

Al via la IV Settimana di Prevenzione dell'Invecchiamento Mentale

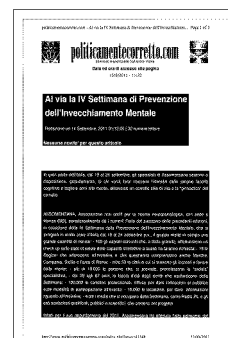
Redazione on 14 Settembre, 2011 01:13:00 | 32 numero letture

Nessuna novita' per questo articolo

In gran parte dell'Italia, dal 19 al 24 settembre, gli specialisti di Assomensana saranno a disposizione, gratuitamente, di chi vorrà farsi tracciare l'identikit delle proprie facoltà cognitive e togliere anni alla mente, attraverso un corretto stile di vita e la "ginnastica" del cervello.

ASSOMENSANA, Associazione non profit per la ricerca neuropsicologica, con sede a Monza (MB), paradossalmente dà i numeri! Forte del successo delle precedenti edizioni, in occasione della IV Settimana della Prevenzione dell'Invecchiamento Mentale, che si svolgerà in molte zone d'Italia dal 19 al 24 settembre p.v., il gruppo mette in campo una grande quantità di risorse: - 100 gli esperti coinvolti che, a titolo gratuito, effettueranno un check up sullo stato di salute delle capacità intellettive a quanti ne faranno richiesta; - 18 le Regioni che aderiscono all'iniziativa e che quest'anno comprendono anche Marche, Campania, Sicilia e l'area di Roma; - oltre 50 le città in cui si terranno gli incontri a favore della mente; - più di 10.000 le persone che, si prevede, prenoteranno la "seduta" specialistica; - dai 29 agli 87 anni, la fascia d'età degli iscritti che usufruiscono della Settimana; - 100.000 le cartoline promozionali, diffuse per dare indicazioni al pubblico sulle modalità di partecipazione all'evento; - 10.000 le locandine, per dare informazioni riguardo all'iniziativa; - molti i media che si occupano della Settimana, come Radio 24, e gli enti sostenitori qualificati, pubblici o scientifici, che credono nel progetto.

Infatti per il suo appuntamento del 2011, Assomensana ha ottenuto l'alto patrocinio del



Ministero della Salute, quello della SIN-Società Italiana di Neurologia e la partnership dell'AINP-Associazione Italiana di Neuropsicologia. Conferme arrivano da supporter "storici", come la Regione Lombardia, mentre new entry sono quelle della prestigiosa struttura del Consorzio San Raffaele in Puglia (Residenze Sanitarie Assistenziali), di Named (Azienda produttrice dell'integratore "Immun'âge" (già a fianco dell'Associazione in altre manifestazioni) e di Nestlé, che, durante gli incontri, fornirà agli esaminandi bottigliette di acqua oligominerale "Vera", preziosa per l'idratazione e quindi per il funzionamento del cervello.

La mission di Assomensana, che si esplica nella Settimana per "a brain forever young", è quella di ottenere uno screening mentale sulla popolazione, di promuovere stili di vita per la prevenzione della salute, anche cerebrale, e di creare cultura sanitaria.

Allo scopo, per sensibilizzare al problema dell'usura della mente, che riguarda tutti, intellettuali compresi, soprattutto con il trascorrere degli anni e a causa di stress e vari fattori dell'esistenza, il team di neuropsicologi organizza sette giorni dedicati all'analisi delle condizioni mentali dei singoli e ai rimedi personalizzati, in grado di rallentare l'orologio del tempo e i suoi guasti sulle capacità del cervello.

Nessun costo è a carico di chi vuole verificare il proprio profilo mentale e apprendere le strategie mirate per migliorare le performance intellettive. Nelle sedi prestabilite, gli interessati saranno sottoposti dagli specialisti a particolari TEST, che sono "culture-free" e non fanno riferimento al grado di istruzione del soggetto. «Al termine dell'esame individuale, che si svolge con prove "carta e matita", in circa 45 minuti, i nostri esperti (psicologi, neurologi e geriatri) potranno dare informazioni personalizzate sul funzionamento delle principali attività cognitive, quali memoria, attenzione, concentrazione, linguaggio e astrazione, e fornire suggerimenti su come mantenerle in ottima forma, anche con la "Ginnastica Mentale®", esclusiva di Assomensana», spiega il dottor Giuseppe Alfredo Iannocari, presidente dell'Associazione, «Le problematiche cognitive (come smemoratezze, disattenzioni e disorientamento) compromettono seriamente la qualità di vita dell'individuo e, oltre certi limiti, determinano anche elevati costi sociali. Le persone non devono rassegnarsi a questa perdita di lucidità perché l'evidenza scientifica suggerisce che, con opportuni accorgimenti (nella sfera dell'alimentazione, del movimento e degli esercizi mentali), è possibile mantenere ad un livello costante e ottimale l'abilità, la flessibilità e le prestazioni mentali».

Il messaggio quindi della IV Settimana della Prevenzione dell'Invecchiamento Mentale, in programma dal 19 al 24 settembre p.v., è quello di avere cura del proprio cervello, così come degli altri organi, a qualsiasi età, riducendone il logorio e riparando gli eventuali deficit cognitivi, rivelati dal personale "profilo neuropsicologico". Secondo le ricerche di Assomensana, per tonificare la mente e frenare il decadimento cerebrale, sono efficaci l'attività fisica regolare, una dieta ricca di frutta e verdura e, in particolare, l'"allenamento" quotidiano del muscolo cervello, con gli esercizi appositamente studiati e brevettati dai neuropsicologi.

L'aspettativa per questo quarto rendez-vous all'insegna della mente giovane è tanta e si prevede che, come l'anno scorso, sette giorni non saranno sufficienti per soddisfare tutte le richieste... quindi Assomensana darà ancora altri numeri.

Per informazioni, prenotazioni e interviste:

Giuseppe Alfredo Iannocari, Ph.D.

Presidente Assomensana

viale Elvezia, 14 - 20900 Monza

tel.fax: 039-2320032 cell.392-6360914

g.iannocari@assomensana.it

www.assomensana.it <<http://www.assomensana.it>>

Skype: giuseppeiannocari

(Per la Stampa: Rosanna Ercole Mellone,
tel. 0521/483988 - 0187/495107 - cell. 347/8161012
e-mail rercolem@tin.it)