

Camminiamo contro il Parkinson

Pubblicato: Giovedì 18 Aprile 2013



Domenica 21 aprile camminata non competitiva ai giardini estensi. Alle 9, iscrizione davanti a Villa Mirabello e alle 10 partenza per un circuito di un chilometro, ma ci sarà anche un anello di 250 metri riservato a chi è in carrozzina o ha problemi di deambulazione.

L'appuntamento è particolare: **si tratta della gara varesina dell'evento mondiale "Corri contro il Parkinson"** che si svolgerà in altre città del pianeta per raggiungere, tutti insieme, **una distanza uguale a quella che separa la Terra dalla Luna.**

Si tratta del secondo tentativo dopo il mancato obiettivo dell'anno scorso voluto soprattutto per sensibilizzare su questa **malattia neurodegenerativa che colpisce persone sempre più giovani.** Nella nostra provincia sono **tra i 2500 e i 3000 i malati di Parkinson:** di questi mille si rivolgono all'**ambulatorio specializzato dell'ospedale di Circolo** dove vengono assistiti dal **dottor Giulio Riboldazzi:** « Sensibilizzare è importante per riuscire a convincere le persone colpite che c'è la possibilità di **rallentare la degenerazione.** Ci sono farmaci che permettono una qualità della vita migliore. E, intanto, la ricerca migliora i suoi studi: **già dal prossimo anno arriverà un farmaco dalle prestazioni più elevate** che eviterà di assumere quelle venti, trenta pastiglie al giorno. E, intanto, aspettiamo che gli studi sulle cellule staminali portino a migliorare ulteriormente l'assistenza».

Il Parkinson porta alla degenerazione delle cellule nervose del cervello: quando si riduce del 50% la funzionalità dei neuroni viene a mancare un'adeguata stimolazione dei ricettori, cioè la stazione di arrivo. Così insorge il Parkinson, **la cui causa è ad oggi ignota anche se, visto l'abbassamento dell'età dei soggetti colpiti,** si tende a considerare **un nesso con l'alimentazione, l'inquinamento idrico e atmosferico, la mancanza di movimento fisico.**

I malati sono spesso portati a lasciarsi andare e a chiudersi in se stessi, mentre già **la riabilitazione dà un contributo notevole al rallentamento degli effetti e migliora le prestazioni.** Alla clinica Le

Terrazze, la **dottoressa Laura Pendolino** dirige l'unità riabilitativa proponendo un percorso integrato personalizzato con altri specialisti. **Il Parkinson, infatti, è una malattia che dura a lungo, anche 30 anni:** per questo è importante uscire e incentivare le pratiche che rallentano gli effetti. Così, **l'associazione Parkinson Insubria** propone una serie di attività fisiche, dalla ginnastica dolce allo yoga alla biodanza, ma anche **un incontro ogni primo sabato del mese al centro di via Maspero 20 dalle 15 alle 18**, aperto a pazienti e familiari per condividere le esperienze di vita: «È importante uscire di casa – spiega **Laura Brizzi** – per iniziare ad accettare questa malattia e capire il valore delle attività».

A iniziare dalla camminata di domenica prossima pensata per raggiungere ... la Luna.

[Redazione VareseNews](#)

redazione@varesenews.it