

**GAS**  
communication

NOW PART OF  
AIM COMMUNICATION

# Rassegna Stampa



# INDICE

## SOCIETA ITALIANA DI NEUROLOGIA

20/09/2023 Il Messaggero - Nazionale <b>Mai più emicrania: si cura con un chip</b>	6
21/09/2023 Avvenire - Nazionale <b>Neurologi, la sfida degli stili di vita</b>	9
22/09/2023 Il Tempo - Roma <b>L'emicrania nei piccoli si può prevenire</b>	10

## SOCIETA ITALIANA DI NEUROLOGIA WEB

22/09/2023 Corriere.it <b>Parkinson, sclerosi multipla, ictus e altre malattie neurologiche: si possono prevenire e come? I consigli degli esperti</b>	13
18/09/2023 panoramasanita.it 05:09 <b>Ruolo fondamentale della prevenzione nella lotta alle malattie del sistema nervoso</b>	19
15/09/2023 Agipress 00:09 <b>Neurologia, prevenire le malattie del sistema nervoso</b>	21
19/09/2023 gazzetta.it 09:09 <b>Da ictus ad Alzheimer, la prevenzione è la sfida dei neurologi</b>	22
18/09/2023 trentinocorrierealpi.gelocal.it 00:09 <b>Stefano Fresi nuovo ambassador della Società di Neurologia</b>	26
15/09/2023 insalutenews.it 14:09 <b>Giornata nazionale della Neurologia, il ruolo della prevenzione. I consigli per le patologie più diffuse</b>	30
18/09/2023 quotidianosanita.it 00:09 <b>Neurologia. La sfida della Sin: "Prevenire le malattie del sistema nervoso"</b>	34

16/09/2023  09:09	36
<b>GIORNATA NAZIONALE DELLA NEUROLOGIA: SOCIETÀ ITALIANA DI NEUROLOGIA SOTTOLINEA IL RUOLO DELLA PREVENZIONE NELLA LOTTA ALLE MALATTIE DEL SISTEMA NERVOSO</b>	
18/09/2023  11:09	39
<b>L'attore Stefano Fresi nuovo Ambassador della SIN</b>	
21/09/2023  00:09	42
<b>Disturbi neurologici, la mappa dei rischi e come evitarli</b>	
19/09/2023  00:09	44
<b>Mai più emicrania: si cura con un chip, uno stimolatore impiantabile che dialoga con un'app</b>	
21/09/2023  00:09	47
<b>Disturbi neurologici, la mappa dei rischi e come evitarli</b>	
18/09/2023  00:09	51
<b>Stefano Fresi nuovo ambassador della Società di Neurologia</b>	
21/09/2023  00:09	56
<b>Disturbi neurologici, la mappa dei rischi e come evitarli</b>	
19/09/2023  00:09	60
<b>Giornata Nazionale della Neurologia: obiettivo prevenzione per la SIN</b>	
18/09/2023  11:09	62
<b>Stefano Fresi nuovo ambassador della Società di Neurologia</b>	
21/09/2023  00:09	67
<b>Disturbi neurologici, la mappa dei rischi e come evitarli</b>	
18/09/2023  12:09	71
<b>Stefano Fresi nuovo ambassador della Società di Neurologia</b>	
21/09/2023  00:09	72
<b>Disturbi neurologici, la mappa dei rischi e come evitarli</b>	
18/09/2023  12:09	76
<b>SIN: il nuovo Ambassador è l'attore e musicista Stefano Fresi</b>	

21/09/2023 tribunatreviso.gelocal.it 17:09	79
<b>Disturbi neurologici, la mappa dei rischi e come evitarli</b>	
21/09/2023 lasentinella.gelocal.it 00:09	83
<b>Disturbi neurologici, la mappa dei rischi e come evitarli</b>	
21/09/2023 nuovavenezia.gelocal.it 17:09	87
<b>Disturbi neurologici, la mappa dei rischi e come evitarli</b>	
21/09/2023 salute.eu 00:09	91
<b>Disturbi neurologici, la mappa dei rischi e come evitarli</b>	
20/09/2023 fidest.wordpress.com 00:09	94
<b>22 Settembre 2023: Giornata Nazionale della Neurologia</b>	
19/09/2023 imgpress.it 08:09	95
<b>Giornata Nazionale Neurologia: la SIN annuncia il nuovo Ambassodor, l'attore e musicista Stefano Fresi</b>	

# **SOCIETA ITALIANA DI NEUROLOGIA**

**3 articoli**



# Mai più emicrania: si cura con un chip

Il 22 settembre è la **Giornata della Neurologia**. La malattia più diffusa è la cefalea: in Italia 7 milioni colpiti. L'ateneo di Pisa ha messo a punto uno stimolatore impiantabile tra nuca e collo che dialoga con un'app

## L'EVENTO

**D**alla malattia di Alzheimer al Parkinson, dall'ictus cerebrale alla sclerosi multipla, dall'epilessia alle malattie neuromuscolari fino all'emicrania e ai disturbi del sonno. Prevenire le malattie del sistema nervoso è la sfida lanciata in occasione della Giornata nazionale della Neurologia che si celebra il 22 settembre. È l'attore e musicista Stefano Fresi il nuovo ambasciatore della Società Italiana di Neurologia.

La patologia più diffusa tra quelle neurologiche, 7 milioni di pazienti, è l'emicrania. Per la quale negli ultimi tempi sono stati fatti incredibili passi in avanti nel trattamento. A patto naturalmente di rivolgersi in un centro specializzato e a specialisti aggiornati.

## L'ATTACCO

L'emicrania cronica è una cefalea persistente per almeno 3 mesi o un mal di testa severo che dura

circa quindici giorni al mese. Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, è una delle patologie più invalidanti che esitano, paragonabile alla quadriplegia (paralisi di tutti e quattro gli arti) e alla demenza. E se una cura definitiva per l'emicrania non è ancora stata trovata, di certo oggi i neurologi sono in grado di trattarla in modo più efficace che in passato. Anzi.

Soprattutto negli ultimi due anni. I trattamenti anti-emicrania possono essere mirati a prevenire l'attacco o a stroncarlo il più rapidamente possibile. Tra i primi, i più innovativi sono i farmaci 5-HT<sub>1f</sub> (lasmiditan), gli antagonisti del CGRP (rimegepant, ubrogepant e il nuovissimo zavegepant somministrato come spray nasale). E se la diidroergotamina non è certo una novità nel trattamento dell'emicrania, lo è però la sua formulazione in spray nasale. Un'altra new entry è rappresentata infine dal celecoxib, farmaco "vintage", utilizzato ampiamente per i dolori artrosici, che di recente si è rivelato di una certa

efficacia anche contro alcune forme di emicrania. Negli Usa è di-

**LA TERAPIA DEFINITIVA NON È STATA ANCORA TROVATA MA NEGLI ULTIMI ANNI I FARMACI RIESCONO A BLOCCARE L'INSORGERE DELLA CRISI**

sponibile anche in formulazione liquida.

Tra le novità per la prevenzione dell'emicrania figurano invece gli anticorpi monoclonali anti-CGRP, che si iniettano una volta al mese sottocute (erenumab, fremanezumab e galcanezumab) o endovena una volta ogni tre me-

si (eptinezumab) o endovena una volta ogni tre mesi (eptinezumab).

Una possibilità di cura alternativa ai farmaci, è la tossina botulinica (Botox), iniettata in alcuni pun-



ti specifici per bloccare alcuni nervi, ma che richiede diverse sessioni di somministrazione

ogni anno.

Gli ultimi arrivati infine sono i trattamenti di neurostimolazione che inviano impulsi elettrici al nervo occipitale e risultano efficaci in un'elevata percentuale di pazienti emicranici; si tratta però di soluzioni in fase di perfezionamento.

## LA CORRENTE

Ed è proprio questo il campo di cui si occupa il consorzio europeo "TARA", coordinato dall'Università di Pisa, dalla quale arriva la notizia della messa a punto di un prototipo di neurostimolatore impiantabile, per curare l'emicrania senza farmaci. Ha l'aspetto di un cilindretto dotato di elettrodi, viene impiantato sottocute, tra il collo e la nuca e dialoga con un ricevitore esterno consentendo così di modulare e gestire la generazione degli impulsi elettrici. Il paziente attraverso un'apposita app può scegliere tra un menu di sequenze di impulsi, concordate con lo specialista neurologo, quella più adatta a spegnere la sua emicrania. «Come Università di Pisa, oltre a coordinare il proget-

stro cervello significa non solo modificare errate abitudini di vita, di cui siamo spesso inconsapevoli, ma anche non sottovalutare sintomi e manifestazioni che indicano disturbi, che il neurologo sa subito riconoscere. La diagnosi precoce anche in campo neurologico è fondamentale e rappresenta una potente arma di prevenzione che consente di mettere in atto interventi volti a limitare gravi conseguenze».

**Maria Rita Montebelli**

© RIPRODUZIONE RISERVATA



## L'ATTORE STEFANO FRESI È DIVENTATO AMBASCIATORE DELLA SOCIETÀ ITALIANA DI NEUROLOGIA

to - spiega Massimo Piotto, docente del dipartimento di Ingegneria dell'informazione - abbiamo sviluppato e progettato il chip per la generazione degli impulsi di corrente per gli elettrodi impiantati».

Infine, non va trascurata l'importanza dello stile di vita. Otto ore di riposo filate sono fondamentali, come anche evitare i cibi scatenanti. L'attività fisica, soprattutto all'aperto, aiuta a regolare il ritmo del sonno e dei pasti, mentre una serie di tecniche di rilassamento, dallo yoga, alla meditazione, al biofeedback risultano d'aiuto in molte persone.

## I SEGNALI

«Siamo grati a Stefano Fresi - commenta il professor **Alfredo Berardelli**, presidente della Società Italiana di Neurologia - per la disponibilità a sostenerci nel nostro impegno contro le malattie neurologiche. Proteggere il no-

## I CONSIGLI

### EVITARE IL DIGIUNO SCATENA IL MALORE

Evitare i digiuni prolungati. La mancanza di cibo abbassa il glucosio, crea tensione muscolare e provoca una dilatazione dei vasi. Sono concause del dolore

### SI DEVE DIMENTICARE IL CHEWING-GUM

Masticare un chewing-gum potrebbe provocare dolore per il lavoro in sovrappiù della mandibola. Evitare anche per tempi brevi durante la giornata

### LE SIGARETTE VANNO ABBANDONATE

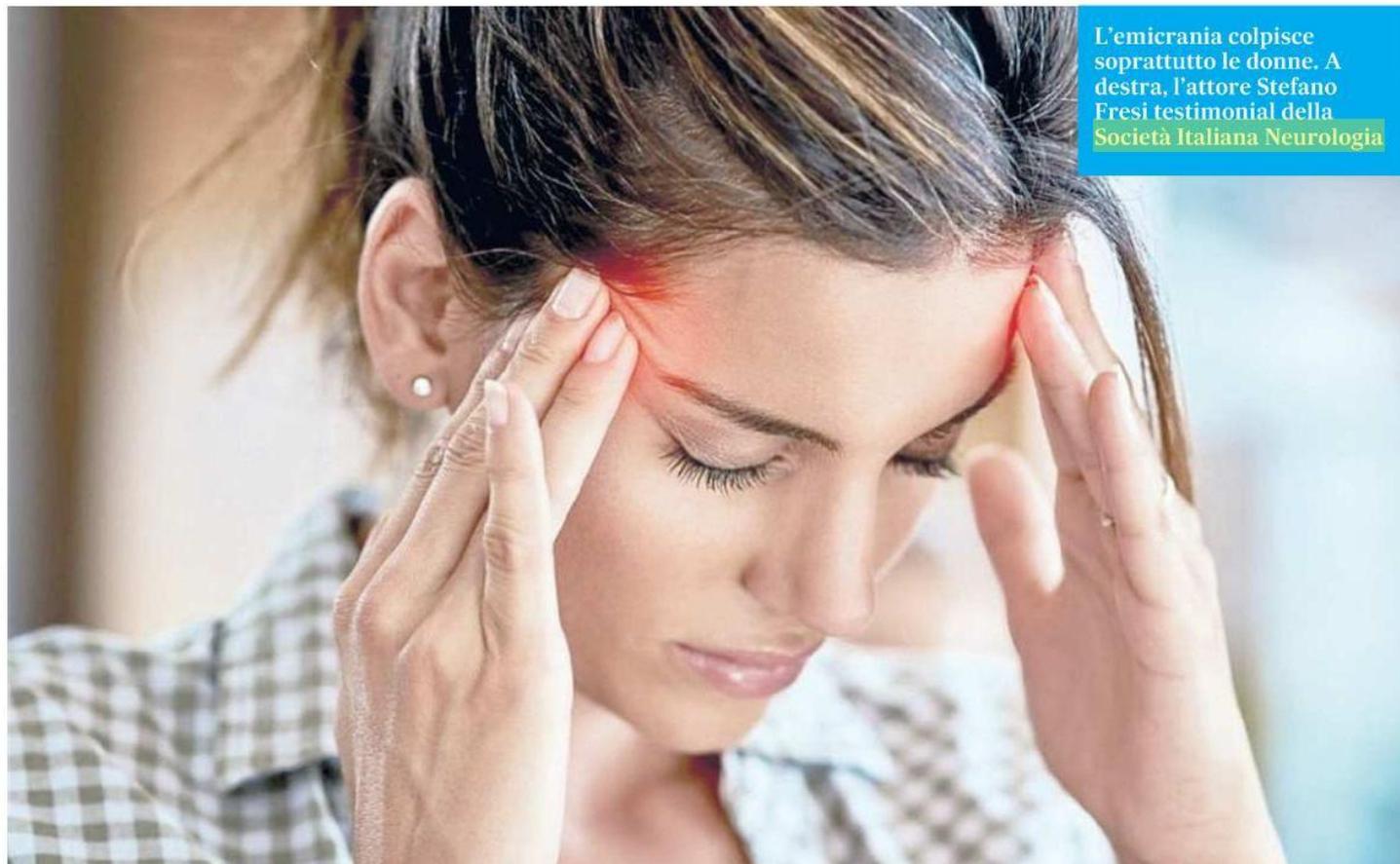
No al fumo. Diminuisce l'apporto di ossigeno all'organismo favorendo una vasodilatazione, ritenuto un fattore responsabile di alcune crisi di mal di testa

### SCEGLIERE LEGUMI E PASTA INTEGRALE

Aiutano a proteggere dalla cefalea pane, pasta e riso (integrali), legumi (le lenticchie tra i più adatti), pesce non affumicato e non salato, carne bianca

### SÌ ALLO SPORT 3 VOLTE A SETTIMANA

Fare attività fisica: almeno trenta minuti di esercizio aerobico tre volte alla settimana può aiutare a ridurre sia la frequenza che la gravità dell'attacco di emicrania



L'emicrania colpisce soprattutto le donne. A destra, l'attore Stefano Fresi testimonial della Società Italiana Neurologia

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

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

**PATOLOGIE**

**Neurologi, la sfida degli stili di vita**

Prevenire le malattie del sistema nervoso attraverso un'informazione sui corretti stili di vita: è la sfida della Società italiana di neurologia (Sin) per la Giornata nazionale della neurologia di domani. Dall'Alzheimer al Parkinson, dall'ictus alla sclerosi multipla, dall'epilessia alle malattie neuromuscolari, ai disturbi del sonno: un miliardo di persone ne soffre nel mondo. In Italia 7 milioni hanno emicranie e 12 milioni problemi col sonno, 1,2 milioni soffrono di demenze, 180mila i nuovi casi di ictus ogni anno, 130mila hanno la sclerosi multipla e 100mila patiscono malattie neuromuscolari.



## GIORNATA NAZIONALE DELLA NEUROLOGIA

# L'emicrania nei piccoli si può prevenire

Al via la sperimentazione all'Irccs San Raffaele con monoclonali per i pazienti dai 9 ai 17 anni

GIUSTINA OTTAVIANI

••• È arrivata la risposta della scienza alla prevenzione e cura dell'emicrania nei bambini e nei giovanissimi, grazie a una ricerca in atto all'Irccs San Raffaele Roma sull'impiego di farmaci monoclonali.

«Siamo i primi reclutatori al mondo nel trial clinico sul rivoluzionario trattamento con anticorpi monoclonali antiCgrp (Fremanezumab\*) per l'emicrania cronica in età pediatrica e adolescenziale (6-17 anni). Un dato di enorme prestigio per l'Istituto San Raffaele vista anche la complessità di reclutare piccoli pazienti e adolescenti», annuncia Piero Barbanti, direttore dell'Unità per la Cura e la Ricerca su Cefalee e Dolore dell'Irccs San Raffaele e professore di Neurologia presso l'Università San Raffaele di Roma, in occasione della Giornata nazionale della Neurologia che si celebra oggi.

In Italia «oltre 7 milioni di persone soffrono di emicrania, il 10% sono bambini e ragazzi e si stima che



**Piero Barbanti**  
Direttore dell'Unità per la Cura e la Ricerca su Cefalee e Dolore dell'Irccs San Raffaele e professore di Neurologia presso l'Università San Raffaele di Roma

fino al 2% dei ragazzi tra i 12 e i 17 anni abbia mal di testa più di 15 giorni al mese. Più nello specifico: oltre il 40% dei ragazzi è colpito da cefalea mentre 10 bambini su 100 soffrono di emicrania, una forma comune di cefalea primaria - ricorda l'Irccs San Raffaele -. Si tratta di percentuali in aumento, condizionate da carenza di sonno, alimentazione irregolare, stress e crescente uso di sostanze psicoattive anche tra i più giovani».

Si tratta del primo farma-

co preventivo specifico e selettivo per l'emicrania in bambini e ragazzi. «Fino ad oggi abbiamo usato come cura antidepressivi, antiepilettici, calcio-antagonisti e beta bloccanti - spiega il neurologo dell'Istituto capitolino - questi trattamenti sono poco tollerati, inducendo spesso sonnolenza, variazioni di peso o disturbi della concentrazione. Fremanezumab, anticorpo monoclonale anti Cgrp, già in commercio per l'adulto e che stiamo utilizzando sperimentalmen-

te al San Raffaele potrebbe essere una svolta. Attualmente siamo il leader mondiale di questa sperimentazione in quanto a numero di soggetti studiati, 27 in totale, il più piccolo ha 9 anni, il più grande 17. Il farmaco, iniettato sottocute mensilmente ha grandissima efficacia e agisce rapidamente anche nelle forme croniche associate a depressione, non presentando sostanzialmente eventi avversi».

La giornata della Neurologia punta i fari sulla pre-

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



venzione ma «la vera sfida oggi - sottolinea Barbanti - è riuscire a intervenire **sin** dall'infanzia per plasmare la salute neurologica dell'adulto intercettando le cefalee già in epoca scolare, sensibilizzando genitori, ragazzi, professori e dirigenti scolastici. All'età di dieci anni, la prevalenza dell'emicrania nei bambini è approssimativamente del 5% e aumenta nel corso dell'adolescenza fino a percentuali che raggiungono il 28% nelle femmine e il 15% nei maschi in età post-adolescenziale. Prima della pubertà, l'emicrania colpisce allo stesso modo ragazzi e ragazze. Dall'adolescenza, l'emicrania interessa più le femmine che i maschi in un rapporto 3 a 1».

«Anche l'emicrania cronica, ovvero più di 15 giorni di cefalea al mese per un periodo maggiore o uguale a 3 mesi, è comune nei bambini e negli adolescenti, con una prevalenza dello 0,6% nei bambini tra i 6 e i 12 anni, percentuali che aumentano fino all'1,8% negli adolescenti tra i 12 e 17 anni», conclude Barbanti.

©RIPRODUZIONE RISERVATA

# **SOCIETA ITALIANA DI NEUROLOGIA WEB**

**26 articoli**

## Parkinson, sclerosi multipla, ictus e altre malattie neurologiche: si possono prevenire e come? I consigli degli esperti

di Maria Giovanna Faiella

Oggi molte patologie del sistema nervoso possono essere evitate. Campagna di informazione dei neurologi Sin sui social dal 22 settembre: prendersi cura del proprio cervello anche con sane abitudini di vita. Con lo screening neonatale diagnosi precoce di malattie neuromuscolari genetiche come la Sma

Prendersi cura del proprio cervello

[Ictus](#), [malattia di Parkinson](#), [Sclerosi multipla](#), [emicrania](#), disturbi del [sonno](#), [malattia di Alzheimer](#), [epilessie](#): sono le più note tra centinaia di **patologie neurologiche** che, secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, colpiscono un miliardo di persone nel mondo e sono **tra le principali cause di disabilità e perdita dell'autonomia**.

La **buona notizia** è che **si possono prevenire molte di queste condizioni** invalidanti che colpiscono il sistema nervoso. È il messaggio che lancia la Società italiana di neurologia (Sin), in occasione della seconda giornata nazionale della neurologia che ricorre il 22 settembre, con la campagna di informazione e sensibilizzazione «Proteggi il tuo cervello, affidati al neurologo» sui propri canali social, supportata anche dall'attore e musicista Stefano Fresi ([qui](#) il video). **I neurologi della Sin rispondono alle domande** (non su specifiche condizioni di salute) **poste dagli utenti attraverso l'interazione coi post o le storie** su [Instagram](#), [Twitter](#) e sulla [pagina Facebook](#) della Società scientifica.

Prevenzione, le regole da seguire

Spiega il professor Alfredo Berardelli, presidente della Società italiana di neurologia: «Per il secondo anno consecutivo promuoviamo l'iniziativa per sensibilizzare la popolazione a **prendersi cura del proprio cervello, a partire dalla prevenzione**. Tante malattie neurologiche, infatti, possono essere **prevenute con corrette abitudini di vita**, come **evitare di fumare, svolgere esercizio fisico e attività cognitive** per mantenere il cervello in buona salute (per esempio: leggere e coltivare relazioni sociali), **tenendo sotto controllo alcune patologie** che sono **fattore di rischio per l'insorgere e l'evolversi di malattie neurologiche** sia acute che croniche. Per esempio, il **diabete** è un fattore di rischio molto importante per **demenze e malattia di Parkinson**. Non si tratta di concetti astratti – puntualizza il neurologo – . Ci sono diversi **studi scientifici**, infatti, che **hanno dimostrato l'associazione tra fattori di rischio e comparsa di malattie neurologiche**. Inoltre, la prevenzione passa anche - e soprattutto - dal **consulto** con lo specialista di riferimento, il **neurologo**: la **diagnosi precoce** è un importante **strumento di prevenzione** poiché individuare tempestivamente un disturbo vuol dire **mettere in atto interventi mirati a limitare gravi conseguenze**».



Perché il sonno è importante

12 milioni di connazionali convivono con **disturbi del sonno**. Tra i **principali sintomi**: stanchezza ed eccessiva sonnolenza diurna; disturbi dell'attenzione, della concentrazione e della memoria, soprattutto sul lavoro; disturbo dell'umore; ansia e facile irritabilità.

La mancanza di una buona qualità del sonno ha un impatto significativo sulla salute, sottolineano i neurologi.

Per esempio, le [apnee ostruttive](#), tra i disturbi del sonno più comuni, tendono ad associarsi a un **elevato rischio cardio-cerebro-vascolare e a ictus**.



Ictus, possibile evitare fino al 90 per cento dei casi

Sono 800 mila i connazionali che convivono con conseguenze invalidanti da **ictus cerebrale**, che ogni anno colpisce circa 150 mila italiani.

Fino al 90 per cento dei casi di ictus, segnalano gli esperti, **potrebbero essere evitati** correggendo i principali fattori di rischio che, da soli e più spesso in combinazione tra loro, lo provocano, ovvero:

- [ipertensione arteriosa](#),

- **obesità**,

- **diabete**,

- **fumo**,

- **sedentarietà,**
- **alcune alterazioni cardiovascolari.**

Per esempio, sottolineano i neurologi della Sin, **il trattamento dell'ipertensione dimezza il rischio di ictus**, la **perdita di peso** lo fa calare del 19 per cento e l'**abbandono delle sigarette** del 12 per cento.



#### Malattia di Parkinson

Si stima che in Italia siano circa 400 mila le persone con **malattia di Parkinson**, i cui **sintomi più frequenti** sono: **tremore a riposo, lentezza dei movimenti automatici, rigidità, perdita di equilibrio (in una fase più avanzata della malattia).**

Sono insidiosi, poi, alcuni fattori di rischio come l'esposizione a contaminanti ambientali quali la trielina.

La **prevenzione, mirata ad arginare lo sviluppo della disabilità motoria**, passa attraverso **l'esercizio fisico e un'intensa attività mentale**, sottolineano i neurologi. Un ruolo importante, poi, spetta all'**alimentazione**: i pasti iperproteici - ricordano gli esperti - interferiscono con l'assorbimento dei farmaci e, di conseguenza, si riduce l'efficacia della terapia. I neurologi consigliano una **dieta prevalentemente vegetariana** e povera di colesterolo. La **dieta mediterranea** ricca dei grassi insaturi dell'olio d'oliva **riduce i disturbi cognitivi** della malattia.



#### Sclerosi multipla

Sono circa 130mila i connazionali con **sclerosi multipla**. Per questa malattia neuro-infiammatoria e neurodegenerativa del sistema nervoso centrale a patogenesi autoimmune, una **corretta diagnosi e un**

**controllo ottimale**, sin dalle fasi iniziali, **consentono di ridurre** in modo significativo il **rischio di disabilità a lungo termine**, grazie ai numerosi trattamenti oggi disponibili.

Gli esperti consigliano di **associare alle terapie** che si assumono anche strategie adiuvanti fondamentali per il controllo della malattia, quindi **sane abitudini di vita** tra cui:

- **dieta mediterranea**,
- **evitare** comportamenti che promuovono meccanismi infiammatori del sistema immunitario, come **fumo e bere alcol**,
- svolgere una **regolare attività fisica** con la maggior esposizione possibile alla luce solare e supplemento di vitamina D.



#### Malattie neuromuscolari

Nel nostro Paese circa 100 mila persone convivono con **malattie neuromuscolari**.

Oggi, sottolineano i neurologi, è **possibile prevenire sia le forme acquisite** come la **neuropatia diabetica** sia varie **forme genetiche come la SMA** (Atrofia muscolare spinale) **grazie allo screening neonatale**.

Fondamentale, anche per la prevenzione, è l'intervento di Centri neuromuscolari esperti in grado di garantire percorsi di diagnosi e cura multidisciplinari. Una volta individuata la forma (acquisita o genetica primaria), i pazienti e i loro familiari possono avvalersi di una consulenza clinica e/o genetica che permette una gestione tempestiva della forma individuata, attraverso un piano assistenziale terapeutico mirato a prevenire la progressione della patologia.



#### Demenze e malattia di Alzheimer

Sono oltre un milione 200 mila i connazionali colpiti da demenza, di cui circa il 60 per cento con **malattia di Alzheimer**.

Correggere fattori di rischio per patologie quali ipertensione, diabete, obesità, osteoartrite **e cattive abitudini di vita** quali abuso di fumo e scarsa attività fisica **riduce il rischio anche di malattia di Alzheimer**, sottolineano gli esperti della Società italiana di neurologia, i quali consigliano **una moderata attività fisica aerobica**; er esempio, fare esercizio fisico **almeno 3 ore a settimana per almeno 25 settimane consecutive** fa **migliorare** le

**prestazioni cognitive sia nelle persone sane sia in chi ha deficit cognitivi.** «Il fattore neurotrofico BDNF, prodotto durante l'attività fisica - spiegano i neurologi - riduce l'accumulo cerebrale di beta amiloide, principale biomarker della malattia di Alzheimer».

Anche la **dieta mediterranea** ha un **valore protettivo, come pure l'allenamento mentale** con attività quali leggere, studiare una nuova lingua, cimentarsi in un passatempo stimolante: **ritardano la demenza in persone con iniziale declino cognitivo.** Le attività cognitive, infatti, spiegano ancora gli esperti, «implicano la continua creazione di nuove reti neuronali determinando la cosiddetta "riserva cognitiva" in grado di contrastare il danno da decadimento cognitivo naturale e patologico».



#### Cefalee

La migliore prevenzione delle cefalee è **evitare cambiamenti nei ritmi di vita**, suggeriscono i neurologi della Sin.

Un esempio? La **cefalea da weekend**: ci si sveglia più tardi, si rinviando colazione e pranzo, quindi si alterano i ritmi della giornata e si scatena il mal di testa in soggetti predisposti. Accade anche per la **cefalea da ramadan** dovuta al digiuno rituale: in questo caso conta anche l'ipoglicemia.

Per **prevenire il mal di testa**, poi, è utile **evitare alimenti e bevande come formaggi fermentati o cioccolato e vino rosso.**

Oggi - ricordano gli specialisti - esistono nuove terapie efficaci per la prevenzione dell'emicrania, come «i monoclonali anti-CGRP: con una somministrazione bimensile o trimestrale, a seconda del brand, agiscono come una sorta di vaccino che libera dal dolore chi aveva fino a due o tre "attacchi" al giorno». Questi medicinali, **adatti ai pazienti cronici resistenti a più cicli di trattamento coi vecchi farmaci** preventivi, vengono prescritti con piano terapeutico, in base ai bisogni del paziente, da specialisti dei «Centri Cefalee».



LINK: <https://www.panoramasanita.it/2023/09/18/ruolo-fondamentale-della-prevenzione-nella-lotta-alle-malattie-del-sistema-nervoso/>

Sfogliala rivista mensile Login



INFORMAZIONE & ANALISI DEI SISTEMI DI WELFARE



News Governo Regioni e ASL Innovazione Professioni Studi e Ricerca Farmaci Editoriali

PS Settembre '23

SAVE THE DATE

## Ruolo fondamentale della prevenzione nella lotta alle malattie del sistema nervoso

18/09/2023 in News



**Nella Giornata Nazionale della Neurologia che si celebra il prossimo 22 settembre la Sin ricorda il ruolo strategico della prevenzione delle malattie del sistema nervoso**

Prevenire le malattie del sistema nervoso è la sfida che la Società Italiana di Neurologia (SIN) lancia in occasione della

Il Giornata Nazionale della Neurologia che si celebra il 22 settembre. Dalla Malattia di Alzheimer a quella di Parkinson, dall'Ictus cerebrale alla Sclerosi Multipla, dall'epilessia, alle malattie neuromuscolari fino all'emicrania e ai disturbi del sonno: questi alcuni dei disturbi neurologici che, secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, colpiscono ben 1 miliardo di persone nel mondo. In Italia oltre 7 milioni di persone soffrono di emicrania, 12 di disturbi del sonno e sono oltre 1.200.000 le persone affette da demenza, di cui 720mila da Alzheimer; 800mila sono i pazienti con conseguenze invalidanti da Ictus, patologia che ogni anno fa registrare 180mila nuovi casi, mentre 400mila quelli colpiti da malattia di Parkinson, 130mila circa quelli affetti da sclerosi multipla e 100mila quelli colpiti da malattie neuromuscolari.

Adottare uno stile di vita sano è il primo passo per prendersi cura del proprio cervello, ma la prevenzione passa anche e soprattutto dal consulto con lo specialista di riferimento: il neurologo, l'unico in grado di comprendere lo straordinario ingranaggio del sistema nervoso.

*"Proteggere il nostro cervello – dichiara Alfredo Berardelli, Presidente della SIN – significa non solo modificare errate abitudini di vita di cui siamo spesso inconsapevoli, ma anche non sottovalutare sintomi e manifestazioni che possano indicare un disturbo che il neurologo sa invece subito riconoscere. La diagnosi precoce rappresenta una potente arma di prevenzione perchè riconoscendo tempestivamente un disturbo è possibile mettere in atto interventi volti a limitare gravi conseguenze. Nelle malattie neurodegenerative croniche, ad esempio, la ricerca ha fatto importanti passi in avanti nello sviluppo di metodi per individuare marcatori biologici che consentono di identificare molte di tali malattie in una fase precoce, anche anni prima dei primi sintomi clinici".*

ECCO ALCUNI CONSIGLI DELLA SIN PER LE PATOLOGIE NEUROLOGICHE PIÙ DIFFUSE.

### ICTUS CEREBRALE.

Fino al 90% dei casi di ictus potrebbero essere evitati correggendo i principali fattori di rischio che, da soli e più spesso in combinazione tra loro, portano all'evento ictale: ipertensione arteriosa, obesità, diabete, fumo, sedentarietà ed alcune alterazioni cardiovascolari. Il trattamento dell'ipertensione dimezza il rischio di ictus, la perdita di peso lo fa calare del 19% e l'abbandono del fumo del 12%.

### DEMENZE e malattia di ALZHEIMER

La correzione di fattori di rischio per patologie come ipertensione, diabete, obesità, osteoartrite e abitudini di vita quali l'abuso di fumo e la scarsa attività fisica riduce il rischio anche di Malattia di Alzheimer. L'attività fisica aerobica moderata (almeno 3 ore alla settimana per almeno 25 settimane consecutive) è in grado di migliorare le prestazioni

Cerca nel sito

La nostra rivista mensile



ABBONATI



Un minuto con... LE VIDEORISPOSTE di Panorama della sanità

Si discute del rinnovo del contratto dei medici, ma è anche l'occasione per fare il punto sulla non facile situazione che sta attraversando il nostro Ssn. Quali sono le vostre priorità? – Pierino Di Silverio

A TU PER TU, le interviste di Panorama della sanità





### Iscriviti alla Newsletter

Nome \*

Cognome \*

Email \*

Non sono un robot



Privacy - Termini

**ISCRIVITI**

cognitive, sia nei soggetti sani sia in quelli con deficit cognitivi. Il fattore neurotrofico BDNF, prodotto durante l'attività fisica, riduce l'accumulo cerebrale di beta amiloide, principale biomarker della malattia di Alzheimer.

Anche la dieta mediterranea ha un valore protettivo e così l'allenamento mentale con attività come la lettura, lo studio di una nuova lingua o di uno strumento musicale o il cimentarsi in un passatempo stimolante, che ritardano la demenza in soggetti con iniziale declino cognitivo. Le attività cognitive implicano infatti la continua creazione di nuove reti neuronali determinando la cosiddetta "riserva cognitiva" in grado di contrastare il danno da decadimento cognitivo naturale e patologico.

#### L'IMPORTANZA DEL SONNO NELLE MALATTIE NEUROLOGICHE

La mancanza di una buona qualità del sonno ha un impatto significativo sulla salute: la frammentazione del sonno delle apnee morfeiche ad esempio facilita la formazione di placche arteriosclerotiche. Le apnee ostruttive, tra i disturbi del sonno più comuni, tendono infatti ad associarsi ad un elevato rischio cardio-cerebro-vascolare e a ictus.

Alla Malattia di Parkinson sono legati i cosiddetti RBD (Rem behaviour disorders), cioè disturbi del comportamento nella fase del sonno REM (quella in cui si sogna). Gli RBD portano allo sviluppo delle sinucleinopatie che caratterizzano non solo il Parkinson ma anche l'atrofia multisistemica o la demenza a corpi di Lewy ed è soprattutto quest'ultima a presentare una correlazione peculiare: almeno l'80% dei pazienti con RBD sviluppa sinucleinopatia entro 10 anni dall'esordio dei disturbi

#### MALATTIA DI PARKINSON

Nella malattia di Parkinson, la prevenzione deve al più presto arginare lo sviluppo della disabilità motoria con esercizio fisico e intensa attività mentale. Alcuni fattori di rischio come l'esposizione a contaminanti ambientali ormai ubiquitari come il Trichloroetilene noto come trielina sono insidiosi. L'alimentazione deve essere particolare: i pasti iperproteici interferiscono con l'assorbimento dei farmaci (ad es.: Levodopa), con conseguente ridotta efficacia della terapia. E' sempre preferibile una dieta prevalentemente vegetariana. L'alimentazione deve essere povera di colesterolo e la cosiddetta dieta mediterranea ricca dei grassi insaturi dell'olio d'oliva riduce i disturbi cognitivi della malattia.

#### SCLEROSI MULTIPLA

Nella sclerosi multipla, malattia neuroinfiammatoria e neurodegenerativa del sistema nervoso centrale a patogenesi autoimmune, una corretta diagnosi e un controllo ottimale sin dalle fasi iniziali grazie ai numerosi trattamenti oggi disponibili consente di ridurre in maniera significativa il rischio di disabilità a lungo termine di questi pazienti. Associare alle terapie uno stile di vita sano che preveda una dieta regolare e mediterranea, l'astensione da abitudini che promuovono meccanismi "infiammatori" del sistema immunitario come l'assunzione di alcol e fumo, lo svolgimento di una regolare attività fisica con la maggior esposizione possibile alla luce solare e la supplementazione con vitamina D, costituiscono strategie adiuvanti fondamentali per il controllo della malattia.

#### MALATTIE NEUROMUSCOLARI

La prevenzione delle malattie neuromuscolari richiede percorsi articolati e mirati perché oggi è possibile prevenire sia le forme acquisite come la neuropatia diabetica sia varie forme genetiche come la SMA (atrofia muscolare spinale) mediante screening neonatale. E' facile capire come ciò richieda l'intervento di Centri neuromuscolari esperti in grado di offrire percorsi di diagnosi e cura multidisciplinari. Una volta identificata la forma, acquisita o genetica primaria che sia, i pazienti e le loro famiglie possono avvalersi di una consulenza clinica e/o genetica che permette una gestione tempestiva della forma individuata con un piano assistenziale-terapeutico mirato che può prevenire la progressione della patologia cambiando letteralmente il destino del paziente.

#### CAMPAGNA SOCIAL SIN

**Il 22 settembre, la Società Italiana di Neurologia lancerà una campagna di sensibilizzazione sui propri canali social** (Facebook, Instagram e Twitter) per rispondere alle domande generiche (non si effettuano consulenze mediche online) che arriveranno dagli utenti attraverso l'interazione con i post o con le storie della campagna social e inviando messaggi privati sugli account Instagram, Twitter e sulla pagina Facebook della Società Italiana di Neurologia.



< Alzheimer: Colloqui gratuiti con una squadra di 10 psicologi per i familiari dei pazienti  
La Commissione europea ha autorizzato il vaccino anti-Covid-19 adattato Spikevax XBB.1.5  
>

Error loading this resource  
**Quali le responsabilità e le prossime sfide che attendono i fisioterapisti? – Melania Salina**

Error loading this resource  
**Presidente, lei ha chiesto al ministro Schillaci di inserire la figura dell'ingegnere clinico all'interno del tavolo tecnico (Dm70/Dm77). Perché questo è un passo che lei ritiene fondamentale? – Umberto Nocco**

Error loading this resource  
**Il nuovo Tavolo per il Dm 70 e Dm 77 integra rappresentanze sindacali e ordinistiche atte a favorire una maggiore integrazione tra ospedale e territorio. Qual è nel concreto il valore aggiunto di questo rafforzamento?**

Error loading this resource  
**GUARDA TUTTI I VIDEO di Panorama della sanità**



LINK: <http://www.agipress.it/agipress-news/salute/medicina/neurologia-prevenire-le-malattie-del-sistema-nervoso.html>

**NOTA! Questo sito utilizza i cookie e tecnologie simili.**  
Se non si modificano le impostazioni del browser, l'utente accetta.

Approvo

Scuola, aumenti mensili...  
Ministro Zangrillo, ...

Arrivano le zanzare, dif...

CHI È AGIPRESS    SERVIZI OFFERTI    DOVE SIAMO    CONTATTI    MAPPA DEL SITO

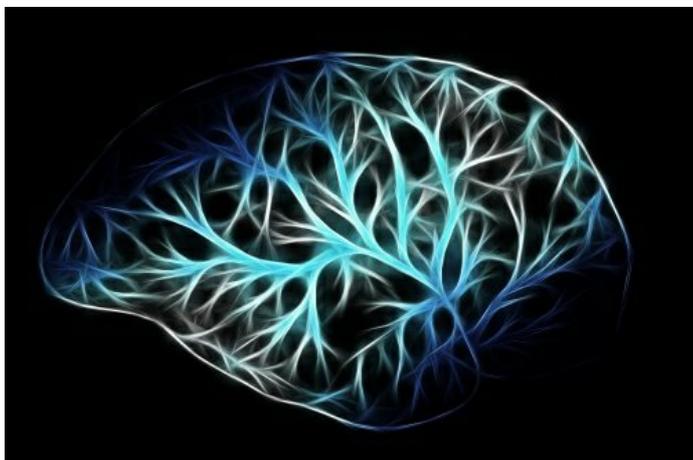
Cerca...



Home / Salute / Medicina / Neurologia, prevenire le malattie del sistema nervoso

## Neurologia, prevenire le malattie del sistema nervoso

Venerdì, 15 Settembre 2023 11:50    Scritto da Redazione    dimensione font - +



Publicato in Medicina

Letto 59 volte

Stampa

Email

Vota questo articolo



(1 Vota)

Etichettato sotto

neurologia,



Redazione

AGIPRESS - Dalla Malattia di Alzheimer a quella di Parkinson, dall'Ictus cerebrale alla Sclerosi Multipla, dall'epilessia, alle malattie neuromuscolari fino all'emicrania e ai disturbi del sonno: questi alcuni dei **disturbi neurologici** che, secondo l'**Organizzazione Mondiale della Sanità**, colpiscono ben 1 miliardo di persone nel mondo. In Italia oltre 7 milioni di persone soffrono di emicrania, 12 di disturbi del sonno e sono oltre 1.200.000 le persone affette da demenza, di cui 720mila da Alzheimer; 800mila sono i pazienti con conseguenze invalidanti da Ictus, patologia che ogni anno fa registrare 180mila nuovi casi, mentre 400mila quelli colpiti da malattia di Parkinson, 130mila circa quelli affetti da sclerosi multipla e 100mila quelli colpiti da malattie neuromuscolari. Adottare uno **stile di vita sano** è il primo passo per prendersi cura del proprio cervello, ma la prevenzione passa anche e soprattutto dal consulto con lo specialista di riferimento: il neurologo, l'unico in grado di comprendere lo straordinario ingranaggio del sistema nervoso. "Proteggere il nostro cervello – dichiara il **Prof. Alfredo Berardelli, Presidente della SIN Società Italiana Neurologia** – significa non solo modificare errate abitudini di vita di cui siamo spesso inconsapevoli, ma anche non sottovalutare sintomi e manifestazioni che possano indicare un disturbo che il neurologo sa invece subito riconoscere. La diagnosi precoce rappresenta una potente arma di prevenzione perchè riconoscendo tempestivamente un disturbo è possibile mettere in atto interventi volti a limitare gravi conseguenze. Nelle malattie neurodegenerative croniche, ad esempio, la ricerca ha fatto importanti passi in avanti nello sviluppo di metodi per individuare marcatori biologici che consentono di identificare molte di tali malattie in una fase precoce, anche anni prima dei primi sintomi clinici". AGIPRESS

Ultima modifica il Venerdì, 15 Settembre 2023 12:08



### K2 COMMENTS

#### LE ULTIME NEWS



Bce, mosse sbagliate e tardive

Settembre 15, 2023



Neurologia, prevenire le malattie del si...

Settembre 15, 2023



Agopuntura e sport, un talk per saperne ...

Settembre 15, 2023



Per i padroni dei cani tempi duri

Settembre 15, 2023



Chianti Banca, bene la semestrale

Settembre 14, 2023



Confesercenti su bonus benzina: "so...

Settembre 14, 2023



Innovazione, Italia eccellenza ma i rice...

Settembre 14, 2023



Per ciechi e ipovedenti, la Judo Academy...

Settembre 14, 2023



Diabete e celiachia in età pediatrica, a...

Settembre 14, 2023



Superbonus, per Cna necessaria proroga p...

Settembre 13, 2023



Crollo dei lavoratori

LINK: <https://www.gazzetta.it/salute/19-09-2023/da-ictus-ad-alzheimer-la-prevenzione-e-la-sfida-dei-neurologi.shtml>

G

CALCIO

MOTORI

TENNIS

CICLISMO

ALTRI SPORT

...



IL FOCUS



# Da ictus ad Alzheimer, la prevenzione è la sfida dei neurologi

Gazzetta  
**ACTIVE**

Gazzetta  
Active:  
tutte le notizie



Salute: tutte  
le notizie



Ma anche Parkinson, Sclerosi multipla, epilessia. Questi sono alcuni dei disturbi neurologici che, secondo l'Organizzazione mondiale della Sanità, colpiscono ben 1 miliardo di persone nel mondo. E che secondo i neurologi potrebbero essere prevenuti correggendo i principali fattori di rischio...

Giuseppe Di Giovanni

19 settembre - MILANO

Prevenire le malattie del sistema nervoso è la sfida che la Società italiana di Neurologia (Sin) lancia in occasione della Seconda Giornata nazionale della Neurologia che si celebra il 22 settembre. Dalla malattia di Alzheimer al Parkinson, dall'ictus cerebrale alla Sclerosi multipla, dall'epilessia alle malattie neuromuscolari fino all'emicrania e ai disturbi del sonno: sono alcuni dei disturbi neurologici che, secondo l'Organizzazione mondiale della Sanità, colpiscono ben 1 miliardo di persone nel mondo. E che secondo i neurologi potrebbero essere prevenuti correggendo i principali fattori di rischio. In Italia oltre 7 milioni di persone soffrono di emicrania, 12 di disturbi del sonno, oltre 1.200.000 di demenza, di cui 720mila da Alzheimer; 800mila i pazienti con conseguenze invalidanti da ictus, patologia che ogni anno registra 180mila nuovi casi, mentre 400mila quelli colpiti da malattia di Parkinson, 130mila circa quelli affetti da sclerosi multipla e 100mila quelli colpiti da malattie neuromuscolari, ricorda una nota Sin. Adottare uno stile di vita sano è il primo passo per prendersi cura del proprio cervello, ma la prevenzione passa anche e soprattutto dal consulto con lo specialista di riferimento: il neurologo, l'unico in grado di comprendere lo straordinario ingranaggio del sistema nervoso.

LEGGI ANCHE

## **Parkinson: secondo uno studio può avere origine dall'intestino**

**ABITUDINI DI VITA ERRATE** – "Proteggere il nostro cervello – dichiara Alfredo Berardelli, presidente della Sin - significa non solo modificare errate abitudini di vita di cui siamo spesso inconsapevoli, ma anche non sottovalutare sintomi e manifestazioni che possano indicare un disturbo che il neurologo sa invece subito riconoscere. La diagnosi precoce rappresenta una potente arma di prevenzione perché riconoscendo tempestivamente un disturbo è possibile mettere in atto interventi volti a limitare gravi conseguenze. Nelle malattie neurodegenerative croniche, ad esempio - prosegue - la ricerca ha fatto importanti passi in avanti nello

sviluppo di metodi per individuare marcatori biologici che consentono di identificare molte di tali malattie in una fase precoce, anche anni prima dei primi sintomi clinici". Ed è proprio in occasione della Giornata della Neurologia che la Sin annuncia, per la prima volta, il suo nuovo Ambassador, l'attore e musicista Stefano Fresi. Volto noto al grande pubblico grazie a numerosi successi cinematografici, tra cui il film `Smetto quando voglio´, Fresi supporterà la Sin nelle sue iniziative di informazione e sensibilizzazione sulle malattie neurologiche. E ancora: il 22 settembre, la Sin lancerà una campagna di sensibilizzazione sui propri canali social (Facebook, Instagram e Twitter) per rispondere alle domande generiche (non si effettuano consulenze mediche online) che arriveranno dagli utenti attraverso l'interazione con i post o con le storie della campagna social e inviando messaggi privati sugli account Instagram, Twitter e sulla pagina Facebook della Società italiana di Neurologia.



Salute: tutte le notizie



Active: tutte le notizie

19 settembre - 10:02

© RIPRODUZIONE RISERVATA

## POTRESTI ESSERTI PERSO

### ANNUNCI PPN

#### RCS MediaGroup S.p.A.

Via Angelo Rizzoli, 8 - 20132 Milano.

Copyright 2023 © Tutti i diritti riservati. CF, Partita I.V.A. e Iscrizione al Registro delle Imprese di Milano n.12086540155. R.E.A. di Milano: 1524326 Capitale sociale € 270.000.000,00 ISSN 2499-3093

#### Sito del Gruppo RCS

[Abitare](#)  
[Amica](#)  
[CheAutoCompro](#)  
[Corriere della Sera](#)  
[Iodonna](#)  
[Living](#)  
[Oggi](#)  
[RCS Academy Sport](#)  
[Quimamme](#)  
[Doveviaggi](#)  
[Style](#)  
[El Mundo](#)  
[Marca](#)  
[Codici sconto](#)  
[Comparazione prezzi](#)

#### Corporate

[RCS Mediagroup](#)  
[Fondazione Corriere](#)  
[Fondazione Cannavò](#)  
[Per pubblicità:](#)  
[CAIRORCS MEDIA SpA](#)

#### Links utili

[Sitemap](#)  
[Redazione](#)  
[Cookie policy e privacy](#)  
[Preferenze sui cookie](#)  
[Dichiarazione di accessibilità](#)

LINK: <https://www.giornaletrentino.it/salute-e-benessere/stefano-fresi-nuovo-ambassador-della-societ%C3%A0-di-neurologia-1.3583559>

## IL TRENTINO

lunedì, 18 settembre 2023

Comuni: Trento Rovereto Riva Arco Altre località



Altre

Salute e Benessere Viaggiart Scienza e Tecnica Ambiente ed Energia Terra e Gusto Qui Europa Speciali

### Le ultime ●



Home page > Salute e Benessere > Stefano Fresi nuovo ambassador della...

## Stefano Fresi nuovo ambassador della Società di Neurologia

18 settembre 2023

(ANSA) - ROMA, 18 SET - L'attore e musicista Stefano Fresi è il nuovo ambassador della Società Italiana di Neurologia (Sin). Lo ha annunciato la società scientifica alla vigilia della Giornata Nazionale della Neurologia che si celebra il 22 settembre.

Fresi, noto al grande pubblico grazie a numerosi successi cinematografici, tra cui il film "Smetto quando voglio", supporter la Sin nelle sue iniziative di informazione e sensibilizzazione sulle malattie neurologiche.

"Siamo estremamente grati a Stefano Fresi per la disponibilità a sostenere la Società Italiana di Neurologia nel suo impegno contro le malattie neurologiche", ha affermato in una nota il presidente della Sin Alfredo Berardelli. "Avere un personaggio così famoso e talentuoso, per noi neurologi grande motivo di orgoglio". (ANSA).

### I più letti



Investito da un'auto mentre correva sul Garda, morto il prorettore del Politecnico Federico Bucci



Il labirinto più grande delle Dolomiti fa il pienone di visitatori



È morto Franco Frattini, presidente del Consiglio di Stato ed ex ministro degli Esteri



Sebastiano Dallabrida, dall'officina ai campi di famiglia a Vigolo Vattaro



Val di Sole, radiocollare e monitorato un giovane esemplare di orso

## Video



### SALUTE-E-BENESSERE

Una 'cuffia' riduce le infezioni da pacemaker



### SALUTE-E-BENESSERE

Giornata del malato, Bambino Gesù'



### SALUTE-E-BENESSERE

Alimentazione: l'intestino "Sesto senso per la felicità"



### SALUTE-E-BENESSERE

Medici e infermieri ballano per i piccoli pazienti dell'Ospedale Meyer di Firenze (2)

## Scuola & Ricerca

### ARTE

Australia: l'Università di Canberra restituirà all'Italia reperti archeologici che erano stati sottratti

### IL CASO

Genitori fanno ricorso al Tar per far ripetere l'anno scolastico al figlio

### ISTRUZIONE

Università, conti in rosso fino a 15 milioni di euro. Sindacati e opposizione all'attacco

## In primo piano

### SISMA

Terremoto  
nella  
notte,  
paura in  
Toscana ...



### STRADE

Trattore  
con  
rimorchio  
si ribalta:  
statale...



### S.I.E. S.p.A.

Società Iniziative Editoriali  
Via Missioni Africane n. 17  
38121 Trento  
P.I. 01568000226

Progetto Covid  
Progetto Europa  
Redazione  
Scriveteci  
Rss/xml  
Pubblicità  
Privacy Policy  
Cookie Policy  
Comunicati stampa

### Social media



LINK: <https://www.insaluteneWS.it/in-salute/giornata-nazionale-della-neurologia-il-ruolo-della-prevenzione-i-consigli-per-le-patologie-piu-diffuse...>

Home Chi siamo Magazine ▾ Contatti



Home Medicina ▾ Ricerca Nutrizione Fitness Psicologia Sessuologia Società Attualità Ambiente e Territorio  
Scienza e Tecnologia Sicurezza

SEGUICI SU:



MEDICINA / NEUROLOGIA



ARTICOLO PRECEDENTE

Una scoperta dei ricercatori UniTO arricchisce il puzzle sulla formazione dei pianeti

Q Digita il termine da cercare e premi invio

L'EDITORIALE



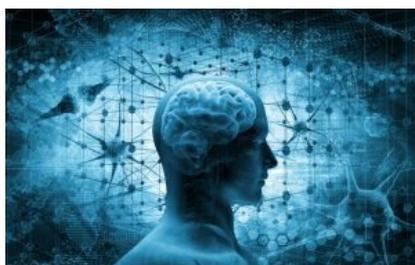
L'arma letale dell'indifferenza di Nicoletta Cocco

Google ha designato **insaluteneWS.it** come **organizzazione giornalistica europea** in base alla definizione della Direttiva UE 2019/790 sul diritto d'autore e sui diritti connessi nel mercato unico digitale

## Giornata nazionale della Neurologia, il ruolo della prevenzione. I consigli per le patologie più diffuse

DI **INSALUTENEWS.IT** · 15 SETTEMBRE 2023

**Sin**  
SOCIETÀ ITALIANA DI NEUROLOGIA



Roma, 15 settembre 2023 – Prevenire le malattie del sistema nervoso è la sfida che la Società Italiana di Neurologia (SIN) lancia in occasione della II Giornata Nazionale della Neurologia che si celebra il 22 settembre.

Dalla Malattia di Alzheimer a quella di Parkinson, dall'Ictus cerebrale alla Sclerosi Multipla, dall'epilessia, alle malattie neuromuscolari fino all'emicrania e ai disturbi del sonno: questi alcuni dei disturbi neurologici che, secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, colpiscono ben 1 miliardo di persone nel mondo.

In Italia oltre 7 milioni di persone soffrono di emicrania, 12 di disturbi del sonno e sono oltre 1.200.000 le persone affette da demenza, di cui 720mila da Alzheimer; 800mila sono i pazienti con conseguenze invalidanti da Ictus, patologia che ogni anno fa registrare 180mila nuovi casi, mentre 400mila quelli colpiti da malattia di Parkinson, 130mila circa quelli affetti da sclerosi multipla e 100mila quelli colpiti da malattie neuromuscolari.

Adottare uno stile di vita sano è il primo passo per prendersi cura del

## SESSUOLOGIA



Sesso controverso, calma piatta tra le lenzuola. Quali le cause e come riaccendere il fuoco della passione  
di Marco Rossi

## COMUNICATI STAMPA



Chirurgia maxillo-facciale, a Verona i maggiori esperti internazionali  
15 SET, 2023



Nuovo ACN per la Medicina generale convenzionata. Speranza (CISL Medici): "Gettate le basi per avvio trattative"  
15 SET, 2023



Oscar della Scienza, il "New Horizons in Physics Prize" a Marko Simonović (UniFirenze)  
14 SET, 2023



Ddl screening in età pediatrica per diabete 1 e celiachia. ADI: "Ottima

proprio cervello, ma la prevenzione passa anche e soprattutto dal consulto con lo specialista di riferimento: il neurologo, l'unico in grado di comprendere lo straordinario ingranaggio del sistema nervoso.

"Proteggere il nostro cervello – dichiara il prof. Alfredo Berardelli, Presidente della SIN – significa non solo modificare errate abitudini di vita di cui siamo spesso inconsapevoli, ma anche non sottovalutare sintomi e manifestazioni che possano indicare un disturbo



Prof. Alfredo Berardelli

che il neurologo sa invece subito riconoscere. La diagnosi precoce rappresenta una potente arma di prevenzione perché riconoscendo tempestivamente un disturbo è possibile mettere in atto interventi volti a limitare gravi conseguenze. Nelle malattie neurodegenerative croniche, ad esempio, la ricerca ha fatto importanti passi in avanti nello sviluppo di metodi per individuare marcatori biologici che consentono di identificare molte di tali malattie in una fase precoce, anche anni prima dei primi sintomi clinici".

## Ecco alcuni consigli per le patologie neurologiche più diffuse

### Ictus cerebrale

Fino al 90% dei casi di ictus potrebbero essere evitati correggendo i principali fattori di rischio che, da soli e più spesso in combinazione tra loro, portano all'evento ictale: ipertensione arteriosa, obesità, diabete, fumo, sedentarietà ed alcune alterazioni cardiovascolari. Il trattamento dell'ipertensione dimezza il rischio di ictus, la perdita di peso lo fa calare del 19% e l'abbandono del fumo del 12%.

### Demenze e Malattia di Alzheimer

La correzione di fattori di rischio per patologie come ipertensione, diabete, obesità, osteoartrite e abitudini di vita quali l'abuso di fumo e la scarsa attività fisica riduce il rischio anche di Malattia di Alzheimer.

L'attività fisica aerobica moderata (almeno 3 ore alla settimana per almeno 25 settimane consecutive) è in grado di migliorare le prestazioni cognitive, sia nei soggetti sani sia in quelli con deficit cognitivi. Il fattore neurotrofico BDNF, prodotto durante l'attività fisica, riduce l'accumulo cerebrale di beta amiloide, principale biomarker della malattia di Alzheimer.

Anche la dieta mediterranea ha un valore protettivo e così l'allenamento mentale con attività come la lettura, lo studio di una nuova lingua o di uno strumento musicale o il cimentarsi in un passatempo stimolante, che ritardano la demenza in soggetti con iniziale declino cognitivo. Le attività cognitive implicano infatti la continua creazione di nuove reti neuronali determinando la cosiddetta "riserva cognitiva" in grado di contrastare il danno da decadimento cognitivo naturale e patologico.

notizia, ci aiuta a intervenire tempestivamente"

14 SET, 2023



Donazione midollo, al via la settimana di sensibilizzazione "Match it now!": obiettivo 500mila iscritti al Registro italiano

14 SET, 2023



Analisi genetica per identificare precocemente 500 malattie pediatriche. Primo programma in Italia di screening neonatale

13 SET, 2023



Vaccinazione anti-Covid 2023, le raccomandazioni delle Società scientifiche

13 SET, 2023



Longevity Run, ultima tappa a Forte dei Marmi. Visite gratuite dagli specialisti del Gemelli

13 SET, 2023



Congresso ACOI: "Chirurgo è razza in estinzione, 41,8 % vuole abbandonare la professione"

13 SET, 2023

## L'importanza del sonno nelle malattie neurologiche

La mancanza di una buona qualità del sonno ha un impatto significativo sulla salute: la frammentazione del sonno delle apnee morfeiche ad esempio facilita la formazione di placche arteriosclerotiche. Le apnee ostruttive, tra i disturbi del sonno più comuni, tendono infatti ad associarsi ad un elevato rischio cardio-cerebro-vascolare e a ictus.

Alla Malattia di Parkinson sono legati i cosiddetti RBD (Rem behaviour disorders), cioè disturbi del comportamento nella fase del sonno REM (quella in cui si sogna). Gli RBD portano allo sviluppo delle sinucleinopatie che caratterizzano non solo il Parkinson ma anche l'atrofia multisistemica o la demenza a corpi di Lewy ed è soprattutto quest'ultima a presentare una correlazione peculiare: almeno l'80% dei pazienti con RBD sviluppa sinucleinopatia entro 10 anni dall'esordio dei disturbi

## Malattia di Parkinson

Nella malattia di Parkinson, la prevenzione deve al più presto arginare lo sviluppo della disabilità motoria con esercizio fisico e intensa attività mentale.

Alcuni fattori di rischio come l'esposizione a contaminanti ambientali ormai ubiquitari come il Trichloroetilene noto come trielina sono insidiosi.

L'alimentazione deve essere particolare: i pasti iperproteici interferiscono con l'assorbimento dei farmaci (ad es.: Levodopa), con conseguente ridotta efficacia della terapia. E' sempre preferibile una dieta prevalentemente vegetariana. L'alimentazione deve essere povera di colesterolo e la cosiddetta dieta mediterranea ricca dei grassi insaturi dell'olio d'oliva riduce i disturbi cognitivi della malattia.

## Sclerosi multipla

Nella sclerosi multipla, malattia neuroinfiammatoria e neurodegenerativa del sistema nervoso centrale a patogenesi autoimmune, una corretta diagnosi corretta e un controllo ottimale sin dalle fasi iniziali grazie ai numerosi trattamenti oggi disponibili consente di ridurre in maniera significativa il rischio di disabilità a lungo termine di questi pazienti.

Associare alle terapie uno stile di vita sano che preveda una dieta regolare e mediterranea, l'astensione da abitudini che promuovono meccanismi "infiammatori" del sistema immunitario come l'assunzione di alcol e fumo, lo svolgimento di una regolare attività fisica con la maggior esposizione possibile alla luce solare e la supplementazione con vitamina D, costituiscono strategie adiuvanti fondamentali per il controllo della malattia.

## Malattie neuromuscolari

La prevenzione delle malattie neuromuscolari richiede percorsi articolati e mirati perché oggi è possibile prevenire sia le forme acquisite come la neuropatia diabetica sia varie forme genetiche come la SMA (atrofia muscolare spinale) mediante screening neonatale.



Chirurgia Plastica Rigenerativa,  
Congresso internazionale a Roma  
13 SET, 2023



Sclerosi sistemica, torna la Giornata  
del ciclamino a sostegno della ricerca  
scientifica  
13 SET, 2023



Infermieristica, calo di iscrizioni.  
Nursing Up: "L'Italia rischia di perdere  
il 30% di operatori sanitari nei  
prossimi tre anni"  
13 SET, 2023



Sepsi, principale causa di morte in  
terapia intensiva. Elemento chiave la  
prevenzione  
12 SET, 2023



Scuola, 10 consigli dagli specialisti  
dell'ospedale Bambino Gesù  
11 SET, 2023



È facile capire come ciò richieda l'intervento di Centri neuromuscolari esperti in grado di offrire percorsi di diagnosi e cura multidisciplinari. Una volta identificata la forma, acquisita o genetica primaria che sia, i pazienti e le loro famiglie possono avvalersi di una consulenza clinica e/o genetica che permette una gestione tempestiva della forma individuata con un piano assistenziale-terapeutico mirato che può prevenire la progressione della patologia cambiando letteralmente il destino del paziente.



Condividi la notizia con i tuoi amici

[Torna alla home page](#)

Salva come PDF

Tag: Alfredo Berardelli, demenze, ictus cerebrale, malattia di Alzheimer, malattia di Parkinson, malattie neurologiche, malattie neuromuscolari, Sclerosi Multipla, sistema nervoso

*Le informazioni presenti in sito devono servire a migliorare, e non a sostituire, il rapporto medico-paziente. In nessun caso sostituiscono la consulenza medica specialistica. Ricordiamo a tutti i pazienti visitatori che in caso di disturbi e/o malattie è sempre necessario rivolgersi al proprio medico di base o allo specialista.*

#### POTREBBE ANCHE INTERESSARTI...



Oncologia,  
l'innovazione preme  
sulla spesa sanitaria.  
Più risorse per  
garantire l'accesso  
equo a tutti i pazienti  
8 NOV, 2016

Trasfusione, prof.  
Franchi: "Atto  
abbastanza inutile.  
Emorragia post  
partum caso diverso"  
5 SET, 2022

Diagnosi e  
trattamento, le nuove  
frontiere della  
Pediatria. Corso di  
formazione SIPPS  
25 FEB, 2019

LINK: [https://www.quotidianosanita.it/scienza-e-farmaci/articolo.php?articolo\\_id=116669](https://www.quotidianosanita.it/scienza-e-farmaci/articolo.php?articolo_id=116669)

Redazione | Pubblicità | Contatti

quotidiano**sanità**.it

Scienza e Farmaci

Quotidiano on line  
di informazione sanitaria  
Lunedì 18 SETTEMBRE 2023 **QS**

Home | Cronache | Governo e Parlamento | Regioni e Asl | Lavoro e Professioni | Scienza e Farmaci | Studi e Analisi | Archivio

segui **quotidiano**sanità**.it**



[Tweet](#) [Condividi](#) [Condividi 1](#) [Stampa](#)

## Neurologia. La sfida della Sin: “Prevenire le malattie del sistema nervoso”

**“Adottare uno stile di vita sano è il primo passo per prendersi cura del proprio cervello, ma la prevenzione passa anche e soprattutto dal consulto del neurologo, specialista di riferimento”. Dalla Società Italiana di Neurologia, in occasione della II Giornata Nazionale della Neurologia che si celebra il 22 settembre, arrivano alcuni consigli per le patologie neurologiche più diffuse**



**18 SET** - Dalla Malattia di Alzheimer a quella di Parkinson, dall'Ictus cerebrale alla Sclerosi Multipla, dall'epilessia, alle malattie neuromuscolari fino all'emicrania e ai disturbi del sonno: questi alcuni dei disturbi neurologici che, secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, colpiscono ben 1 miliardo di persone nel mondo.

In Italia oltre 7 milioni di persone soffrono di emicrania, 12 di disturbi del sonno sono oltre 1.200.000 le persone affette da demenza, di cui 720mila da Alzheimer; 800mila sono i pazienti con conseguenze invalidanti da Ictus, patologia che ogni anno fa registrare 180mila nuovi casi, mentre 400mila quelli colpiti da malattia di Parkinson, 130mila circa quelli affetti da sclerosi multipla e 100mila quelli colpiti da malattie neuromuscolari.

Prevenire le malattie del sistema nervoso è quindi la sfida che la **Società Italiana di Neurologia (Sin)** lancia in occasione della II Giornata Nazionale della Neurologia che si celebra il 22 settembre.

Adottare uno stile di vita sano, sottolinea la Sin “è il primo passo per prendersi cura del proprio cervello, ma la prevenzione passa anche e soprattutto dal consulto con lo specialista di riferimento: il neurologo, l'unico in grado di comprendere lo straordinario ingranaggio del sistema nervoso”.

“Proteggere il nostro cervello – dichiara il Prof. **Alfredo Berardelli**, Presidente della Sin – significa non solo modificare errate abitudini di vita di cui siamo spesso inconsapevoli, ma anche non sottovalutare sintomi e manifestazioni che possano indicare un disturbo che il neurologo sa invece subito riconoscere. La diagnosi precoce rappresenta una potente arma di prevenzione perché riconoscendo tempestivamente un disturbo è possibile mettere in atto interventi volti a limitare gravi conseguenze. Nelle malattie neurodegenerative croniche, ad esempio, la ricerca ha fatto importanti passi in avanti nello sviluppo di metodi per individuare marcatori biologici che consentono di identificare molte di tali malattie in una fase precoce, anche anni prima dei primi sintomi clinici”.

**Dalla Sin arrivano alcuni consigli per le patologie neurologiche più diffuse.**

**Ictus cerebrale.** Fino al 90% dei casi di ictus potrebbero essere evitati correggendo i principali fattori di rischio che, da soli e più spesso in combinazione tra loro, portano all'evento ictale: ipertensione arteriosa, obesità, diabete, fumo, sedentarietà ed alcune alterazioni cardiovascolari. Il trattamento dell'ipertensione dimezza il rischio di ictus, la perdita di peso lo fa calare del 19% e l'abbandono del fumo del 12%.

**Demenze e malattia di Alzheimer** La correzione di fattori di rischio per patologie come ipertensione, diabete, obesità, osteoartrite e abitudini di vita quali l'abuso di fumo e la scarsa attività fisica riduce il rischio anche di Malattia di Alzheimer.

L'attività fisica aerobica moderata (almeno 3 ore alla settimana per almeno 25 settimane consecutive) è in grado di migliorare le prestazioni cognitive, sia nei soggetti sani sia in quelli con deficit cognitivi. Il fattore neurotrofico BDNF, prodotto durante l'attività fisica, riduce l'accumulo cerebrale di beta amiloide, principale biomarker della malattia di Alzheimer.

Anche la dieta mediterranea ha un valore protettivo e così l'allenamento mentale con attività come la lettura, lo studio di una nuova lingua o di uno strumento musicale o il cimentarsi in un passatempo stimolante, che ritardano la demenza in soggetti con iniziale declino cognitivo. Le attività cognitive implicano infatti la continua creazione di nuove reti neuronali determinando la cosiddetta “riserva cognitiva” in grado di contrastare il danno da decadimento cognitivo naturale e patologico.

**L'importanza del sonno nelle malattie neurologiche** La mancanza di una buona qualità del sonno ha

**QS** newsletter

**ISCRIVITI ALLA NOSTRA NEWS LETTER**

Ogni giorno sulla tua mail tutte le notizie di  
Quotidiano Sanità.

**QS** gli speciali



Verso la manovra. Altro che risparmi, il Ssn già oggi fa miracoli. Esiti sopra la media UE a fronte di un sottofinanziamento e carenze di personale

tutti gli speciali

**iPiùLetti [7 giorni] [30 giorni]**

- 1 I professori universitari di Medicina nei ruoli chiave del Ssn: posso avere qualche perplessità?
- 2 Ridurre i tagli alla pensione di reversibilità
- 3 Professioni sanitarie sempre meno attrattive. Calano le domande per i test d'ammissione ai corsi di laurea per gli infermieri -10,5%

un impatto significativo sulla salute: la frammentazione del sonno delle apnee morfeiche ad esempio facilita la formazione di placche arteriosclerotiche. Le apnee ostruttive, tra i disturbi del sonno più comuni, tendono infatti ad associarsi ad un elevato rischio cardio-cerebro-vascolare e a ictus.

Alla Malattia di Parkinson sono legati i cosiddetti RBD (Rem behaviour disorders), cioè disturbi del comportamento nella fase del sonno REM (quella in cui si sogna). Gli RBD portano allo sviluppo delle sinucleinopatie che caratterizzano non solo il Parkinson ma anche l'atrofia multisistemica o la demenza a corpi di Lewy ed è soprattutto quest'ultima a presentare una correlazione peculiare: almeno l'80% dei pazienti con RBD sviluppa sinucleinopatia entro 10 anni dall'esordio dei disturbi

**Malattia di Parkinson** Nella malattia di Parkinson, la prevenzione deve al più presto arginare lo sviluppo della disabilità motoria con esercizio fisico e intensa attività mentale.

Alcuni fattori di rischio come l'esposizione a contaminanti ambientali ormai ubiquitari come il Trichloroetilene noto come trielina sono insidiosi.

L'alimentazione deve essere particolare: i pasti iperproteici interferiscono con l'assorbimento dei farmaci (ad es.: Levodopa), con conseguente ridotta efficacia della terapia. E' sempre preferibile una dieta prevalentemente vegetariana. L'alimentazione deve essere povera di colesterolo e la cosiddetta dieta mediterranea ricca dei grassi insaturi dell'olio d'oliva riduce i disturbi cognitivi della malattia.

**Sclerosi multipla** Nella sclerosi multipla, malattia neuroinfiammatoria e neurodegenerativa del sistema nervoso centrale a patogenesi autoimmune, una corretta diagnosi corretta e un controllo ottimale sin dalle fasi iniziali grazie ai numerosi trattamenti oggi disponibili

consente di ridurre in maniera significativa il rischio di disabilità a lungo termine di questi pazienti. Associare alle terapie uno stile di vita sano che preveda una dieta regolare e mediterranea, l'astensione da abitudini che promuovono meccanismi "infiammatori" del sistema immunitario come l'assunzione di alcol e fumo, lo svolgimento di una regolare attività fisica con la maggior esposizione possibile alla luce solare e la supplementazione con vitamina D, costituiscono strategie adiuvanti fondamentali per il controllo della malattia.

**Malattie neuromuscolari** La prevenzione delle malattie neuromuscolari richiede percorsi articolati e mirati perché oggi è possibile prevenire sia le forme acquisite come la neuropatia diabetica sia varie forme genetiche come la SMA (atrofia muscolare spinale) mediante screening neonatale. E' facile capire come ciò richieda l'intervento di Centri neuromuscolari esperti in grado di offrire percorsi di diagnosi e cura multidisciplinari. Una volta identificata la forma, acquisita o genetica primaria che sia, i pazienti e le loro famiglie possono avvalersi di una consulenza clinica e/o genetica che permette una gestione tempestiva della forma individuata con un piano assistenziale-terapeutico mirato che può prevenire la progressione della patologia cambiando letteralmente il destino del paziente.

Il 22 settembre, la Società Italiana di Neurologia lancerà una campagna di sensibilizzazione sui propri canali social (Facebook, Instagram e Twitter) per rispondere alle domande generiche (non si effettuano consulenze mediche online) che arriveranno dagli utenti

18 settembre 2023  
© Riproduzione riservata

#### Altri articoli in Scienza e Farmaci



**Come comunicare con i/le pazienti LGBT+? Ecco le linee di indirizzo dell'Iss per il personale sanitario**



**Ema. Nove nuovi farmaci approvati nel meeting di settembre**



**Hiv/Aids. Ecdc: "Ancora lontani da obiettivi Unaid 2025. Più sforzi per test, cure e lotta a stigma"**



**Giornata Mondiale della sicurezza del paziente. Cattani (Farmindustria): "Da sempre partner nel processo di cura, in una proficua sinergia per migliorare il percorso terapeutico"**



**Cervello. Traumi subiti in età precoce accelerano declino cognitivo**



**Resistenza antimicrobica. Report Ocs: una infezione su 5 non risponde ai trattamenti, causando 79.000 morti l'anno. 6.500 solo in Italia: 2,4 quelli provocati da Tbc, influenza e Hiv insieme**

- 4 Debutta in Veneto l'infermiere di famiglia. In arrivo la delibera
- 5 Chirurghi. "I giovani non scelgono più di fare il chirurgo. Perse quest'anno circa 200 borse di studio". L'allarme dell'Acoi
- 6 Specializzazioni. Il 18% dei posti disponibili non assegnati o abbandonati. Tor Vergata punta sull'orientamento
- 7 Covid. Fimmg incontra Vaia e spunta l'ipotesi dello smart working per gli asintomatici
- 8 Slittano le specializzazioni mediche. Mur nel caos, medici nel limbo
- 9 I giovani medici non vogliono fare i chirurghi. E come biasimarli?
- 10 Aifa. Arrivano le direttive del Ministero della Salute sugli obiettivi da perseguire

Quotidianosanità.it  
Quotidiano online  
d'informazione sanitaria.  
QS Edizioni srl  
P.I. 12298601001

**Direttore responsabile**  
Luciano Fassari

**Direttore editoriale**  
Francesco Maria Avitto

Sede legale:

**Presidente**

Tel. (+39) 06.89.27.28.41

[info@qsedizioni.it](mailto:info@qsedizioni.it)

[redazione@qsedizioni.it](mailto:redazione@qsedizioni.it)

Coordinamento Pubblicità  
[commerciale@qsedizioni.it](mailto:commerciale@qsedizioni.it)

Joint Venture

- SICS srl
- Edizioni

Health Communication srl

Copyright 2013 © QS Edizioni srl.

Tutti i diritti sono riservati  
- P.I. 12298601001  
- iscrizione al ROC n. 23387  
- iscrizione Tribunale di Roma n.  
115/3013 del 22/05/2013

Chi sceglie di proseguire nella navigazione su questo sito oppure di chiudere questo banner, esprime il consenso all'uso dei cookie. [Privacy Policy](#)

**Prosegui**

LINK: <https://www.imgpress.it/attualita/giornata-nazionale-della-neurologia-societa-italiana-di-neurologia-sottolinea-il-ruolo-della-prevenzione-n...>



HOME | ATTUALITÀ | POLITICA | INCHIESTA | CULTURE | L'INTERVISTA | L'EROE | SPORT | GALLERY

CAFFETTERIA | QUESTA È LA STAMPA | TECNOLOGIA | STRACULT | LIBRI | PERSONAGGIO DEL GIORNO

ULTIMA NOTIZIA > [ Settembre 16, 2023 ] Sanità, Nursing Up. Giornata Mondiale per la Sicurezza

HOME > ATTUALITÀ > GIORNATA NAZIONALE DELLA NEUROLOGIA: SOCIETÀ ITALIANA DI NEUROLOGIA SOTTOLINEA IL RUOLO DELLA PREVENZIONE NELLA LOTTA ALLE MALATTIE DEL SISTEMA NERVOSO

# GIORNATA NAZIONALE DELLA NEUROLOGIA: SOCIETÀ ITALIANA DI NEUROLOGIA SOTTOLINEA IL RUOLO DELLA PREVENZIONE NELLA LOTTA ALLE MALATTIE DEL SISTEMA NERVOSO

Settembre 16, 2023 Attualità

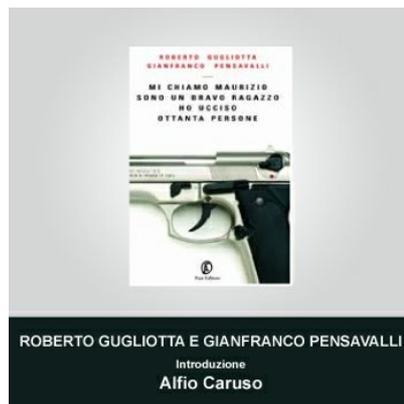
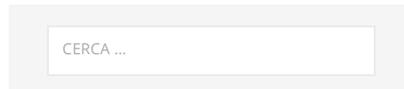


cropped image of man using wheelchair on street

*Prevenire le malattie del sistema nervoso è la sfida che la Società Italiana di Neurologia (SIN) lancia in occasione della II Giornata Nazionale della Neurologia che si celebra il 22 settembre.*

**Dalla Malattia di Alzheimer a quella di Parkinson, dall'Ictus cerebrale alla Sclerosi Multipla, dall'epilessia, alle malattie neuromuscolari fino all'emicrania e ai disturbi del sonno: questi alcuni dei disturbi neurologici che, secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, colpiscono ben 1 miliardo di persone nel mondo.**

In Italia oltre **7 milioni di persone soffrono di emicrania, 12 di disturbi del sonno** e sono oltre **1.200.000 le persone affette da demenza, di cui 720mila da Alzheimer; 800mila**



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

sono i pazienti con conseguenze invalidanti da **Ictus**, patologia che ogni anno fa registrare **180mila nuovi casi**, mentre **400mila quelli colpiti da malattia di Parkinson**, **130mila** circa quelli affetti da **sclerosi multipla** e **100mila** quelli colpiti da **malattie neuromuscolari**.

*Adottare uno **stile di vita sano** è il primo passo per prendersi cura del proprio cervello, ma la **prevenzione passa anche e soprattutto dal consulto con lo specialista di riferimento: il neurologo**, l'unico in grado di comprendere lo straordinario ingranaggio del sistema nervoso.*

*"Proteggere il nostro cervello – **dichiara il Prof. Alfredo Berardelli, Presidente della SIN** – significa non solo modificare errate abitudini di vita di cui siamo spesso inconsapevoli, ma anche **non sottovalutare sintomi e manifestazioni** che possano indicare un disturbo che il neurologo sa invece subito riconoscere. La **diagnosi precoce** rappresenta una potente arma di prevenzione perchè riconoscendo tempestivamente un disturbo è possibile mettere in atto interventi volti a limitare gravi conseguenze. **Nelle malattie neurodegenerative croniche**, ad esempio, la ricerca ha fatto importanti passi in avanti nello sviluppo di **metodi per individuare marcatori biologici** che consentono di identificare molte di tali malattie in una **fase precoce**, anche anni prima dei primi sintomi clinici".*

## ECCO ALCUNI CONSIGLI PER LE PATOLOGIE NEUROLOGICHE PIÙ DIFFUSE.

### ICTUS CEREBRALE.

**Fino al 90% dei casi di ictus potrebbero essere evitati** correggendo i principali fattori di rischio che, da soli e più spesso in combinazione tra loro, portano all'evento ictale: ipertensione arteriosa, obesità, diabete, fumo, sedentarietà ed alcune alterazioni cardiovascolari.

Il trattamento dell'ipertensione dimezza il rischio di ictus, la perdita di peso lo fa calare del 19% e l'abbandono del fumo del 12%.

### DEMENZE e malattia di ALZHEIMER

**La correzione di fattori di rischio** per patologie come ipertensione, diabete, obesità, osteoartrite e abitudini di vita quali l'abuso di fumo e la scarsa attività fisica riduce il rischio anche di Malattia di Alzheimer.

L'attività fisica aerobica moderata (almeno 3 ore alla settimana per almeno 25 settimane consecutive) è in grado di migliorare le prestazioni cognitive, sia nei soggetti sani sia in quelli con deficit cognitivi. Il fattore neurotrofico BDNF, prodotto durante l'attività fisica, riduce l'accumulo cerebrale di beta amiloide, principale biomarker della malattia di Alzheimer.

Anche la dieta mediterranea ha un valore protettivo e così l'allenamento mentale con attività come la lettura, lo studio di una nuova lingua o di uno strumento musicale o il cimentarsi in un passatempo stimolante, che ritardano la demenza in soggetti con iniziale declino cognitivo. Le attività cognitive implicano infatti la continua creazione di nuove reti neuronali determinando la cosiddetta "riserva cognitiva" in grado di contrastare il danno da decadimento cognitivo naturale e patologico.

### L'IMPORTANZA DEL SONNO NELLE MALATTIE NEUROLOGICHE



Intervista a Giovanna Vizzaccaro e Roberto Gugliotta sul loro...  
ga('send', 'pageview');

La mancanza di una buona qualità del sonno ha un impatto significativo sulla salute: la frammentazione del sonno delle apnee morfeiche ad esempio facilita la formazione di placche arteriosclerotiche. Le apnee ostruttive, tra i disturbi del sonno più comuni, tendono infatti ad associarsi ad un elevato rischio cardio-cerebro-vascolare e a ictus.

Alla Malattia di Parkinson sono legati i cosiddetti RBD (Rem behaviour disorders), cioè disturbi del comportamento nella fase del sonno REM (quella in cui si sogna). Gli RBD portano allo sviluppo delle sinucleinopatie che caratterizzano non solo il Parkinson ma anche l'atrofia multisistemica o la demenza a corpi di Lewy ed è soprattutto quest'ultima a presentare una correlazione peculiare: almeno l'80% dei pazienti con RBD sviluppa sinucleinopatia entro 10 anni dall'esordio dei disturbi

## MALATTIA DI PARKINSON

Nella malattia di Parkinson, la prevenzione deve al più presto arginare lo sviluppo della disabilità motoria con esercizio fisico e intensa attività mentale.

Alcuni fattori di rischio come l'esposizione a contaminanti ambientali ormai ubiquitari come il Trichloroetilene noto come trielina sono insidiosi.

L'alimentazione deve essere particolare: i pasti iperproteici interferiscono con l'assorbimento dei farmaci (ad es.: Levodopa), con conseguente ridotta efficacia della terapia. E' sempre preferibile una dieta prevalentemente vegetariana. L'alimentazione deve essere povera di colesterolo e la cosiddetta dieta mediterranea ricca dei grassi insaturi dell'olio d'oliva riduce i disturbi cognitivi della malattia.

## SCLEROSI MULTIPLA

Nella sclerosi multipla, malattia neuroinfiammatoria e neurodegenerativa del sistema nervoso centrale a patogenesi autoimmune, una corretta diagnosi e un controllo ottimale sin dalle fasi iniziali grazie ai numerosi trattamenti oggi disponibili consente di ridurre in maniera significativa il rischio di disabilità a lungo termine di questi pazienti. Associare alle terapie uno stile di vita sano che preveda una dieta regolare e mediterranea, l'astensione da abitudini che promuovono meccanismi "infiammatori" del sistema immunitario come l'assunzione di alcol e fumo, lo svolgimento di una regolare attività fisica con la maggior esposizione possibile alla luce solare e la supplementazione con vitamina D, costituiscono strategie adjuvanti fondamentali per il controllo della malattia.

## MALATTIE NEUROMUSCOLARI

La prevenzione delle malattie neuromuscolari richiede percorsi articolati e mirati perché oggi è possibile prevenire sia le forme acquisite come la neuropatia diabetica sia varie forme genetiche come la SMA (atrofia muscolare spinale) mediante screening neonatale.

E' facile capire come ciò richieda l'intervento di Centri neuromuscolari esperti in grado di offrire percorsi di diagnosi e cura multidisciplinari. Una volta identificata la forma, acquisita o genetica primaria che sia, i pazienti e le loro famiglie possono avvalersi di una consulenza clinica e/o genetica che permette una gestione tempestiva della forma individuata con un piano assistenziale-terapeutico mirato che può prevenire la progressione della patologia cambiando letteralmente il destino del paziente.

## CAMPAGNA SOCIAL SIN

Il **22 settembre**, la Società Italiana di Neurologia lancerà una campagna di sensibilizzazione sui propri canali social (**Facebook, Instagram e Twitter**) per rispondere alle domande generiche (*non si effettuano consulenze mediche online*) che arriveranno dagli utenti attraverso l'interazione con i post o con le storie della campagna **social** e inviando messaggi privati sugli account Instagram, Twitter e sulla pagina Facebook della **Società**

## L'attore Stefano Fresi nuovo Ambassador della SIN

L'attore Stefano Fresi nuovo Ambassador della **SIN** Condividi Roma, 18 settembre 2023 - Prevenire le malattie del sistema nervoso è la sfida che la Società Italiana di Neurologia (**SIN**) lancia in occasione della II Giornata Nazionale della Neurologia che si celebra il 22 settembre. Dalla Malattia di Alzheimer a quella di Parkinson, dall'Ictus cerebrale alla Sclerosi Multipla, dall'epilessia, alle malattie neuromuscolari fino all'emicrania e ai disturbi del sonno: questi alcuni dei disturbi neurologici che, secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, colpiscono ben 1 miliardo di persone nel mondo. In Italia oltre 7 milioni di persone soffrono di emicrania, 12 di disturbi del sonno e sono oltre 1.200.000 le persone affette da demenza, di cui 720mila da Alzheimer; 800mila sono i pazienti con conseguenze invalidanti da Ictus, patologia che ogni anno fa registrare 180mila nuovi casi, mentre 400mila quelli colpiti da malattia di Parkinson, 130mila circa quelli affetti da sclerosi multipla e 100mila quelli colpiti da malattie neuromuscolari. Adottare uno stile di vita sano è il primo passo per prendersi cura del proprio cervello, ma la prevenzione passa anche e soprattutto dal consulto con lo specialista di riferimento: il neurologo, l'unico in grado di comprendere lo straordinario ingranaggio del sistema nervoso. 'Proteggere il nostro cervello -dichiara il Prof. **Alfredo Berardelli**, Presidente della **SIN**- significa non solo modificare errate abitudini di vita di cui siamo spesso inconsapevoli, ma anche non sottovalutare sintomi e manifestazioni che possano indicare un disturbo che il neurologo sa invece subito riconoscere. La diagnosi precoce rappresenta una potente arma di prevenzione perchè riconoscendo tempestivamente un disturbo è possibile mettere in atto interventi volti a limitare gravi conseguenze. Nelle malattie neurodegenerative croniche, ad esempio, la ricerca ha fatto importanti passi in avanti nello sviluppo di metodi per individuare marcatori biologici che consentono di identificare molte di tali malattie in una fase precoce, anche anni prima dei primi sintomi clinici. Ed è proprio in occasione della **Giornata della Neurologia** che la **SIN** annuncia, per la prima volta, il suo nuovo Ambassador, l'attore e musicista Stefano Fresi. Volto noto al grande pubblico grazie a numerosi successi cinematografici, tra cui il film 'Smetto quando voglio', Fresi supporterà la **SIN** nelle sue iniziative di informazione e sensibilizzazione sulle malattie neurologiche. 'Siamo estremamente grati a Stefano Fresi - commenta il Prof. Berardelli - per la disponibilità a sostenere la **Società Italiana di Neurologia** nel suo impegno contro le malattie neurologiche. Avere un personaggio così famoso e talentuoso, è per noi neurologi grande motivo di orgoglio.' ECCO ALCUNI CONSIGLI PER LE PATOLOGIE NEUROLOGICHE PIÙ DIFFUSE. ICTUS CEREBRALE. Fino al 90% dei casi di ictus potrebbero essere evitati correggendo i principali fattori di rischio che, da soli e più spesso in combinazione tra loro, portano all'evento ictale: ipertensione arteriosa, obesità, diabete, fumo, sedentarietà ed alcune alterazioni cardiovascolari. Il trattamento dell'ipertensione dimezza il rischio di ictus, la perdita di peso lo fa calare del 19% e l'abbandono del fumo del 12%. DEMENZE e malattia di ALZHEIMER La correzione di fattori di rischio per patologie come ipertensione, diabete, obesità, osteoartrite e abitudini di vita quali l'abuso di fumo e la scarsa attività fisica riduce il rischio anche di Malattia di Alzheimer. L'attività fisica aerobica moderata (almeno 3 ore alla settimana per almeno 25 settimane consecutive) è in grado di migliorare le prestazioni cognitive, sia nei soggetti sani sia in quelli con deficit cognitivi. Il fattore neurotrofico BDNF, prodotto durante l'attività fisica, riduce l'accumulo cerebrale di beta amiloide, principale biomarker della malattia

di Alzheimer. Anche la dieta mediterranea ha un valore protettivo e così l'allenamento mentale con attività come la lettura, lo studio di una nuova lingua o di uno strumento musicale o il cimentarsi in un passatempo stimolante, che ritardano la demenza in soggetti con iniziale declino cognitivo. Le attività cognitive implicano infatti la continua creazione di nuove reti neuronali determinando la cosiddetta 'riserva cognitiva' in grado di contrastare il danno da decadimento cognitivo naturale e patologico.

**L'IMPORTANZA DEL SONNO NELLE MALATTIE NEUROLOGICHE** La mancanza di una buona qualità del sonno ha un impatto significativo sulla salute: la frammentazione del sonno delle apnee morfeiche ad esempio facilita la formazione di placche arteriosclerotiche. Le apnee ostruttive, tra i disturbi del sonno più comuni, tendono infatti ad associarsi ad un elevato rischio cardio-cerebro-vascolare e a ictus. Alla Malattia di Parkinson sono legati i cosiddetti RBD (Rem behaviour disorders), cioè disturbi del comportamento nella fase del sonno REM (quella in cui si sogna). Gli RBD portano allo sviluppo delle sinucleinopatie che caratterizzano non solo il Parkinson ma anche l'atrofia multisistemica o la demenza a corpi di Lewy ed è soprattutto quest'ultima a presentare una correlazione peculiare: almeno l'80% dei pazienti con RBD sviluppa sinucleinopatia entro 10 anni dall'esordio dei disturbi.

**MALATTIA DI PARKINSON** Nella malattia di Parkinson, la prevenzione deve al più presto arginare lo sviluppo della disabilità motoria con esercizio fisico e intensa attività mentale. Alcuni fattori di rischio come l'esposizione a contaminanti ambientali ormai ubiquitari come il Trichloroetilene noto come trielina sono insidiosi. L'alimentazione deve essere particolare: i pasti iperproteici interferiscono con l'assorbimento dei farmaci (ad es.: Levodopa), con conseguente ridotta efficacia della terapia. E' sempre preferibile una dieta prevalentemente vegetariana. L'alimentazione deve essere povera di colesterolo e la cosiddetta dieta mediterranea ricca dei grassi insaturi dell'olio d'oliva riduce i disturbi cognitivi della malattia.

**SCLEROSI MULTIPLA** Nella sclerosi multipla, malattia neuroinfiammatoria e neurodegenerativa del sistema nervoso centrale a patogenesi autoimmune, una corretta diagnosi e un controllo ottimale **sin** dalle fasi iniziali grazie ai numerosi trattamenti oggi disponibili consente di ridurre in maniera significativa il rischio di disabilità a lungo termine di questi pazienti. Associare alle terapie uno stile di vita sano che preveda una dieta regolare e mediterranea, l'astensione da abitudini che promuovono meccanismi 'infiammatori' del sistema immunitario come l'assunzione di alcol e fumo, lo svolgimento di una regolare attività fisica con la maggior esposizione possibile alla luce solare e la supplementazione con vitamina D, costituiscono strategie adjuvanti fondamentali per il controllo della malattia.

**MALATTIE NEUROMUSCOLARI** La prevenzione delle malattie neuromuscolari richiede percorsi articolati e mirati perché oggi è possibile prevenire sia le forme acquisite come la neuropatia diabetica sia varie forme genetiche come la SMA (atrofia muscolare spinale) mediante screening neonatale. E' facile capire come ciò richieda l'intervento di Centri neuromuscolari esperti in grado di offrire percorsi di diagnosi e cura multidisciplinari. Una volta identificata la forma, acquisita o genetica primaria che sia, i pazienti e le loro famiglie possono avvalersi di una consulenza clinica e/o genetica che permette una gestione tempestiva della forma individuata con un piano assistenziale-terapeutico mirato che può prevenire la progressione della patologia cambiando letteralmente il destino del paziente.

**CAMPAGNA SOCIAL SIN** Il 22 settembre, la **Società Italiana di Neurologia** lancerà una campagna di sensibilizzazione sui propri canali social (Facebook, Instagram e Twitter) per rispondere alle domande generiche (non si effettuano consulenze mediche online) che arriveranno dagli utenti attraverso l'interazione con i post o con le storie della campagna sociale inviando messaggi privati sugli account Instagram, Twitter e sulla

pagina Facebook della Società Italiana di Neurologia. Pubblicato 18 Settembre 2023 in Salute da

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

LINK: [https://www.ilsecoloxix.it/salute/2023/09/21/news/neurologia\\_alzheimer\\_parkinson\\_sin-415307935/](https://www.ilsecoloxix.it/salute/2023/09/21/news/neurologia_alzheimer_parkinson_sin-415307935/)

SEZIONI CERCA

VETRINA ABBONATI

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

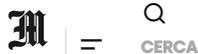
## SALUTE

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

LINK: [https://www.ilmessaggero.it/salute/focus/emicrania\\_cura\\_chip\\_stimolatore impiantabile\\_come\\_funziona-7641666.html](https://www.ilmessaggero.it/salute/focus/emicrania_cura_chip_stimolatore impiantabile_come_funziona-7641666.html)

ACCEDI

ABBONATI



ULTIMA ORA >

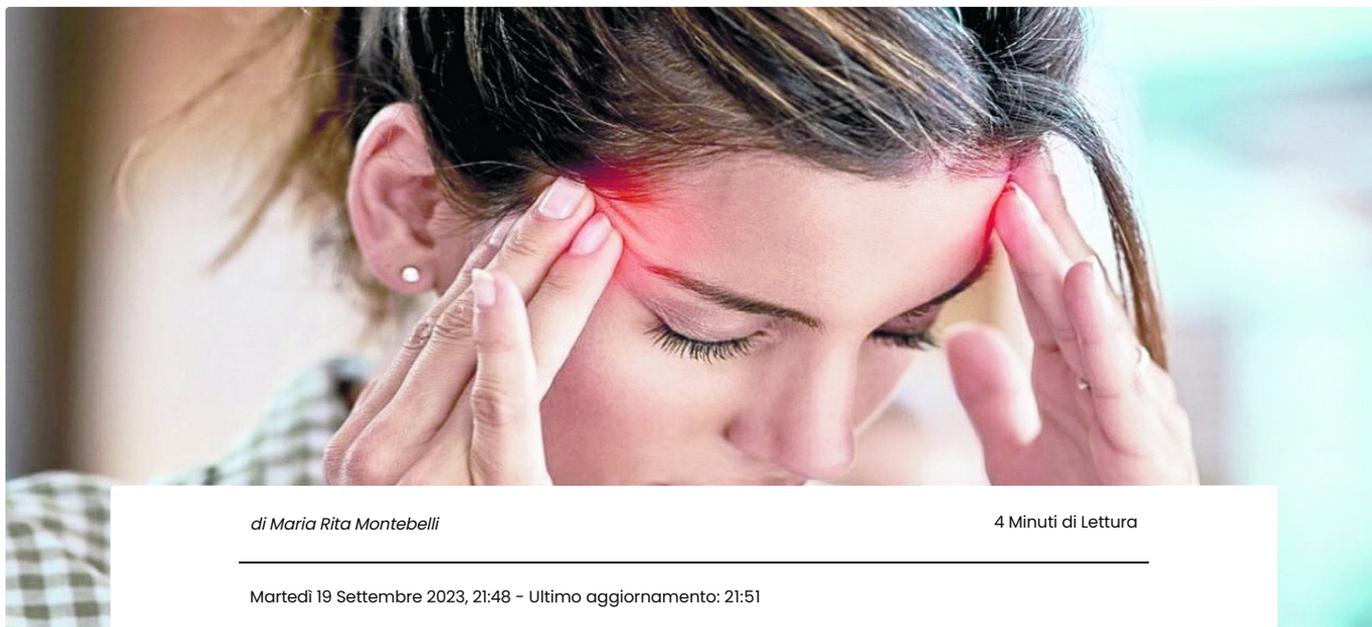
Lo stupro di Palermo

La morte di Prigozhin

Gli aumenti sulla tredicesima

# Emicrania, chip per la cura: come funziona lo stimolatore impiantabile che dialoga con un'app

*Lo strumento messo a punto dall'ateneo di Pisa*



di Maria Rita Montebelli

4 Minuti di Lettura

Martedì 19 Settembre 2023, 21:48 - Ultimo aggiornamento: 21:51

 Articolo riservato agli abbonati



Dalla malattia di **Alzheimer** al Parkinson, dall'ictus cerebrale alla sclerosi multipla, dall'epilessia alle malattie neuromuscolari fino all'**emicrania** e ai disturbi del sonno. Prevenire le malattie del sistema nervoso è la sfida lanciata in occasione della Giornata nazionale della Neurologia che si celebra il 22 settembre. È l'attore e musicista Stefano Fresi il nuovo ambasciatore della Società Italiana di Neurologia.

La patologia più diffusa tra quelle neurologiche, 7 milioni di pazienti, è l'emicrania. Per la quale negli ultimi tempi sono stati fatti incredibili passi in avanti nel trattamento. A patto naturalmente di rivolgersi in un centro specializzato e a specialisti aggiornati.

## L'ATTACCO

adv

L'emicrania cronica è una cefalea persistente per almeno 3 mesi o un mal di testa severo che dura circa quindici giorni al mese. Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, è una delle patologie più invalidanti che esitano, paragonabile alla quadriplegia (paralisi di tutti e quattro gli arti) e alla demenza. E se una cura definitiva per l'emicrania non è ancora stata trovata, di certo oggi i neurologi sono in grado di trattarla in modo più efficace che in passato. Anzi.

Soprattutto negli ultimi due anni. I trattamenti anti- emicrania possono essere mirati a prevenire l'attacco o a stroncarlo il più rapidamente possibile. Tra i primi, i più innovativi sono i farmaci 5-HT1f (lasmiditan), gli antagonisti del CGRP (rimegepant, ubrogepant e il nuovissimo zavegepant somministrato come spray nasale). E se la diidroergotamina non è certo una novità nel trattamento dell'emicrania, lo è però la sua formulazione in spray nasale. Un'altra new entry è rappresentata infine dal celecoxib, farmaco "vintage", utilizzato ampiamente per i dolori artrosici, che di recente si è rivelato di una certa efficacia anche contro alcune forme di emicrania. Negli Usa è disponibile anche in formulazione liquida.

Tra le novità per la prevenzione dell'emicrania figurano invece gli anticorpi monoclonali anti-CGRP, che si iniettano una volta al mese sottocute (erenumab, fremanezumab e galcanezumab) o endovena una volta ogni tre mesi (eptinezumab.b e galcanezumab) o endovena una volta ogni tre mesi (eptinezumab).

Una possibilità di cura alternativa ai farmaci, è la tossina botulinica (Botox), iniettata in alcuni punti specifici per bloccare alcuni nervi, ma che richiede diverse sessioni di somministrazione ogni anno.

Gli ultimi arrivati infine sono i trattamenti di neurostimolazione che inviano impulsi elettrici al nervo occipitale e risultano efficaci in un'elevata percentuale di pazienti emicranici; si tratta però di soluzioni in fase di perfezionamento.

## LA CORRENTE

Ed è proprio questo il campo di cui si occupa il consorzio europeo "TARA", coordinato dall'Università di Pisa, dalla quale arriva la notizia della messa a punto di un prototipo di neurostimolatore impiantabile,

per curare l'emicrania senza farmaci. Ha l'aspetto di un cilindretto dotato di elettrodi, viene impiantato sottocute, tra il collo e la nuca e dialoga con un ricevitore esterno consentendo così di modulare e gestire la generazione degli impulsi elettrici. Il paziente attraverso un'apposita app può scegliere tra un menu di sequenze di impulsi, concordate con lo specialista neurologo, quella più adatta a spegnere la sua emicrania. «Come Università di Pisa, oltre a coordinare il progetto - spiega Massimo Piotto, docente del dipartimento di Ingegneria dell'informazione - abbiamo sviluppato e progettato il chip per la generazione degli impulsi di corrente per gli elettrodi impiantati».

Infine, non va trascurata l'importanza dello stile di vita. Otto ore di riposo filate sono fondamentali, come anche evitare i cibi scatenanti. L'attività fisica, soprattutto all'aperto, aiuta a regolare il ritmo del sonno e dei pasti, mentre una serie di tecniche di rilassamento, dallo yoga, alla meditazione, al biofeedback risultano d'aiuto in molte persone.

## I SEGNALI

«Siamo grati a Stefano Fresi - commenta il professor Alfredo Berardelli, presidente della Società Italiana di Neurologia - per la disponibilità a sostenerci nel nostro impegno contro le malattie neurologiche. Proteggere il nostro cervello significa non solo modificare errate abitudini di vita, di cui siamo spesso inconsapevoli, ma anche non sottovalutare sintomi e manifestazioni che indicano disturbi, che il neurologo sa subito riconoscere. La diagnosi precoce anche in campo neurologico è fondamentale e rappresenta una potente arma di prevenzione che consente di mettere in atto interventi volti a limitare gravi conseguenze».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

## PRIMA PAGINA DI OGGI



COMPRESSE NEL TUO ABBONAMENTO

PIU' LETTE



IL PROVVEDIMENTO

LINK: [https://laprovinciapavese.gelocal.it/salute/2023/09/21/news/neurologia\\_alzheimer\\_parkinson\\_sin-415307935/](https://laprovinciapavese.gelocal.it/salute/2023/09/21/news/neurologia_alzheimer_parkinson_sin-415307935/)

## Disturbi neurologici, la mappa dei rischi e come evitarli

A CURA DI REDAZIONE SALUTE



Il 22 settembre ricorre la Giornata nazionale della Neurologia. Dall'Alzheimer al Parkinson, dall'Ictus alla Sclerosi multipla: le malattie neurologiche colpiscono 1 miliardo di persone al mondo

21 SETTEMBRE 2023 ALLE 15:16



Dalla Malattia di Alzheimer al Parkinson, dall'Ictus cerebrale alla Sclerosi multipla, dall'epilessia, alle malattie neuromuscolari fino all'emigrania e a problemi del sonno: sono alcuni dei disturbi neurologici che, secondo l'Organizzazione mondiale della sanità, colpiscono 1 miliardo di persone nel mondo. Un tema attuale, ancor di più visto che il 22 settembre si celebra la Giornata nazionale della Neurologia, in occasione della quale la Sin (Società italiana di Neurologia) sottolinea "il ruolo della prevenzione nella lotta delle malattie del sistema nervoso", presentando il proprio nuovo ambassador: l'attore **Stefano Fresi**.

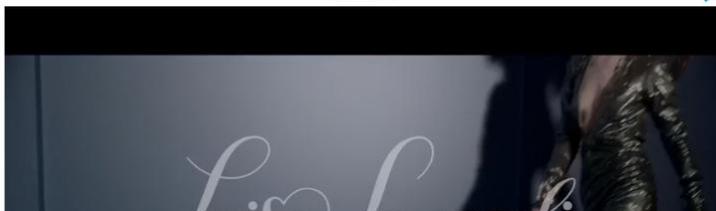
**Parkinson, scoperta una delle cause che scatenano la malattia**



### Disturbi neurologici, quanti italiani ne soffrono

In Italia oltre 7 milioni di persone soffrono di emigrania, 12 milioni di disturbi del sonno, mentre sono più di 1.200.000 quelle affette da demenza, di cui 720mila da Alzheimer. Inoltre, 800mila sono i pazienti con conseguenze invalidanti da Ictus, patologia che ogni anno fa registrare 180mila nuovi casi, e 400mila quelli colpiti da Parkinson. Infine, circa 130mila italiani sono stati colpiti da sclerosi multipla e 100mila da malattie neuromuscolari. Cosa fare dunque per prevenire questi disturbi? Adottare uno stile di vita sano è il primo passo per prendersi cura del proprio cervello, ma la prevenzione passa anche e soprattutto dal consulto con lo specialista di riferimento: il neurologo, l'unico in grado di comprendere lo straordinario ingranaggio del sistema nervoso.

PUBBLICITÀ





"Proteggere il nostro cervello significa non solo modificare errate abitudini di vita di cui siamo spesso inconsapevoli, ma anche non sottovalutare sintomi e manifestazioni che possano indicare un disturbo che il neurologo sa invece subito riconoscere - dice il professor **Alfredo Berardelli**, presidente della Sin -. La diagnosi precoce rappresenta una potente arma di prevenzione perché riconoscendo tempestivamente un disturbo è possibile mettere in atto interventi volti a limitare gravi conseguenze". Nelle malattie neurodegenerative croniche, ad esempio, la ricerca ha fatto importanti passi in avanti nello sviluppo di metodi per individuare marcatori biologici che consentono di identificare molte di tali malattie in una fase precoce, anche anni prima dei primi sintomi clinici.

### Il nuovo volto della Sin

Ed è proprio in occasione della Giornata della Neurologia che la Sin annuncia, per la prima volta, il suo nuovo Ambassador: l'attore e musicista **Stefano Fresi**. Volto noto al grande pubblico grazie a numerosi successi cinematografici, tra cui il film 'Smetto quando voglio', Fresi supporterà la Sin nelle sue iniziative di informazione e sensibilizzazione sulle malattie neurologiche. "Siamo estremamente grati a Stefano Fresi per la disponibilità a sostenere la Società Italiana di Neurologia nel suo impegno contro le malattie neurologiche - sottolinea Berardelli -. Avere un personaggio così famoso e talentuoso, per noi neurologi è grande motivo di orgoglio."

### Disturbi più diffusi, i consigli

**Ictus cerebrale.** Fino al 90% dei casi di ictus potrebbero essere evitati correggendo i principali fattori di rischio che, da soli e più spesso in combinazione tra loro, portano all'evento ictale: ipertensione arteriosa, obesità, diabete, fumo, sedentarietà ed alcune alterazioni cardiovascolari. Il trattamento dell'ipertensione dimezza il rischio di ictus, la perdita di peso lo fa calare del 19% e l'abbandono del fumo del 12%.

### Demenze e malattia di Alzheimer

La correzione di fattori di rischio per patologie come ipertensione, diabete, obesità, osteoartrite e abitudini di vita quali l'abuso di fumo e la scarsa attività fisica riduce il rischio anche di Malattia di Alzheimer. L'attività fisica aerobica moderata (almeno 3 ore alla settimana per almeno 25 settimane consecutive) è in grado di migliorare le prestazioni cognitive, sia nei soggetti sani sia in quelli con deficit cognitivi. Il fattore neurotrofico Bdnf, prodotto durante l'attività fisica, riduce l'accumulo cerebrale di beta amiloide, principale biomarker della malattia di Alzheimer.

Anche la dieta mediterranea ha un valore protettivo, e così l'allenamento mentale con attività come la lettura, lo studio di una nuova lingua o di uno strumento musicale o il cimentarsi in un passatempo stimolante, che ritardano la demenza in soggetti con iniziale declino cognitivo. Le attività cognitive implicano infatti la continua creazione di nuove reti neurali determinando la cosiddetta "riserva cognitiva" in grado di contrastare il danno da decadimento cognitivo naturale e patologico.

## Alzheimer, come capire se si è a rischio e 'allenare' il cervello



### Il sonno

La mancanza di una buona qualità del sonno ha un impatto significativo sulla salute: la frammentazione del sonno delle apnee morfeiche ad esempio facilita la formazione di placche arteriosclerotiche. E le apnee ostruttive, tra i disturbi del sonno più comuni, tendono ad associarsi ad un elevato rischio cardio-cerebrovascolare e a ictus.

Alla Malattia di Parkinson sono legati i cosiddetti Rbd (Rem behaviour disorders), cioè disturbi del comportamento nella fase del sonno Rem (quella in cui si sogna). Gli Rbd portano allo sviluppo delle sinucleinopatie che caratterizzano non solo il Parkinson ma anche l'atrofia multisistemica o la demenza a corpi di Lewy ed è soprattutto quest'ultima a presentare una correlazione peculiare: almeno l'80% dei pazienti con Rbd sviluppa sinucleinopatia entro 10 anni dall'esordio dei disturbi.

### Parkinson

Nella malattia di Parkinson, la prevenzione deve al più presto arginare lo sviluppo della disabilità motoria con esercizio fisico e intensa attività mentale. Alcuni fattori di rischio, come l'esposizione a contaminanti ambientali ormai ubiquitari come il Trichloroetilene noto come trielina sono insidiosi.

L'alimentazione deve essere particolare: i pasti iperproteici interferiscono con l'assorbimento dei farmaci (ad esempio Levodopa), con conseguente ridotta efficacia della terapia. È sempre preferibile una dieta prevalentemente vegetariana. L'alimentazione deve essere povera di colesterolo e la dieta (mediterranea) ricca dei grassi insaturi dell'olio d'oliva riduce i disturbi cognitivi della malattia.

### Sclerosi multipla

Nella sclerosi multipla, malattia neuroinfiammatoria e neurodegenerativa del sistema nervoso centrale a patogenesi autoimmune, una corretta diagnosi, e un controllo ottimale sin dalle fasi iniziali grazie ai numerosi trattamenti disponibili, consente di ridurre in modo significativo il rischio di disabilità a lungo termine dei pazienti. Associare alle terapie uno stile di vita sano che preveda una dieta regolare e mediterranea, l'astensione da abitudini che promuovono meccanismi "infiammatori" del sistema immunitario come l'assunzione di alcol e fumo, lo svolgimento di una regolare attività fisica con la maggior esposizione possibile alla luce solare e la supplementazione con vitamina D, costituiscono strategie che consentono di controllare la sclerosi multipla.

## Rischio demenza, identificati gli undici fattori chiave



### Malattie neuromuscolari

La prevenzione delle malattie neuromuscolari richiede percorsi articolati e mirati perché oggi è possibile prevenire sia le forme acquisite come la neuropatia diabetica sia varie forme genetiche come la Sma (atrofia muscolare spinale)

mediante screening neonatale. È facile capire come ciò richieda l'intervento di Centri neuromuscolari esperti in grado di offrire percorsi di diagnosi e cura multidisciplinari. Una volta identificata la forma, acquisita o genetica primaria che sia, i pazienti e le loro famiglie possono avvalersi di una consulenza clinica e/o genetica che permetta una gestione tempestiva della forma individuata con un piano assistenziale-terapeutico mirato che può prevenire la progressione della patologia cambiando letteralmente il destino del paziente.

### **La campagna social Sin**

Il 22 settembre, la Società Italiana di Neurologia lancerà una campagna di sensibilizzazione sui propri canali social (Facebook, Instagram e Twitter) per rispondere alle domande generiche (non si effettuano consulenze mediche online) che arriveranno dagli utenti attraverso l'interazione con i post o con le storie della campagna social e inviando messaggi privati sugli account Instagram, Twitter e sulla pagina Facebook della Società Italiana di Neurologia.

LINK: <https://www.altoadige.it/salute-e-benessere/stefano-fresi-nuovo-ambassador-della-societ%C3%A0-di-neurologia-1.3583559>

# ALTO ADIGE



Leggi / Abbonati  
Alto Adige



lunedì, 18 settembre 2023



Comuni: Bolzano Merano Laives Bressanone Altre località ■

Salute e Benessere Viaggiart Scienza e Tecnica Ambiente ed Energia Terra e Gusto Qui Europa Immobiliare

## Le ultime ●



Home page > Salute e Benessere > Stefano Fresi nuovo ambassador della...

## Stefano Fresi nuovo ambassador della Società di Neurologia

18 settembre 2023

(ANSA) - ROMA, 18 SET -

L'attore e musicista Stefano Fresi è grave; il nuovo ambassador della Società italiana di Neurologia (Sin). Lo ha annunciato la società scientifica alla vigilia della Giornata Nazionale della Neurologia che si celebra il 22 settembre.

Fresi, noto al grande pubblico grazie a numerosi successi cinematografici, tra cui il film "Smetto quando voglio", supporter della Sin nelle sue iniziative di informazione e sensibilizzazione sulle malattie neurologiche. "Siamo estremamente grati a Stefano Fresi per la disponibilità a sostenere la Società italiana di Neurologia nel suo impegno contro le malattie neurologiche", ha affermato in una nota il presidente della Sin Alfredo Berardelli. "Avere un personaggio così famoso e talentuoso, è per noi neurologi grande motivo di orgoglio". (ANSA).

### I più letti



Bici rubate, boom di denunce a Bolzano: «Il lucchetto non basta più»



Terremoto nella notte, paura in Toscana e Romagna



Lampedusa, il vicesindaco: «I barchini sono una bomba ecologica»



Raid di metà agosto a Bressanone, individuato il responsabile: negozi presi a picconate



Frece Tricolori, il pilota: «Penso solo alla piccola Laura»

## Video



SALUTE-E-BENESSERE

### Una 'cuffia' riduce le infezioni da pacemaker



SALUTE-E-BENESSERE

### Giornata del malato, Bambino Gesù'



SALUTE-E-BENESSERE

### Alimentazione: l'intestino "Sesto senso per la felicità"



SALUTE-E-BENESSERE

### Medici e infermieri ballano per i piccoli pazienti dell'Ospedale Meyer di Firenze (2)

## Altre notizie

**Le donne di 'Una vela per la rinascita' a festival vela solidale**

**Bambini, dolori di crescita legati a rischio di emicrania**

**Stefano Fresi nuovo ambasciator della Società di Neurologia**

**Diabete, svelati i danni nelle cellule del pancreas**

**Covid: geriatri, vaccinare subito 1 milione di over-90 in Italia**

**Effetto clima, salgono i casi febbre del Nilo e Dengue**

**Effetto clima, salgono i casi febbre del Nilo e Dengue**

**Effetto clima, salgono i casi febbre del Nilo e Dengue**

**Giornata lotta alla Sla, Sabatelli: "Su ricerca svolta storica"**

**Iss, i casi di febbre del Nilo salgono a 237 con 13 decessi**

2 3 4 5 ... 10 >

## Attualità

PADOVA

Soccorre il  
figlio  
ubriaco, ma  
il tasso  
alcolico d...



SANITÀ /IN...

Ginecologi:  
Tateo vince  
la causa,  
secondo il  
tribunale fu



**S.I.E. S.p.A.**  
Società Iniziative Editoriali  
Via Missioni Africane n. 17  
38121 Trento  
P.I. 01568000226

Redazione  
Scriveteci  
Rss/xml  
Pubblicità  
Privacy Policy  
Cookie Policy  
Comunicati stampa

## Social media



LINK: [https://www.lastampa.it/salute/2023/09/21/news/neurologia\\_alzheimer\\_parkinson\\_sin-415307935/](https://www.lastampa.it/salute/2023/09/21/news/neurologia_alzheimer_parkinson_sin-415307935/)

## Disturbi neurologici, la mappa dei rischi e come evitarli

a cura di redazione Salute



Il 22 settembre ricorre la Giornata nazionale della Neurologia. Dall'Alzheimer al Parkinson, dall'Ictus alla Sclerosi multipla: le malattie neurologiche colpiscono 1 miliardo di persone al mondo

21 Settembre 2023 alle 15:16

🕒 4 minuti di lettura

Dalla Malattia di Alzheimer al Parkinson, dall'Ictus cerebrale alla Sclerosi multipla, dall'epilessia, alle malattie neuromuscolari fino all'emicrania e a problemi del sonno: sono alcuni dei disturbi neurologici che, secondo l'Organizzazione mondiale della sanità, colpiscono 1 miliardo di persone nel mondo. Un tema attuale, ancor di più visto che il 22 settembre si celebra la Giornata nazionale della Neurologia, in occasione della quale la Sin (Società italiana di Neurologia) sottolinea "il ruolo della prevenzione nella lotta delle malattie del sistema nervoso", presentando il proprio nuovo ambassador: l'attore **Stefano Fresi**.

PUBBLICITÀ



### Parkinson, scoperta una delle cause che scatenano la malattia

15 Settembre 2023



### Disturbi neurologici, quanti italiani ne soffrono

In Italia oltre 7 milioni di persone soffrono di emicrania, 12 milioni di disturbi del sonno, mentre sono più di 1.200.000 quelle affette da demenza, di cui 720mila da Alzheimer. Inoltre, 800mila sono i pazienti con conseguenze invalidanti da Ictus, patologia che ogni anno fa registrare 180mila nuovi casi, e 400mila quelli colpiti da Parkinson. Infine, circa 130mila italiani sono stati colpiti da sclerosi multipla e 100mila da malattie neuromuscolari. Cosa fare dunque per prevenire questi disturbi? Adottare uno stile di vita sano è il primo passo per prendersi cura del proprio cervello,

ma la prevenzione passa anche e soprattutto dal consulto con lo specialista di riferimento: il neurologo, l'unico in grado di comprendere lo straordinario ingranaggio del sistema nervoso.

PUBBLICITÀ



"Proteggere il nostro cervello significa non solo modificare errate abitudini di vita di cui siamo spesso inconsapevoli, ma anche non sottovalutare sintomi e manifestazioni che possano indicare un disturbo che il neurologo sa invece subito riconoscere - dice il professor **Alfredo Berardelli**, presidente della Sin -. La diagnosi precoce rappresenta una potente arma di prevenzione perché riconoscendo tempestivamente un disturbo è possibile mettere in atto interventi volti a limitare gravi conseguenze". Nelle malattie neurodegenerative croniche, ad esempio, la ricerca ha fatto importanti passi in avanti nello sviluppo di metodi per individuare marcatori biologici che consentono di identificare molte di tali malattie in una fase precoce, anche anni prima dei primi sintomi clinici.

### Il nuovo volto della Sin

Ed è proprio in occasione della Giornata della Neurologia che la Sin annuncia, per la prima volta, il suo nuovo Ambassador: l'attore e musicista **Stefano Fresi**. Volto noto al grande pubblico grazie a numerosi successi cinematografici, tra cui il film 'Smetto quando voglio', Fresi supporterà la Sin nelle sue iniziative di informazione e sensibilizzazione sulle malattie neurologiche. "Siamo estremamente grati a Stefano Fresi per la disponibilità a sostenere la Società Italiana di Neurologia nel suo impegno contro le malattie neurologiche - sottolinea Berardelli -. Avere un personaggio così famoso e talentuoso, per noi neurologi è grande motivo di orgoglio."

### Disturbi più diffusi, i consigli

**Ictus cerebrale.** Fino al 90% dei casi di ictus potrebbero essere evitati correggendo i principali fattori di rischio che, da soli e più spesso in combinazione tra loro, portano all'evento ictale: ipertensione arteriosa, obesità, diabete, fumo, sedentarietà ed alcune alterazioni cardiovascolari. Il trattamento dell'ipertensione dimezza il rischio di ictus, la perdita di peso lo fa calare del 19% e l'abbandono del fumo del 12%.

### Demenze e malattia di Alzheimer

La correzione di fattori di rischio per patologie come ipertensione, diabete, obesità, osteoartrite e abitudini di vita quali l'abuso di fumo e la scarsa attività fisica riduce il rischio anche di Malattia di Alzheimer. L'attività fisica aerobica moderata (almeno 3 ore alla settimana per almeno 25 settimane consecutive) è in grado di migliorare le prestazioni cognitive, sia nei soggetti sani sia in quelli con deficit cognitivi. Il fattore neurotrofico Bdnf, prodotto durante l'attività fisica, riduce l'accumulo cerebrale di beta amiloide, principale biomarker della malattia di Alzheimer.

Anche la dieta mediterranea ha un valore protettivo, e così l'allenamento mentale con attività come la lettura, lo studio di una nuova lingua o di uno strumento musicale o il cimentarsi in un passatempo stimolante, che ritardano la demenza in soggetti con iniziale declino cognitivo. Le attività cognitive implicano infatti la continua creazione

di nuove reti neuronali determinando la cosiddetta "riserva cognitiva" in grado di contrastare il danno da decadimento cognitivo naturale e patologico.

## Alzheimer, come capire se si è a rischio e 'allenare' il cervello

DI IRMA D'ARIA  
21 Settembre 2023



### Il sonno

La mancanza di una buona qualità del sonno ha un impatto significativo sulla salute: la frammentazione del sonno delle apnee morfeiche ad esempio facilita la formazione di placche arteriosclerotiche. E le apnee ostruttive, tra i disturbi del sonno più comuni, tendono ad associarsi ad un elevato rischio cardio-cerebro-vascolare e a ictus.

Alla Malattia di Parkinson sono legati i cosiddetti Rbd (Rem behaviour disorders), cioè disturbi del comportamento nella fase del sonno Rem (quella in cui si sogna). Gli Rbd portano allo sviluppo delle sinucleinopatie che caratterizzano non solo il Parkinson ma anche l'atrofia multisistemica o la demenza a corpi di Lewy ed è soprattutto quest'ultima a presentare una correlazione peculiare: almeno l'80% dei pazienti con Rbd sviluppa sinucleinopatia entro 10 anni dall'esordio dei disturbi.

### Parkinson

Nella malattia di Parkinson, la prevenzione deve al più presto arginare lo sviluppo della disabilità motoria con esercizio fisico e intensa attività mentale. Alcuni fattori di rischio, come l'esposizione a contaminanti ambientali ormai ubiquitari come il Trichloroetilene noto come trielina sono insidiosi.

L'alimentazione deve essere particolare: i pasti iperproteici interferiscono con l'assorbimento dei farmaci (ad esempio Levodopa), con conseguente ridotta efficacia della terapia. È sempre preferibile una dieta prevalentemente vegetariana.

L'alimentazione deve essere povera di colesterolo e la dieta (mediterranea) ricca dei grassi insaturi dell'olio d'oliva riduce i disturbi cognitivi della malattia.

### Sclerosi multipla

Nella sclerosi multipla, malattia neuroinfiammatoria e neurodegenerativa del sistema nervoso centrale a patogenesi autoimmune, una corretta diagnosi, e un controllo ottimale sin dalle fasi iniziali grazie ai numerosi trattamenti disponibili, consente di ridurre in modo significativo il rischio di disabilità a lungo termine dei pazienti.

Associare alle terapie uno stile di vita sano che preveda una dieta regolare e mediterranea, l'astensione da abitudini che promuovono meccanismi "infiammatori" del sistema immunitario come l'assunzione di alcol e fumo, lo svolgimento di una regolare attività fisica con la maggior esposizione possibile alla luce solare e la supplementazione con vitamina D, costituiscono strategie che consentono di controllare la sclerosi multipla.

## Rischio demenza, identificati gli undici fattori chiave

DI VALENTINA ARCOVIO  
25 Agosto 2023



### Malattie neuromuscolari

La prevenzione delle malattie neuromuscolari richiede percorsi articolati e mirati perché oggi è possibile prevenire sia le forme acquisite come la neuropatia diabetica sia varie forme genetiche come la Sma (atrofia muscolare spinale) mediante screening neonatale. È facile capire come ciò richieda l'intervento di Centri neuromuscolari esperti in grado di offrire percorsi di diagnosi e cura multidisciplinari. Una volta identificata la forma, acquisita o genetica primaria che sia, i pazienti e le loro famiglie

...mentata la forma, sequenza e genesi primarie del DNA, i pazienti e le loro famiglie possono avvalersi di una consulenza clinica e/o genetica che permetta una gestione tempestiva della forma individuata con un piano assistenziale-terapeutico mirato che può prevenire la progressione della patologia cambiando letteralmente il destino del paziente.

## La campagna social Sin

Il 22 settembre, la Società Italiana di Neurologia lancerà una campagna di sensibilizzazione sui propri canali social (Facebook, Instagram e Twitter) per rispondere alle domande generiche (non si effettuano consulenze mediche online) che arriveranno dagli utenti attraverso l'interazione con i post o con le storie della campagna social e inviando messaggi privati sugli account Instagram, Twitter e sulla pagina Facebook della Società Italiana di Neurologia.

LINK: <https://www.milanofinanza.it/news/giornata-nazionale-della-neurologia-obiettivo-prevenzione-per-la-sin-202309191044268580>

↑ FTSE MIB  
0,69%

↓ SPREAD  
177,97

↑ DOW JONES  
0,02%

↓ DAX  
-0,03%

☰ Menù

Cerca

Accedi

Abbonati

SPECIALE BACKTOWORK

- HOME
  - NOTIZIE
  - MERCATI
  - PATRIMONI
  - MF FASHION
  - NEW
  - CLASS CNBC
  - CLASS TVMODA
  - NEWSLETTER
- SFOGLIA IL GIORNALE

Dall'Italia

🏠 / News / Rapporti & speciali / Giornata Nazionale della Neurologia: obiettivo prevenzione per la SIN

⚡ NATIVE CONTENT Leggi dopo [🔖](#)

# Giornata Nazionale della Neurologia: obiettivo prevenzione per la SIN

di Alice Caccamo

🕒 tempo di lettura 1 min

Prevenire le malattie del sistema nervoso è la sfida che la Società Italiana di Neurologia (SIN) lancia in occasione della II Giornata Nazionale della Neurologia che si celebra il 22 settembre



Dalla Malattia di **Alzheimer** a quella di **Parkinson**, dall'**Ictus cerebrale** alla **Sclerosi Multipla**, dall'**epilessia**, alle **malattie**



**neuromuscolari** fino all'**emicrania** e ai **disturbi del sonno**: questi alcuni dei **disturbi neurologici** che, secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, colpiscono ben 1 miliardo di persone nel mondo. In Italia oltre 7 milioni di persone soffrono di **emicrania**, 12 di **disturbi del sonno** e sono oltre 1.200.000 le persone affette da

**demenza**, di cui 720mila da **Alzheimer**; 800mila sono i pazienti con conseguenze invalidanti da **Ictus**, patologia che ogni anno fa registrare 180mila nuovi casi, mentre 400mila quelli colpiti da malattia di **Parkinson**, 130mila circa quelli affetti da **sclerosi multipla** e 100mila quelli colpiti da **malattie neuromuscolari**. Adottare uno **stile di vita sano** è il primo passo per prendersi **cura** del proprio **cervello**, ma la prevenzione passa anche e soprattutto dal consulto con lo specialista di riferimento: il **neurologo**, l'unico in grado di comprendere lo straordinario ingranaggio del **sistema nervoso**.

“Proteggere il nostro **cervello** – dichiara il professor Alfredo Berardelli, presidente della SIN – significa non solo modificare errate abitudini di **vita** di cui siamo spesso inconsapevoli, ma anche non sottovalutare sintomi e manifestazioni che possano indicare un **disturbo** che il **neurologo** sa invece subito riconoscere. La **diagnosi** precoce rappresenta una potente arma di prevenzione perché riconoscendo tempestivamente un **disturbo** è possibile mettere in atto interventi volti a limitare gravi conseguenze. Nelle **malattie neurodegenerative croniche**, ad esempio, la **ricerca** ha fatto importanti passi in avanti nello sviluppo di metodi per individuare **marcatori biologici** che consentono di identificare molte di tali **malattie** in una fase **precoce**, anche anni prima dei primi **sintomi clinici**”. Il 22 settembre, la Società Italiana di Neurologia lancerà una campagna di **sensibilizzazione** sui propri canali social ( [Facebook](#) , Instagram e Twitter) per rispondere alle domande generiche (non si effettuano consulenze mediche online) che arriveranno dagli utenti attraverso l'interazione con i post o con le storie della campagna social e inviando messaggi privati sugli account Instagram, Twitter e sulla pagina [Facebook](#) della **Società Italiana di Neurologia**.

Orario di pubblicazione: 19/09/2023 10:40

Ultimo aggiornamento: 19/09/2023 10:44

Condividi

### Altre news della sezione Rapporti & speciali

**La CE estende l'indicazione di ERVEBO, vaccino Ebola di MSD**  
di Fabrizia Maselli

**Fitwalking per l'Associazione Italiana contro Leucemie, linfomi e mieloma AIL**  
di Cristina Saja

**Concluso lo studio di Fase III del farmaco a base di acido tauroursodesossicolico**  
di Fabrizia Maselli

LINK: [https://www.ansa.it/canale\\_saluteebenessere/notizie/stili\\_di\\_vita/2023/09/18/stefano-fresi-nuovo-ambassador-della-societa-di-neurologia\\_04e7...](https://www.ansa.it/canale_saluteebenessere/notizie/stili_di_vita/2023/09/18/stefano-fresi-nuovo-ambassador-della-societa-di-neurologia_04e7...)

Menu

Edizione **Italia** ▾

**Abbonati**



**Crisi migranti, i 10 punti di Von der Leyen**  
Come l'Europa aiuterà l'Italia, i 10 punti di Ursula von der Leyen



**Minori e accoglienza: davvero il problema è la legge Zampa?**  
Il magazine



**Ultima chance per ammirare la cometa Nishimura, mal così luminosa**

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

Podcast

La Maddalena, scoperto un capolavoro di Raffaello  
Daily



ANSA.com  
Una scoperta Shiseido ridefinisce l'ovale del viso

Temi caldi Lampedusa Freccia Tricolore Terremoto Migranti Ucraina

Lifestyle Tecnologia Salute & Benessere

/ SALUTE&BENESSERE / Stili di Vita

Naviga :

# Stefano Fresi nuovo ambassador della Società di Neurologia

L'attore impegnato nell'informazione sulle malattie neurologiche

ROMA, 18 settembre 2023, 12:34  
Redazione ANSA

- RIPRODUZIONE RISERVATA



**L**attore e musicista Stefano Fresi è il nuovo ambassador della Società Italiana di Neurologia (Sin). Lo ha annunciato la società scientifica alla vigilia della Giornata Nazionale della Neurologia che si celebra il 22 settembre.

Fresi, noto al grande pubblico grazie a numerosi successi cinematografici, tra cui il film "Smetto quando voglio", supporterà la Sin nelle sue iniziative di informazione e sensibilizzazione sulle malattie neurologiche.

"Siamo estremamente grati a Stefano Fresi per la disponibilità a sostenere la Società Italiana di Neurologia nel suo impegno contro le malattie neurologiche", ha affermato in una nota il presidente della Sin Alfredo Berardelli. "Avere un personaggio così famoso e talentuoso, è per noi neurologi grande motivo di orgoglio".

Riproduzione riservata © Copyright ANSA

#### Condividi



#### Ultima ora

13:12

**Pagano (FI), pronti ad avviare iter premierato entro ottobre**

13:06

**E' morta in ospedale la donna investita da un mezzo Amsa**

12:44

**Franca, a Mentone centro di accoglienza per 200 al giorno**

11:51

**Assassinio a Venezia subito in vetta agli incassi del weekend**

Newsletter ANSA

Veloci, dettagliate, verificate. Nella tua casella mail

Iscriviti alle newsletter

11:47

Accoltellò sei persone ad Assago, pm chiede condanna a 20 anni

## Video >

11:20

Istat, +2% i prezzi delle case nel secondo trimestre



▶ **Terremoto fra Toscana ed Emilia-Romagna, vigili al lavoro**



▶ **Come l'Europa aiuterà l'Italia, i 10 punti di Ursula von der Leyen**



▶ **Mosca ammassa forze a Est. Kiev, "presa Klishchivka"**



▶ **Distress call e luci, le armi contro il bird strike**



# ANSA.it

Periodicità quotidiana - Iscrizione al Registro della Stampa presso il Tribunale di Roma n. 212/1948

P. Iva IT00876481003

Copyright 2023 © ANSA

Tutti i diritti riservati

ANSA Corporate

Profilo societario

Prodotti e Servizi

ANSA nel mondo

**Servizi**

Ultima Ora

Cronaca

Politica

Economia

Mondo

Cultura

**Sport**

ANSA 2030

ANSA Verified

Scuola, Università e Giovani

Lifestyle

Motori

Osservatorio IA

Salute & Benessere

Scienza

Tecnologia

Terra & Gusto

Vaticano

Viaggi

Foto

Video

**Regioni**

Abruzzo

Basilicata

Calabria

ANSAMag

Speciali

Molise

Piemonte

Puglia

[Campania](#)  
[Emilia Romagna](#)  
[Friuli V.G.](#)  
[Lazio](#)  
[Liguria](#)  
[Lombardia](#)  
[Marche](#)

[Sardegna](#)  
[Sicilia](#)  
[Toscana](#)  
[Trentino Alto Adige/Südtirol](#)  
[Umbria](#)  
[Valle d'Aosta](#)  
[Veneto](#)

[English](#)  
[Europa-UE](#)  
[ANSAMed](#)  
[NuovaEuropa](#)  
[Brasil](#)  
[America Latina](#)

[Link utili](#)

[Newsletter](#)  
[Codici Sconto](#)  
[Meteo](#)

[Disclaimer](#) [Privacy & Cookie Policy](#) [Note Legali](#) [Copyright](#) [Gestione Cookie](#)



**Certificazione ISO 9001**

I "processi di Produzione, distribuzione e pubblicazione di notizie giornalistiche in formato multimediale, servizi di informazione e comunicazione giornalistica" ANSA sono certificati in alla normativa internazionale UNI ENI ISO 9001:2015.

[Politica per la qualità](#)

LINK: [https://mattinopadova.gelocal.it/salute/2023/09/21/news/neurologia\\_alzheimer\\_parkinson\\_sin-415307935/](https://mattinopadova.gelocal.it/salute/2023/09/21/news/neurologia_alzheimer_parkinson_sin-415307935/)

## Disturbi neurologici, la mappa dei rischi e come evitarli

A CURA DI REDAZIONE SALUTE



**Il 22 settembre ricorre la Giornata nazionale della Neurologia. Dall'Alzheimer al Parkinson, dall'Ictus alla Sclerosi multipla: le malattie neurologiche colpiscono 1 miliardo di persone al mondo**

21 SETTEMBRE 2023 ALLE 15:16



Dalla Malattia di Alzheimer al Parkinson, dall'Ictus cerebrale alla Sclerosi multipla, dall'epilessia, alle malattie neuromuscolari fino all'emicrania e a problemi del sonno: sono alcuni dei disturbi neurologici che, secondo l'Organizzazione mondiale della sanità, colpiscono 1 miliardo di persone nel mondo. Un tema attuale, ancor di più visto che il 22 settembre si celebra la Giornata nazionale della Neurologia, in occasione della quale la Sin (Società italiana di Neurologia) sottolinea "il ruolo della prevenzione nella lotta delle malattie del sistema nervoso", presentando il proprio nuovo ambassador: l'attore **Stefano Fresi**.

**Parkinson, scoperta una delle cause che scatenano la malattia**



### Disturbi neurologici, quanti italiani ne soffrono

In Italia oltre 7 milioni di persone soffrono di emicrania, 12 milioni di disturbi del sonno, mentre sono più di 1.200.000 quelle affette da demenza, di cui 720mila da Alzheimer. Inoltre, 800mila sono i pazienti con conseguenze invalidanti da Ictus, patologia che ogni anno fa registrare 180mila nuovi casi, e 400mila quelli colpiti da Parkinson. Infine, circa 130mila italiani sono stati colpiti da sclerosi multipla e 100mila da malattie neuromuscolari. Cosa fare dunque per prevenire questi disturbi? Adottare uno stile di vita sano è il primo passo per prendersi cura del proprio cervello, ma la prevenzione passa anche e soprattutto dal consulto con lo specialista di riferimento: il neurologo, l'unico in grado di comprendere lo straordinario ingranaggio del sistema nervoso.

PUBBLICITÀ





"Proteggere il nostro cervello significa non solo modificare errate abitudini di vita di cui siamo spesso inconsapevoli, ma anche non sottovalutare sintomi e manifestazioni che possano indicare un disturbo che il neurologo sa invece subito riconoscere - dice il professor **Alfredo Berardelli**, presidente della Sin -. La diagnosi precoce rappresenta una potente arma di prevenzione perché riconoscendo tempestivamente un disturbo è possibile mettere in atto interventi volti a limitare gravi conseguenze". Nelle malattie neurodegenerative croniche, ad esempio, la ricerca ha fatto importanti passi in avanti nello sviluppo di metodi per individuare marcatori biologici che consentono di identificare molte di tali malattie in una fase precoce, anche anni prima dei primi sintomi clinici.

### Il nuovo volto della Sin

Ed è proprio in occasione della Giornata della Neurologia che la Sin annuncia, per la prima volta, il suo nuovo Ambassador: l'attore e musicista **Stefano Fresi**. Volto noto al grande pubblico grazie a numerosi successi cinematografici, tra cui il film 'Smetto quando voglio', Fresi supporterà la Sin nelle sue iniziative di informazione e sensibilizzazione sulle malattie neurologiche. "Siamo estremamente grati a Stefano Fresi per la disponibilità a sostenere la Società Italiana di Neurologia nel suo impegno contro le malattie neurologiche - sottolinea Berardelli -. Avere un personaggio così famoso e talentuoso, per noi neurologi è grande motivo di orgoglio."

### Disturbi più diffusi, i consigli

**Ictus cerebrale.** Fino al 90% dei casi di ictus potrebbero essere evitati correggendo i principali fattori di rischio che, da soli e più spesso in combinazione tra loro, portano all'evento ictale: ipertensione arteriosa, obesità, diabete, fumo, sedentarietà ed alcune alterazioni cardiovascolari. Il trattamento dell'ipertensione dimezza il rischio di ictus, la perdita di peso lo fa calare del 19% e l'abbandono del fumo del 12%.

### Demenze e malattia di Alzheimer

La correzione di fattori di rischio per patologie come ipertensione, diabete, obesità, osteoartrite e abitudini di vita quali l'abuso di fumo e la scarsa attività fisica riduce il rischio anche di Malattia di Alzheimer. L'attività fisica aerobica moderata (almeno 3 ore alla settimana per almeno 25 settimane consecutive) è in grado di migliorare le prestazioni cognitive, sia nei soggetti sani sia in quelli con deficit cognitivi. Il fattore neurotrofico Bdnf, prodotto durante l'attività fisica, riduce l'accumulo cerebrale di beta amiloide, principale biomarker della malattia di Alzheimer.

Anche la dieta mediterranea ha un valore protettivo, e così l'allenamento mentale con attività come la lettura, lo studio di una nuova lingua o di uno strumento musicale o il cimentarsi in un passatempo stimolante, che ritardano la demenza in soggetti con iniziale declino cognitivo. Le attività cognitive implicano infatti la continua creazione di nuove reti neurali determinando la cosiddetta "riserva cognitiva" in grado di contrastare il danno da decadimento cognitivo naturale e patologico.

**Alzheimer, come capire se si è a rischio e 'allenare' il cervello**





### **Il sonno**

La mancanza di una buona qualità del sonno ha un impatto significativo sulla salute: la frammentazione del sonno delle apnee morfeiche ad esempio facilita la formazione di placche arteriosclerotiche. E le apnee ostruttive, tra i disturbi del sonno più comuni, tendono ad associarsi ad un elevato rischio cardio-cerebrovascolare e a ictus.

Alla Malattia di Parkinson sono legati i cosiddetti Rbd (Rem behaviour disorders), cioè disturbi del comportamento nella fase del sonno Rem (quella in cui si sogna). Gli Rbd portano allo sviluppo delle sinucleinopatie che caratterizzano non solo il Parkinson ma anche l'atrofia multisistemica o la demenza a corpi di Lewy ed è soprattutto quest'ultima a presentare una correlazione peculiare: almeno l'80% dei pazienti con Rbd sviluppa sinucleinopatia entro 10 anni dall'esordio dei disturbi.

### **Parkinson**

Nella malattia di Parkinson, la prevenzione deve al più presto arginare lo sviluppo della disabilità motoria con esercizio fisico e intensa attività mentale. Alcuni fattori di rischio, come l'esposizione a contaminanti ambientali ormai ubiquitari come il Trichloroetilene noto come trielina sono insidiosi.

L'alimentazione deve essere particolare: i pasti iperproteici interferiscono con l'assorbimento dei farmaci (ad esempio Levodopa), con conseguente ridotta efficacia della terapia. È sempre preferibile una dieta prevalentemente vegetariana. L'alimentazione deve essere povera di colesterolo e la dieta (mediterranea) ricca dei grassi insaturi dell'olio d'oliva riduce i disturbi cognitivi della malattia.

### **Sclerosi multipla**

Nella sclerosi multipla, malattia neuroinfiammatoria e neurodegenerativa del sistema nervoso centrale a patogenesi autoimmune, una corretta diagnosi, e un controllo ottimale sin dalle fasi iniziali grazie ai numerosi trattamenti disponibili, consente di ridurre in modo significativo il rischio di disabilità a lungo termine dei pazienti. Associare alle terapie uno stile di vita sano che preveda una dieta regolare e mediterranea, l'astensione da abitudini che promuovono meccanismi "infiammatori" del sistema immunitario come l'assunzione di alcol e fumo, lo svolgimento di una regolare attività fisica con la maggior esposizione possibile alla luce solare e la supplementazione con vitamina D, costituiscono strategie che consentono di controllare la sclerosi multipla.

### **Rischio demenza, identificati gli undici fattori chiave**



### **Malattie neuromuscolari**

La prevenzione delle malattie neuromuscolari richiede percorsi articolati e mirati perché oggi è possibile prevenire sia le forme acquisite come la neuropatia diabetica sia varie forme genetiche come la Sma (atrofia muscolare spinale) mediante screening neonatale. È facile capire come ciò richieda l'intervento di Centri neuromuscolari esperti in grado di offrire percorsi di diagnosi e cura

Centri neuromuscolari esperti in grado di offrire percorsi di diagnosi e cura multidisciplinari. Una volta identificata la forma, acquisita o genetica primaria che sia, i pazienti e le loro famiglie possono avvalersi di una consulenza clinica e/o genetica che permetta una gestione tempestiva della forma individuata con un piano assistenziale-terapeutico mirato che può prevenire la progressione della patologia cambiando letteralmente il destino del paziente.

#### **La campagna social Sin**

Il 22 settembre, la Società Italiana di Neurologia lancerà una campagna di sensibilizzazione sui propri canali social (Facebook, Instagram e Twitter) per rispondere alle domande generiche (non si effettuano consulenze mediche online) che arriveranno dagli utenti attraverso l'interazione con i post o con le storie della campagna social e inviando messaggi privati sugli account Instagram, Twitter e sulla pagina Facebook della Società Italiana di Neurologia.

LINK: <https://www.gloo.it/stefano-fresi-nuovo-ambassador-della-societa-di-neurologia/>



[Entra o registrati](#)



[Home](#)  
[Guida](#)  
[Notizie](#)  
[Gratis](#)

lunedì, 18 Settembre 2023

## Stefano Fresi nuovo ambassador della Società di Neurologia



L'attore e musicista Stefano Fresi è il nuovo ambassador della Società Italiana di Neurologia (Sin). Lo ha annunciato la società scientifica alla vigilia della Giornata Nazionale della Neurologia che si celebra il 22 settembre.

Fresi, noto al grande pubblico grazie a numerosi successi cinematografici, tra cui il film "Smetto quando voglio", supporterà la Sin nelle sue iniziative di informazione e sensibilizzazione sulle malattie neurologiche.

"Siamo estremamente grati a Stefano Fresi per la disponibilità a sostenere la Società Italiana di Neurologia nel suo impegno contro le malattie neurologiche", ha affermato in una nota il presidente della Sin Alfredo Berardelli. "Avere un personaggio così famoso e talentuoso, è per noi neurologi grande motivo di orgoglio".

Riproduzione riservata © Copyright ANSA

[Leggi su ansa.it](#)

# ANSA.IT

Selezionati per te

LINK: [https://www.repubblica.it/salute/2023/09/21/news/neurologia\\_alzheimer\\_parkinson\\_sin-415307935/](https://www.repubblica.it/salute/2023/09/21/news/neurologia_alzheimer_parkinson_sin-415307935/)

MENU | CERCA

ABBONATI

GEDI SMILE |

Seguici su:

CERCA

FESTIVAL DI SALUTE 2022 COVID SPORTELLI CUORE TUMORI PSICOLOGIA ALIMENTAZIONE LONGFORM VIDEO PODCAST CHI SIAMO

adv



# Disturbi neurologici, la mappa dei rischi e come evitarli

Il 22 settembre ricorre la Giornata nazionale della Neurologia. Dall'Alzheimer al Parkinson, dall'Ictus alla Sclerosi multipla: le malattie neurologiche colpiscono 1 miliardo di persone al mondo

a cura di redazione Salute

21 SETTEMBRE 2023 ALLE 15:16 4 MINUTI DI LETTURA

Dalla Malattia di Alzheimer al Parkinson, dall'Ictus cerebrale alla Sclerosi multipla, dall'epilessia, alle malattie neuromuscolari fino all'emicrania e a problemi del sonno: sono alcuni dei disturbi neurologici che, secondo l'Organizzazione mondiale della sanità, colpiscono 1 miliardo di persone nel mondo. Un tema attuale, ancor di più visto che il 22 settembre si celebra la Giornata nazionale della Neurologia, in occasione della quale la Sin (Società italiana di Neurologia) sottolinea "il ruolo della prevenzione nella lotta delle malattie del sistema nervoso", presentando il proprio nuovo ambasciatore: l'attore Stefano Fresi.

**Parkinson, scoperta una delle cause che scatenano la malattia**



15 Settembre 2023

## Disturbi neurologici, quanti italiani ne soffrono

In Italia oltre 7 milioni di persone soffrono di emicrania, 12 milioni di disturbi del sonno, mentre sono più di 1.200.000 quelle affette da demenza, di cui 720mila da Alzheimer. Inoltre, 800mila sono i pazienti con conseguenze invalidanti da Ictus, patologia che ogni anno fa registrare 180mila nuovi casi, e 400mila quelli colpiti da Parkinson. Infine, circa 130mila italiani sono stati colpiti da sclerosi multipla e 100mila da malattie neuromuscolari. Cosa fare dunque per prevenire questi disturbi? Adottare uno stile di vita sano è il primo passo per prendersi cura del proprio cervello, ma la prevenzione passa anche e soprattutto dal consulto con lo specialista di riferimento: il neurologo, l'unico in grado di comprendere lo straordinario ingranaggio del

### GREEN AND BLUE



Zamioculcas, come prendersi cura della "pianta di Padre Pio"

© Riproduzione riservata

### Leggi anche

Parkinson, scoperta una delle cause che scatenano la malattia

Covid, negli Usa il tampone si ordina a domicilio

Prugne, fagioli e melanzane: una dieta ricca di fibre potenzia la risposta immunitaria

### SALUTE



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

sistema nervoso.

"Proteggere il nostro cervello significa non solo modificare errate abitudini di vita di cui siamo spesso inconsapevoli, ma anche non sottovalutare sintomi e manifestazioni che possano indicare un disturbo che il neurologo sa invece subito riconoscere - dice il professor **Alfredo Berardelli**, presidente della Sin -. La diagnosi precoce rappresenta una potente arma di prevenzione perché riconoscendo tempestivamente un disturbo è possibile mettere in atto interventi volti a limitare gravi conseguenze". Nelle malattie neurodegenerative croniche, ad esempio, la ricerca ha fatto importanti passi in avanti nello sviluppo di metodi per individuare marcatori biologici che consentono di identificare molte di tali malattie in una fase precoce, anche anni prima dei primi sintomi clinici.

### Il nuovo volto della Sin

Ed è proprio in occasione della Giornata della Neurologia che la Sin annuncia, per la prima volta, il suo nuovo Ambassador: l'attore e musicista **Stefano Fresi**. Volto noto al grande pubblico grazie a numerosi successi cinematografici, tra cui il film 'Smetto quando voglio', Fresi supporterà la Sin nelle sue iniziative di informazione e sensibilizzazione sulle malattie neurologiche. "Siamo estremamente grati a Stefano Fresi per la disponibilità a sostenere la Società Italiana di Neurologia nel suo impegno contro le malattie neurologiche - sottolinea Berardelli -. Avere un personaggio così famoso e talentuoso, per noi neurologi è grande motivo di orgoglio."

### Disturbi più diffusi, i consigli

**Ictus cerebrale.** Fino al 90% dei casi di ictus potrebbero essere evitati correggendo i principali fattori di rischio che, da soli e più spesso in combinazione tra loro, portano all'evento ictale: ipertensione arteriosa, obesità, diabete, fumo, sedentarietà ed alcune alterazioni cardiovascolari. Il trattamento dell'ipertensione dimezza il rischio di ictus, la perdita di peso lo fa calare del 19% e l'abbandono del fumo del 12%.

### Demenze e malattia di Alzheimer

La correzione di fattori di rischio per patologie come ipertensione, diabete, obesità, osteoartrite e abitudini di vita quali l'abuso di fumo e la scarsa attività fisica riduce il rischio anche di Malattia di Alzheimer. L'attività fisica aerobica moderata (almeno 3 ore alla settimana per almeno 25 settimane consecutive) è in grado di migliorare le prestazioni cognitive, sia nei soggetti sani sia in quelli con deficit cognitivi. Il fattore neurotrofico Bdnf, prodotto durante l'attività fisica, riduce l'accumulo cerebrale di beta amiloide, principale biomarker della malattia di Alzheimer.

Anche la dieta mediterranea ha un valore protettivo, e così l'allenamento mentale con attività come la lettura, lo studio di una nuova lingua o di uno strumento musicale o il cimentarsi in un passatempo stimolante, che ritardano la demenza in soggetti con iniziale declino cognitivo. Le attività cognitive implicano infatti la continua creazione di nuove reti neuronali determinando la cosiddetta "riserva cognitiva" in grado di contrastare il danno da decadimento cognitivo naturale e patologico.

Alzheimer, come capire se si è a rischio e 'allenare' il cervello

Tra le 7 e le 9: è l'orario migliore per muoversi e dimagrire di più

Alzheimer, scoperto il meccanismo che causa la morte delle cellule cerebrali

Dormire di più per vivere meglio (e prevenire il diabete)

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

Alzheimer,  
come  
capire  
se  
si  
è  
a  
rischio  
e



## 'allenare' il cervello

di Irma  
D'Aria  
21  
Settembre  
2023

### Il sonno

La mancanza di una buona qualità del sonno ha un impatto significativo sulla salute: la frammentazione del sonno delle apnee morfeiche ad esempio facilita la formazione di placche arteriosclerotiche. E le apnee ostruttive, tra i disturbi del sonno più comuni, tendono ad associarsi ad un elevato rischio cardio-cerebrovascolare e a ictus.

Alla Malattia di Parkinson sono legati i cosiddetti Rbd (Rem behaviour disorders), cioè disturbi del comportamento nella fase del sonno Rem (quella in cui si sogna). Gli Rbd portano allo sviluppo delle sinucleinopatie che caratterizzano non solo il Parkinson ma anche l'atrofia multisistemica o la demenza a corpi di Lewy ed è soprattutto quest'ultima a presentare una correlazione peculiare: almeno l'80% dei pazienti con Rbd sviluppa sinucleinopatia entro 10 anni dall'esordio dei disturbi.

### Parkinson

Nella malattia di Parkinson, la prevenzione deve al più presto arginare lo sviluppo della disabilità motoria con esercizio fisico e intensa attività mentale. Alcuni fattori di rischio, come l'esposizione a contaminanti ambientali ormai ubiquitari come il Trichloroetilene noto come trielina sono insidiosi.

L'alimentazione deve essere particolare: i pasti iperproteici interferiscono con l'assorbimento dei farmaci (ad esempio Levodopa), con conseguente ridotta efficacia della terapia. È sempre preferibile una dieta prevalentemente vegetariana. L'alimentazione deve essere povera di colesterolo e la dieta (mediterranea) ricca dei grassi insaturi dell'olio d'oliva riduce i disturbi cognitivi della malattia.

### Sclerosi multipla

Nella sclerosi multipla, malattia neuroinfiammatoria e neurodegenerativa del sistema nervoso centrale a patogenesi autoimmune, una corretta diagnosi, e un controllo ottimale sin dalle fasi iniziali grazie ai numerosi trattamenti disponibili, consente di ridurre in modo significativo il rischio di disabilità a lungo termine dei pazienti. Associare alle terapie uno stile di vita sano che preveda una dieta regolare e mediterranea, l'astensione da abitudini che promuovono meccanismi "infiammatori" del sistema immunitario come l'assunzione di alcol e fumo, lo svolgimento di una regolare attività fisica con la maggior esposizione possibile alla luce solare e la supplementazione con vitamina D, costituiscono strategie che consentono di controllare la sclerosi multipla.

## Rischio demenza, identificati gli undici fattori chiave

di Valentina  
Arcovio  
25  
Agosto  
2023



### Malattie neuromuscolari

La prevenzione delle malattie neuromuscolari richiede percorsi

articolati e mirati perché oggi è possibile prevenire sia le forme acquisite come la neuropatia diabetica sia varie forme genetiche come la Sma (atrofia muscolare spinale) mediante screening neonatale. È facile capire come ciò richieda l'intervento di Centri neuromuscolari esperti in grado di offrire percorsi di diagnosi e cura multidisciplinari. Una volta identificata la forma, acquisita o genetica primaria che sia, i pazienti e le loro famiglie possono avvalersi di una consulenza clinica e/o genetica che permetta una gestione tempestiva della forma individuata con un piano assistenziale-terapeutico mirato che può prevenire la progressione della patologia cambiando letteralmente il destino del paziente.

### La campagna social Sin

Il 22 settembre, la Società Italiana di Neurologia lancerà una campagna di sensibilizzazione sui propri canali social (Facebook, Instagram e Twitter) per rispondere alle domande generiche (non si effettuano consulenze mediche online) che arriveranno dagli utenti attraverso l'interazione con i post o con le storie della campagna social e inviando messaggi privati sugli account Instagram, Twitter e sulla pagina Facebook della Società Italiana di Neurologia.

#### Argomenti

neurologia

alzheimer

malattia di Parkinson

sclerosi multipla

epilessia

## IL NETWORK

Espandi ▾

[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.tecnomedicina.it/sin-il-nuovo-ambassador-e-lattore-e-musicista-stefano-fresi/>

Villaggio Tecnologico Tech4Trade Zampe Libere Switch On InnovArte

# TECNOMEDICINA

Home Chi siamo News Informatv Radio Salus Luoghi della Salute

## SIN: il nuovo Ambassador è l'attore e musicista Stefano Fresi

Redazione 18 Settembre 2023

Prevenire le malattie del sistema nervoso è la sfida che la **Società Italiana di Neurologia** lancia in occasione della II Giornata Nazionale della Neurologia che si celebra il 22 settembre.

Print PDF

Dalla Malattia di Alzheimer a quella di Parkinson, dall'Ictus cerebrale alla Sclerosi Multipla, dall'epilessia, alle malattie neuromuscolari fino all'emicrania e ai disturbi del sonno: questi alcuni dei disturbi neurologici che, secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, colpiscono ben 1 miliardo di persone nel mondo.

In Italia oltre 7 milioni di persone soffrono di emicrania, 12 di disturbi del sonno e sono oltre 1.200.000 le persone affette da demenza, di cui 720mila da Alzheimer; 800mila sono i pazienti con conseguenze invalidanti da Ictus, patologia che ogni anno fa registrare 180mila nuovi casi, mentre 400mila quelli colpiti da malattia di Parkinson, 130mila circa quelli affetti da sclerosi multipla e 100mila quelli colpiti da malattie neuromuscolari.

Adottare uno stile di vita sano è il primo passo per prendersi cura del proprio cervello, ma la prevenzione passa anche e soprattutto dal consulto con lo specialista di riferimento: il neurologo, l'unico in grado di comprendere lo straordinario ingranaggio del sistema nervoso.

"Proteggere il nostro cervello – dichiara il Prof. **Alfredo Berardelli**, Presidente della SIN – significa non solo modificare errate abitudini di vita di cui siamo spesso inconsapevoli, ma anche non sottovalutare sintomi e manifestazioni che possano indicare un disturbo che il neurologo sa invece subito riconoscere. La diagnosi precoce rappresenta una potente arma di prevenzione perché riconoscendo tempestivamente un disturbo è possibile mettere in atto interventi volti a limitare gravi conseguenze.

Nelle malattie neurodegenerative croniche, ad esempio, la ricerca ha fatto importanti passi in avanti nello sviluppo di metodi per individuare marcatori biologici che consentono di identificare molte di tali malattie in una fase precoce, anche anni prima dei primi sintomi clinici.

Ed è proprio in occasione della Giornata della Neurologia che la SIN annuncia, per la prima volta, il suo nuovo Ambassador, l'attore e musicista **Stefano Fresi**. Volto noto al grande pubblico grazie a numerosi successi cinematografici, tra cui il film "Smetto quando voglio", Fresi supporterà la SIN nelle sue iniziative di informazione e sensibilizzazione sulle malattie neurologiche.

"Siamo estremamente grati a Stefano Fresi – commenta il Prof. Berardelli – per la disponibilità a sostenere la Società Italiana di Neurologia nel suo impegno contro le malattie neurologiche. Avere un personaggio così famoso e talentuoso, è per noi neurologi grande motivo di orgoglio."

Fino al 90% dei casi di ictus potrebbero essere evitati correggendo i principali fattori di rischio che, da soli e più spesso in combinazione tra loro, portano all'evento ictale: ipertensione arteriosa, obesità, diabete, fumo, sedentarietà ed alcune alterazioni cardiovascolari.

Search ... Search

Archivio articoli

Seleziona il mese

In evidenza



### L'innovazione nella chirurgia...

Si terrà il prossimo giovedì 29 giugno alle ore 18.00 il webinar dal titolo "L'innovazione

nella chirurgia delle patologie benigne della prostata", organizzato dalle redazioni di Tecnomedicina e Radio Salus. Moderati dal direttore responsabile di Tecnomedicina, Roberto Bonin, interverranno i due relatori, il Prof. Francesco Greco, urologo e fondatore del Centro Salute Uomo di Bergamo, e l'Ingegnere Biomedico Dott. Emanuele Maffei. Particolare focus sarà dedicato alle nuove tecniche chirurgiche mininvasive già in uso soprattutto per la cura dell'ipertrofia prostatica, come ad esempio il laser verde Greenlight e la terapia con vapore acqueo Rezum. Uno sguardo sarà inoltre dedicato anche alle nuove tecniche mediante piattaforme robotiche e al futuro della ricerca in ambito chirurgico. L'evento gode del patrocinio di GSA – Giornalisti Specializzati Associati e Associazione Modus. Media partner dell'evento: Radio Cafè. L'evento verrà trasmesso online e sarà subito disponibile on demand su Radio Salus. Per visualizzare il video dell'evento: <https://www.youtube.com/watch?v=99-JHmSdvGw>

seilatv BERGAMO CANALE 94

Il trattamento dell'ipertensione dimezza il rischio di ictus, la perdita di peso lo fa calare del 19% e l'abbandono del fumo del 12%.

La correzione di fattori di rischio per patologie come ipertensione, diabete, obesità, osteoartrite e abitudini di vita quali l'abuso di fumo e la scarsa attività fisica riduce il rischio anche di Malattia di Alzheimer.

L'attività fisica aerobica moderata (almeno 3 ore alla settimana per almeno 25 settimane consecutive) è in grado di migliorare le prestazioni cognitive, sia nei soggetti sani sia in quelli con deficit cognitivi. Il fattore neurotrofico BDNF, prodotto durante l'attività fisica, riduce l'accumulo cerebrale di beta amiloide, principale biomarker della malattia di Alzheimer.

Anche la dieta mediterranea ha un valore protettivo e così l'allenamento mentale con attività come la lettura, lo studio di una nuova lingua o di uno strumento musicale o il cimentarsi in un passatempo stimolante, che ritardano la demenza in soggetti con iniziale declino cognitivo. Le attività cognitive implicano infatti la continua creazione di nuove reti neuronali determinando la cosiddetta "riserva cognitiva" in grado di contrastare il danno da decadimento cognitivo naturale e patologico.

La mancanza di una buona qualità del sonno ha un impatto significativo sulla salute: la frammentazione del sonno delle apnee morfeiche ad esempio facilita la formazione di placche arteriosclerotiche. Le apnee ostruttive, tra i disturbi del sonno più comuni, tendono infatti ad associarsi ad un elevato rischio cardio-cerebro-vascolare e a ictus.

Alla Malattia di Parkinson sono legati i cosiddetti RBD, cioè disturbi del comportamento nella fase del sonno REM. Gli RBD portano allo sviluppo delle sinucleinopatie che caratterizzano non solo il Parkinson ma anche l'atrofia multisistemica o la demenza a corpi di Lewy ed è soprattutto quest'ultima a presentare una correlazione peculiare: almeno l'80% dei pazienti con RBD sviluppa sinucleinopatia entro 10 anni dall'esordio dei disturbi

Nella malattia di Parkinson, la prevenzione deve al più presto arginare lo sviluppo della disabilità motoria con esercizio fisico e intensa attività mentale.

Alcuni fattori di rischio come l'esposizione a contaminanti ambientali ormai ubiquitari come il Trichloroetilene noto come trielina sono insidiosi.

L'alimentazione deve essere particolare: i pasti iperproteici interferiscono con l'assorbimento dei farmaci, con conseguente ridotta efficacia della terapia. E' sempre preferibile una dieta prevalentemente vegetariana. L'alimentazione deve essere povera di colesterolo e la cosiddetta dieta mediterranea ricca dei grassi insaturi dell'olio d'oliva riduce i disturbi cognitivi della malattia.

Nella sclerosi multipla, malattia neuroinfiammatoria e neurodegenerativa del sistema nervoso centrale a patogenesi autoimmune, una corretta diagnosi e un controllo ottimale sin dalle fasi iniziali grazie ai numerosi trattamenti oggi disponibili consente di ridurre in maniera significativa il rischio di disabilità a lungo termine di questi pazienti. Associare alle terapie uno stile di vita sano che preveda una dieta regolare e mediterranea, l'astensione da abitudini che promuovono meccanismi "infiammatori" del sistema immunitario come l'assunzione di alcol e fumo, lo svolgimento di una regolare attività fisica con la maggior esposizione possibile alla luce solare e la supplementazione con vitamina D, costituiscono strategie adiuvanti fondamentali per il controllo della malattia.

La prevenzione delle malattie neuromuscolari richiede percorsi articolati e mirati perché oggi è possibile prevenire sia le forme acquisite come la neuropatia diabetica sia varie forme genetiche come la SMA mediante screening neonatale.

E' facile capire come ciò richieda l'intervento di Centri neuromuscolari esperti in grado di offrire percorsi di diagnosi e cura multidisciplinari. Una volta identificata la forma, acquisita o genetica primaria che sia, i pazienti e le loro famiglie possono avvalersi di una consulenza clinica e/o genetica

## Gli articoli dei nostri esperti



Dante e le malattie del suo tempo

## Attualità

**SIN: IL NUOVO AMBASADOR È L'ATTORE E MUSICISTA STEFANO...**  
18 Settembre 2023

**All'Ospedale Niguarda la sfilata con le donne in cura oncologica in "Amore..."**  
15 Settembre 2023

## Fiere ed eventi

**Nuove tecniche e prospettive per la radiologia urologica di domani**  
18 Settembre 2023

**Tumore colon retto: esperti a confronto all'Ospedale San Pao... Bari**  
8 Settembre 2023

## Comunicazione e prevenzione

**"Progetto NeoGen": il primo progetto in Italia di scre... malattie pediatriche**  
13 Settembre 2023

**Torna la Giornata Nazionale del Ciclamino**  
13 Settembre 2023

## Terza Età

**Progetto Teseo: anziani fragili e demenze in una comunità che cura**  
26 Luglio 2023

**11 milioni di over-50 con fragilità**  
11 Luglio 2023

## Da leggere

**"FERTILITÀ Tutto quello che devi sapere (e fare) per diven... FASOLINO**  
5 Luglio 2023



Guarda i video di Tecnomedicina

Loading...

che permette una gestione tempestiva della forma individuata con un piano assistenziale-terapeutico mirato che può prevenire la progressione della patologia cambiando letteralmente il destino del paziente.

Il 22 settembre, la Società Italiana di Neurologia lancerà una campagna di sensibilizzazione sui propri canali social per rispondere alle domande generiche che arriveranno dagli utenti attraverso l'interazione con i post o con le storie della campagna social e inviando messaggi privati sugli account Instagram, Twitter e sulla pagina Facebook della Società Italiana di Neurologia.

#### Tecnomedicina 2.0



#### Articoli correlati:

1. [Un test per svelare Parkinson e demenza da corpi di Lewy prima della comparsa dei sintomi](#)
2. [Combattere il Parkinson con lo sport: 800 km in bici da Ventimiglia a Barcellona](#)
3. [Fattori di rischio per lo sviluppo della demenza nella malattia di Parkinson](#)
4. [Studio dimostra predisposizione genetica alla siesta e associazione a maggior sviluppo cerebrale e ridotto rischio Alzheimer](#)
5. [Minori e pandemia: troppe ore davanti agli schermi aumentano i disturbi del sonno](#)

Condividi

Post Views: 96

ambassador, fresi, neurologia, sin

#### Related Posts



**Studio dimostra predisposizione genetica alla siesta e associazione a maggior sviluppo cerebrale**



**Yovis sceglie Giulia Lamarca come brand ambassador**



**Azienda Ospedaliera di Alessandria: Delfina Ferrandi nuovo Direttore di Neurologia**

« Nuove tecniche e prospettive per la radiologia urologica di domani

Tecnomedicina è una testata giornalistica specializzata nei temi della ricerca biomedica, della medicina e della sanità, registrata presso il Registro della Stampa del Tribunale di Milano con n. 286 del 28.11.2018

Tecnomedicina è un prodotto edito da **RBM Group Srls**  
Via Domodossola, 7 – 20145 Milano  
P.IVA: 10479500968  
Iscrizione R.O.C. n. 32544

Per inviare comunicazioni, richieste di informazioni, comunicati e segnalazioni o per entrare direttamente in contatto con la **redazione** di Tecnomedicina, scrivere a [redazione@tecnomedicina.it](mailto:redazione@tecnomedicina.it)

Iscrizione alla **Newsletter**:

Subscribe

LINK: [https://tribunatreviso.gelocal.it/salute/2023/09/21/news/neurologia\\_alzheimer\\_parkinson\\_sin-415307935/](https://tribunatreviso.gelocal.it/salute/2023/09/21/news/neurologia_alzheimer_parkinson_sin-415307935/)



## Disturbi neurologici, la mappa dei rischi e come evitarli

A CURA DI REDAZIONE SALUTE



**Il 22 settembre ricorre la Giornata nazionale della Neurologia. Dall'Alzheimer al Parkinson, dall'Ictus alla Sclerosi multipla: le malattie neurologiche colpiscono 1 miliardo di persone al mondo**

21 SETTEMBRE 2023 ALLE 15:16



Dalla Malattia di Alzheimer al Parkinson, dall'Ictus cerebrale alla Sclerosi multipla, dall'epilessia, alle malattie neuromuscolari fino all'emigrania e a problemi del sonno: sono alcuni dei disturbi neurologici che, secondo l'Organizzazione mondiale della sanità, colpiscono 1 miliardo di persone nel mondo. Un tema attuale, ancor di più visto che il 22 settembre si celebra la Giornata nazionale della Neurologia, in occasione della quale la Sin (Società italiana di Neurologia) sottolinea "il ruolo della prevenzione nella lotta delle malattie del sistema nervoso", presentando il proprio nuovo ambascador: l'attore **Stefano Fresi**.

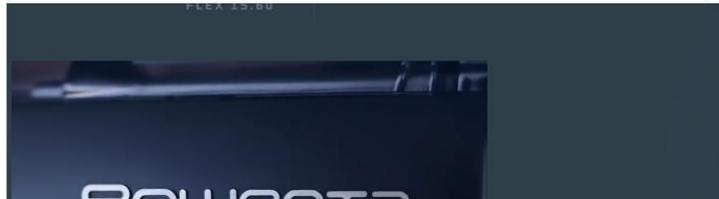
**Parkinson, scoperta una delle cause che scatenano la malattia**



### Disturbi neurologici, quanti italiani ne soffrono

In Italia oltre 7 milioni di persone soffrono di emigrania, 12 milioni di disturbi del sonno, mentre sono più di 1.200.000 quelle affette da demenza, di cui 720mila da Alzheimer. Inoltre, 800mila sono i pazienti con conseguenze invalidanti da Ictus, patologia che ogni anno fa registrare 180mila nuovi casi, e 400mila quelli colpiti da Parkinson. Infine, circa 130mila italiani sono stati colpiti da sclerosi multipla e 100mila da malattie neuromuscolari. Cosa fare dunque per prevenire questi disturbi? Adottare uno stile di vita sano è il primo passo per prendersi cura del proprio cervello, ma la prevenzione passa anche e soprattutto dal consulto con lo specialista di riferimento: il neurologo, l'unico in grado di comprendere lo straordinario ingranaggio del sistema nervoso.

PUBBLICITÀ





"Proteggere il nostro cervello significa non solo modificare errate abitudini di vita di cui siamo spesso inconsapevoli, ma anche non sottovalutare sintomi e manifestazioni che possano indicare un disturbo che il neurologo sa invece subito riconoscere - dice il professor **Alfredo Berardelli**, presidente della Sin -. La diagnosi precoce rappresenta una potente arma di prevenzione perché riconoscendo tempestivamente un disturbo è possibile mettere in atto interventi volti a limitare gravi conseguenze". Nelle malattie neurodegenerative croniche, ad esempio, la ricerca ha fatto importanti passi in avanti nello sviluppo di metodi per individuare marcatori biologici che consentono di identificare molte di tali malattie in una fase precoce, anche anni prima dei primi sintomi clinici.

### **Il nuovo volto della Sin**

Ed è proprio in occasione della Giornata della Neurologia che la Sin annuncia, per la prima volta, il suo nuovo Ambassador: l'attore e musicista **Stefano Fresi**. Volto noto al grande pubblico grazie a numerosi successi cinematografici, tra cui il film 'Smetto quando voglio', Fresi supporterà la Sin nelle sue iniziative di informazione e sensibilizzazione sulle malattie neurologiche. "Siamo estremamente grati a Stefano Fresi per la disponibilità a sostenere la Società Italiana di Neurologia nel suo impegno contro le malattie neurologiche - sottolinea Berardelli -. Avere un personaggio così famoso e talentuoso, per noi neurologi è grande motivo di orgoglio."

### **Disturbi più diffusi, i consigli**

**Ictus cerebrale.** Fino al 90% dei casi di ictus potrebbero essere evitati correggendo i principali fattori di rischio che, da soli e più spesso in combinazione tra loro, portano all'evento ictale: ipertensione arteriosa, obesità, diabete, fumo, sedentarietà ed alcune alterazioni cardiovascolari. Il trattamento dell'ipertensione dimezza il rischio di ictus, la perdita di peso lo fa calare del 19% e l'abbandono del fumo del 12%.

### **Demenze e malattia di Alzheimer**

La correzione di fattori di rischio per patologie come ipertensione, diabete, obesità, osteoartrite e abitudini di vita quali l'abuso di fumo e la scarsa attività fisica riduce il rischio anche di Malattia di Alzheimer. L'attività fisica aerobica moderata (almeno 3 ore alla settimana per almeno 25 settimane consecutive) è in grado di migliorare le prestazioni cognitive, sia nei soggetti sani sia in quelli con deficit cognitivi. Il fattore neurotrofico Bdnf, prodotto durante l'attività fisica, riduce l'accumulo cerebrale di beta amiloide, principale biomarker della malattia di Alzheimer.

Anche la dieta mediterranea ha un valore protettivo, e così l'allenamento mentale con attività come la lettura, lo studio di una nuova lingua o di uno strumento musicale o il cimentarsi in un passatempo stimolante, che ritardano la demenza in soggetti con iniziale declino cognitivo. Le attività cognitive implicano infatti la continua creazione di nuove reti neuronali determinando la cosiddetta "riserva cognitiva" in grado di contrastare il danno da decadimento cognitivo naturale e patologico.

#### Alzheimer, come capire se si è a rischio e 'allenare' il cervello



#### Il sonno

La mancanza di una buona qualità del sonno ha un impatto significativo sulla salute: la frammentazione del sonno delle apnee morfeiche ad esempio facilita la formazione di placche arteriosclerotiche. E le apnee ostruttive, tra i disturbi del sonno più comuni, tendono ad associarsi ad un elevato rischio cardio-cerebrovascolare e a ictus.

Alla Malattia di Parkinson sono legati i cosiddetti Rbd (Rem behaviour disorders), cioè disturbi del comportamento nella fase del sonno Rem (quella in cui si sogna). Gli Rbd portano allo sviluppo delle sinucleinopatie che caratterizzano non solo il Parkinson ma anche l'atrofia multisistemica o la demenza a corpi di Lewy ed è soprattutto quest'ultima a presentare una correlazione peculiare: almeno l'80% dei pazienti con Rbd sviluppa sinucleinopatia entro 10 anni dall'esordio dei disturbi.

#### Parkinson

Nella malattia di Parkinson, la prevenzione deve al più presto arginare lo sviluppo della disabilità motoria con esercizio fisico e intensa attività mentale. Alcuni fattori di rischio, come l'esposizione a contaminanti ambientali ormai ubiquitari come il Trichloroetilene noto come trielina sono insidiosi.

L'alimentazione deve essere particolare: i pasti iperproteici interferiscono con l'assorbimento dei farmaci (ad esempio Levodopa), con conseguente ridotta efficacia della terapia. È sempre preferibile una dieta prevalentemente vegetariana. L'alimentazione deve essere povera di colesterolo e la dieta (mediterranea) ricca dei grassi insaturi dell'olio d'oliva riduce i disturbi cognitivi della malattia.

#### Sclerosi multipla

Nella sclerosi multipla, malattia neuroinfiammatoria e neurodegenerativa del sistema nervoso centrale a patogenesi autoimmune, una corretta diagnosi, e un controllo ottimale sin dalle fasi iniziali grazie ai numerosi trattamenti disponibili, consente di ridurre in modo significativo il rischio di disabilità a lungo termine dei pazienti. Associare alle terapie uno stile di vita sano che preveda una dieta regolare e mediterranea, l'astensione da abitudini che promuovono meccanismi "infiammatori" del sistema immunitario come l'assunzione di alcol e fumo, lo svolgimento di una regolare attività fisica con la maggior esposizione possibile alla luce solare e la supplementazione con vitamina D, costituiscono strategie che consentono di controllare la sclerosi multipla.

#### Rischio demenza, identificati gli undici fattori chiave



#### Malattie neuromuscolari

La prevenzione delle malattie neuromuscolari richiede percorsi articolati e mirati perché oggi è possibile prevenire sia le forme acquisite come la neuropatia diabetica sia varie forme genetiche come la Sma (atrofia muscolare spinale)

arabica sia varie forme genetiche come la SMA (atrofia muscolare spinale) mediante screening neonatale. È facile capire come ciò richieda l'intervento di Centri neuromuscolari esperti in grado di offrire percorsi di diagnosi e cura multidisciplinari. Una volta identificata la forma, acquisita o genetica primaria che sia, i pazienti e le loro famiglie possono avvalersi di una consulenza clinica e/o genetica che permetta una gestione tempestiva della forma individuata con un piano assistenziale-terapeutico mirato che può prevenire la progressione della patologia cambiando letteralmente il destino del paziente.

#### **La campagna social Sin**

Il 22 settembre, la Società Italiana di Neurologia lancerà una campagna di sensibilizzazione sui propri canali social (Facebook, Instagram e Twitter) per rispondere alle domande generiche (non si effettuano consulenze mediche online) che arriveranno dagli utenti attraverso l'interazione con i post o con le storie della campagna social e inviando messaggi privati sugli account Instagram, Twitter e sulla pagina Facebook della Società Italiana di Neurologia.

LINK: [https://lasentinella.gelocal.it/salute/2023/09/21/news/neurologia\\_alzheimer\\_parkinson\\_sin-415307935/](https://lasentinella.gelocal.it/salute/2023/09/21/news/neurologia_alzheimer_parkinson_sin-415307935/)

## Disturbi neurologici, la mappa dei rischi e come evitarli

A CURA DI REDAZIONE SALUTE



**Il 22 settembre ricorre la Giornata nazionale della Neurologia. Dall'Alzheimer al Parkinson, dall'Ictus alla Sclerosi multipla: le malattie neurologiche colpiscono 1 miliardo di persone al mondo**

21 SETTEMBRE 2023 ALLE 15:16



Dalla Malattia di Alzheimer al Parkinson, dall'Ictus cerebrale alla Sclerosi multipla, dall'epilessia, alle malattie neuromuscolari fino all'emigrania e a problemi del sonno: sono alcuni dei disturbi neurologici che, secondo l'Organizzazione mondiale della sanità, colpiscono 1 miliardo di persone nel mondo. Un tema attuale, ancor di più visto che il 22 settembre si celebra la Giornata nazionale della Neurologia, in occasione della quale la Sin (Società italiana di Neurologia) sottolinea "il ruolo della prevenzione nella lotta delle malattie del sistema nervoso", presentando il proprio nuovo ambascador: l'attore **Stefano Fresi**.

**Parkinson, scoperta una delle cause che scatenano la malattia**



### Disturbi neurologici, quanti italiani ne soffrono

In Italia oltre 7 milioni di persone soffrono di emigrania, 12 milioni di disturbi del sonno, mentre sono più di 1.200.000 quelle affette da demenza, di cui 720mila da Alzheimer. Inoltre, 800mila sono i pazienti con conseguenze invalidanti da Ictus, patologia che ogni anno fa registrare 180mila nuovi casi, e 400mila quelli colpiti da Parkinson. Infine, circa 130mila italiani sono stati colpiti da sclerosi multipla e 100mila da malattie neuromuscolari. Cosa fare dunque per prevenire questi disturbi? Adottare uno stile di vita sano è il primo passo per prendersi cura del proprio cervello, ma la prevenzione passa anche e soprattutto dal consulto con lo specialista di riferimento: il neurologo, l'unico in grado di comprendere lo straordinario ingranaggio del sistema nervoso.

PUBBLICITÀ





"Proteggere il nostro cervello significa non solo modificare errate abitudini di vita di cui siamo spesso inconsapevoli, ma anche non sottovalutare sintomi e manifestazioni che possano indicare un disturbo che il neurologo sa invece subito riconoscere - dice il professor **Alfredo Berardelli**, presidente della Sin -. La diagnosi precoce rappresenta una potente arma di prevenzione perché riconoscendo tempestivamente un disturbo è possibile mettere in atto interventi volti a limitare gravi conseguenze". Nelle malattie neurodegenerative croniche, ad esempio, la ricerca ha fatto importanti passi in avanti nello sviluppo di metodi per individuare marcatori biologici che consentono di identificare molte di tali malattie in una fase precoce, anche anni prima dei primi sintomi clinici.

### **Il nuovo volto della Sin**

Ed è proprio in occasione della Giornata della Neurologia che la Sin annuncia, per la prima volta, il suo nuovo Ambassador: l'attore e musicista **Stefano Fresi**. Volto noto al grande pubblico grazie a numerosi successi cinematografici, tra cui il film 'Smetto quando voglio', Fresi supporterà la Sin nelle sue iniziative di informazione e sensibilizzazione sulle malattie neurologiche. "Siamo estremamente grati a Stefano Fresi per la disponibilità a sostenere la Società Italiana di Neurologia nel suo impegno contro le malattie neurologiche - sottolinea Berardelli -. Avere un personaggio così famoso e talentuoso, per noi neurologi è grande motivo di orgoglio."

### **Disturbi più diffusi, i consigli**

**Ictus cerebrale.** Fino al 90% dei casi di ictus potrebbero essere evitati correggendo i principali fattori di rischio che, da soli e più spesso in combinazione tra loro, portano all'evento ictale: ipertensione arteriosa, obesità, diabete, fumo, sedentarietà ed alcune alterazioni cardiovascolari. Il trattamento dell'ipertensione dimezza il rischio di ictus, la perdita di peso lo fa calare del 19% e l'abbandono del fumo del 12%.

### **Demenze e malattia di Alzheimer**

La correzione di fattori di rischio per patologie come ipertensione, diabete, obesità, osteoartrite e abitudini di vita quali l'abuso di fumo e la scarsa attività fisica riduce il rischio anche di Malattia di Alzheimer. L'attività fisica aerobica moderata (almeno 3 ore alla settimana per almeno 25 settimane consecutive) è in grado di migliorare le prestazioni cognitive, sia nei soggetti sani sia in quelli con deficit cognitivi. Il fattore neurotrofico Bdnf, prodotto durante l'attività fisica, riduce l'accumulo cerebrale di beta amiloide, principale biomarker della malattia di Alzheimer.

Anche la dieta mediterranea ha un valore protettivo, e così l'allenamento mentale con attività come la lettura, lo studio di una nuova lingua o di uno strumento musicale o il cimentarsi in un passatempo stimolante, che ritardano la demenza in soggetti con iniziale declino cognitivo. Le attività cognitive implicano infatti la continua creazione di nuove reti neuronali determinando la cosiddetta "riserva cognitiva" in grado di contrastare il danno da decadimento cognitivo naturale e patologico.

#### Alzheimer, come capire se si è a rischio e 'allenare' il cervello



#### Il sonno

La mancanza di una buona qualità del sonno ha un impatto significativo sulla salute: la frammentazione del sonno delle apnee morfeiche ad esempio facilita la formazione di placche arteriosclerotiche. E le apnee ostruttive, tra i disturbi del sonno più comuni, tendono ad associarsi ad un elevato rischio cardio-cerebrovascolare e a ictus.

Alla Malattia di Parkinson sono legati i cosiddetti Rbd (Rem behaviour disorders), cioè disturbi del comportamento nella fase del sonno Rem (quella in cui si sogna). Gli Rbd portano allo sviluppo delle sinucleinopatie che caratterizzano non solo il Parkinson ma anche l'atrofia multisistemica o la demenza a corpi di Lewy ed è soprattutto quest'ultima a presentare una correlazione peculiare: almeno l'80% dei pazienti con Rbd sviluppa sinucleinopatia entro 10 anni dall'esordio dei disturbi.

#### Parkinson

Nella malattia di Parkinson, la prevenzione deve al più presto arginare lo sviluppo della disabilità motoria con esercizio fisico e intensa attività mentale. Alcuni fattori di rischio, come l'esposizione a contaminanti ambientali ormai ubiquitari come il Trichloroetilene noto come trielina sono insidiosi.

L'alimentazione deve essere particolare: i pasti iperproteici interferiscono con l'assorbimento dei farmaci (ad esempio Levodopa), con conseguente ridotta efficacia della terapia. È sempre preferibile una dieta prevalentemente vegetariana. L'alimentazione deve essere povera di colesterolo e la dieta (mediterranea) ricca dei grassi insaturi dell'olio d'oliva riduce i disturbi cognitivi della malattia.

#### Sclerosi multipla

Nella sclerosi multipla, malattia neuroinfiammatoria e neurodegenerativa del sistema nervoso centrale a patogenesi autoimmune, una corretta diagnosi, e un controllo ottimale sin dalle fasi iniziali grazie ai numerosi trattamenti disponibili, consente di ridurre in modo significativo il rischio di disabilità a lungo termine dei pazienti. Associare alle terapie uno stile di vita sano che preveda una dieta regolare e mediterranea, l'astensione da abitudini che promuovono meccanismi "infiammatori" del sistema immunitario come l'assunzione di alcol e fumo, lo svolgimento di una regolare attività fisica con la maggior esposizione possibile alla luce solare e la supplementazione con vitamina D, costituiscono strategie che consentono di controllare la sclerosi multipla.

#### Rischio demenza, identificati gli undici fattori chiave



#### Malattie neuromuscolari

La prevenzione delle malattie neuromuscolari richiede percorsi articolati e mirati perché oggi è possibile prevenire sia le forme acquisite come la neuropatia diabetica sia varie forme genetiche come la Sma (atrofia muscolare spinale)

arabica sia varie forme genetiche come la SMA (atrofia muscolare spinale) mediante screening neonatale. È facile capire come ciò richieda l'intervento di Centri neuromuscolari esperti in grado di offrire percorsi di diagnosi e cura multidisciplinari. Una volta identificata la forma, acquisita o genetica primaria che sia, i pazienti e le loro famiglie possono avvalersi di una consulenza clinica e/o genetica che permetta una gestione tempestiva della forma individuata con un piano assistenziale-terapeutico mirato che può prevenire la progressione della patologia cambiando letteralmente il destino del paziente.

#### **La campagna social Sin**

Il 22 settembre, la Società Italiana di Neurologia lancerà una campagna di sensibilizzazione sui propri canali social (Facebook, Instagram e Twitter) per rispondere alle domande generiche (non si effettuano consulenze mediche online) che arriveranno dagli utenti attraverso l'interazione con i post o con le storie della campagna social e inviando messaggi privati sugli account Instagram, Twitter e sulla pagina Facebook della Società Italiana di Neurologia.

LINK: [https://nuovavenezia.gelocal.it/salute/2023/09/21/news/neurologia\\_alzheimer\\_parkinson\\_sin-415307935/](https://nuovavenezia.gelocal.it/salute/2023/09/21/news/neurologia_alzheimer_parkinson_sin-415307935/)



## Disturbi neurologici, la mappa dei rischi e come evitarli

A CURA DI REDAZIONE SALUTE



**Il 22 settembre ricorre la Giornata nazionale della Neurologia. Dall'Alzheimer al Parkinson, dall'Ictus alla Sclerosi multipla: le malattie neurologiche colpiscono 1 miliardo di persone al mondo**

21 SETTEMBRE 2023 ALLE 15:16



Dalla Malattia di Alzheimer al Parkinson, dall'Ictus cerebrale alla Sclerosi multipla, dall'epilessia, alle malattie neuromuscolari fino all'emigrania e a problemi del sonno: sono alcuni dei disturbi neurologici che, secondo l'Organizzazione mondiale della sanità, colpiscono 1 miliardo di persone nel mondo. Un tema attuale, ancor di più visto che il 22 settembre si celebra la Giornata nazionale della Neurologia, in occasione della quale la Sin (Società italiana di Neurologia) sottolinea "il ruolo della prevenzione nella lotta delle malattie del sistema nervoso", presentando il proprio nuovo ambascador: l'attore **Stefano Fresi**.

**Parkinson, scoperta una delle cause che scatenano la malattia**



### Disturbi neurologici, quanti italiani ne soffrono

In Italia oltre 7 milioni di persone soffrono di emigrania, 12 milioni di disturbi del sonno, mentre sono più di 1.200.000 quelle affette da demenza, di cui 720mila da Alzheimer. Inoltre, 800mila sono i pazienti con conseguenze invalidanti da Ictus, patologia che ogni anno fa registrare 180mila nuovi casi, e 400mila quelli colpiti da Parkinson. Infine, circa 130mila italiani sono stati colpiti da sclerosi multipla e 100mila da malattie neuromuscolari. Cosa fare dunque per prevenire questi disturbi? Adottare uno stile di vita sano è il primo passo per prendersi cura del proprio cervello, ma la prevenzione passa anche e soprattutto dal consulto con lo specialista di riferimento: il neurologo, l'unico in grado di comprendere lo straordinario ingranaggio del sistema nervoso.

PUBBLICITÀ





"Proteggere il nostro cervello significa non solo modificare errate abitudini di vita di cui siamo spesso inconsapevoli, ma anche non sottovalutare sintomi e manifestazioni che possano indicare un disturbo che il neurologo sa invece subito riconoscere - dice il professor **Alfredo Berardelli**, presidente della Sin -. La diagnosi precoce rappresenta una potente arma di prevenzione perché riconoscendo tempestivamente un disturbo è possibile mettere in atto interventi volti a limitare gravi conseguenze". Nelle malattie neurodegenerative croniche, ad esempio, la ricerca ha fatto importanti passi in avanti nello sviluppo di metodi per individuare marcatori biologici che consentono di identificare molte di tali malattie in una fase precoce, anche anni prima dei primi sintomi clinici.

### Il nuovo volto della Sin

Ed è proprio in occasione della Giornata della Neurologia che la Sin annuncia, per la prima volta, il suo nuovo Ambassador: l'attore e musicista **Stefano Fresi**. Volto noto al grande pubblico grazie a numerosi successi cinematografici, tra cui il film 'Smetto quando voglio', Fresi supporterà la Sin nelle sue iniziative di informazione e sensibilizzazione sulle malattie neurologiche. "Siamo estremamente grati a Stefano Fresi per la disponibilità a sostenere la Società Italiana di Neurologia nel suo impegno contro le malattie neurologiche - sottolinea Berardelli -. Avere un personaggio così famoso e talentuoso, per noi neurologi è grande motivo di orgoglio."

### Disturbi più diffusi, i consigli

**Ictus cerebrale.** Fino al 90% dei casi di ictus potrebbero essere evitati correggendo i principali fattori di rischio che, da soli e più spesso in combinazione tra loro, portano all'evento ictale: ipertensione arteriosa, obesità, diabete, fumo, sedentarietà ed alcune alterazioni cardiovascolari. Il trattamento dell'ipertensione dimezza il rischio di ictus, la perdita di peso lo fa calare del 19% e l'abbandono del fumo del 12%.

### Demenze e malattia di Alzheimer

La correzione di fattori di rischio per patologie come ipertensione, diabete, obesità, osteoartrite e abitudini di vita quali l'abuso di fumo e la scarsa attività fisica riduce il rischio anche di Malattia di Alzheimer. L'attività fisica aerobica moderata (almeno 3 ore alla settimana per almeno 25 settimane consecutive) è in grado di migliorare le prestazioni cognitive, sia nei soggetti sani sia in quelli con deficit cognitivi. Il fattore neurotrofico Bdnf, prodotto durante l'attività fisica, riduce l'accumulo cerebrale di beta amiloide, principale biomarker della malattia di Alzheimer.

Anche la dieta mediterranea ha un valore protettivo, e così l'allenamento mentale con attività come la lettura, lo studio di una nuova lingua o di uno strumento musicale o il cimentarsi in un passatempo stimolante, che ritardano la demenza in soggetti con iniziale declino cognitivo. Le attività cognitive implicano infatti la continua creazione di nuove reti neuronali determinando la cosiddetta "riserva cognitiva" in grado di contrastare il danno da decadimento cognitivo naturale e patologico.

#### Alzheimer, come capire se si è a rischio e 'allenare' il cervello



#### Il sonno

La mancanza di una buona qualità del sonno ha un impatto significativo sulla salute: la frammentazione del sonno delle apnee morfeiche ad esempio facilita la formazione di placche arteriosclerotiche. E le apnee ostruttive, tra i disturbi del sonno più comuni, tendono ad associarsi ad un elevato rischio cardio-cerebrovascolare e a ictus.

Alla Malattia di Parkinson sono legati i cosiddetti Rbd (Rem behaviour disorders), cioè disturbi del comportamento nella fase del sonno Rem (quella in cui si sogna). Gli Rbd portano allo sviluppo delle sinucleinopatie che caratterizzano non solo il Parkinson ma anche l'atrofia multisistemica o la demenza a corpi di Lewy ed è soprattutto quest'ultima a presentare una correlazione peculiare: almeno l'80% dei pazienti con Rbd sviluppa sinucleinopatia entro 10 anni dall'esordio dei disturbi.

#### Parkinson

Nella malattia di Parkinson, la prevenzione deve al più presto arginare lo sviluppo della disabilità motoria con esercizio fisico e intensa attività mentale. Alcuni fattori di rischio, come l'esposizione a contaminanti ambientali ormai ubiquitari come il Trichloroetilene noto come trielina sono insidiosi.

L'alimentazione deve essere particolare: i pasti iperproteici interferiscono con l'assorbimento dei farmaci (ad esempio Levodopa), con conseguente ridotta efficacia della terapia. È sempre preferibile una dieta prevalentemente vegetariana. L'alimentazione deve essere povera di colesterolo e la dieta (mediterranea) ricca dei grassi insaturi dell'olio d'oliva riduce i disturbi cognitivi della malattia.

#### Sclerosi multipla

Nella sclerosi multipla, malattia neuroinfiammatoria e neurodegenerativa del sistema nervoso centrale a patogenesi autoimmune, una corretta diagnosi, e un controllo ottimale sin dalle fasi iniziali grazie ai numerosi trattamenti disponibili, consente di ridurre in modo significativo il rischio di disabilità a lungo termine dei pazienti. Associare alle terapie uno stile di vita sano che preveda una dieta regolare e mediterranea, l'astensione da abitudini che promuovono meccanismi "infiammatori" del sistema immunitario come l'assunzione di alcol e fumo, lo svolgimento di una regolare attività fisica con la maggior esposizione possibile alla luce solare e la supplementazione con vitamina D, costituiscono strategie che consentono di controllare la sclerosi multipla.

#### Rischio demenza, identificati gli undici fattori chiave



#### Malattie neuromuscolari

La prevenzione delle malattie neuromuscolari richiede percorsi articolati e mirati perché oggi è possibile prevenire sia le forme acquisite come la neuropatia diabetica sia varie forme genetiche come la Sma (atrofia muscolare spinale)

arabica sia varie forme genetiche come la SMA (atrofia muscolare spinale) mediante screening neonatale. È facile capire come ciò richieda l'intervento di Centri neuromuscolari esperti in grado di offrire percorsi di diagnosi e cura multidisciplinari. Una volta identificata la forma, acquisita o genetica primaria che sia, i pazienti e le loro famiglie possono avvalersi di una consulenza clinica e/o genetica che permetta una gestione tempestiva della forma individuata con un piano assistenziale-terapeutico mirato che può prevenire la progressione della patologia cambiando letteralmente il destino del paziente.

#### **La campagna social Sin**

Il 22 settembre, la Società Italiana di Neurologia lancerà una campagna di sensibilizzazione sui propri canali social (Facebook, Instagram e Twitter) per rispondere alle domande generiche (non si effettuano consulenze mediche online) che arriveranno dagli utenti attraverso l'interazione con i post o con le storie della campagna social e inviando messaggi privati sugli account Instagram, Twitter e sulla pagina Facebook della Società Italiana di Neurologia.

LINK: [https://www.salute.eu/2023/09/21/news/neurologia\\_alzheimer\\_parkinson\\_sin-415307935/](https://www.salute.eu/2023/09/21/news/neurologia_alzheimer_parkinson_sin-415307935/)

aviga

Cerca



Salute

Stare bene secondo la scienza

FESTIVAL DI SALUTE 2022 COVID SPORTELLI CUORE TUMORI PSICOLOGIA ALIMENTAZIONE LONGFORM VIDEO PODCAST CHI SIAMO

# Disturbi neurologici, la mappa dei rischi e come evitarli

Il 22 settembre ricorre la Giornata nazionale della Neurologia. Dall'Alzheimer al P. alla Sclerosi multipla: le malattie neurologiche colpiscono 1 miliardo di persone al

A CURA DI REDAZIONE SALUTE

21 SETTEMBRE 2023 ALLE 15:16 4 MINUTI DI LETTURA

Dalla Malattia di Alzheimer al Parkinson, dall'Ictus cerebrale alla Sclerosi multipla, dall'epilessia, alle malattie neuromuscolari fino all'emicrania e a problemi del sonno: sono alcuni dei disturbi neurologici che, secondo l'Organizzazione mondiale della sanità, colpiscono 1 miliardo di persone nel mondo. Un tema attuale, ancor di più visto che il 22 settembre si celebra la Giornata nazionale della Neurologia, in occasione della quale la Sin (Società italiana di Neurologia) sottolinea "il ruolo della prevenzione nella lotta delle malattie del sistema nervoso", presentando il proprio nuovo ambassador: l'attore **Stefano Fresi**.

**Parkinson, scoperta una delle cause che scatenano la malattia**



15 Settembre 2023

## Disturbi neurologici, quanti italiani ne soffrono

In Italia oltre 7 milioni di persone soffrono di emicrania, 12 milioni di disturbi del sonno, mentre sono più di 1.200.000 quelle affette da demenza, di cui 720mila da Alzheimer. Inoltre, 800mila sono i pazienti con conseguenze invalidanti da Ictus, patologia che ogni anno fa registrare 180mila nuovi casi, e 400mila quelli colpiti da Parkinson. Infine, circa 130mila italiani sono stati colpiti da sclerosi multipla e 100mila da malattie neuromuscolari. Cosa fare dunque per prevenire questi disturbi? Adottare uno stile di vita sano è il primo passo per prendersi cura del proprio cervello, ma la prevenzione passa anche e soprattutto dal consulto con lo specialista di riferimento: il neurologo, l'unico in grado di comprendere lo straordinario ingranaggio del sistema nervoso. "Proteggere il nostro cervello significa non solo modificare errate abitudini di vita di cui siamo spesso inconsapevoli, ma anche non sottovalutare sintomi e manifestazioni che possano indicare un disturbo che il neurologo sa invece subito riconoscere - dice il professor **Alfredo Berardelli**, presidente della Sin -. La diagnosi precoce rappresenta una potente arma di prevenzione perché riconoscendo tempestivamente un disturbo è possibile mettere in atto interventi volti a limitare gravi conseguenze". Nelle malattie neurodegenerative croniche, ad esempio, la ricerca ha fatto importanti passi in avanti nello sviluppo di metodi per individuare marcatori biologici che consentono di identificare molte di tali malattie in una fase precoce, anche anni prima dei primi sintomi clinici.

## Il nuovo volto della Sin

Ed è proprio in occasione della Giornata della Neurologia che la Sin annuncia, per la prima volta, il suo nuovo Ambassador: l'attore e musicista **Stefano Fresi**.

## LEGGI ANCHE



Parkinson, scoperta una delle cause che scatenano la malattia



Covid, negli Usa il tampone si ordina a domicilio



Prugne, fagioli e melanzane: una dieta ricca di fibre potenzia la risposta immunitaria

© Riproduzione riservata

## RACCOMANDE



"Alexa, parl degli assisti più appeso



Così è mort e video han sicario arge Fabrizio Pis



Libri scolari introvabili, allarme per anno

Volto noto al grande pubblico grazie a numerosi successi cinematografici, tra cui il film 'Smetto quando voglio', Fresi supporterà la Sin nelle sue iniziative di informazione e sensibilizzazione sulle malattie neurologiche. "Siamo estremamente grati a Stefano Fresi per la disponibilità a sostenere la Società Italiana di Neurologia nel suo impegno contro le malattie neurologiche - sottolinea Berardelli -. Avere un personaggio così famoso e talentuoso, per noi neurologi è grande motivo di orgoglio."

### Disturbi più diffusi, i consigli

**Ictus cerebrale.** Fino al 90% dei casi di ictus potrebbero essere evitati correggendo i principali fattori di rischio che, da soli e più spesso in combinazione tra loro, portano all'evento ictale: ipertensione arteriosa, obesità, diabete, fumo, sedentarietà ed alcune alterazioni cardiovascolari. Il trattamento dell'ipertensione dimezza il rischio di ictus, la perdita di peso lo fa calare del 19% e l'abbandono del fumo del 12%.

### Demenze e malattia di Alzheimer

La correzione di fattori di rischio per patologie come ipertensione, diabete, obesità, osteoartrite e abitudini di vita quali l'abuso di fumo e la scarsa attività fisica riduce il rischio anche di Malattia di Alzheimer. L'attività fisica aerobica moderata (almeno 3 ore alla settimana per almeno 25 settimane consecutive) è in grado di migliorare le prestazioni cognitive, sia nei soggetti sani sia in quelli con deficit cognitivi. Il fattore neurotrofico Bdnf, prodotto durante l'attività fisica, riduce l'accumulo cerebrale di beta amiloide, principale biomarker della malattia di Alzheimer.

Anche la dieta mediterranea ha un valore protettivo, e così l'allenamento mentale con attività come la lettura, lo studio di una nuova lingua o di uno strumento musicale o il cimentarsi in un passatempo stimolante, che ritardano la demenza in soggetti con iniziale declino cognitivo. Le attività cognitive implicano infatti la continua creazione di nuove reti neuronali determinando la cosiddetta "riserva cognitiva" in grado di contrastare il danno da decadimento cognitivo naturale e patologico.

**Alzheimer,  
come  
capire  
se  
si  
è  
a  
rischio  
e  
'allenare'  
il  
cervello**  
di Irma  
D'Aria  
21  
Settembre  
2023



### Il sonno

La mancanza di una buona qualità del sonno ha un impatto significativo sulla salute: la frammentazione del sonno delle apnee morfeiche ad esempio facilita la formazione di placche arteriosclerotiche. E le apnee ostruttive, tra i disturbi del sonno più comuni, tendono ad associarsi ad un elevato rischio cardio-cerebro-vascolare e a ictus.

Alla Malattia di Parkinson sono legati i cosiddetti Rbd (Rem behaviour disorders), cioè disturbi del comportamento nella fase del sonno Rem (quella in cui si sogna). Gli Rbd portano allo sviluppo delle sinucleinopatie che caratterizzano non solo il Parkinson ma anche l'atrofia multisistemica o la demenza a corpi di Lewy ed è soprattutto quest'ultima a presentare una correlazione peculiare: almeno l'80% dei pazienti con Rbd sviluppa sinucleinopatia entro 10 anni dall'esordio dei disturbi.

### Parkinson

Nella malattia di Parkinson, la prevenzione deve al più presto arginare lo sviluppo della disabilità motoria con esercizio fisico e intensa attività mentale. Alcuni fattori di rischio, come l'esposizione a contaminanti ambientali ormai ubiquitari come il Trichloroetilene noto come trielina sono insidiosi. L'alimentazione deve essere particolare: i pasti iperproteici interferiscono con l'assorbimento dei farmaci (ad esempio Levodopa), con conseguente ridotta efficacia della terapia. È sempre preferibile una dieta prevalentemente vegetariana. L'alimentazione deve essere povera di colesterolo e la dieta (mediterranea) ricca dei grassi insaturi dell'olio d'oliva riduce i disturbi

cognitivi della malattia.

### Sclerosi multipla

Nella sclerosi multipla, malattia neuroinfiammatoria e neurodegenerativa del sistema nervoso centrale a patogenesi autoimmune, una corretta diagnosi, e un controllo ottimale sin dalle fasi iniziali grazie ai numerosi trattamenti disponibili, consente di ridurre in modo significativo il rischio di disabilità a lungo termine dei pazienti. Associare alle terapie uno stile di vita sano che preveda una dieta regolare e mediterranea, l'astensione da abitudini che promuovono meccanismi "infiammatori" del sistema immunitario come l'assunzione di alcol e fumo, lo svolgimento di una regolare attività fisica con la maggior esposizione possibile alla luce solare e la supplementazione con vitamina D, costituiscono strategie che consentono di controllare la sclerosi multipla.

**Rischio  
demenza,  
identificati  
gli  
undici  
fattori  
chiave**

di Valentina  
Arcovio  
25  
Agosto  
2023



### Malattie neuromuscolari

La prevenzione delle malattie neuromuscolari richiede percorsi articolati e mirati perché oggi è possibile prevenire sia le forme acquisite come la neuropatia diabetica sia varie forme genetiche come la Sma (atrofia muscolare spinale) mediante screening neonatale. È facile capire come ciò richieda l'intervento di Centri neuromuscolari esperti in grado di offrire percorsi di diagnosi e cura multidisciplinari. Una volta identificata la forma, acquisita o genetica primaria che sia, i pazienti e le loro famiglie possono avvalersi di una consulenza clinica e/o genetica che permetta una gestione tempestiva della forma individuata con un piano assistenziale-terapeutico mirato che può prevenire la progressione della patologia cambiando letteralmente il destino del paziente.

### La campagna social Sin

Il 22 settembre, la Società Italiana di Neurologia lancerà una campagna di sensibilizzazione sui propri canali social (Facebook, Instagram e Twitter) per rispondere alle domande generiche (non si effettuano consulenze mediche online) che arriveranno dagli utenti attraverso l'interazione con i post o con le storie della campagna social e inviando messaggi privati sugli account Instagram, Twitter e sulla pagina Facebook della Società Italiana di Neurologia.

#### Argomenti

neurologia

alzheimer

malattia di Parkinson

sclerosi multipla

epilessia

Salute

LINK: <https://fidest.wordpress.com/2023/09/20/22-settembre-2023-giornata-nazionale-della-neurologia/>

# Fidest – Agenzia giornalistica/press agency

Quotidiano di informazione – Anno 35 n° 325

- 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
- Diritto/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

2.643.012 contatti

## Tag

- accordo agenda
- agricoltura ambiente
- anziani arte attività
- aziende bambini
- banche bilancio
- business cina
- 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 giustizia

« **La Nefrite Lupica è una manifestazione severa del Lupus Eritematoso Sistemico**  
È tempo di familiarizzare con la morte, la “grande esclusa” dalla nostra società »

## 22 Settembre 2023: Giornata Nazionale della Neurologia

Posted by fidest press agency su mercoledì, 20 settembre 2023

Dalla Malattia di Alzheimer a quella di Parkinson, dall'Ictus cerebrale alla Sclerosi Multipla, dall'epilessia, alle malattie neuromuscolari fino all'emicrania e ai disturbi del sonno: questi alcuni dei disturbi neurologici che, secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, colpiscono ben 1 miliardo di persone nel mondo. In Italia oltre 7 milioni di persone soffrono di emicrania, 12 di disturbi del sonno e sono oltre 1.200.000 le persone affette da demenza, di cui 720mila da Alzheimer; 800mila sono i pazienti con conseguenze invalidanti da Ictus, patologia che ogni anno fa registrare 180mila nuovi casi, mentre 400mila quelli colpiti da malattia di Parkinson, 130mila circa quelli affetti da sclerosi multipla e 100mila quelli colpiti da malattie neuromuscolari. Adottare uno stile di vita sano è il primo passo per prendersi cura del proprio cervello, ma la prevenzione passa anche e soprattutto dal consulto con lo specialista di riferimento: il neurologo, l'unico in grado di comprendere lo straordinario ingranaggio del sistema nervoso. “Proteggere il nostro cervello – dichiara il Prof. Alfredo Berardelli, Presidente della SIN – significa non solo modificare errate abitudini di vita di cui siamo spesso inconsapevoli, ma anche non sottovalutare sintomi e manifestazioni che possano indicare un disturbo che il neurologo sa invece subito riconoscere. Fino al 90% dei casi di ictus potrebbero essere evitati correggendo i principali fattori di rischio che, da soli e più spesso in combinazione tra loro, portano all'evento ictale: ipertensione arteriosa, obesità, diabete, fumo, sedentarietà ed alcune alterazioni cardiovascolari. La correzione di fattori di rischio per patologie come ipertensione, diabete, obesità, osteoartrite e abitudini di vita quali l'abuso di fumo e la scarsa attività fisica riduce il rischio anche di Malattia di Alzheimer. L'attività fisica aerobica moderata (almeno 3 ore alla settimana per almeno 25 settimane consecutive) è in grado di migliorare le prestazioni cognitive, sia nei soggetti sani sia in quelli con deficit cognitivi. Il fattore neurotrofico BDNF, prodotto durante l'attività fisica, riduce l'accumulo cerebrale di beta amiloide, principale biomarker della malattia di Alzheimer. La mancanza di una buona qualità del sonno ha un impatto significativo sulla salute: la frammentazione del sonno delle apnee morfeiche ad esempio facilita la formazione di placche arteriosclerotiche. Le apnee ostruttive, tra i disturbi del sonno più comuni, tendono infatti ad associarsi ad un elevato rischio cardio-cerebro-vascolare e a ictus. Il 22 settembre, la Società Italiana di Neurologia lancerà una campagna di sensibilizzazione sui propri canali social (Facebook, Instagram e Twitter) per rispondere alle domande generiche (non si effettuano consulenze mediche online) che arriveranno dagli utenti attraverso l'interazione con i post o con le storie della campagna social e inviando messaggi privati sugli account Instagram, Twitter e sulla pagina Facebook della Società Italiana di Neurologia.

Share this: google

- E-mail
- Facebook
- LinkedIn
- Twitter
- Altro

Caricamento...

This entry was posted on mercoledì, 20 settembre 2023 a 00:18 and is filed under [Uncategorized](#). Contrassegnato da tag: [dolori](#), [giornata](#), [neurologia](#). 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

« **La Nefrite Lupica è una manifestazione severa del Lupus Eritematoso Sistemico**  
È tempo di familiarizzare con la morte, la “grande esclusa” dalla nostra società »

Ricerca

settembre: 2023

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	

« Ago

## Più letti

- Western values are diverging from the rest of the world
- Christie's to Offer Paula Rego's Dancing Ostriches from Walt Disney's 'Fantasia' at Auction for the First Time
- Commemorazione prof. Sergei Tchoudinov
- A Cremona la Nona Sinfonia di Ludwig van Beethoven
- Debito dei mercati
- The Norwegian town where anyone might be a spy
- Il calo dei volumi in Borsa colpisce soprattutto le Micro Cap
- KOL's 3rd Birthday - A Celebration of Mexico
- Presentazione del quarto volume della collana Organic Biorecycling
- Investment grade USA

## Articoli recenti

- Giorgia Meloni: Un ritratto d'epoca mercoledì, 20 settembre 2023
- Giornata della Sicurezza delle cure mercoledì, 20 settembre 2023
- Chiusa la seconda edizione stati generali comunicazione mercoledì, 20 settembre 2023
- Giovanni Valentini: Il romanzo del giornalismo italiano mercoledì, 20 settembre 2023
- Elfriede Jelinek: Dati personali mercoledì, 20 settembre 2023
- Laura Pariani: Selvaggia e aspra e forte mercoledì, 20 settembre 2023
- Jon Fosse: Io è un altro – Settologia III-V mercoledì, 20 settembre 2023
- L'Italia e l'emergenza idrica mercoledì, 20 settembre 2023
- Studio annuale: L'Italia si classifica 24ª al mondo per qualità di vita digitale mercoledì, 20 settembre 2023
- Parlamento Europeo: Rapporto sulla modifica dei trattati mercoledì, 20 settembre 2023
- Prodotti per la difesa: approvato il nuovo strumento UE di acquisto congiunto mercoledì, 20 settembre 2023
- Stato dell'UE: Ucraina, Green Deal, Economia, Cina,

LINK: <https://www.imgpress.it/attualita/giornata-nazionale-neurologia-la-sin-annuncia-il-nuovo-ambassador-lattore-e-musicista-stefano-fresi/>



HOME | ATTUALITÀ | POLITICA | INCHIESTA | CULTURE | L'INTERVISTA | L'EROE | SPORT | GALLERY

CAFFETTERIA | QUESTA È LA STAMPA | TECNOLOGIA | STRACULT | LIBRI | PERSONAGGIO DEL GIORNO

ULTIMA NOTIZIA > [ Settembre 19, 2023 ] Giornata Nazionale Neurologia: la SIN annuncia il

HOME > ATTUALITÀ > Giornata Nazionale Neurologia: la SIN annuncia il nuovo Ambassador, l'attore e musicista Stefano Fresi

# Giornata Nazionale Neurologia: la SIN annuncia il nuovo Ambassador, l'attore e musicista Stefano Fresi

Settembre 19, 2023 Attualità

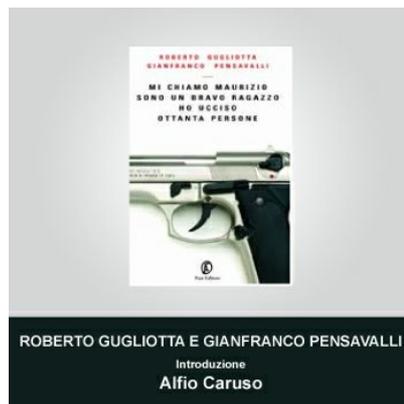
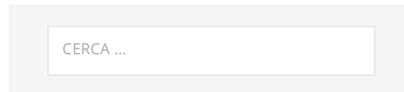


**Prevenire le malattie del sistema nervoso è la sfida che la Società Italiana di Neurologia (SIN) lancia in occasione della II Giornata Nazionale della Neurologia che si celebra il 22 settembre.**

Dalla Malattia di Alzheimer a quella di Parkinson, dall'Ictus cerebrale alla Sclerosi Multipla, dall'epilessia, alle malattie neuromuscolari fino all'emicrania e ai disturbi del sonno: questi alcuni dei disturbi neurologici che, secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, colpiscono ben 1 miliardo di persone nel mondo.

In Italia oltre 7 milioni di persone soffrono di emicrania, 12 di disturbi del sonno e sono oltre 1.200.000 le persone affette da demenza, di cui 720mila da Alzheimer; 800mila sono i pazienti con conseguenze invalidanti da Ictus, patologia che ogni anno fa registrare 180mila nuovi casi, mentre 400mila quelli colpiti da malattia di Parkinson, 130mila circa quelli affetti da sclerosi multipla e 100mila quelli colpiti da malattie neuromuscolari.

*Adottare uno stile di vita sano è il primo passo per prendersi cura del proprio cervello, ma la prevenzione passa anche e soprattutto dal consulto con lo specialista di riferimento: il neurologo, l'unico in grado di comprendere lo straordinario ingranaggio del sistema nervoso.*



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

*“Proteggere il nostro cervello – **dichiara il Prof. Alfredo Berardelli, Presidente della SIN** – significa non solo modificare errate abitudini di vita di cui siamo spesso inconsapevoli, ma anche non sottovalutare sintomi e manifestazioni che possano indicare un disturbo che il neurologo sa invece subito riconoscere. La diagnosi precoce rappresenta una potente arma di prevenzione perchè riconoscendo tempestivamente un disturbo è possibile mettere in atto interventi volti a limitare gravi conseguenze.*

*Nelle malattie neurodegenerative croniche, ad esempio, la ricerca ha fatto importanti passi in avanti nello sviluppo di metodi per individuare marcatori biologici che consentono di identificare molte di tali malattie in una fase precoce, anche anni prima dei primi sintomi clinici.*

Ed è proprio in occasione della Giornata della Neurologia che la SIN annuncia, per la prima volta, il suo **nuovo Ambassador**, l'attore e musicista **Stefano Fresi**. Volto noto al grande pubblico grazie a numerosi successi cinematografici, tra cui il film “Smetto quando voglio”, **Fresi** supporterà la SIN nelle sue iniziative di informazione e sensibilizzazione sulle malattie neurologiche.

“Siamo estremamente grati a Stefano Fresi – commenta il Prof. Berardelli – per la disponibilità a sostenere la Società Italiana di Neurologia nel suo impegno contro le malattie neurologiche. Avere un personaggio così famoso e talentuoso, è per noi neurologi grande motivo di orgoglio.”

## **ECCO ALCUNI CONSIGLI PER LE PATOLOGIE NEUROLOGICHE PIÙ DIFFUSE.**

### **ICTUS CEREBRALE.**

**Fino al 90% dei casi di ictus potrebbero essere evitati** correggendo i principali fattori di rischio che, da soli e più spesso in combinazione tra loro, portano all'evento ictale: ipertensione arteriosa, obesità, diabete, fumo, sedentarietà ed alcune alterazioni cardiovascolari.

Il trattamento dell'ipertensione dimezza il rischio di ictus, la perdita di peso lo fa calare del 19% e l'abbandono del fumo del 12%.

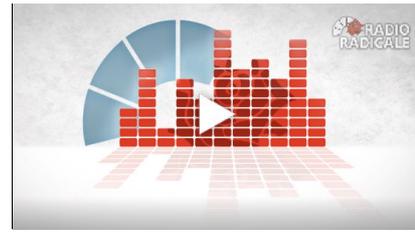
### **DEMENZE e malattia di ALZHEIMER**

**La correzione di fattori di rischio** per patologie come ipertensione, diabete, obesità, osteoartrite e abitudini di vita quali l'abuso di fumo e la scarsa attività fisica riduce il rischio anche di Malattia di Alzheimer.

L'attività fisica aerobica moderata (almeno 3 ore alla settimana per almeno 25 settimane consecutive) è in grado di migliorare le prestazioni cognitive, sia nei soggetti sani sia in quelli con deficit cognitivi. Il fattore neurotrofico BDNF, prodotto durante l'attività fisica, riduce l'accumulo cerebrale di beta amiloide, principale biomarker della malattia di Alzheimer.

Anche la dieta mediterranea ha un valore protettivo e così l'allenamento mentale con attività come la lettura, lo studio di una nuova lingua o di uno strumento musicale o il cimentarsi in un passatempo stimolante, che ritardano la demenza in soggetti con iniziale declino cognitivo. Le attività cognitive implicano infatti la continua creazione di nuove reti neuronali determinando la cosiddetta “riserva cognitiva” in grado di contrastare il danno da decadimento cognitivo naturale e patologico.

### **L'IMPORTANZA DEL SONNO NELLE MALATTIE NEUROLOGICHE**



Intervista a Giovanna Vizzaccaro e Roberto Gugliotta sul loro...  
ga('send', 'pageview');

La mancanza di una buona qualità del sonno ha un impatto significativo sulla salute: la frammentazione del sonno delle apnee morfeiche ad esempio facilita la formazione di placche arteriosclerotiche. Le apnee ostruttive, tra i disturbi del sonno più comuni, tendono infatti ad associarsi ad un elevato rischio cardio-cerebro-vascolare e a ictus.

Alla Malattia di Parkinson sono legati i cosiddetti RBD (Rem behaviour disorders), cioè disturbi del comportamento nella fase del sonno REM (quella in cui si sogna). Gli RBD portano allo sviluppo delle sinucleinopatie che caratterizzano non solo il Parkinson ma anche l'atrofia multisistemica o la demenza a corpi di Lewy ed è soprattutto quest'ultima a presentare una correlazione peculiare: almeno l'80% dei pazienti con RBD sviluppa sinucleinopatia entro 10 anni dall'esordio dei disturbi

## **MALATTIA DI PARKINSON**

Nella malattia di Parkinson, la prevenzione deve al più presto arginare lo sviluppo della disabilità motoria con esercizio fisico e intensa attività mentale.

Alcuni fattori di rischio come l'esposizione a contaminanti ambientali ormai ubiquitari come il Trichloroetilene noto come trielina sono insidiosi.

L'alimentazione deve essere particolare: i pasti iperproteici interferiscono con l'assorbimento dei farmaci (ad es.: Levodopa), con conseguente ridotta efficacia della terapia. E' sempre preferibile una dieta prevalentemente vegetariana. L'alimentazione deve essere povera di colesterolo e la cosiddetta dieta mediterranea ricca dei grassi insaturi dell'olio d'oliva riduce i disturbi cognitivi della malattia.

## **SCLEROSI MULTIPLA**

Nella sclerosi multipla, malattia neuroinfiammatoria e neurodegenerativa del sistema nervoso centrale a patogenesi autoimmune, una corretta diagnosi e un controllo ottimale sin dalle fasi iniziali grazie ai numerosi trattamenti oggi disponibili consente di ridurre in maniera significativa il rischio di disabilità a lungo termine di questi pazienti. Associare alle terapie uno stile di vita sano che preveda una dieta regolare e mediterranea, l'astensione da abitudini che promuovono meccanismi "infiammatori" del sistema immunitario come l'assunzione di alcol e fumo, lo svolgimento di una regolare attività fisica con la maggior esposizione possibile alla luce solare e la supplementazione con vitamina D, costituiscono strategie adiuvanti fondamentali per il controllo della malattia.

## **MALATTIE NEUROMUSCOLARI**

La prevenzione delle malattie neuromuscolari richiede percorsi articolati e mirati perché oggi è possibile prevenire sia le forme acquisite come la neuropatia diabetica sia varie forme genetiche come la SMA (atrofia muscolare spinale) mediante screening neonatale.

E' facile capire come ciò richieda l'intervento di Centri neuromuscolari esperti in grado di offrire percorsi di diagnosi e cura multidisciplinari. Una volta identificata la forma, acquisita o genetica primaria che sia, i pazienti e le loro famiglie possono avvalersi di una consulenza clinica e/o genetica che permette una gestione tempestiva della forma individuata con un piano assistenziale-terapeutico mirato che può prevenire la progressione della patologia cambiando letteralmente il destino del paziente.

## **CAMPAGNA SOCIAL SIN**

Il **22 settembre**, la Società Italiana di Neurologia lancerà una campagna di sensibilizzazione sui propri canali social (**Facebook, Instagram e Twitter**) per rispondere alle domande generiche (*non si effettuano consulenze mediche online*) che arriveranno dagli utenti attraverso l'interazione con i post o con le storie della campagna **social** e inviando messaggi privati sugli account Instagram, Twitter e sulla pagina Facebook della **Società Italiana di Neurologia**.



**LA SOCIETÀ ITALIANA DI NEUROLOGIA SOTTOLINEA IL RUOLO DELLA PREVENZIONE NELLA LOTTA ALLE MALATTIE DEL SISTEMA NERVOSO**

**MALATTIE NEUROMUSCOLARI**



« **PRECEDENTE**

Brescia: Bonus facciate, Bonus locazioni e Sisma bonus

**SUCCESSIVO** »

25 ANNI DI SCRITTORINCITTÀ: ARGENTO VIVO Il tema della XXV edizione



#### ARTICOLI CORRELATI



**DIVIETO DI VENDITA E ASPORTO DI BEVANDE ALCOLICHE DALLE ORE 20:00 ALLE ORE 7:00 FINO AL 9 SETTEMBRE: UN PROVVEDIMENTO NECESSARIO PER LA TUTELA DELLA QUIETA PUBBLICA E PER LA LOTTA AL DEGRADO!**



**Carabinieri NAS: ancora esercizi pubblici chiusi per gravi irregolarità**



**Mali: Save the Children, almeno 20 bambini uccisi nell'attacco al villaggio di Sobanou-Kou**