

Come rimanere giovani con la testa

Pubblicato: Sabato 12 Settembre 2009

Anche quest'anno dal 14 al 20 Settembre si svolgerà la Settimana di Prevenzione dell'invecchiamento mentale (2° edizione) organizzata da Assomensana. Gli specialisti psicologi, neurologi e geriatri che aderiscono all'iniziativa effettueranno gratuitamente nei propri studi un check-up sullo stato di salute delle facoltà mentali a tutti i cittadini che ne faranno richiesta.

Questa iniziativa nasce dalla considerazione che molte persone invecchiano bene fisicamente, ma presentano problematiche cognitive (deficit di memoria, attenzione, concentrazione, disorientamento ecc.) che compromettono seriamente la qualità di vita del singolo e, oltre certi limiti, determinano elevati costi sociali.

Le persone sono spesso rassegnate a questa perdita di lucidità mentale, mentre l'evidenza scientifica suggerisce che, adottando opportuni stili di vita, è possibile mantenere ad un livello costante e ottimale l'abilità, la flessibilità e le prestazioni delle funzioni cognitive. L'iniziativa è volta a promuovere la salute pubblica e veicolare il messaggio che è possibile prevenire e rallentare il deterioramento cognitivo a qualsiasi età.

Per effettuare il check up sul territorio di Varese e Provincia rivolgersi alla Dottoressa Di Santo Simona – Piazza Garibaldi, 10/B – Sesto Calende (VA)

Per maggiori informazioni www.assomensana.it

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it