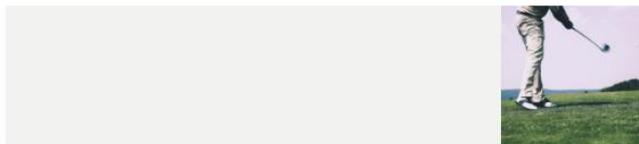
Calzature antiscivolo e passo alternato

Per evitare dolori o peggio il rischio di cadere, è bene fare attenzione alle superfici che si calpestano, magari attrezzandosi con calzature adeguate o antiscivolo. "Sono in aumento i racconti di pazienti che confessano di essere inciampati sugli scogli o scivolati da una rupe perché avevano le infradito", prosegue l'ortopedico. "In riva al mare, suggerisco di cambiare magari il senso di marcia ogni 15 minuti, così da alternare il peso tra una gamba e l'altra. Ma la regola generale che va bene per mare, montagna e città è la stessa: il primo ad appoggiare deve essere sempre il tallone e poi la pianta del piede".

In montagna serve l'attrezzatura giusta

Chi al mare preferisce la montagna in genere è più abituato a camminare ed è ben attrezzato, ma ci sono anche i provetti scalatori che non sempre considerano seriamente le basi per affrontare una salita o per superare la discesa.

"Ci sono semplici regole anche in montagna, a partire dall'equipaggiamento fatto di semplici racchette che offrono un appoggio in più, o di calzature che proteggono meglio la caviglia - spiega Regazzola. - Un deterrente spesso sottovalutato è la stanchezza che incide sul controllo dei movimenti come anche un pasto troppo abbondante che rallenta i riflessi e la capacità di reagire agli ostacoli".



Il kit di soccorso

Il kit di soccorso

Intervenire tempestivamente su una distorsione significa fermarsi e immobilizzare la zona colpita con una fasciatura rigida o con del ghiaccio. "A seconda del livello di gonfiore e dolore - conclude lo specialista - sarà importante una valutazione dello specialista per definire un possibile piano terapeutico. Insieme alla borraccia, suggerisco di inserire sempre nello zaino anche un piccolo kit con ghiaccio istantaneo, garza e antidolorifico".

In movimento anche con il Parkinson o l'Alzheimer

Muoversi e fare delle passeggiate è importante e utile anche per gli anziani e in particolare per chi soffre di due patologie neurodegenerative molto diffuse quali la malattia di Parkinson e quella di Alzheimer. "Per i pazienti con Parkinson - spiega **Alfredo Berardelli**, presidente della Società Italiana di Neurologia - è importante non assecondare lo stato di inattività che il caldo induce ad assumere, iniziando la giornata con una sessione da 20 minuti circa di esercizi di riscaldamento e di allungamento in modo da favorire una riattivazione muscolare; un bagno in piscina può essere una buona idea per coloro che già praticano attività in acqua, altrimenti i mesi estivi potrebbero diventare l'occasione per iniziare un ciclo di fisioterapia acquatica molto utile a questi pazienti".

Aiuta l'orientamento in chi soffre di Alzheimer

Nelle persone affette da malattia di Alzheimer spesso la percezione della variazione di temperatura e la termoregolazione corporea sono alterate e quindi i pazienti possono non rendersi conto dell'eccessivo calore. "Per questa ragione - prosegue Berardelli - è consigliabile far indossare loro abiti leggeri, preferibilmente di cotone o di lino. Inoltre, in questi mesi estivi sono più frequenti gli stati confusionali e il peggioramento dell'orientamento così come delle funzioni cognitive. E' importante, quindi, rinfrescare costantemente gli ambienti e favorire delle passeggiate a fine giornata, nelle ore meno calde, che favoriscano il benessere psicofisico".

© Riproduzione riservata

LINK: https://www.repubblica.it/salute/2022/08/06/news/mare_o_montagna_impriamo_a_passeggiare_in_sicurezza_destate-360024886/

Mare o montagna, ma sappiamo camminare bene?

di Irma D'Aria



La stagione estiva è il periodo ideale per godersi delle lunghe e rilassanti passeggiate all'aria aperta. Le precauzioni da seguire anche per chi soffre di artrosi, Alzheimer o Parkinson

06 AGOSTO 2022 AGGIORNATO 08 AGOSTO 2022 ALLE 10:07

3 MINUTI DI LETTURA

Per gli amanti delle lunghe passeggiate, del jogging e del trekking, le vacanze sono l'occasione giusta per godersi appieno il movimento all'aria aperta ritrovando il piacere e il tempo per fare qualche passo in più. Buone abitudini che ci aiutano a tornare in forma e fare scorta per l'inverno di vitamina D che grazie al sole si attiva producendo calcio prezioso per le ossa. Ma i benefici e le precauzioni da prendere affinché siano davvero 'passeggiate di salute' cambiano in base alla meta: spiaggia, mare o montagna richiedono, infatti, regole di movimento diverse.

Con l'acqua fino all'ombelico

Chi non ama abbronzarsi sul lettino e preferisce camminare, lo fa in genere nell'acqua per godersi anche il fresco e sfruttare il massaggio dell'acqua sugli arti inferiori. "L'acqua è un elemento meraviglioso e va sfruttata fino in fondo la sua capacità di non far sentire la fatica nei movimenti. Oltre a essere piacevole come sensazione, ci sentiamo più leggeri e non sentiamo alcun dolore alle articolazioni", spiega Gianmarco Regazzola, chirurgo ortopedico, presso l'Ospedale Sant'Anna di Brescia e Pederzoli di Peschiera del Garda.

Gambe gonfie per il caldo: i consigli per migliorare la circolazione

di Luca Revelli
12 Luglio 2022



Ma per quale motivo? Perché l'acqua elimina l'attrito e possiamo fluttuare leggeri. Non ci sono neppure limiti di età e condizioni particolari, visto che è consigliabile anche alle persone più anziane o alle donne in gravidanza. Ma attenzione - continua Regazzola - perché per ottenere i migliori risultati, serve che entriamo in acqua fino a quando il livello è appena sotto l'ombelico e manteniamo un passo normale per 10-15 minuti, meglio ogni mattina. Le articolazioni ringrazieranno, visto il conseguente potenziamento dei muscoli, della circolazione venosa e arteriosa, e l'inevitabile stimolazione dell'attività cardiaca.

A piedi nudi sulla sabbia

Alcune persone, però, preferiscono passeggiare sul bagnasciuga e lasciarsi massaggiare la pianta dei piedi dalla sabbia. "La stessa passeggiata ma sul bagnasciuga - prosegue Regazzola - non ha gli stessi effetti perché può nascondere fastidiosi ostacoli come buche, bambini che sfrecciano o conchiglie affilate".

Attenzione soprattutto se si ha un problema di artrosi. "Le superfici inclinate o accidentate come quelle della battigia o degli scogli si possono rivelare dei veri trabocchetti - mette in guardia Regazzola - I muscoli, i tendini e le articolazioni si

trabocchetti - mette in guardia Regazzola - .I muscoli, i tendini e le articolazioni si trovano infatti a dover sopportare una posizione anomala falsando i movimenti degli arti inferiori. Inevitabile il movimento asimmetrico che comporta un carico maggiore su una delle due gambe. Senza parlare delle sorprese dei più piccoli che giocando sul bagnasciuga, lasciano buche nascoste. Sulle rocce invece, ci sono delle patine naturali molto scivolose e destabilizzanti".

Esercizi di forza ed equilibrio, e gli anziani restano fit

di Tina Simoniello
15 Maggio 2022



Calzature antiscivolo e passo alternato

Per evitare dolori o peggio il rischio di cadere, è bene fare attenzione alle superfici che si calpestano, magari attrezzandosi con calzature adeguate o antiscivolo. "Sono in aumento i racconti di pazienti che confessano di essere inciampati sugli scogli o scivolati da una rupe perché avevano le infradito", prosegue l'ortopedico. "In riva al mare, suggerisco di cambiare magari il senso di marcia ogni 15 minuti, così da alternare il peso tra una gamba e l'altra. Ma la regola generale che va bene per mare, montagna e città è la stessa: il primo ad appoggiare deve essere sempre il tallone e poi la pianta del piede".

In montagna serve l'attrezzatura giusta

Chi al mare preferisce la montagna in genere è più abituato a camminare ed è ben attrezzato, ma ci sono anche i provetti scalatori che non sempre considerano seriamente le basi per affrontare una salita o per superare la discesa.

"Ci sono semplici regole anche in montagna, a partire dall'equipaggiamento fatto di semplici racchette che offrono un appoggio in più, o di calzature che proteggono meglio la caviglia - spiega Regazzola - . Un deterrente spesso sottovalutato è la stanchezza che incide sul controllo dei movimenti come anche un pasto troppo abbondante che rallenta i riflessi e la capacità di reagire agli ostacoli".

Golf e Parkinson, quando il movimento aiuta a 'rallentare' la malattia

di Deborah Ameri
09 Luglio 2022



Il kit di soccorso

Intervenire tempestivamente su una distorsione significa fermarsi e immobilizzare la zona colpita con una fasciatura rigida o con del ghiaccio. "A seconda del livello di gonfiore e dolore - conclude lo specialista - sarà importante una valutazione dello specialista per definire un possibile piano terapeutico. Insieme alla borraccia, suggerisco di inserire sempre nello zaino anche un piccolo kit con ghiaccio istantaneo, garza e antidolorifico".

In movimento anche con il Parkinson o l'Alzheimer

Muoversi e fare delle passeggiate è importante e utile anche per gli anziani e in particolare per chi soffre di due patologie neurodegenerative molto diffuse quali la malattia di Parkinson e quella di Alzheimer. "Per i pazienti con Parkinson - spiega Alfredo Berardelli, presidente della Società Italiana di Neurologia - è importante non assecondare lo stato di inattività che il caldo induce ad assumere, iniziando la giornata con una sessione da 20 minuti circa di esercizi di riscaldamento e di allungamento in modo da favorire una riattivazione muscolare; un bagno in piscina può essere una buona idea per coloro che già praticano attività in acqua, altrimenti i mesi estivi potrebbero diventare l'occasione per iniziare un ciclo di fisioterapia acquatica molto utile a questi pazienti".

Aiuta l'orientamento in chi soffre di Alzheimer

Nelle persone affette da malattia di Alzheimer spesso la percezione della variazione di temperatura e la termoregolazione corporea sono alterate e quindi i pazienti possono non rendersi conto dell'eccessivo calore. "Per questa ragione - prosegue Berardelli - è consigliabile far indossare loro abiti leggeri, preferibilmente di cotone o di lino.

Inoltre, in questi mesi estivi sono più frequenti gli stati confusionali e il peggioramento dell'orientamento così come delle funzioni cognitive. E' importante, quindi, rinfrescare costantemente gli ambienti e favorire delle passeggiate a fine giornata, nelle ore meno calde, che favoriscano il benessere psicofisico".

Argomenti

esercizio fisico

LINK: https://www.lastampa.it/salute/2022/08/09/news/sclerosi_multipla_pazienti_piu_tutelati_grazie_alle_linee_guida-360373290/

IL QUOTIDIANO
MENU CERCA
ABBONATI

SALUTE

FESTIVAL DI SALUTE 2021 COVID CALDO SPORTELLINO CUORE TUMORI PSICOLOGIA ALIMENTAZIONE LONGFORM VIDEO PODCAST SCRIVICI

Sclerosi multipla, pazienti più tutelati grazie alla linee guida

Pubblicate le prime Linee Guida di patologia italiana. Istruzioni chiare su diagnosi, cure e servizi che i pazienti possono esigere

di Letizia Gabaglio

09 Agosto 2022 alle 11:48 2 minuti di lettura

Carta canta. In questo caso a cantare sono le prime Linee Guida italiane sulla Sclerosi Multipla, malattia cronica infiammatoria che colpisce il sistema nervoso centrale e con cui convivono, in Italia, 135mila persone. Un documento di circa 200 pagine dove è scritto nero su bianco, in maniera semplice ed esplicita, in che modo le persone con SM devono essere prese in carico: dalla diagnosi al coordinamento dell'assistenza, dal trattamento delle ricadute alla disamina dei fattori che possono influenzare la comparsa di ricadute o la progressione della malattia, dai farmaci che sono in grado di modificarne il decorso alla riabilitazione, alle terapie sintomatiche e alla necessità di rivalutare periodicamente i pazienti. Le Linee Guida nascono sotto l'egida della Società Italiana di Neurologia (SIN) e sono il frutto del lavoro svolto da un gruppo multidisciplinare composto da 19 specialisti, rappresentanti di 10 Società Scientifiche, e da un rappresentante della Associazione Italiana Sclerosi Multipla, con il coordinamento metodologico della Fondazione Gimbe.

Uno strumento per esigere dei diritti

Il documento pubblicato dall'Iss si è basato sulle linee guida elaborate dai massimi enti di ricerca e assistenza a livello internazionale, ma è stato interamente adattato alla realtà italiana e aggiornato in base alle più recenti pubblicazioni sull'argomento. "Le Linee Guida tracciano i binari su cui i medici devono muoversi, raccogliendo le evidenze scientifiche più forti ma adattando le raccomandazioni sull'Italia", spiega **Mario Alberto Battaglia**, presidente della Fondazione Italiana Sclerosi Multipla.



"Trasformano le informazioni in diritti esigibili". In altre parole i pazienti possono farsi forza di ciò che è scritto nel documento quando dialogano con i medici e chiedere che vengano applicate le Linee Guida, laddove non lo siano. In concreto questo significa, per esempio, garantire a tutte le persone con SM la cura più appropriata secondo le evidenze scientifiche e non quella più economica o di dubbia efficacia. Anche perché, come sottolinea **Gianluigi Mancardi**, coordinatore del lavoro della SIN: "Nel documento è presente un elenco di cose che non si devono fare, ossia le pratiche errate alternative alle pratiche mediche riconosciute e validate scientificamente". E ancora, poter chiedere la riabilitazione come parte integrante della cura, così come la gestione dei sintomi.

Molti specialisti, un coordinatore

Dal punto di vista della gestione clinica, le Linee Guida parlano chiaro: "la SM è una malattia in cui vanno coinvolti diversi specialisti e viene istituito un coordinamento dell'assistenza a cura del neurologo", spiega Mancardi. Al neurologo viene anche demandata la gestione clinica e terapeutica della neuromielite ottica. "E' davvero importante che questo

SALUTE



© Riproduzione riservata

Che c'entra il clima che cambia con la nostra salute? Più di quanto pensiate

DI DONATELLA ZORZETTO

Il digiuno intermittente protegge anche da Covid

DI FABIO DI TODARO

Anziani malnutriti? Proviamo con il cioccolato (ma fondente)

DI GIULIA MASOERO REGIS

Il medico deve farsi trovare. E' la legge

DI DANIELA MINERVA

[leggi tutte le notizie di Salute >](#)

sia scritto nel documento perché come associazione di pazienti ci siamo spesi perché questo disturbo raro e grave del sistema nervoso centrale non debba essere gestito dai centri di malattie rare ma dai neurologi", sottolinea Battaglia.



Assistenza territoriale

Le Linee Guida rispecchiano in realtà quello che viene usualmente eseguito nei numerosi Centri SM diffusi sul territorio nazionale. E sono quindi molto importanti perché costituiscono un chiaro e preciso punto di riferimento per la pratica clinica, per il Servizio Sanitario Nazionale e per tutti coloro che sono coinvolti nella gestione delle persone con SM.

L'obiettivo finale è infatti quello di uniformare sul territorio nazionale i comportamenti di coloro che si occupano di SM fornendo indicazioni precise sulle azioni che devono essere intraprese al fine di migliorare ulteriormente l'assistenza alle persone che soffrono per tale malattia.

"Con un possibile effetto di diminuzione delle migrazioni da una regione all'altra dei pazienti", dice Mancardi. Infine, nel documento ci sono informazioni importanti anche per la riforma del Servizio Sanitario Nazionale voluta dal Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza. "Il PNRR disegna i presidi sul territorio che dovranno garantire l'assistenza territoriale. Le Linee Guida - conclude l'esperto - aiutano a capire quali sono i servizi che li possono essere gestiti ed erogati e che sono indispensabili per le persone con SM".



[Scrivi alla redazione](#)

[Pubblicità](#)

[Dati Societari](#)

[Contatti](#)

[Cookie Policy](#)

[Privacy](#)

[Sede](#)

[Codice Etico](#)

GNN - GED| gruppo editoriale S.p.A.

Codice Fiscale 06598550587

P.iva 01578251009

LINK: https://www.repubblica.it/salute/2022/08/09/news/sclerosi_multipla_pazienti_piu_tutelati_grazie_alle_linee_guida-360373290/

MENU | CERCA

ABBONATI

GEDI SMILE |

Seguici su:

CERCA

FESTIVAL DI SALUTE 2021 COVID CALDO SPORTELLI CUORE TUMORI PSICOLOGIA ALIMENTAZIONE LONGFORM VIDEO PODCAST SCRIVICI

adv



Sclerosi multipla, pazienti più tutelati grazie alla linee guida

Pubblicate le prime Linee Guida di patologia italiana. Istruzioni chiare su diagnosi, cura, riabilitazione e servizi che i pazienti possono esigere

di **Letizia Gabaglio**

09 AGOSTO 2022 ALLE 11:48 2 MINUTI DI LETTURA

Carta canta. In questo caso a cantare sono le prime Linee Guida italiane sulla Sclerosi Multipla, malattia cronica infiammatoria che colpisce il sistema nervoso centrale e con cui convivono, in Italia, 133mila persone. Un documento di circa 200 pagine dove è scritto nero su bianco, in maniera semplice ed esplicita, in che modo le persone con SM devono essere prese in carico: dalla diagnosi al coordinamento dell'assistenza, dal trattamento delle ricadute alla disamina dei fattori che possono influenzare la comparsa di ricadute o la progressione della malattia, dai farmaci che sono in grado di modificarne il decorso alla riabilitazione, alle terapie sintomatiche e alla necessità di rivalutare periodicamente i pazienti. Le Linee Guida nascono sotto l'egida della Società Italiana di Neurologia (SIN) e sono il frutto del lavoro svolto da un gruppo multidisciplinare composto da 19 specialisti, rappresentanti di 10 Società Scientifiche, e da un rappresentante della Associazione Italiana Sclerosi Multipla, con il coordinamento metodologico della Fondazione Gimbe.

Uno strumento per esigere dei diritti

Il documento pubblicato dall'Iss si è basato sulle linee guida elaborate dai massimi enti di ricerca e assistenza a livello internazionale, ma è stato interamente adattato alla realtà italiana e aggiornato in base alle più recenti pubblicazioni sull'argomento. "Le Linee Guida tracciano i binari su cui i medici devono muoversi, raccogliendo le evidenze scientifiche più forti ma adattando le raccomandazioni sull'Italia", spiega **Mario Alberto Battaglia**, presidente della Fondazione Italiana Sclerosi Multipla.

StayHome, un progetto che porta le cure per la Sclerosi Multipla a casa



GREEN AND BLUE



Con il bonus l'auto vintage può diventare elettrica

DI ANTONELLA DONATI

Leggi anche

Ricerca indipendente, premiati 8 scienziati under 40

Sclerosi multipla, una app per valutare i sintomi cognitivi

Ospedali, in 10 anni 25.000 posti letto in meno. L'appello: "Più risorse per evitare il collasso del Ssn"

SALUTE



© Riproduzione riservata

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

del paziente

27
Luglio
2022

"Trasformano le informazioni in diritti esigibili". In altre parole i pazienti possono farsi forza di ciò che è scritto nel documento quando dialogano con i medici e chiedere che vengano applicate le Linee Guida, laddove non lo siano. In concreto questo significa, per esempio, garantire a tutte le persone con SM la cura più appropriata secondo le evidenze scientifiche e non quella più economica o di dubbia efficacia. Anche perché, come sottolinea **Gianluigi Mancardi**, coordinatore di tutto il gruppo di lavoro della SIN: "Nel documento è presente un elenco di cose che non si devono fare, ossia le pratiche errate alternative alle pratiche mediche riconosciute e validate scientificamente". E ancora, poter chiedere la riabilitazione come parte integrante della cura, così come la gestione dei sintomi.

Molti specialisti, un coordinatore

Dal punto di vista della gestione clinica, le Linee Guida parlano chiaro: "la SM è una malattia in cui vanno coinvolti diversi specialisti e viene istituito un coordinamento dell'assistenza a cura del neurologo", spiega Mancardi. Al neurologo viene anche demandata la gestione clinica e terapeutica della neuromielite ottica. "E' davvero importante che questo sia scritto nel documento perché come associazione di pazienti ci siamo spesi perché questo disturbo raro e grave del sistema nervoso centrale non debba essere gestito dai centri di malattie rare ma dai neurologi", sottolinea Battaglia.

Malattie neurodegenerative, al via un progetto per semplificare l'accesso alle cure

di Sara Carmignani
27
Luglio
2022



Assistenza territoriale

Le Linee Guida rispecchiano in realtà quello che viene usualmente eseguito nei numerosi Centri SM diffusi sul territorio nazionale. E sono quindi molto importanti perché costituiscono un chiaro e preciso punto di riferimento per la pratica clinica, per il Servizio Sanitario Nazionale e per tutti coloro che sono coinvolti nella gestione delle persone con SM. L'obiettivo finale è infatti quello di uniformare sul territorio nazionale i comportamenti di coloro che si occupano di SM fornendo indicazioni precise sulle azioni che devono essere intraprese al fine di migliorare ulteriormente l'assistenza alle persone che soffrono per tale malattia.

"Con un possibile effetto di diminuzione delle migrazioni da una regione all'altra dei pazienti", dice Mancardi. Infine, nel documento ci sono informazioni importanti anche per la riforma del Servizio Sanitario Nazionale voluta dal Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza. "Il PNRR disegna i presidi sul territorio che dovranno garantire l'assistenza territoriale. Le Linee Guida - conclude l'esperto - aiutano a capire quali sono i servizi che li possono essere gestiti ed erogati e che sono indispensabili per le persone con SM".

Centro Sclerosi



Viaggi. ITA Airways: una simulazione per aiutare i passeggeri con autismo

DI CLAUDIA CARUCCI

Congiuntivite stagionale allergica: attenzione al fai da te, anche i colliri vanno usati nelle dosi giuste

DI IRMA D'ARIA

Vaiolo delle scimmie, ecco perché sbaglia chi dice che gli omosessuali sono più a rischio

DI VALERIA PINI

Polmonite, arriva il vaccino superpotente

[leggi tutte le notizie di Salute >](#)

Multipla di Sassari: al lavoro per restituire ai pazienti tempo per la vita sociale



27
Luglio
2022

Argomenti

malattie degenerative

IL NETWORK

Espandi ▾

Fai di Repubblica la tua homepage | Mappa del sito | Redazione | Scriveteci | Per inviare foto e video | Servizio Clienti | Pubblicità | Cookie Policy | Privacy | Codice Etico e Best Practices

GEDI News Network S.p.A. - P.Iva 01578251009 - ISSN 2499-0817

LINK: https://www.ilsecoloxix.it/salute/2022/08/09/news/sclerosi_multipla_pazienti_piu_tutelati_grazie_alle_linee_guida-360373290/

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

f t i v METEO

IL SECOLO XIX

MILANO | PROFILO | ESCI

GEDI SMILE NEWSLETTER LEGGI IL QUOTIDIANO ABBONATI REGALA

GENOVA PROVINCE ▾ LIGURIA ITALIA MONDO ECONOMIA SPORT ▾ L'AVVISATORE MARITTIMO Megli Telegraph Cerca Q

SALUTE

FESTIVAL DI SALUTE 2021 COVID SPORTELLI CUORE TUMORI PSICOLOGIA ALIMENTAZIONE LONGFORM VIDEO PODCAST SCRIVICI



Sclerosi multipla, pazienti più tutelati grazie alla linee guida

DI LETIZIA GABAGLIO

Pubblicate le prime Linee Guida di patologia italiana. Istruzioni chiare su diagnosi, cura, riabilitazione e servizi che i pazienti possono esigere

09 AGOSTO 2022 ALLE 11:48

Carta canta. In questo caso a cantare sono le prime Linee Guida italiane sulla Sclerosi Multipla, malattia cronica infiammatoria che colpisce il sistema nervoso centrale e con cui convivono, in Italia, 133mila persone. Un documento di circa 200 pagine dove è scritto nero su bianco, in maniera semplice ed esplicita, in che modo le persone con SM devono essere prese in carico: dalla diagnosi al coordinamento dell'assistenza, dal trattamento delle ricadute alla disamina dei fattori che possono influenzare la comparsa di ricadute o la progressione della malattia, dai farmaci che sono in grado di modificarne il decorso alla riabilitazione, alle terapie sintomatiche e alla necessità di rivalutare periodicamente i pazienti. Le Linee Guida nascono sotto l'egida della Società Italiana di Neurologia (SIN) e sono il frutto del lavoro svolto da un gruppo multidisciplinare composto da 19 specialisti, rappresentanti di 10 Società Scientifiche, e da un rappresentante della Associazione Italiana Sclerosi Multipla, con il coordinamento metodologico della Fondazione Gimbe.

Uno strumento per esigere dei diritti

Il documento pubblicato dall'Iss si è basato sulle linee guida elaborate dai massimi enti di ricerca e assistenza a livello internazionale, ma è stato interamente adattato alla realtà italiana e aggiornato in base alle più recenti pubblicazioni sull'argomento. "Le Linee Guida tracciano i binari su cui i medici devono muoversi, raccogliendo le evidenze scientifiche più forti ma adattando le raccomandazioni sull'Italia", spiega **Mario Alberto Battaglia**, presidente della Fondazione Italiana Sclerosi Multipla.

StayHome, un progetto che porta le cure per la Sclerosi Multipla a casa del paziente



"Trasformano le informazioni in diritti esigibili". In altre parole i pazienti possono farsi forza di ciò che è scritto nel documento quando dialogano con i medici e chiedere che vengano applicate le Linee Guida, laddove non lo siano. In concreto questo significa, per esempio, garantire ai pazienti con SM le cure più avanzate secondo le evidenze scientifiche e

garantire a tutte le persone con SM la cura più appropriata secondo le evidenze scientifiche e non quella più economica o di dubbia efficacia. Anche perché, come sottolinea **Gianluigi Mancardi**, coordinatore di tutto il gruppo di lavoro della SIN: "Nel documento è presente un elenco di cose che non si devono fare, ossia le pratiche errate alternative alle pratiche mediche riconosciute e validate scientificamente". E ancora, poter chiedere la riabilitazione come parte integrante della cura, così come la gestione dei sintomi.

Molti specialisti, un coordinatore

Dal punto di vista della gestione clinica, le Linee Guida parlano chiaro: "la SM è una malattia in cui vanno coinvolti diversi specialisti e viene istituito un coordinamento dell'assistenza a cura del neurologo", spiega Mancardi. Al neurologo viene anche demandata la gestione clinica e terapeutica della neuromielite ottica. "E' davvero importante che questo sia scritto nel documento perché come associazione di pazienti ci siamo spesi perché questo disturbo raro e grave del sistema nervoso centrale non debba essere gestito dai centri di malattie rare ma dai neurologi", sottolinea Battaglia.

Malattie neurodegenerative, al via un progetto per semplificare l'accesso alle cure



Assistenza territoriale

Le Linee Guida rispecchiano in realtà quello che viene usualmente eseguito nei numerosi Centri SM diffusi sul territorio nazionale. E sono quindi molto importanti perché costituiscono un chiaro e preciso punto di riferimento per la pratica clinica, per il Servizio Sanitario Nazionale e per tutti coloro che sono coinvolti nella gestione delle persone con SM. L'obiettivo finale è infatti quello di uniformare sul territorio nazionale i comportamenti di coloro che si occupano di SM fornendo indicazioni precise sulle azioni che devono essere intraprese al fine di migliorare ulteriormente l'assistenza alle persone che soffrono per tale malattia.

"Con un possibile effetto di diminuzione delle migrazioni da una regione all'altra dei pazienti", dice Mancardi. Infine, nel documento ci sono informazioni importanti anche per la riforma del Servizio Sanitario Nazionale voluta dal Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza. "Il PNRR disegna i presidi sul territorio che dovranno garantire l'assistenza territoriale. Le Linee Guida - conclude l'esperto - aiutano a capire quali sono i servizi che li possono essere gestiti ed erogati e che sono indispensabili per le persone con SM".

Centro Sclerosi Multipla di Sassari: al lavoro per restituire ai pazienti tempo per la vita sociale



Argomenti

Malattie Degenerative



Salute

Stare bene secondo la scienza

FESTIVAL DI SALUTE 2021 COVID CALDO SPORTELLO CUORE TUMORI PSICOLOGIA ALIMENTAZIONE LONGFORM VIDEO PODCAST SC

Sclerosi multipla, pazienti più tutelati grazie alle linee guida

Pubblicate le prime Linee Guida di patologia italiana. Istruzioni chiare su di riabilitazione e servizi che i pazienti possono esigere

DI LETIZIA GABAGLIO

09 AGOSTO 2022 ALLE 11:48 2 MINUTI DI LETTURA

Carta canta. In questo caso a cantare sono le prime Linee Guida italiane sulla Sclerosi Multipla, malattia cronica infiammatoria che colpisce il sistema nervoso centrale e con cui convivono, in Italia, 133mila persone. Un documento di circa 200 pagine dove è scritto nero su bianco, in maniera semplice ed esplicita, in che modo le persone con SM devono essere prese in carico: dalla diagnosi al coordinamento dell'assistenza, dal trattamento delle ricadute alla disamina dei fattori che possono influenzare la comparsa di ricadute o la progressione della malattia, dai farmaci che sono in grado di modificarne il decorso alla riabilitazione, alle terapie sintomatiche e alla necessità di rivalutare periodicamente i pazienti. Le Linee Guida nascono sotto l'egida della Società Italiana di Neurologia (SIN) e sono il frutto del lavoro svolto da un gruppo multidisciplinare composto da 19 specialisti, rappresentanti di 10 Società Scientifiche, e da un rappresentante della Associazione Italiana Sclerosi Multipla, con il coordinamento metodologico della Fondazione Gimbe.

Uno strumento per esigere dei diritti

Il documento pubblicato dall'Iss si è basato sulle linee guida elaborate dai massimi enti di ricerca e assistenza a livello internazionale, ma è stato interamente adattato alla realtà italiana e aggiornato in base alle più recenti pubblicazioni sull'argomento. "Le Linee Guida tracciano i binari su cui i medici devono muoversi, raccogliendo le evidenze scientifiche più forti ma adattando le raccomandazioni sull'Italia", spiega **Mario Alberto Battaglia**, presidente della Fondazione Italiana Sclerosi Multipla.

StayHome, un progetto che porta le cure per la Sclerosi Multipla a casa del paziente

27
Luglio
2022



"Trasformano le informazioni in diritti esigibili". In altre parole i pazienti possono farsi forza di ciò che è scritto nel documento quando dialogano con i medici e chiedere che vengano applicate le Linee Guida, laddove non lo siano. In concreto questo significa, per esempio, garantire a tutte le persone con SM la cura più appropriata secondo le evidenze scientifiche e non quella più economica o di dubbia efficacia. Anche perché, come sottolinea **Gianluigi Mancardi**, coordinatore di tutto il gruppo di lavoro della SIN: "Nel documento è presente un elenco di cose che non si devono fare, ossia le

LEGGI ANCHE



Ricerca indipendente, premiati 8 scienziati under 40



Sclerosi multipla, una app per valutare i sintomi cognitivi



Ospedali, in 10 anni 25.000 posti letto in meno. L'appello: "Più risorse per evitare il collasso del Ssn"

© Riproduzione riservata

RACCOMANDA



Tra razioni l'acqua pot incendi, la "la peggior sempre"



Terzo Polo Pizzarotti e Renzi. La s sindaco di "Un errore restare nei centrosini"



Auto, arriv salva-conc Vincoli di ? contratti c automobili

pratiche errate alternative alle pratiche mediche riconosciute e validate scientificamente". E ancora, poter chiedere la riabilitazione come parte integrante della cura, così come la gestione dei sintomi.

Molti specialisti, un coordinatore

Dal punto di vista della gestione clinica, le Linee Guida parlano chiaro: "la SM è una malattia in cui vanno coinvolti diversi specialisti e viene istituito un coordinamento dell'assistenza a cura del neurologo", spiega Mancardi. Al neurologo viene anche demandata la gestione clinica e terapeutica della neuromielite ottica. "E' davvero importante che questo sia scritto nel documento perché come associazione di pazienti ci siamo spesi perché questo disturbo raro e grave del sistema nervoso centrale non debba essere gestito dai centri di malattie rare ma dai neurologi", sottolinea Battaglia.

Malattie neurodegenerative, al via un progetto per semplificare l'accesso alle cure

di Sara Carmignani
27
Luglio
2022



Assistenza territoriale

Le Linee Guida rispecchiano in realtà quello che viene usualmente eseguito nei numerosi Centri SM diffusi sul territorio nazionale. E sono quindi molto importanti perché costituiscono un chiaro e preciso punto di riferimento per la pratica clinica, per il Servizio Sanitario Nazionale e per tutti coloro che sono coinvolti nella gestione delle persone con SM. L'obiettivo finale è infatti quello di uniformare sul territorio nazionale i comportamenti di coloro che si occupano di SM fornendo indicazioni precise sulle azioni che devono essere intraprese al fine di migliorare ulteriormente l'assistenza alle persone che soffrono per tale malattia.

"Con un possibile effetto di diminuzione delle migrazioni da una regione all'altra dei pazienti", dice Mancardi. Infine, nel documento ci sono informazioni importanti anche per la riforma del Servizio Sanitario Nazionale voluta dal Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza. "Il PNRR disegna i presidi sul territorio che dovranno garantire l'assistenza territoriale. Le Linee Guida - conclude l'esperto - aiutano a capire quali sono i servizi che li possono essere gestiti ed erogati e che sono indispensabili per le persone con SM".

Centro Sclerosi Multipla di Sassari: al lavoro per restituire ai pazienti tempo per la vita sociale

27
Luglio
2022



Argomenti

malattie degenerative

LINK: https://corrierealpi.gelocal.it/salute/2022/08/09/news/sclerosi_multipla_pazienti_piu_tutelati_grazie_alla_linee_guida-360373290/

FASTWEB **PROMO** **FIBRA ULTRA VELOCE** Modem e attivazione inclusi **25,95€** /MESE **SCOPRI DI PIU'**

CNN **PROMO** **FIBRA ULTRA VELOCE** Modem e attivazione inclusi **25,95€** AL MESE **SCOPRI DI PIU'** **FASTWEB**

METE: +22°C **AGGIORNATO ALLE 19:09 - 09 AGOSTO** **ACCEDI | ISCRIVITI**

Corriere Alpi **NAI** GEDI SMILE | EVENTI | NEWSLETTER | LEGGI IL QUOTIDIANO | ABBONATI

Belluno Feltre Cortina Pieve di Cadore Ponte nelle Alpi Agordo Longarone **Tutti i comuni** Cerca

SALUTE

FESTIVAL DI SALUTE 2021 COVID CALDO SPORTELLI CUORE TUMORI PSICOLOGIA ALIMENTAZIONE LONGFORM VIDEO PODCAST SCRIVICI

Sclerosi multipla, pazienti più tutelati grazie alla linee guida

DI LETIZIA GABAGLIO

Pubblicate le prime Linee Guida di patologia italiana. Istruzioni chiare su diagnosi, cura, riabilitazione e servizi che i pazienti possono esigere

09 AGOSTO 2022 ALLE 11:48

Carta canta. In questo caso a cantare sono le prime Linee Guida italiane sulla Sclerosi Multipla, malattia cronica infiammatoria che colpisce il sistema nervoso centrale e con cui convivono, in Italia, 133mila persone. Un documento di circa 200 pagine dove è scritto nero su bianco, in maniera semplice ed esplicita, in che modo le persone con SM devono essere prese in carico: dalla diagnosi al coordinamento dell'assistenza, dal trattamento delle ricadute alla disamina dei fattori che possono influenzare la comparsa di ricadute o la progressione della malattia, dai farmaci che sono in grado di modificarne il decorso alla riabilitazione, alle terapie sintomatiche e alla necessità di rivalutare periodicamente i pazienti. Le Linee Guida nascono sotto l'egida della Società Italiana di Neurologia (SIN) e sono il frutto del lavoro svolto da un gruppo multidisciplinare composto da 19 specialisti, rappresentanti di 10 Società Scientifiche, e da un rappresentante della Associazione Italiana Sclerosi Multipla, con il coordinamento metodologico della Fondazione Gimbe.

Uno strumento per esigere dei diritti

Il documento pubblicato dall'Iss si è basato sulle linee guida elaborate dai massimi enti di ricerca e assistenza a livello internazionale, ma è stato interamente adattato alla realtà italiana e aggiornato in base alle più recenti pubblicazioni sull'argomento. "Le Linee Guida tracciano i binari su cui i medici devono muoversi, raccogliendo le evidenze scientifiche più forti ma adattando le raccomandazioni sull'Italia", spiega **Mario Alberto Battaglia**, presidente della Fondazione Italiana Sclerosi Multipla.

StayHome, un progetto che porta le cure per la Sclerosi Multipla a casa del paziente

"Trasformano le informazioni in diritti esigibili". In altre parole i pazienti possono farsi forza di ciò che è scritto nel documento quando dialogano con i medici e chiedere che vengano applicate le Linee Guida, laddove non lo siano. In concreto questo significa, per esempio, garantire a tutte le persone con SM la cura più appropriata secondo le evidenze scientifiche e non quella più economica o di dubbia efficacia. Anche perché, come sottolinea **Gianluigi Mancardi**, coordinatore di tutto il gruppo di lavoro della SIN: "Nel documento è presente un elenco di cose che non si devono fare, ossia le pratiche errate alternative alle pratiche mediche riconosciute e validate scientificamente". E ancora, poter chiedere la riabilitazione come parte integrante della cura, così come la gestione dei sintomi.

Molti specialisti, un coordinatore

Dal punto di vista della gestione clinica, le Linee Guida parlano chiaro: "la SM è una malattia in cui vanno coinvolti diversi specialisti e viene istituito un coordinamento dell'assistenza a cura del neurologo", spiega Mancardi. Al neurologo viene anche demandata la gestione clinica e terapeutica della neuromielite ottica. "E' davvero importante che questo sia scritto nel documento perché come associazione di pazienti ci siamo spesi perché questo disturbo raro e grave del sistema nervoso centrale non debba essere gestito dai centri di malattie rare ma dai neurologi", sottolinea Battaglia.

Malattie neurodegenerative, al via un progetto per semplificare l'accesso alle cure

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato



Assistenza territoriale

Le Linee Guida rispecchiano in realtà quello che viene usualmente eseguito nei numerosi Centri SM diffusi sul territorio nazionale. E sono quindi molto importanti perché costituiscono un chiaro e preciso punto di riferimento per la pratica clinica, per il Servizio Sanitario Nazionale e per tutti coloro che sono coinvolti nella gestione delle persone con SM. L'obiettivo finale è infatti quello di uniformare sul territorio nazionale i comportamenti di coloro che si occupano di SM fornendo indicazioni precise sulle azioni che devono essere intraprese al fine di migliorare ulteriormente l'assistenza alle persone che soffrono per tale malattia.

"Con un possibile effetto di diminuzione delle migrazioni da una regione all'altra dei pazienti", dice Mancardi. Infine, nel documento ci sono informazioni importanti anche per la riforma del Servizio Sanitario Nazionale voluta dal Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza. "Il PNRR disegna i presidi sul territorio che dovranno garantire l'assistenza territoriale. Le Linee Guida - conclude l'esperto - aiutano a capire quali sono i servizi che li possono essere gestiti ed erogati e che sono indispensabili per le persone con SM".

Centro Sclerosi Multipla di Sassari: al lavoro per restituire ai pazienti tempo per la vita sociale



Argomenti

Malattie Degenerative

© Riproduzione riservata

Informazione pubblicitaria

**LA TUA ESTATE,
LA TUA CARTA.
QUOTA GRATUITA* OGNI ANNO.**

Scopri tutte

Message pubblicitario per AX EX. Offerta valida fino al 31 settembre 2022. Contatti: 02 90 90 90 90. *Quota gratuita per la stampa di documenti. La quota gratuita è valida per la stampa di documenti in formato A4. Per informazioni sui servizi e sui prezzi AX EX, vai su www.ax-ex.it o chiama il numero verde 800 00 00 00.

Informazione pubblicitaria

**LA TUA ESTATE,
LA TUA CARTA.
QUOTA GRATUITA* OGNI ANNO.**

Scopri tutte

Message pubblicitario per AX EX. Offerta valida fino al 31 settembre 2022. Contatti: 02 90 90 90 90. *Quota gratuita per la stampa di documenti. La quota gratuita è valida per la stampa di documenti in formato A4. Per informazioni sui servizi e sui prezzi AX EX, vai su www.ax-ex.it o chiama il numero verde 800 00 00 00.



Consigliato

**Labbra invecchiate addio.
Ecco come ringiovanirle in un attimo**



GED NEWS NETWORK

[Redazione](#) | [ScriveteCi](#) | [Rss/Xml](#) | [Pubblicità](#) | [CMP](#) | [Privacy](#) | [Cookie Policy](#)

Via Ernesto Lugaro n. 15 - 00126 Torino - PI. 01578231009 - Società soggetta all'attività di direzione e coordinamento di GEDI Gruppo Editoriale S.p.A.

I diritti delle immagini e dei testi sono riservati. È espressamente vietata la loro riproduzione con qualsiasi mezzo e l'adattamento totale o parziale.

LINK: https://www.huffingtonpost.it/salute/2022/08/09/news/sclerosi_multipla_pazienti_piu_tutelati_grazie_alle_linee_guida-360373290/

CAMPAGNA CONTRO LA VIOLENZA SUGLI IDRAULICI.

SEZIONI CERCA **HUFFPOST** ABBONATI ACCEDI

SALUTE

FESTIVAL DI SALUTE 2021 COVID CALDO SPORTELLI CUORE TUMORI PSICOLOGIA ALIMENTAZIONE LONGFORM PODCAST

Informazione pubblicitaria

Possiamo far seguire il tuo prodotto da 20 milioni di follower. Ecco perché potresti vendere di più.

SCOPRILA SU PARADIGMA PARA DIGMA

f t e in p

Sclerosi multipla, pazienti più tutelati grazie alle linee guida

di Letizia Gabaglio

Pubblicate le prime Linee Guida di patologia italiana. Istruzioni chiare su diagnosi, cura, riabilitazione e servizi che i pazienti possono esigere

09 AGOSTO 2022 ALLE 11:48 2 MINUTI DI LETTURA

Carta canta. In questo caso a cantare sono le prime Linee Guida italiane sulla Sclerosi Multipla, malattia cronica infiammatoria che colpisce il sistema nervoso centrale e con cui convivono, in Italia, 133mila persone. Un documento di circa 200 pagine dove è scritto nero su bianco, in maniera semplice ed esplicita, in che modo le persone con SM devono essere prese in carico: dalla diagnosi al coordinamento dell'assistenza, dal trattamento delle ricadute alla disamina dei fattori che possono influenzare la comparsa di ricadute o la progressione della malattia, dai farmaci che sono in grado di modificarne il decorso alla riabilitazione, alle terapie sintomatiche e alla necessità di rivalutare periodicamente i pazienti. Le Linee Guida nascono sotto l'egida della Società Italiana di Neurologia (SIN) e sono il frutto del lavoro svolto da un gruppo multidisciplinare composto da 19 specialisti, rappresentanti di 10 Società Scientifiche, e da un rappresentante della Associazione Italiana Sclerosi Multipla, con il coordinamento metodologico della Fondazione Gimbe.

PUBBLICITÀ

PARTETE VIA PICCOLE AZIENDE

RISPARMIA FINO A 2500€

Fibra TIM da 0€ per P.IVA Vai al Voucher

Tim Business - Sponsored

Uno strumento per esigere dei diritti

Il documento pubblicato dall'Iss si è basato sulle linee guida elaborate dai massimi enti di ricerca e assistenza a livello internazionale, ma è

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

stato interamente adattato alla realtà italiana e aggiornato in base alle più recenti pubblicazioni sull'argomento. "Le Linee Guida tracciano i binari su cui i medici devono muoversi, raccogliendo le evidenze scientifiche più forti ma adattando le raccomandazioni sull'Italia", spiega **Mario Alberto Battaglia**, presidente della Fondazione Italiana Sclerosi Multipla.

StayHome, un progetto che porta le cure per la Sclerosi Multipla a casa del paziente

27 Luglio 2022



"Trasformano le informazioni in diritti esigibili". In altre parole i pazienti possono farsi forza di ciò che è scritto nel documento quando dialogano con i medici e chiedere che vengano applicate le Linee Guida, laddove non lo siano. In concreto questo significa, per esempio, garantire a tutte le persone con SM la cura più appropriata secondo le evidenze scientifiche e non quella più economica o di dubbia efficacia. Anche perché, come sottolinea **Gianluigi Mancardi**, coordinatore di tutto il gruppo di lavoro della SIN: "Nel documento è presente un elenco di cose che non si devono fare, ossia le pratiche errate alternative alle pratiche mediche riconosciute e validate scientificamente". E ancora, poter chiedere la riabilitazione come parte integrante della cura, così come la gestione dei sintomi.

Molti specialisti, un coordinatore

Dal punto di vista della gestione clinica, le Linee Guida parlano chiaro: "la SM è una malattia in cui vanno coinvolti diversi specialisti e viene istituito un coordinamento dell'assistenza a cura del neurologo", spiega Mancardi. Al neurologo viene anche demandata la gestione clinica e terapeutica della neuromielite ottica. "E' davvero importante che questo sia scritto nel documento perché come associazione di pazienti ci siamo spesi perché questo disturbo raro e grave del sistema nervoso centrale non debba essere gestito dai centri di malattie rare ma dai neurologi", sottolinea Battaglia.

Malattie neurodegenerative, al via un progetto per semplificare l'accesso alle cure

di Sara Carmignani
27 Luglio 2022



Assistenza territoriale

Le Linee Guida rispecchiano in realtà quello che viene usualmente eseguito nei numerosi Centri SM diffusi sul territorio nazionale. E sono quindi molto importanti perché costituiscono un chiaro e preciso punto di riferimento per la pratica clinica, per il Servizio Sanitario Nazionale e per tutti coloro che sono coinvolti nella gestione delle persone con SM. L'obiettivo finale è infatti quello di uniformare sul territorio nazionale i comportamenti di coloro che si occupano di SM fornendo indicazioni precise sulle azioni che devono essere intraprese al fine di migliorare ulteriormente l'assistenza alle persone che soffrono per tale malattia.

"Con un possibile effetto di diminuzione delle migrazioni da una regione all'altra dei pazienti", dice Mancardi. Infine, nel documento ci sono informazioni importanti anche per la riforma del Servizio Sanitario Nazionale voluta dal Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza. "Il PNRR disegna i presidi sul territorio che dovranno garantire l'assistenza territoriale. Le Linee Guida - conclude l'esperto - aiutano a capire quali sono i servizi che li possono essere gestiti ed erogati e che sono indispensabili per le persone con SM".

Centro Sclerosi Multipla di Sassari: al lavoro per restituire ai pazienti tempo per la vita sociale



27 Luglio 2022

Argomenti

malattie degenerative

© Riproduzione riservata

Taboola Food



Questo gioco di strategia è il miglior allenamento per il tuo cervello. Nessun download.

Forge of Empires | Sponsorizzato

Gioca

informazione pubblicitaria



informazione pubblicitaria



Riparti con gli incentivi Hyundai.

Hyundai | Sponsorizzato



Arceto: enorme vendita di auto invendute nel 2020: i prezzi...

Offerte auto | Ricerca annunci | Sponsorizzato



Un' immersione nell'universo creativo di Gaudì

Casa Batlló | Sponsorizzato



Il segreto dell'efficacia di Babel? Ce lo spiega una delle creatrici

Babel | Sponsorizzato

Scopri



Programma dimagrante incredibilmente efficace

Metodoinforma | Sponsorizzato



Casalino congedato dai deputati M5s via mail: "Non c'era mai, lavorava solo per Conte"

Huffington Post



Stavolta l'ultimatum lo dà Di Battista: 48 ore e due condizioni per il suo ritorno. E Conte trema

Huffington Post



LINK: https://nuovavenezia.gelocal.it/salute/2022/08/09/news/sclerosi_multipla_pazienti_piu_tutelati_grazie_alle_linee_guida-360373290/

The screenshot shows the top section of a news article on the website 'la Nuova di Venezia e Mestre'. On the left, there is a vertical image of a man in a grey hoodie. The article title is 'Sclerosi multipla, pazienti più tutelati grazie alla linee guida' by Letizia Gabaglio. The main image shows a person's hands on a wheelchair. The article text discusses the publication of Italian guidelines for Multiple Sclerosis (SM) and the rights of patients. A sidebar on the right features a 'PROMO' banner for 'FIBRA ULTRA VELOCE' at 25,95€/MESE. The website navigation includes categories like 'SALUTE', 'CRONACA', and 'SPORT'.

Sclerosi multipla, pazienti più tutelati grazie alla linee guida

DI LETIZIA GABAGLIO

Pubbligate le prime Linee Guida di patologia italiana. Istruzioni chiare su diagnosi, cura, riabilitazione e servizi che i pazienti possono esigere

09 AGOSTO 2022 ALLE 11:48

Carta canta. In questo caso a cantare sono le prime Linee Guida italiane sulla Sclerosi Multipla, malattia cronica infiammatoria che colpisce il sistema nervoso centrale e con cui convivono, in Italia, 133mila persone. Un documento di circa 200 pagine dove è scritto nero su bianco, in maniera semplice ed esplicita, in che modo le persone con SM devono essere prese in carico: dalla diagnosi al coordinamento dell'assistenza, dal trattamento delle ricadute alla disamina dei fattori che possono influenzare la comparsa di ricadute o la progressione della malattia, dai farmaci che sono in grado di modificarne il decorso alla riabilitazione, alle terapie sintomatiche e alla necessità di rivalutare periodicamente i pazienti. Le Linee Guida nascono sotto l'egida della Società Italiana di Neurologia (SIN) e sono il frutto del lavoro svolto da un gruppo multidisciplinare composto da 19 specialisti, rappresentanti di 10 Società Scientifiche, e da un rappresentante della Associazione Italiana Sclerosi Multipla, con il coordinamento metodologico della Fondazione Gimbe.

Uno strumento per esigere dei diritti

Il documento pubblicato dall'Iss si è basato sulle linee guida elaborate dai massimi enti di ricerca e assistenza a livello internazionale, ma è stato interamente adattato alla realtà italiana e aggiornato in base alle più recenti pubblicazioni sull'argomento. "Le Linee Guida tracciano i binari su cui i medici devono muoversi, raccogliendo le evidenze scientifiche più forti ma adattando le raccomandazioni sull'Italia", spiega **Mario Alberto Battaglia**, presidente della Fondazione Italiana Sclerosi Multipla.

StayHome, un progetto che porta le cure per la Sclerosi Multipla a casa del paziente



"Trasformano le informazioni in diritti esigibili". In altre parole i pazienti possono farsi forza di ciò che è scritto nel documento quando dialogano con i medici e chiedere che vengano applicate le Linee Guida, laddove non

lo siano. In concreto questo significa, per esempio, garantire a tutte le persone con SM la cura più appropriata secondo le evidenze scientifiche e non quella più economica o di dubbia efficacia. Anche perché, come sottolinea **Gianluigi Mancardi**, coordinatore di tutto il gruppo di lavoro della SIN: "Nel documento è presente un elenco di cose che non si devono fare, ossia le pratiche errate alternative alle pratiche mediche riconosciute e validate scientificamente". E ancora, poter chiedere la riabilitazione come parte integrante della cura, così come la gestione dei sintomi.

Molti specialisti, un coordinatore

Dal punto di vista della gestione clinica, le Linee Guida parlano chiaro: "la SM è una malattia in cui vanno coinvolti diversi specialisti e viene istituito un coordinamento dell'assistenza a cura del neurologo", spiega Mancardi. Al neurologo viene anche demandata la gestione clinica e terapeutica della neuromielite ottica. "E' davvero importante che questo sia scritto nel documento perché come associazione di pazienti ci siamo spesi perché questo disturbo raro e grave del sistema nervoso centrale non debba essere gestito dai centri di malattie rare ma dai neurologi", sottolinea Battaglia.

Malattie neurodegenerative, al via un progetto per semplificare l'accesso alle cure



Assistenza territoriale

Le Linee Guida rispecchiano in realtà quello che viene usualmente eseguito nei numerosi Centri SM diffusi sul territorio nazionale. E sono quindi molto importanti perché costituiscono un chiaro e preciso punto di riferimento per la pratica clinica, per il Servizio Sanitario Nazionale e per tutti coloro che sono coinvolti nella gestione delle persone con SM. L'obiettivo finale è infatti quello di uniformare sul territorio nazionale i comportamenti di coloro che si occupano di SM fornendo indicazioni precise sulle azioni che devono essere intraprese al fine di migliorare ulteriormente l'assistenza alle persone che soffrono per tale malattia.

"Con un possibile effetto di diminuzione delle migrazioni da una regione all'altra dei pazienti", dice Mancardi. Infine, nel documento ci sono informazioni importanti anche per la riforma del Servizio Sanitario Nazionale voluta dal Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza. "Il PNRR disegna i presidi sul territorio che dovranno garantire l'assistenza territoriale. Le Linee Guida - conclude l'esperto - aiutano a capire quali sono i servizi che li possono essere gestiti ed erogati e che sono indispensabili per le persone con SM".

Centro Sclerosi Multipla di Sassari: al lavoro per restituire ai pazienti tempo per la vita sociale



Argomenti

Malattie Degenerative

© Riproduzione riservata





**Labbra invecchiate addio.
Ecco come ringiovanirle in un attimo**

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato



Redazione | Scriveteci | Rss/Xml | Pubblicità | CMP | Privacy | Cookie Policy

Via Ernesto Lugaro n. 15 - 00126 Torino - P.I. 01578251009 - Società soggetta all'attività di direzione e coordinamento di GEDI Gruppo Editoriale S.p.A.

I diritti delle immagini e dei testi sono riservati. È espressamente vietata la loro riproduzione con qualsiasi mezzo e l'adattamento totale o parziale.

LINK: <https://fidest.wordpress.com/2022/08/10/prime-linee-guida-italiane-sulla-sclerosi-multipla/>

Fidest – Agenzia giornalistica/press agency

Quotidiano di informazione – Anno 34 n° 276

- [HOME](#)
- [CHI SIAMO](#)
- [ARCHIVIO](#)
- [RICHIEDI UNA RECENSIONE](#)
- [SCRIVI AL DIRETTORE](#)
- [CONTATTI](#)

Press agency

Direttore responsabile:
Riccardo Alfonso

Reg. tribunale Roma
n°128/88 del 17/03/1988
Reg. nazionale stampa
Pres. cons. min.
L. 5/8/61 n°461
n°02382 vol.24
del 27/05/1988

Categorie

- [Confronti/Your and my opinions](#)
- [Cronaca/News](#)
- [Estero/world news](#)
- [Roma/about Rome](#)
- [Diritti/Human rights](#)
- [Economia/Economy/finance/business/technology](#)
- [Editoriali/Editorials](#)
- [Fidest – interviste/by Fidest](#)
- [Lettere al direttore/Letters to the publisher](#)
- [Medicina/Medicine/Health/Science](#)
- [Mostre – Spettacoli/Exhibitions – Theatre](#)
- [Politica/Politics](#)
- [Recensioni/Reviews scuola/school](#)
- [Spazio aperto/open space](#)
- [Uncategorized](#)
- [Università/University](#)
- [Viaggio/travel](#)
- [Welfare/ Environment](#)

Archivio

Seleziona mese ▼

Statistiche

2.589.092 contatti

Tag

- [accordo agenda](#)
- [agricoltura ambiente](#)
- [anziani arte](#)
- [assistenza](#)
- [attività aziende](#)
- [bambini banche](#)
- [bilancio business](#)
- [campidoglio concerto](#)
- [concorso](#)
- [conference](#)
- [conferenza](#)
- [consumatori contratto](#)
- [convegno](#)
- [coronavirus](#)
- [covid-19](#)
- [crescita crisi](#)
- [cultura digitale](#)
- [docenti donne](#)
- [economia elezioni](#)
- [emergenza energia](#)
- [europa famiglia](#)
- [famiglie farmaci](#)
- [festival](#)
- [formazione](#)
- [futuro gestione](#)
- [giornata giovani](#)

« [La blogger De Vivo: "Ricostruire le condizioni per far sognare i giovani"](#)
ANVUR e MIUR affiancano le Università per ricerca e didattica sempre più di livello europeo »

Prime Linee Guida Italiane sulla Sclerosi Multipla

Posted by fidest press agency su mercoledì, 10 agosto 2022

La Società Italiana di Neurologia (SIN) annuncia la pubblicazione da parte dell'ISS delle sue prime Linee Guida sulla SM, elaborate in questi ultimi anni da un gruppo di lavoro multidisciplinare composto da 19 specialisti, rappresentanti di 10 Società Scientifiche, e da un rappresentante della Associazione Italiana Sclerosi Multipla, con il coordinamento metodologico della Fondazione GIMBE. Il Gruppo di lavoro per le LG ha coinvolto tutte le professionalità impegnate nella gestione della SM, tenendo presente nella composizione della squadra delle conoscenze sulla malattia dei singoli specialisti, della loro professionalità, del loro ruolo istituzionale e della possibilità di gestire gli eventuali conflitti di interesse. Il documento pubblicato dall'ISS si è basato sulle linee guida elaborate dal National Institute for Health and Clinical Excellence (NICE) e, per quanto riguarda la terapia, dall'European Committee for treatment and Research in Multiple Sclerosis / European Academy of Neurology (Ectrim/EAN), ma è stato interamente adattato alla realtà italiana e aggiornato in base alle più recenti pubblicazioni sull'argomento. La prima versione delle LG è stata revisionata da 35 revisori esterni, medici e rappresentanti delle professioni sanitarie e della Associazione Italiana Sclerosi Multipla, per potere ottenere una versione finale completamente condivisa dal mondo che si occupa in Italia della malattia. Il lavoro è iniziato nel 2018, con periodiche riunioni del Gruppo di Lavoro a Bologna con la assistenza di GIMBE, e poi durante la pandemia con molto lavoro a casa e riunioni in remoto. Le Linee Guida si rivolgono a tutti a coloro che sono affetti dalla malattia e anche a tutte le figure professionali di medici specialisti che ruotano intorno alle persone con SM e a tutti gli operatori sanitari e familiari che affrontano giornalmente i numerosi e complessi problemi che la malattia pone. L'obiettivo finale è stato quello di uniformare sul territorio nazionale i comportamenti di coloro che si occupano di SM fornendo indicazioni precise sulle azioni che devono essere intraprese al fine di migliorare ulteriormente l'assistenza alle persone che soffrono per tale malattia.

Share this: google

- [E-mail](#)
- [Facebook](#)
- [LinkedIn](#)
- [Twitter](#)
- [Altro](#)

Caricamento...

This entry was posted on mercoledì, 10 agosto 2022 a 00:19 and is filed under [Medicina/Medicine/Health/Science](#). Contrassegnato da tag: [linee guida](#), [sclerosi multipla](#). You can follow any responses to this entry through the [RSS 2.0](#) feed. You can [leave a response](#), oppure [trackback](#) from your own site.

Rispondi

Scrivi qui il tuo commento

Ricerca

agosto: 2022

L M M G V S D

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

« Lug

Più letti

- [Top Manager Reputation, Luigi Ferraris tra i primi 10 manager in Italia](#)
- [Il risparmio passa dall'idrogeno verde](#)
- [Truffe transazioni bancarie online. Nuovi allerta e inviti alla prevenzione](#)
- [Scuola: i problemi più importanti che dovrà affrontare il prossimo Governo](#)
- [Decalogo anti-caldo di Senior Italia](#)
- [FederAnziani](#)
- [Inizia il viaggio del nuovo Intercity Green di Trenitalia](#)
- [Mostra Olafur Eliasson: Nel tuo tempo](#)
- [Prime Linee Guida Italiane sulla Sclerosi Multipla](#)
- [Istat: vendite giugno, -1,1 su mese, +1,4% su anno](#)
- [Riaprono al pubblico gli Horti](#)

Articoli recenti

- [Lavoro: in un anno gli annunci crescono del 46,3%](#) mercoledì, 10 agosto 2022
- [Stime Istat vendite al dettaglio giugno: crescita in valore, calo in volume](#) mercoledì, 10 agosto 2022
- [Vendite al dettaglio in calo](#) mercoledì, 10 agosto 2022
- [Il Castagno dei Cento Cavalli ha 2.200 anni](#) mercoledì, 10 agosto 2022
- [La bella rassegna "Alberi in cammino" si chiude a Modena](#) mercoledì, 10 agosto 2022
- [Mostra Olafur Eliasson: Nel tuo tempo](#) mercoledì, 10 agosto 2022
- [Arriva il docente senior](#) mercoledì, 10 agosto 2022
- [Scuole abbandonate al loro destino](#) mercoledì, 10 agosto 2022
- [Dirigenti scolastici: Sempre meno sedi](#) mercoledì, 10 agosto 2022
- [ANVUR e MIUR affiancano le Università per ricerca e didattica sempre più di livello europeo](#) mercoledì, 10 agosto 2022
- [Prime Linee Guida Italiane sulla Sclerosi Multipla](#) mercoledì, 10 agosto 2022
- [La blogger De Vivo: "Ricostruire le condizioni per far sognare i giovani"](#) mercoledì, 10 agosto 2022
- [Inizia il viaggio del nuovo Intercity Green di Trenitalia](#) mercoledì, 10 agosto 2022

Il caffè aiuta a prevenire e a rallentare il Parkinson

LINK: <https://www.sanitainformazione.it/salute/il-caffe-aiuta-a-prevenire-e-a-rallentare-il-parkinson/>

Il caffè aiuta a prevenire e a rallentare il Parkinson. Secondo uno studio realizzato dai neurologi della Società italiana di Neurologia e diretto dal professor Giovanni Defazio dell'Università di Cagliari, un consumo moderato di caffè è in grado di ritardare l'esordio della malattia e di indurre una più lenta evoluzione di Federica Bosco. Il caffè aiuta a socializzare, alza la pressione ed è un buon viatico per migliorare la concentrazione, il funzionamento del nostro metabolismo e del cuore, mentre riduce lo stato infiammatorio. Se assunto trenta minuti prima dell'esercizio fisico inoltre può aiutare nella resistenza allo sforzo e a diminuire la percezione del dolore, mentre dopo una notte insonne assumere 200 milligrammi di caffè che corrispondono a due tazzine appena svegli e altri 200 milligrammi 4 ore più tardi secondo i ricercatori dà la sensazione di aver riposato bene tutta la notte. Ciò che non tutti sanno è che il caffè aiuta a prevenire l'insorgere di una malattia degenerativa come il Parkinson. Il caffè è tra i fattori protettivi contro il Parkinson. A scoprire il

«potere» del caffè sul Parkinson è uno studio effettuato dai neurologi della Società Italiana di Neurologia (SIN) e diretto dal professor Giovanni Defazio dell'Università di Cagliari. Allo studio hanno preso parte le Università di Bari, Catania e Verona. Oltre al dipartimento di neurologia dell'ASST Pavia-Voghera, all'IRCCS Neuromed di Pozzoli e all'Albert Einstein College of Medicine di New York. Secondo questo lavoro, pubblicato su Parkinson's & Related Disorders, infatti, un consumo moderato di caffè ritarda l'esordio della malattia e in caso di manifestazione la rende meno grave. Caffèina come farmaco contro il Parkinson? Sempre a sostegno della teoria che il caffè sia un deterrente del Parkinson, c'è lo studio diretto da Ronald Postuma dell'Università di Montreal, secondo il quale il caffè non solo avrebbe un ruolo protettivo sullo sviluppo della malattia, ma agirebbe anche come farmaco potenzialmente in grado di ritardare la progressione della stessa una volta che si è sviluppata. «Siamo ancora nell'ambito delle forti probabilità - tiene però a puntualizzare Giovanni

Defazio - dalle ricerche è emerso infatti che esistono diversi fattori di rischio, come i pesticidi, ed altri come il caffè, l'attività fisica moderata, ma anche il tè, la vitamina E che sono protettivi. Ciò che ancora deve essere compreso è come indirizzare l'azione di questi fattori per una migliore aderenza e dunque una riduzione del rischio. Infatti, non tutti i dosaggi di caffèina sono efficaci allo stesso modo. Di sicuro possiamo dire che il caffè previene la malattia, ne ritarda l'esordio e probabilmente induce una più lenta evoluzione. Ma non consideriamo il caffè come una sorta di panacea neuro-protettiva perché c'è molto da studiare».

LINK: <https://www.borderline24.com/2022/08/13/sclerosi-multipla-pubblicate-dalliss-le-prime-linee-guida/>

SABATO, 13 AGOSTO 2022



Borderline
- Il giornale -

CAB
Centro Assistenza Bollette

ASSISTENZA GRATUITA E TUTELA LEGALE
ACQUA | TELEFONIA | GAS METANO | ENERGIA ELETTRICA
Il tuo risparmio, il nostro obiettivo!

PRIMA PAGINA BARI ▾ ATTUALITÀ ▾ CRONACA ▾ CULTURA ▾ ECONOMIA ▾ POLITICA ▾ ISTRUZIONE ▾ SPORT ▾ 🔍



Rubriche Salute e Medicina

Sclerosi multipla, pubblicate dall'Iss le prime linee guida

Di redazione - 13 Agosto, 2022



Search

Articoli recenti

Sport, la Puglia si tinge d'oro agli Europei di nuoto: primo posto per la tarantina Benedetta Pilato

13 Agosto, 2022

Acquaviva, tutto pronto per la Fiera di agosto: "Importanti momenti di socialità"

13 Agosto, 2022

Sclerosi multipla, pubblicate dall'Iss le prime linee guida

13 Agosto, 2022

Sei italiani su 10 partono ad agosto: sul podio la Puglia

13 Agosto, 2022

Multe nel 2021, Bari nella top ten con oltre 8 milioni di euro di introiti. Prima è Milano

13 Agosto, 2022

VISITA IL SITO
WWW.ACIPOCKET.IT

La **Puglia** che **dona**
fa battere il **cuore**

ACQUA PER TUTTI
TUTTI PER L'ACQUA

La Società Italiana di Neurologia (SIN) annuncia la pubblicazione da parte dell'ISS delle sue prime Linee Guida sulla Sclerosi multipla (SM), elaborate in questi ultimi anni da un gruppo di

lavoro multidisciplinare composto da 19 specialisti, rappresentanti di 10 Società Scientifiche, e da un rappresentante della Associazione Italiana Sclerosi Multipla, con il coordinamento metodologico della Fondazione GIMBE.

Il Gruppo di lavoro ha coinvolto tutte le professionalità impegnate nella gestione della SM, tenendo presente, nella composizione della squadra, delle conoscenze sulla malattia dei singoli specialisti, della loro professionalità, del loro ruolo istituzionale e della possibilità di gestire gli eventuali conflitti di interesse. Il documento pubblicato dall'ISS si è basato sulle linee guida elaborate dal National Institute for Health and Clinical Excellence (NICE) e, per quanto riguarda la terapia, dall'European Committee for treatment and Research in Multiple Sclerosis / European Academy of Neurology (ECTRIMS/EAN), ma è stato interamente adattato alla realtà italiana e aggiornato in base alle più recenti pubblicazioni sull'argomento.

L'obiettivo finale è stato quello di uniformare sul territorio nazionale i comportamenti di coloro che si occupano di SM, fornendo indicazioni precise sulle azioni che devono essere intraprese al fine di migliorare ulteriormente l'assistenza alle persone che soffrono per tale malattia.

Edizioni precedenti

Agosto 2022

L	M	M	G	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

« Lug

© RIPRODUZIONE ANCHE PARZIALE RISERVATA - Borderline24 Il giornale - Ti invitiamo a usare i bottoni di condivisione e a non copiare l'articolo.



ETICHETTE [Iss](#) [licee](#) [sclerosi](#)



[Articolo precedente](#)

Sei italiani su 10 partono ad agosto: sul podio la Puglia

[Articolo successivo](#)

Acquaviva, tutto pronto per la Fiera di agosto: "Importanti momenti di socialità"

Articoli correlati Altri articoli del giornalista



Covid, nessuna tregua dai contagi: Puglia e Marche tornano a rischio moderato



Depressione, con la pandemia sintomi in aumento: rischio maggiore dai 18 ai 34 anni



Sclerosi multipla, un farmaco può rallentarla nelle forme più gravi



LINK: <https://agenparl.eu/2022/08/16/dodici-milioni-di-italiani-soffrono-di-disturbi-del-sonno-tutti-pensano-che-la-causa-sia-il-materasso-ma-sott...>

LIVE Carcere, Bologna, Comunicato stampa Chi siamo



martedì, Agosto 16

- Home
- Editoriali ▾
- Internazionali ▾
- Mondo ▾
- Politica ▾
- Economia ▾
- Regioni ▾
- Università ▾
- Cultura ▾
- Futuro ▾
- Sport & Motori



[Home](#) » Dodici milioni di italiani soffrono di disturbi del sonno. Tutti pensano che la causa sia il materasso ma sottovalutano l'importanza del cuscino

16 Agosto 2022

Dodici milioni di italiani soffrono di disturbi del sonno. Tutti pensano che la causa sia il materasso ma sottovalutano l'importanza del cuscino

AGENPARL ITALIA

(AGENPARL) – mar 16 agosto 2022 Dodici milioni di italiani soffrono di disturbi del sonno. Tutti pensano che la causa sia il materasso ma sottovalutano l'importanza del cuscino

Se durante la notte vi svegliate più volte, probabilmente state cambiando la posizione del cuscino. Il guanciale svolge la funzione scientifica di tenere allineato il collo al resto della colonna come quando si è in piedi, in posizione neutra e corretta. Ma attenzione: ogni cuscino andrebbe personalizzato come un abito su misura.

“Sia il sonno, sia la veglia, se in eccesso, costituiscono un segnale di disagio”. Ippocrate, già nel 400 a.C., riconobbe l'importanza del sonno per il corretto funzionamento del corpo umano. Non a caso trascorriamo circa un terzo della vita dormendo. Eppure, sono molti i fattori che possono condizionare la qualità del nostro riposo notturno. Secondo l'Associazione Italiana per la Medicina del Sonno (AIMS), dodici milioni di italiani soffrono di disturbi del sonno. Le donne sono quelle più colpite, la percentuale si attesta intorno al 60%. Mentre bambini e ragazzi rappresentano il 20% dei casi. Dati che fanno da monito rispetto a un problema forse troppo sottovalutato. Soprattutto alla luce del fatto che, dall'inizio della pandemia da Covid-19, il numero di casi di disturbi del sonno sembra essere raddoppiato (Società italiana di Neurologia).

Il sonno è un processo molto delicato, e non conta solo quante ore dormiamo, ma anche come, cioè la qualità del nostro sonno. Tutti conosciamo l'importanza di dormire in un ambiente confortevole, rispettare una buona routine serale prima di mettersi a letto, evitare cene troppo pesanti e scegliere un materasso di qualità che sia adatto al nostro corpo. Aspetti che svolgono un ruolo determinante nel favorire il giusto riposo durante la notte. Spesso però trascuriamo un pezzo altrettanto importante di questa equazione: il cuscino, che svolge innanzitutto la delicata funzione di tenere allineato il collo al resto della colonna vertebrale.

“Dormire è un'esperienza personale, e un cuscino che si sposa al meglio con le nostre abitudini di sonno è fondamentale per garantire un riposo di qualità – spiega Samantha Chichi fondatrice di Nightingold – dobbiamo immaginarlo come un abito realizzato su misura da un sarto. E' un pezzo unico. E' pensato e cucito addosso al corpo di una determinata persona, e come sappiamo non esistono due persone uguali. Lo stesso vale quando dormiamo. Ognuno ha determinate caratteristiche fisiche e un proprio modo di dormire con specifiche posizioni e comportamenti. C'è chi si mette su un lato, chi supino, chi ama dormire a pancia in giù, chi si muove continuamente. Quando si tratta di cuscino, quindi, non esiste la taglia unica. Ad ognuno il suo, che risponda al meglio alle preferenze personali e allo stile di sonno. Questo perché il cuscino svolge una funzione scientifica, ovvero quella di tenere allineato il collo al resto della colonna, quindi la testa deve scendere o salire a un livello in cui il collo deve risultare perfettamente in linea con il resto della colonna esattamente come quando siamo in piedi in una posizione neutra e corretta”.

Dormire incide sulla qualità della nostra vita. Il mancato riposo, può causare molteplici effetti negativi che vanno ben oltre la sonnolenza diurna, il consueto mal di testa, o mal di schiena. Il benessere generale del nostro corpo, sia da un punto di vista fisico che mentale, viene messo a dura prova. L'American Heart Association (AHA) include il sonno nella lista dei fattori che possono migliorare la salute del cuore. Ulteriori studi hanno dimostrato, che non dormire a sufficienza, può causare cambiamenti metabolici associati all'obesità (Centers for Disease Control and Prevention). Uno studio pubblicato sulla rivista Diabetologia, ha rilevato che le persone affette da insonnia hanno un rischio del 17% maggiore di ammalarsi di diabete di tipo 2.

“La scelta del cuscino è molto complicata – segue Chichi – noi, con i nostri clienti, cerchiamo di comprendere le loro esigenze di riposo. All'inizio gli sottoponiamo un questionario che analizza preferenze, abitudini di sonno e le loro caratteristiche fisiche, come l'altezza, dimensione della clavicola e della cervicale. Poi gli inviamo un video tutorial che spiega come rilevare queste misure. Ricevute le risposte al questionario, uno sviluppatore parlerà direttamente con la persona per seguirla durante l'intero percorso. E' un processo volto a rendere il cliente più consapevole rispetto alle proprie esigenze di sonno. Poi c'è la fase dello sviluppo, che dura dalle tre alle quattro settimane. Gli inviamo anche dei video tutorial su come posizionare il cuscino perché sembra una banalità, ma non lo è. Quindi cerchiamo di capire se lo stanno usando bene”.

La qualità del riposo è condizionata anche dal modo in cui è realizzato un cuscino e dai materiali utilizzati. Come accade con il cibo. Se andiamo in un ristorante dove i piatti sono preparati solo con materie prime di qualità sapientemente trattate, e rispondono al gusto del cliente, mangeremo con piacere e soddisfazione. “Un cuscino realizzato in modo sartoriale sulle esigenze della persona, utilizzando prodotti di alta qualità come rivestimenti interni memory gold, che eliminano i punti di pressione intorno al collo e alla testa, e le federe in puro lino 100%, che fanno respirare il guanciaie, renderà il nostro riposo migliore e più salubre”, conclude la Chichi.

Insomma, se durante la notte vi svegliate più volte, probabilmente avrete bisogno di cambiare la vostra posizione o quella del cuscino. Fateci caso e se questo accade, molto probabilmente il vostro guanciaie non favorisce il vostro benessere fisico e non vi consente un adeguato riposo.



SHARE:



Redazione

BORSA

CATEGORIE

Seleziona una categoria

IDI FARMACEUTICI

AGENPARL

Dal 1955 affianca con i suoi notiziari il mondo istituzionale,
CONTATTI editoriale, economico e finanziario, diventando oggi una tra le fonti stampa
più autorevoli dell'informazione con i propri prodotti, servizi e
soluzioni all'avanguardia.

Servi a: relazione@agenparl.eu per inviare i tuoi comunicati
SERVIZI stampa.

TIENITI INFORMATO

S

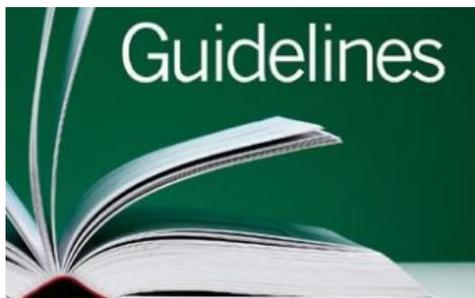
La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

Sei qui: [Home](#) ▶ [Sclerosi Multipla](#) ▶ Sclerosi multipla, dalla SIN le prime Linee Guida italiane dedicate alla patologia

Sclerosi Multipla

Sclerosi multipla, dalla SIN le prime Linee Guida italiane dedicate alla patologia

Autore: Redazione, 19 Agosto 2022



Il documento, pubblicato dall'ISS, fornisce indicazioni precise e omogenee sulle azioni che devono essere intraprese per la gestione dei pazienti

Roma - La **Società Italiana di Neurologia (SIN)** annuncia la pubblicazione, da parte dell'ISS, delle sue **prime Linee Guida sulla sclerosi multipla (SM)**, elaborate in questi ultimi anni da un gruppo di lavoro multidisciplinare composto da **19 specialisti**, rappresentanti di **10 Società Scientifiche**, e da un rappresentante dell'**Associazione**

Italiana Sclerosi Multipla (AISM), con il coordinamento metodologico della **Fondazione GIMBE**.

Il Gruppo di lavoro per le Linee Guida ha coinvolto tutte le professionalità impegnate nella gestione della SM, tenendo presente nella composizione della squadra delle conoscenze sulla malattia dei singoli specialisti, della loro professionalità, del loro ruolo istituzionale e della possibilità di gestire gli eventuali conflitti di interesse.

Il documento, pubblicato dall'Istituto Superiore di Sanità (ISS), si è basato sulle linee guida elaborate dal National Institute for Health and Clinical Excellence (NICE) e, per quanto riguarda la terapia, dallo European Committee for treatment and Research in Multiple Sclerosis / European Academy of Neurology (Ectrim/EAN), ma è **stato interamente adattato alla realtà italiana e aggiornato in base alle più recenti pubblicazioni sull'argomento**.

"Un risultato eccellente quello della SIN raggiunto proprio in vista della Giornata della Neurologia, che si celebra in tutta Italia il 22 settembre, e sono molto contento del risultato ottenuto", dichiara il **professor Alfredo Berardelli**, presidente della Società Italiana di Neurologia. "Ringrazio tutto il gruppo di lavoro della SIN, l'AISM, la Fondazione GIMBE, i revisori esterni e in generale tutti coloro che lavorano nel campo della SM, certo del contributo fondamentale che queste Linee Guida porteranno agli specialisti che su tutto il territorio sono impegnati nella presa in carico delle persone affette da questa malattia".

"Con la pubblicazione delle Linee Guida sulla sclerosi multipla nel Sistema Nazionale Linee Guida, la SIN ha raggiunto un grande traguardo - dichiara **Nino Cartabellotta**, presidente della Fondazione GIMBE - grazie all'impegno costante di tutti i componenti del gruppo di lavoro, nonostante il forte rallentamento di tutte le attività extra-assistenziali causato dalla pandemia. Grazie al rigoroso processo di adattamento nazionale e aggiornamento delle linee guida NICE, il nostro Servizio Sanitario Nazionale oggi può contare su uno standard clinico-assistenziale di elevata qualità metodologica per l'assistenza ai pazienti con sclerosi multipla".

La prima versione delle Linee Guida è stata revisionata da 35 revisori esterni, medici e rappresentanti delle professioni sanitarie e dell'Associazione Italiana Sclerosi Multipla, per potere ottenere una versione finale completamente condivisa dal mondo che si occupa in Italia della malattia. **Il lavoro è iniziato nel 2018, con periodiche riunioni del Gruppo di Lavoro a Bologna con l'assistenza di GIMBE**, e poi durante la pandemia con molto lavoro a casa e riunioni in remoto.

"Le Linee Guida rappresentano uno strumento importante per affermare pienamente il diritto alla salute delle persone con SM rafforzando la capacità della Rete di riferimento di mettere in campo pratiche che siano consolidate, riconosciute e validate, anche a tutela degli stessi operatori sanitari oltre che delle persone con SM, andandosi a combinare con i PDTA di riferimento regionali e nazionali e gli altri riferimenti per la presa in carico della SM. In questo modo viene rafforzata l'appropriatezza e qualità delle risposte", dichiara **Mario Alberto Battaglia**, presidente della FISM.

IL CNEC ha fatto alcune importanti osservazioni e l'ultimo anno è stato dedicato a rispondere e modificare il testo

come indicato dal CNEC stesso. Le **181 pagine delle Linee Guida** contengono indicazioni in merito alla **diagnosi**, al supporto e coordinamento dell'**assistenza**, al **trattamento** delle ricadute, alla disamina dei fattori che possono influenzare la comparsa di ricadute o la progressione della malattia, ai farmaci che sono in grado di modificarne il decorso, alla riabilitazione, alle terapie sintomatiche e alla necessità di rivalutare periodicamente i pazienti.

"AISM ha creduto in questo lavoro, lo ha sostenuto partecipando direttamente all'elaborazione di queste Linee Guida mettendo in campo tutta la conoscenza ed esperienza che parte dai bisogni delle persone. Un risultato molto importante per la comunità della SM, che si colloca a pieno titolo nell'Agenda della SM e patologie correlate 2025 intervenendo in particolare sulle priorità legate alla presa in carico in tutte le sue declinazioni operative. Nello stesso tempo le Linee guida toccano gli ambiti dell'informazione, della comunicazione, delle competenze ed empowerment, rafforzando l'alleanza tra le persone con SM e loro familiari ed i neurologi di riferimento", dichiara **Francesco Vacca**, presidente nazionale AISM.

Le Linee Guida sulla SM rispecchiano in realtà quello che viene usualmente eseguito nei numerosi Centri SM diffusi sul territorio nazionale. Sono quindi di straordinaria importanza perché costituiscono un chiaro e preciso punto di riferimento per la pratica clinica, per il Servizio Sanitario Nazionale e per tutti coloro che sono coinvolti nella gestione delle persone con SM. **Saranno aggiornate ogni 2 anni o anche quando se ne ravveda solo la necessità per importanti novità** che certamente emergeranno nel prossimo futuro.

"Siamo convinti - commenta il **Prof. Gianluigi Mancardi**, coordinatore di tutto il gruppo di lavoro della SIN - che saranno uno strumento molto utile per migliorare ulteriormente la cura alle persone con SM e siamo molto orgogliosi che la nostra Società Scientifica, la SIN, abbia saputo percorrere la lunga e difficile strada che porta alla elaborazione di linee guida approvate dall'Istituto Superiore di Sanità."

Le Linee Guida si rivolgono a tutti a coloro che sono affetti dalla malattia e anche a tutte le figure professionali di medici specialisti che ruotano intorno alle persone con SM e a tutti gli operatori sanitari e familiari che affrontano giornalmente i numerosi e complessi problemi che la malattia pone.

"Le Linee Guida sono state elaborate non solo per le indicazioni sulla terapia medica - afferma il **Prof. Claudio Gasperini**, responsabile del Gruppo di Studio Sclerosi Multipla della SIN - ma anche per la definizione di raccomandazioni sul percorso diagnostico, sul coordinamento della assistenza, sulla terapia sintomatica e riabilitativa".

L'obiettivo finale è stato quello di uniformare sul territorio nazionale i comportamenti di coloro che si occupano di SM fornendo indicazioni precise sulle azioni che devono essere intraprese al fine di migliorare ulteriormente l'assistenza alle persone che soffrono per tale malattia.

Clicca QUI per consultare le Linee Guida sulla sclerosi multipla.

Articoli correlati

- > 24-06-2022 - Sclerosi multipla, nasce un'app per l'autovalutazione delle funzioni cognitive
- > 13-05-2022 - Sclerosi multipla, nasce l'app "eSprMiti"
- > 04-03-2022 - Sclerosi multipla, dall'analisi delle proteine del sangue nuove prospettive di ricerca
- > 11-02-2022 - Sclerosi multipla, al via la campagna di AISM "L'Apparenza Inganna"
- > 14-01-2022 - Sclerosi multipla, al via la campagna AISM "Il futuro sei tu"
- > 10-12-2021 - Sclerosi multipla, due video per far conoscere la spasticità associata
- > 29-10-2021 - Sclerosi multipla, nuovi dati clinici a lungo termine su tolebrutinib
- > 01-10-2021 - Sclerosi multipla, alla Milano Fashion Week "le scarpe di chi non si ferma"
- > 01-10-2021 - Sclerosi multipla e gravidanza: compito del ginecologo è anche quello di trasmettere serenità alla paziente
- > 17-09-2021 - Sclerosi multipla progressiva, identificata proteina chiave nel processo neurodegenerativo
- > 13-09-2021 - Sclerosi multipla e gravidanza: l'aspetto psicologico non va sottovalutato
- > 03-09-2021 - Sclerosi multipla: alle pazienti va fornito un counseling sulla maternità fin dalla diagnosi
- > 30-07-2021 - Sclerosi multipla, aggiornate le condizioni per la prescrizione di cladribina compresse
- > 01-02-2022 - 3 Febbraio 2021. Evento di AISM sui lasciti testamentari
- > 09-09-2021 - Neuroscienze, al via oggi il congresso nazionale SINS



LINK: https://www.leggo.it/benessere/disturbi_sonno_scelta_cuscino_come_fare-6883894.html

LEGGO

BENESSERE

GOSSIP

ITALIA

ESTERI

POLITICA

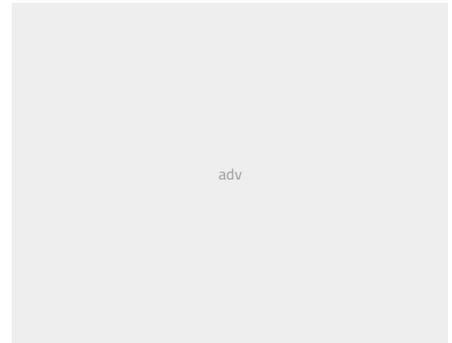
SPETTACOLI

SPORT



adv

Disturbi del sonno, 12 milioni di italiani ne soffrono. E la scelta del cuscino è fondamentale



“Sia il sonno, sia la veglia, se in eccesso, costituiscono un segnale di disagio”. Ippocrate, già nel 400 a.C., riconobbe l'importanza del **sonno** per il corretto funzionamento del corpo umano. Non a caso trascorriamo circa un terzo della vita dormendo. Eppure, sono molti i fattori che possono condizionare la qualità del nostro riposo notturno. Secondo l'Associazione Italiana per la Medicina del Sonno (AIMS), dodici milioni di italiani soffrono di disturbi del sonno. Le donne sono quelle più colpite, la percentuale si attesta intorno al 60%. Mentre bambini e ragazzi rappresentano il 20% dei casi. Dati che fanno da monito rispetto a un problema forse troppo sottovalutato. Soprattutto alla luce del fatto che, dall'inizio della pandemia da Covid-19, il numero di casi di disturbi del sonno sembra essere raddoppiato (Società italiana di Neurologia).

Il sonno è un processo molto delicato, e non conta solo quante ore dormiamo, ma anche come, cioè la qualità del nostro sonno. Tutti conosciamo l'importanza di dormire in un ambiente confortevole, rispettare una buona routine serale prima di mettersi a letto, evitare cene troppo pesanti e scegliere un materasso di qualità che sia adatto al nostro corpo. Aspetti che svolgono un ruolo determinante nel favorire il giusto riposo durante la notte. Spesso però trascuriamo un pezzo altrettanto importante di questa equazione: il cuscino, che svolge innanzitutto la delicata funzione di tenere allineato il collo al resto della colonna vertebrale.

LE PIÙ LETTE



1. JACKPOT A 258,3 MLN
Estrazioni Lotto e Superenalotto di sabato 20 agosto 2022, numeri vincenti e quote. Nessun 6 né 5+



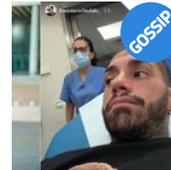
2. L'INVENTIVA Smart working in spiaggia facendo sembrare di essere a casa: lo stratagemma finisce su TikTok

“Dormire è un’esperienza personale, e un cuscino che si sposa al meglio con le nostre abitudini di sonno è fondamentale per garantire un riposo di qualità - spiega Samantha Chichi fondatrice di Nightingold - dobbiamo immaginarlo come un abito realizzato su misura da un sarto. E’ un pezzo unico. E’ pensato e cucito addosso al corpo di una determinata persona, e come sappiamo non esistono due persone uguali. Lo stesso vale quando dormiamo. Ognuno ha determinate caratteristiche fisiche e un proprio modo di dormire con specifiche posizioni e comportamenti. C’è chi si mette su un lato, chi supino, chi ama dormire a pancia in giù, chi si muove continuamente. Quando si tratta di cuscino, quindi, non esiste la taglia unica. Ad ognuno il suo, che risponda al meglio alle preferenze personali e allo stile di sonno. Questo perché il cuscino svolge una funzione scientifica, ovvero quella di tenere allineata il collo al resto della colonna, quindi la testa deve scendere o salire a un livello in cui il collo deve risultare perfettamente in linea con il resto della colonna esattamente come quando siamo in piedi in una posizione neutra e corretta”.

Dormire incide sulla qualità della nostra vita. Il mancato riposo, può causare molteplici effetti negativi che vanno ben oltre la sonnolenza diurna, il consueto mal di testa, o mal di schiena. Il benessere generale del nostro corpo, sia da un punto di vista fisico che mentale, viene messo a dura prova. L’American Heart Association (AHA) include il sonno nella lista dei fattori che possono migliorare la salute del cuore. Ulteriori studi hanno dimostrato, che non dormire a sufficienza, può causare cambiamenti metabolici associati all’obesità (Centers for Disease Control and Prevention). Uno studio pubblicato sulla rivista Diabetologia, ha rilevato che le persone affette da insonnia hanno un rischio del 17% maggiore di ammalarsi di diabete di tipo 2.

“La scelta del cuscino è molto complicata – segue Chichi – è necessario comprendere le esigenze di riposo delle persone. A ciascun cliente sottoponiamo un questionario che analizza preferenze, abitudini di sonno e le loro caratteristiche fisiche, come l’altezza, dimensione della clavicola e della cervicale. Poi inviamo un video tutorial che spiega come rilevare queste misure. Ricevute le risposte al questionario, uno sviluppatore parlerà con la persona per seguirla durante l’intero percorso. E’ un processo volto a rendere il cliente più consapevole rispetto alle proprie esigenze di sonno. Poi c’è la fase dello sviluppo, che dura dalle tre alle quattro settimane. Gli inviamo anche dei video tutorial su come posizionare il cuscino perché sembra una banalità, ma non lo è. Quindi cerchiamo di capire se lo stanno usando bene”.

La qualità del riposo è condizionata anche dal modo in cui è realizzato un cuscino e dai materiali utilizzati. Come accade con il cibo. Se andiamo in un ristorante dove i piatti sono preparati solo con materie prime di qualità sapientemente trattate, e rispondono al gusto del cliente, mangeremo con piacere e soddisfazione. “Un cuscino realizzato in modo sartoriale sulle



3. NOTTE DA INCUBO
Francesco Chiofalo ricoverato in ospedale. Il personal trainer in lacrime: «Non sento la gamba»



4. IL VOLO CHOC Andrea muore a 30 anni davanti alla fidanzata: precipitato nel dirupo per aver tentato di recuperare il cellulare



5. SU INSTAGRAM
Ferragnez, la piccola Vittoria e il video della pappa: il post è virale. E i followers commentano così

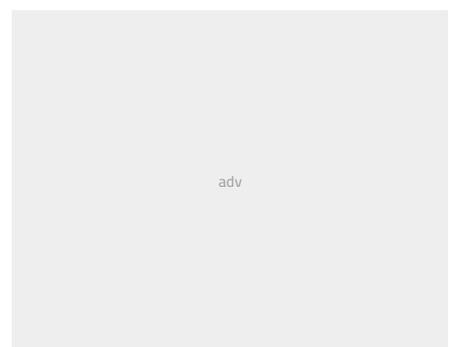
RIMANI CONNESSO CON LEGGO



Facebook



Twitter



GUIDA ALLO SHOPPING



L’evidenziatore perfetto per tornare a scuola con la carica giusta

esigenze della persona, utilizzando prodotti di alta qualità come rivestimenti interni memory gold, che eliminano i punti di pressione intorno al collo e alla testa, e le federe in puro lino 100%, che fanno respirare il guanciale, renderà il nostro riposo migliore e più salubre”, conclude la Chichi.

Insomma, se durante la notte vi svegliate più volte, probabilmente avrete bisogno di cambiare la vostra posizione o quella del cuscino. Fateci caso e se questo accade, molto probabilmente il vostro guanciale non favorisce il vostro benessere fisico e non vi consente un adeguato riposo.

Ultimo aggiornamento: Lunedì 22 Agosto 2022, 13:17

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Maltempo, i danni al campanile di Piazza San Marco nelle immagini riprese con il drone - Guarda il video



Medico aggredito da paziente a Lignano: «Non toccarmi nero, mi attacchi le malattie». L'audio choc



Nubifragio a Venezia, il vento fa volare ombrelloni e tavolini nel centro storico



Daniela Santanchè mostra i danni del maltempo in Versilia. Il video postato sui social



Maneskin, Damiano adotta un gattino maltrattato

Cerca il tuo immobile all'asta

Regione

Provincia

Fascia di prezzo

Data

INVIA



LINK: https://www.corriereadriatico.it/attualita/disturbi_sonno_scelta_cuscino_come_fare-6884080.html



ACCEDI

ABBONATI

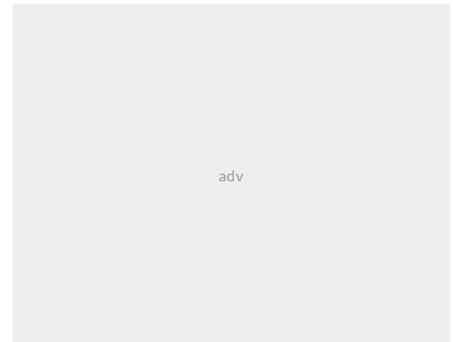
ATTUALITÀ

adv

Disturbi del sonno, 12 milioni di italiani ne soffrono. E la scelta del cuscino è fondamentale



Disturbi del sonno, 12 milioni di italiani ne soffrono. E la scelta del cuscino è fondamentale



adv

🕒 5 Minuti di Lettura

Lunedì 22 Agosto 2022, 16:42

Condividi

“Sia il sonno, sia la veglia, se in eccesso, costituiscono un segnale di disagio”. Ippocrate, già nel 400 a.C., riconobbe l'importanza del sonno per il corretto funzionamento del corpo umano. Non a caso trascorriamo circa un terzo della vita dormendo. Eppure, sono molti i fattori che possono condizionare la qualità del nostro riposo notturno. Secondo l'Associazione Italiana per la Medicina del Sonno (AIMS), **dodici milioni di italiani soffrono di disturbi del sonno**. Le donne sono quelle più colpite, la percentuale si attesta intorno al 60%. Mentre bambini e ragazzi rappresentano il 20% dei casi. Dati che fanno da monito rispetto a un problema forse troppo sottovalutato. Soprattutto alla luce del fatto che, dall'inizio della pandemia da Covid-19, il numero di casi di disturbi del sonno sembra essere raddoppiato (Società italiana di

CorriereAdriatico TV



Disperso in mare al Passetto, in corso le ricerche frenetiche dell'anconetano di 61 anni

Neurologia).

APPROFONDIMENTI



LA FORTUNA

Million Day e Million Day Extra, i numeri vincenti dell'estrazione di oggi lunedì 22 agosto

Il sonno è un processo molto delicato, e non conta solo quante ore dormiamo, ma anche come, cioè la qualità del nostro sonno. Tutti conosciamo l'importanza di dormire in un ambiente confortevole, rispettare una buona routine serale prima di mettersi a letto, evitare cene troppo pesanti e scegliere un materasso di qualità che sia adatto al nostro corpo. Aspetti che svolgono un ruolo determinante nel favorire il giusto riposo durante la notte. Spesso però trascuriamo un pezzo altrettanto importante di questa equazione: il cuscino, che svolge innanzitutto la delicata funzione di tenere allineato il collo al resto della colonna vertebrale.

adv

“Dormire è un’esperienza personale, e un cuscino che si sposa al meglio con le nostre abitudini di sonno è fondamentale per garantire un riposo di qualità - spiega Samantha Chichi fondatrice di Nightingold - dobbiamo immaginarlo come un abito realizzato su misura da un sarto. E’ un pezzo unico. E’ pensato e cucito addosso al corpo di una determinata persona, e come sappiamo non esistono due persone uguali. Lo stesso vale quando dormiamo. Ognuno ha determinate caratteristiche fisiche e un proprio modo di dormire con specifiche posizioni e comportamenti. C’è chi si mette su un



Lo show delle Freccie Tricolori a Porto Recanati



Silenzio surreale nel luogo dove ha perso la vita il 15enne Giovanni Zanier



Cortina, strani avvistamenti nei cieli

DELLA STESSA SEZIONE



Bimbo di 4 anni muore travolto da un'auto: era appena tornato dal funerale del fratello

■ Bambino di 15 mesi cade con la testa in un secchio e muore: era solo in casa con i fratellini



CHOC

Giovanni, travolto e ucciso a 15 anni: la soldatessa americana guidava ubriaca. «4 volte oltre il limite»



LA POLEMICA

Conto da 753 euro per un aperitivo in spiaggia. «Coperto da 25 euro a testa, alcuni rimasti in piedi»

di Alessandro Rosi



LA TRAGEDIA

Punta da un calabrone mentre stende i panni in balcone, morta una donna di 66 anni



lato, chi supino, chi ama dormire a pancia in giù, chi si muove continuamente. Quando si tratta di cuscino, quindi, non esiste la taglia unica. Ad ognuno il suo, che risponda al meglio alle preferenze personali e allo stile di sonno. Questo perché il cuscino svolge una funzione scientifica, ovvero quella di tenere allineata il collo al resto della colonna, quindi la testa deve scendere o salire a un livello in cui il collo deve risultare perfettamente in linea con il resto della colonna esattamente come quando siamo in piedi in una posizione neutra e corretta”.

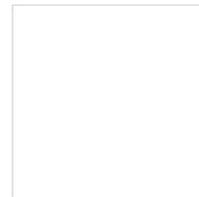
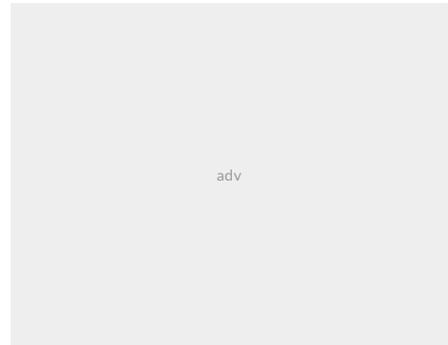
Dormire incide sulla qualità della nostra vita. Il mancato riposo, può causare molteplici effetti negativi che vanno ben oltre la sonnolenza diurna, il consueto mal di testa, o mal di schiena. Il benessere generale del nostro corpo, sia da un punto di vista fisico che mentale, viene messo a dura prova. L'American Heart Association (AHA) include il sonno nella lista dei fattori che possono migliorare la salute del cuore. Ulteriori studi hanno dimostrato, che non dormire a sufficienza, può causare cambiamenti metabolici associati all'obesità (Centers for Disease Control and Prevention). Uno studio pubblicato sulla rivista Diabetologia, ha rilevato che le persone affette da insonnia hanno un rischio del 17% maggiore di ammalarsi di diabete di tipo 2.

“La scelta del cuscino è molto complicata – segue Chichi – è necessario comprendere le esigenze di riposo delle persone. A ciascun cliente sottoponiamo un questionario che analizza preferenze, abitudini di sonno e le loro caratteristiche fisiche, come l'altezza, dimensione della clavicola e della cervicale. Poi inviamo un video tutorial che spiega come rilevare queste misure. Ricevute le risposte al questionario, uno sviluppatore parlerà con la persona per seguirla durante l'intero percorso. E' un processo volto a rendere il cliente più consapevole rispetto alle proprie esigenze di sonno. Poi c'è la fase dello sviluppo, che dura dalle tre alle quattro settimane. Gli inviamo anche dei video tutorial su come posizionare il cuscino perché sembra una banalità, ma non lo è. Quindi cerchiamo di capire se lo stanno usando bene”.

La qualità del riposo è condizionata anche dal modo in cui è realizzato un cuscino e dai materiali utilizzati. Come accade con il cibo. Se andiamo in un ristorante dove i piatti sono preparati solo con materie prime di qualità sapientemente trattate, e rispondono al gusto del cliente, mangeremo con piacere e soddisfazione. “Un cuscino realizzato in modo sartoriale sulle esigenze della persona, utilizzando prodotti di alta qualità come rivestimenti interni memory gold, che eliminano i punti di pressione intorno al collo e alla testa, e le

SU INSTAGRAM

Adescava bambine su Instagram: pedofilo arrestato da una poliziotta sotto copertura

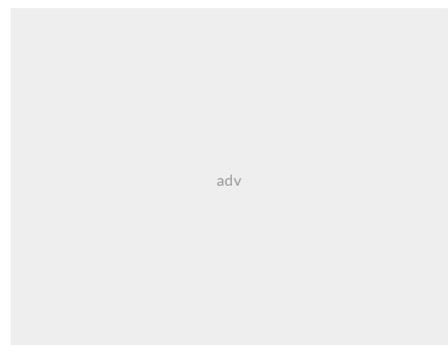


Napoli, al Vomero il panino anti-gourmet: «Puntiamo sulla tradizione per invertire la tendenza»

GUIDA ALLO SHOPPING



Jeans economici da donna: sei proposte glamour sui 50€



federe in puro lino 100%, che fanno respirare il guanciale, renderà il nostro riposo migliore e più salubre”, conclude la Chichi.

Insomma, se durante la notte vi svegliate più volte, probabilmente avrete bisogno di cambiare la vostra posizione o quella del cuscino. Fateci caso e se questo accade, molto probabilmente il vostro guanciale non favorisce il vostro benessere fisico e non vi consente un adeguato riposo.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Condividi 

LE PIÙ LETTE

1

IL DRAMMA

Immersione fatale, Roberto trovato morto sul fondale a pochi metri dalla costa Il video delle ricerche

di Stefano Rispoli



2

L'EMERGENZA

Donna si sente male in acqua, si mobilitano i soccorsi: portata a Torrette a sirene spiegate

3

L'AVVISTAMENTO

I satelliti di Elon Musk sui cieli delle Marche: ecco dove vedere la scia luminosa

4

IL SOCCORSO

Si butta dal balcone e cade in quello sottostante. Si rialza, si getta nel vuoto e finisce ancora al piano di sotto

di Giulia Sancricca

5

LORETO

Schianto tra quattro auto sulla Statale: tre feriti, uno è grave

Cerca il tuo immobile all'asta

Regione

Provincia

Fascia di prezzo

Data

INVIA



adv