



# **SOCIETA ITALIANA DI NEUROLOGIA**

13 marzo 2019

# INDICE

## SOCIETA ITALIANA DI NEUROLOGIA

- 13/03/2019 Il Messaggero - Nazionale 5  
**Settimana del cervello: test in ospedale, e seminari per imparare a proteggerlo**
- 13/03/2019 La Sicilia - Nazionale 6  
**San Marco, è scattato il " rush finale "**
- 13/03/2019 Intimita 7  
**Settimana Mondiale del cervello**
- 13/03/2019 L'Eco del Chisone 8  
**Proteggi il tuo cervello**
- 13/03/2019 La Fedeltà 9  
**Iniziative nell'ambito della Settimana del cervello**

## SOCIETA ITALIANA DI NEUROLOGIA WEB

- 12/03/2019 Radio Rtm.it 10:36 11  
**Vittoria. Settimana mondiale del Cervello. Per l'occasione la Società Italiana di Neurologia lancia lo slogan "Proteggi il tuo cervello"**
- 12/03/2019 mediakey.tv 12  
**Proteggi il tuo cervello: Oggi parte la Settimana Mondiale del Cervello**
- 12/03/2019 Catania Live University 11:37 13  
**UNICT - "Proteggi il tuo cervello": a Catania prevenzione delle malattie neurologiche**
- 12/03/2019 QUOTIDIANO DI RAGUSA 10:45 14  
**Settimana del cervello, convegno oggi a Vittoria**
- 13/03/2019 emiliaromagnanews24.it 00:23 15  
**13 - 16 marzo: a Parma la 'Settimana del Cervello'**
- 13/03/2019 prpchannel.com 06:11 17  
**Proteggiti il cervello; togli il sale dal menu ictus in aumento tra i giovani. Luke Perry insegna - i consigli**
- 12/03/2019 quimamme.it 09:45 19  
**Il cervello va protetto. Con i fantastici 4**

12/03/2019 viterbonews24.it

21

**'La motivazione protegge il cervello: come trovarla o sostituirla durante e dopo una malattia neurologica grave'**

# **SOCIETA ITALIANA DI NEUROLOGIA**

**5 articoli**

## Le iniziative

### Settimana del cervello: test in ospedale, e seminari per imparare a proteggerlo

Nella **Settimana mondiale del cervello**, fino al 17 marzo, sono previste numerose iniziative gratuite in tutto il territorio nazionale grazie alla collaborazione degli esperti della **Società italiana di neurologia (Sin)**: da incontri divulgativi a convegni scientifici, da attività per gli studenti delle scuole fino a open day. Il calendario degli eventi è disponibile su [www.neuro.it](http://www.neuro.it). Ad esempio, a Roma, fino a sabato prossimo, la Fondazione Santa Lucia eseguirà check-up della mente gratuiti. Mentre, il dipartimento di Neurologia



del Sant'Andrea, sempre a Roma, ha organizzato per sabato 16 un open day per i pazienti. A Milano, l'Istituto Sant'Ambrogio-Salesiani organizza venerdì un incontro dal titolo «Costruire il cervello in laboratorio: tessuti nervosi e organoidi cerebrali». Numerose anche le iniziative svolte dalle sedi regionali e locali di A.L.I.Ce. Italia Onlus, Associazione per la Lotta all'ictus. Sabato alla Camera di Commercio di Rieti si terrà un incontro su «Donne ed Ictus: quando il genere fa la differenza» ([www.aliceitalia.org](http://www.aliceitalia.org)).

© RIPRODUZIONE RISERVATA

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



**LIBRINO.** Riunione operativa per procedere con l'iter di trasferimento del primo dipartimento, quello Materno infantile

## San Marco, è scattato il "rush finale"

### A giorni il collaudo statico e la conseguente consegna dell'opera al Policlinico

**GIUSEPPE BONACCORSI**

Stavolta la macchina si è messa in moto per il rush finale che porterà alla consegna, alla direzione del Policlinico, del nuovo ospedale San Marco di Librino. Due giorni fa si sarebbe tenuta una riunione ad alti livelli per fare il punto della situazione e sarebbe stato disposto l'iter che nei prossimi giorni porterà al collaudo statico della struttura. Contemporaneamente gli uffici hanno avviato le procedure per ottenere, dagli enti preposti, tutte le certificazioni necessarie per rendere idonea la struttura che dovrà rispettare tutti gli standard di sicurezza, a maggiore ragione visto che si tratta di un nuovo ospedale.

Da quello che emerge dal silenzio, perché sino a questo momento c'è sulla materia un rigoroso e stretto riserbo, come se i cittadini non debbano conoscere che procedure si stanno adottando per il loro ospedale, dovrebbe portare alla consegna dell'opera già prima della scadenza del 31 marzo, termine che è stato fissato dall'assessorato regionale alla Salute con un decreto dell'assessore Ruggero Razza appena qualche mese fa.

Ultimato questo iter delicato che prevede anche il rilascio della certificazione antincendio dell'opera (al Vittorio Emanuele ne sarebbero sprovvisti da tempo) si avvierà il conto alla rovescia per il trasferimento materiale del primo dipartimento medico nella nuova struttura che sarà, come più volte annunciato da questo giornale, tutto il dipartimento materno infantile che verrà trasferito dal vecchio S. Cambino che, come è stato col Ferrarotto trasferitosi gradatamente al Policlinico, chiuderà i battenti.

I primi reparti a "migrare" a Librino dovrebbero essere quelli Materno infantile, di ostetricia e ginecologia, compreso il pronto soccorso ostetrico. Poi pian piano dovrebbero avviarsi i trasferimenti dei primi reparti dal vecchio Vittorio Emanuele e infine

verrà istituito il nuovo pronto soccorso.

E' chiaro che la procedure richiederanno massima attenzione e un tempo ragionevolmente lungo per andare a regime, ma è logico che col trasferimen-

to del primo dipartimento il nuovo ospedale entrerà finalmente in funzione con la successiva e quasi immediata apertura della Radiologia, e degli altri reparti necessari perché la macchina sanitaria si metta in moto.

Tutto questo iter è affidato nelle mani della commissione regionale istituita dall'assessore Razza per seguire attentamente tutti i delicati passaggi. Nella commissione oltre all'ex manager del Policlinico Paolo Cantaro (che ne è il responsabile) fa parte anche l'attuale dirigente facente funzione del Policlinico, Giampiero Bonaccorsi che sarebbe ormai in scadenza se la Regione deciderà finalmente di decidere le nomine dei tre manager dei Policlinici non ancora disposte, sembra, per divergenze politiche interne all'attuale Giunta regionale.

**"Settimana del cervello" venerdì un incontro**

Venerdì 15 alle 18, nell'auditorium "Concetto Marchesi" del Palazzo Platamone, si terrà un incontro nell'ambito della **Settimana mondiale del Cervello**, promosso dalla **Società italiana di Neurologia (Sin)** e organizzato dal prof. Mario Zappia, segretario della **Sin** e ordinario di Neurologia all'Università. Specialisti del settore si confronteranno sul tema della prevenzione delle malattie neurologiche e sul ruolo del neurologo. Sarà inoltre proiettato il video della campagna "Proteggi il tuo cervello".



Nella foto a sx un corridoio della nuova struttura e accanto il vecchio S. Bambino



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





## AGENDA

### Settimana Mondiale del cervello

Primo piano sul cervello, il nostro organo più complesso e sofisticato, nonché affascinante, al quale viene dedicata una Settimana Mondiale. In Italia, fino al 17 marzo, sono numerose le iniziative organizzate da **Sin, la Società italiana di neurologia**: è possibile partecipare gratuitamente a incontri divulgativi tenuti da neurologi per l'approfondimento di temi che spaziano da alimentazione e prevenzione delle malattie neurologiche, al sonno come fattore protettivo per alcune patologie, all'importanza dello sport

per contrastare il decadimento mentale e l'impatto delle nuove tecnologie. «Attraverso il tema "Proteggi il tuo cervello" intendiamo sottolineare l'importanza della prevenzione e di trattare efficacemente le malattie neurologiche, - ha dichiarato il professor **Gianluigi Mancardi**, presidente della **Sin**, Clinica neurologica dell'università di Genova. - In alcuni casi queste patologie possono essere prevenute correggendo, per esempio, i fattori di rischio per le malattie cerebrovascolari o rafforzando la riserva cognitiva per contrastare il fisiologico invecchiamento cerebrale». Info: [www.neuro.it](http://www.neuro.it)

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



## Proteggi il tuo cervello

Termina domenica 17 la **Settimana mondiale del cervello**, con diverse iniziative coordinate in Italia dalla **Società Italiana di Neurologia**. Obiettivo della campagna è sensibilizzare sulle numerose malattie neurologiche, dall'Alzheimer al Parkinson, dall'Ictus cerebrale alla Sclerosi Multipla, dall'epilessia fino all'emicrania e ai disturbi del sonno. L'Asl TO3 aderisce all'iniziativa **sabato 16 alle ore 9,30** presso la sala prelievi dell'**Ospedale di Pinerolo** organizzando, insieme alle Associazioni Alice Subalpina, Tremolini, Apice, Aism, alla Diaconia Valdese, Anapaca e Rotary Club Pinerolo, un incontro pubblico dedicato alla prevenzione e cura delle malattie del sistema nervoso.

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





## Iniziative nell'ambito della Settimana del cervello

■ **MONDOVÌ-SAVIGLIANO.** I neurologi delle strutture complesse di Neurologia dell'ospedale di Mondovì (Alessia Di Sapio) e dell'ospedale di Savigliano (Maria Roberta Bongioanni) incontrano la popolazione nell'ambito della "Settimana del cervello". Sono in calendario iniziative di "porte aperte" ai cittadini: **mercoledì 13 e giovedì 14 marzo** dalle 15,30 alle 16,30 a Savigliano e **giovedì 14 marzo** dalle 11 alle 13 a Mondovì. La Settimana del cervello è frutto di un enorme coordinamento internazionale cui partecipano le Società neuroscientifiche di tutto il mondo e a cui, dall'edizione 2010, hanno aderito anche la **Società italiana di neurologia** e la European Academy of Neurology. Tutte impegnate nella battaglia contro le malattie del sistema nervoso, sostenendo la ricerca, promuovendo l'assistenza e la cura e impegnandosi nella formazione degli specialisti del cervello, i neurologi. Quest'anno il tema della settimana è "Proteggi il tuo cervello", per sottolineare l'aspetto di prevenzione e curativo che ora è possibile mettere in atto per trattare efficacemente le malattie neurologiche.



# **SOCIETA ITALIANA DI NEUROLOGIA WEB**

**8 articoli**

## Vittoria. **Settimana mondiale del Cervello**. Per l'occasione la **Società Italiana di Neurologia** lancia lo slogan "Proteggi il tuo cervello"

LINK: <https://www.radiortm.it/2019/03/12/vittoria-settimana-mondiale-del-cervello-per-loccasione-la-societa-italiana-di-neurologia-lancia-lo-sloga...>



Dall'11 al 17 marzo si celebra, in ben 80 Paesi, la **Settimana mondiale del Cervello** e per l'occasione la **Società Italiana di Neurologia - SIN** - lancia lo slogan "Proteggi il tuo cervello". L'U.O.C. di Neurologia dell'Ospedale "Guzzardi", ha organizzato per oggi, a partire dalle 15, presso la sala convegni "Di Geronimo" del nosocomio stesso un importante convegno: "Ictus cerebrale: quanto il tempo salva la vita". Fitto il programma della Giornata che vedrà, dopo il saluto del Commissario Straordinario, Angelo Aliquò e l'introduzione del direttore sanitario di presidio, dott. Giuseppe Drago, numerosi interventi che tratteranno: come riconoscere i segni e i sintomi dell'ictus cerebrale; la terapia; la gestione dell'emergenza cerebrovascolare dell'Asp di Ragusa; l'assistenza infermieristica della stroke-unit e, infine, la depressione post stroke. "Pensare, ricordare, parlare, ma anche camminare, correre, ridere gesti quotidiani coordinati e resi semplici dal cervello. Un organoaffascinante e ancora misterioso, che rende possibili, in modo armonico, le funzioni di tutto l'organismo. Per questo, proteggerlo è fondamentale. Obiettivo, aumentare la consapevolezza e sottolineare l'importanza della prevenzione nella lotta alle malattie neurologiche, che solo in Italia colpiscono circa 5 milioni di persone. Dalla malattia di Alzheimer a quella di Parkinson, dall'ictus cerebrale alla sclerosi multipla, dall'epilessia fino all'emicrania e ai disturbi del sonno. Sono questi alcuni dei disturbi neurologici che, secondo l'Organizzazione mondiale della Sanità, colpiscono ben 1 miliardo di persone nel mondo. Oltre 47 milioni i casi di demenza e una stima di circa 7,7 milioni di nuovi malati ogni anno. Tra le demenze, la forma più comune è l'Alzheimer con convivono 40 milioni di persone nel mondo. 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 dello specialista diriferimento: il neurologo." [www.neuro.it](http://www.neuro.it)

## Proteggi il tuo cervello: Oggi parte la **Settimana Mondiale del Cervello**

LINK: <https://www.mediakey.tv/leggi-news/proteggi-il-tuo-cervello-oggi-parte-la-settimana-mondiale-del-cervello-dall11-al-17-marzo-2019-con-inizia...>



Proteggi il tuo cervello: Oggi parte la **Settimana Mondiale del Cervello** Dall'11 al 17 marzo 2019 con iniziative in tutta Italia e uno spot video di sensibilizzazione. Fino al 17 marzo la **Settimana Mondiale del Cervello** proporrà iniziative per sensibilizzare l'opinione pubblica sugli importanti progressi scientifici che riguardano la prevenzione e la cura delle numerose patologie del sistema nervoso. Proteggi il tuo cervello è il claim di questa edizione che la **Società Italiana di Neurologia**, promotrice dell'iniziativa in Italia, ha voluto rendere ancora più efficace e incisiva grazie alla realizzazione di uno spot video di sensibilizzazione sulla figura e sul ruolo del neurologo nella lotta alle patologie neurologiche. "L'obiettivo di questa edizione della Settimana - afferma il Prof. **Gianluigi Mancardi**, Presidente della **Società Italiana di Neurologia** - è ribadire l'importanza della prevenzione e la necessità di prendersi cura del cervello affidandosi ai neurologi, gli specialisti deputati a trattare efficacemente le malattie neurologiche. Molte di queste patologie possono essere prevenute, correggendo, ad esempio, i fattori di rischio per le malattie cerebrovascolari o rafforzando la riserva cognitiva per contrastare il fisiologico invecchiamento cerebrale. Alla comparsa del disturbo neurologico, invece, un tempestivo intervento terapeutico può rallentare la progressione della malattia; oggi, infatti, grazie ai risultati dell'incessante ricerca scientifica degli ultimi anni, molte malattie del sistema nervoso possono essere efficacemente curate". In questa settimana numerose iniziative gratuite si svolgeranno in tutto il territorio nazionale grazie alla collaborazione dei neurologi, da incontri divulgativi a convegni scientifici, da attività per gli studenti delle scuole fino a open day. Il calendario degli eventi è disponibile su [www.neuro.it](http://www.neuro.it). Coordinata dalla European Dana Alliance for the Brain in Europa e dalla Dana Alliance for Brain Initiatives negli Stati Uniti, la Settimana del Cervello è il frutto di un enorme coordinamento internazionale cui partecipano le Società Neuroscientifiche di tutto il mondo e a cui la **Società Italiana di Neurologia** aderisce fin dall'edizione 2010. La **Società Italiana di Neurologia (SIN)** è da sempre impegnata nella battaglia contro le malattie del sistema nervoso, sostenendo la ricerca, promuovendo l'assistenza e la cura e, infine, impegnandosi nella formazione degli specialisti del cervello, i neurologi. La **Società Italiana di Neurologia** conta tra i suoi soci oltre 3000 specialisti neurologi ed ha lo scopo istituzionale di promuovere, in Italia, il progresso della conoscenza delle malattie neurologiche, al fine di promuovere lo sviluppo della ricerca scientifica, di migliorare la formazione, di sostenere l'aggiornamento degli specialisti e di elevare la qualità professionale nell'assistenza alle persone colpite da condizioni morbose che coinvolgono il sistema nervoso. 12/03/2019 |

## UNICT - "Proteggi il tuo cervello": a Catania prevenzione delle malattie neurologiche

**LINK:** <https://catania.liveuniversity.it/2019/03/12/unict-proteggi-tuo-cervello-catania/>

UNICT - "Proteggi il tuo cervello": a Catania prevenzione delle malattie neurologiche 12 Marzo 2019 Redazione Anche a Catania si terrà un incontro promosso nella **settimana mondiale del Cervello**: appuntamento a palazzo Platamone. Venerdì 15 marzo alle 18, nell'auditorium "Concetto Marchesi" del Palazzo Platamone (via Vittorio Emanuele 121, Catania) si terrà un incontro nell'ambito della **Settimana mondiale del Cervello** - iniziativa coordinata dalla European Dana Alliance for the Brain in Europa e dalla Dana Alliance for Brain Initiatives - che si svolge dal 11 al 17 marzo e che quest'anno ha come tema la campagna "Proteggi il tuo cervello". L'incontro è promosso dalla **Società italiana di Neurologia (Sin)** ed è organizzato dal prof. Mario Zappia, segretario della **Sin** e ordinario di Neurologia dell'Università di Catania. Nel corso del pomeriggio specialisti del settore si confronteranno sul tema della prevenzione delle malattie neurologiche e sul ruolo svolto dal neurologo. Sarà inoltre proiettato il video promozionale **Sin** relativo alla campagna "Proteggi il tuo cervello". Condividi:

## Settimana del cervello, convegno oggi a Vittoria

LINK: <https://www.quotidianodiragusa.it/2019/03/12/salute-e-benessere/settimana-cervello-convegno-vittoria/43335>



Settimana del cervello, convegno oggi a Vittoria Sull'ictus e l'importanza del soccorso immediato Redazione 12/03/2019 - 11:40 Dall'11 al 17 marzo si celebra, in ben 80 Paesi, la **Settimana mondiale del Cervello** e per l'occasione la **Società Italiana di Neurologia - SIN** - lancia lo slogan "Proteggi il tuo cervello". L'U.O.C. di Neurologia del P.O. "R. Guzzardi", di Vittoria ha organizzato per oggi, martedì 12 marzo a partire dalle 15.00 un importante convegno: "ICTUS CEREBRALE: QUANDO IL TEMPO SALVA LA VITA". Fitto il programma della Giornata che vedrà, dopo il saluto del Commissario Straordinario, arch. Angelo Aliquò e l'introduzione del direttore sanitario di presidio, dott. Giuseppe Drago, numerosi interventi che tratteranno: come riconoscere i segni e i sintomi dell'ictus cerebrale; la terapia; la gestione dell'emergenza cerebrovascolare dell'Asp di Ragusa; l'assistenza infermieristica della stroke-unit e, infine, la depressione post stroke. "Pensare, ricordare, parlare, ma anchecamminare, correre, ridere gesti quotidiani coordinati e resi semplici dal cervello. Un organo affascinante e ancora misterioso, che rende possibili, in modo armonico, le funzioni di tutto l'organismo. Per questo, proteggerlo è fondamentale. Obiettivo, aumentare la consapevolezza e sottolineare l'importanza della prevenzione nella lotta alle malattie neurologiche, che solo in Italia colpiscono circa 5 milioni di persone. Dalla malattia di Alzheimer a quella di Parkinson, dall'ictus cerebrale alla sclerosi multipla, dall'epilessia fino all'emivertebra e ai disturbi del sonno. Sono questi alcuni dei disturbi neurologici che, secondo l'Organizzazione mondiale della Sanità, colpiscono ben 1 miliardo di persone nel mondo. Oltre 47 milioni i casi di demenza e una stima di circa 7,7 milioni di nuovi malati ogni anno. Tra le demenze, la forma più comune è l'Alzheimer con convivono 40 milioni di persone nel mondo. Adottare uno stile di vita sano è il primo passo per prendersi cura del propriocervello, ma la prevenzione passa anche e soprattutto dal consulto dello specialista di riferimento: il neurologo." [www.neuro.it](http://www.neuro.it)



## 13 - 16 marzo: a Parma la 'Settimana del Cervello'

LINK: <https://www.emiliaromagnanews24.it/13-16-marzo-a-parma-la-settimana-del-cervello-99859.html>



13 - 16 marzo: a Parma la 'Settimana del Cervello' Da Roberto Di Biase - 13 Marzo 2019  
Facebook Twitter Google+ WhatsApp Dialoghi, laboratori, mostre, convegni, esperimenti per andare alla scoperta di un organo complesso e ancora in parte misterioso. Iniziativa dell'Università con il Comune di Parma PARMA - Partecipare a veri esperimenti, toccare con mano come si fa ricerca in un laboratorio di neuroscienze, visualizzare al microscopio le cellule nervose, indossare un visore 3D e scoprire com'è possibile far muovere un avatar virtuale registrando i propri movimenti. E poi dialoghi, mostre, laboratori, convegni e altro ancora. È ricca la proposta della Settimana del Cervello, che l'Università di Parma organizza dal 13 al 16 marzo con il Comune di Parma. L'iniziativa è stata presentata questa mattina al ParmaUniverCity Info Point dell'Università dal Pro Rettore vicario Paolo Martelli, da Vittorio Gallese, docente di Psicobiologia all'Università di Parma e coordinatore degli eventi, e da Federica Veratelli, docente del Dipartimento di Discipline Umanistiche, Sociali e delle Imprese Culturali - DUSIC. Anche Parma, dunque, aderisce alla **Settimana mondiale del cervello**, manifestazione che si svolge ogni anno in contemporanea in tutto il mondo per sensibilizzare l'opinione pubblica sulla ricerca sul cervello, contribuendo a capirne natura, funzionamento e patologie. Ideata dalla Dana Alliance for Brain Initiatives e coordinata dalla International Brain Research Organization, la Settimana del cervello è il frutto di un enorme coordinamento internazionale, e ogni anno, a marzo, porta al grande pubblico i risultati più interessanti della ricerca scientifica in materia. A Parma le iniziative si svolgeranno da 13 al 16 marzo. Si partirà mercoledì 13 marzo alle 18 nell'Aula dei Filosofi dell'Università (via Università, 12) con Cervello e corpo nella società delle immagini: il dialogo tra neuroscienze e scienze umane: una conversazione a due voci tra Vittorio Gallese e Michele Guerra, l'uno neuroscienziato e l'altro studioso di cinema e arti visive, autori tra l'altro nel 2015 del volume Lo schermo empatico. Cinema e neuroscienze. Il 14 e il 15 marzo dalle 14.30 alle 18.30, al ParmaUniverCity Info Point dell'Università, Corpi e cervelli in azione, 'due giorni' dedicata al cervello con esperimenti, mostre, dimostrazioni, illustrazioni nel sottopasso del Ponte Romano: si entrerà in un laboratorio di neuroscienze, ponendo domande e trovando risposte grazie alle più recenti tecniche di indagine neuroscientifica, guidati dall'Unità di Neuroscienze del Dipartimento di Medicina e Chirurgia dell'Università di Parma e dall'Istituto di Neuroscienze di Parma del Consiglio Nazionale delle Ricerche; si potrà partecipare a veri e propri esperimenti, toccare con mano gli strumenti utilizzati e conoscere alcuni dei risultati raggiunti negli ultimi anni. Il programma di Corpi e cervelli in azione propone il 14 marzo Habeas Corpus e Come ti 'senti', come interagisci? Habeascorpus permetterà di prender parte a un vero e proprio esperimento di estetica sperimentale. Si assisterà a una performance teatrale e si verificherà quanto la presenza degli altri spettatori influenzi le proprie reazioni fisiologiche. Al pubblico saranno descritti i risultati ottenuti in precedenti studi e le innovative

tecniche che permettono di studiare l'interazione tra più corpi e cervelli durante esperienze collettive. Come ti 'senti', come interagisci? consentirà invece di indagare come la percezione dei propri battiti cardiaci moduli la distanza interpersonale che si pone tra sé e gli altri. Saranno descritti i risultati ottenuti in precedenti studi anche in ambito psicopatologico e le recenti ricerche sull'interazione cuore-cervello. Il 15 marzo, invece, nel programma di Corpi e cervelli in azione ci sono Neuron al microscopio e Osserva, immagina, puoi! L'osservazione di azioni in realtà virtuale come strumento per la neuroriabilitazione. Neuron al microscopio metterà a disposizione del pubblico un microscopio per visualizzare le cellule nervose; in mostra anche alcuni pannelli che illustreranno come è organizzato e come si è evoluto il sistema nervoso (formato da molti tipi di neuroni e da diverse strutture, ciascuna coinvolta nel controllo di funzioni specifiche) e quali sono le principali tecniche per studiarlo. Osserva, immagina, puoi! mostrerà invece che la realtà virtuale non è solo un gioco. Nei laboratori dell'Ateneo si sta infatti studiando come essa possa costituire l'elemento chiave di un trattamento neuroriabilitativo per soggetti con deficit motori. Il pubblico potrà provare l'esperienza di indossare un visore 3D e scoprire com'è possibile far muovere un avatar virtuale registrando i propri movimenti. Sabato 16 marzo a partire dalle 10, infine, gli eventi di Parma della Settimana del Cervello si chiuderanno alla Casa della Musica (piazzale San Francesco, 1) con Parma e la scienza - Il grande neuroscienziato Giuseppe Moruzzi, giornata organizzata dal Comune in collaborazione con l'Università per rendere omaggio al neuroscienziato Giuseppe Moruzzi, autore di scoperte fondamentali nella storia delle neuroscienze, grande didatta e fondatore della più importante scuola italiana moderna di neurofisiologia. La giornata si aprirà con i saluti istituzionali del Sindaco di Parma Federico Pizzarotti e del Rettore dell'Università Paolo Andrei, e proseguirà con i contributi di Giovanni Berlucchi, Lamberto Maffei, Piergiorgio Strata e Giacomo Rizzolatti, allievi tra i più vicini a Giuseppe Moruzzi, cui si uniranno gli interventi del medico e saggista Giorgio Cosmacini e del figlio Paolo Moruzzi, per anni direttore dell'Unità Operativa di Cardiologia e Unità di Terapia intensiva coronarica dell'Ospedale di Vaio di Fidenza. La giornata di studi è realizzata con il patrocinio dell'Accademia Nazionale dei Lincei, dell'Istituto della Enciclopedia Italiana Treccani, dell'Istituto di Neuroscienze del Consiglio Nazionale delle Ricerche, della Fondazione Cariparma e della Fondazione Monteparma. Nel corso della conferenza stampa è stata annunciata anche la nascita a breve, all'Università di Parma, di un Laboratorio di Neurosciences and Humanities, che sui temi delle neuroscienze e sulle loro interazioni con le scienze umane riunirà docenti e ricercatori dei Dipartimenti di Medicina e Chirurgia e di Discipline Umanistiche, Sociali e delle Imprese Culturali - DUSIC.

## Proteggiti il cervello; togli il sale dal menu ictus in aumento tra i giovani. Luke Perry insegna - i consigli

LINK: <https://www.prpchannel.com/attualita/proteggiti-il-cervello-togli-il-sale-dal-menu-ictus-in-aumento-tra-i-giovani-luke-perry-insegna-i-consigli...>



CRONACHE Roma - mercoledì, 13 marzo 2019 06:23 Home \ ATTUALITA' \ Proteggiti il cervello; togli il sale dal menu ictus in aumento tra i giovani. Luke Perry insegna - i consigli

Ricerca per: Proteggiti il cervello; togli il sale dal menu ictus in aumento tra i giovani. Luke Perry insegna - i consigli 13 Mar 0 (di Nicola Simonetti) "**Settimana Mondiale del Cervello**", organizzata dalla **Società Italiana di Neurologia (SIN)** cui A.L.I.Ce. Italia Onlus, Associazione per la Lotta all'ictus cerebrale conferma il proprio impegno. Tema centrale: "Proteggi il tuo cervello". L'ictus non è - come finora creduto - evento proprio della terza età. Il recente caso dell'attore Luke Perry ucciso dall'ictus a 52 anni, richiama l'attenzione sull'ictus giovanile. In Italia si calcola che circa 12.000 soggetti di età inferiore a 55 anni ne vengano colpiti ogni anno. "Il problema assume particolare rilevanza se si tiene conto che - dice il Prof. Carlo Gandolfo, neurologo, università, Genova - il numero di nuovi casi che si verificano in un anno nella popolazione più giovane, sembrerebbe tendere ad aumentare, mentre, grazie all'efficacia della prevenzione, nelle altre fasce di età più avanzata l'incidenza tende a diminuire, almeno in tutte le nazioni economicamente avanzate. Inoltre, nei giovani, più spesso che negli anziani, l'ictus si presenta nella sua forma più grave, cioè come emorragia intra-cranica (lacerazione spontanea di un'arteria con fuoriuscita di sangue a pressione elevata che mortifica le strutture cerebrali), che ha un tasso di mortalità più che doppio rispetto alle peraltro molto più frequenti forme ischemiche (dovute ad occlusione di un'arteria cerebrale). Il tragico evento di Perry - conclude Gandolfo - dovrebbe stimolare la popolazione a prestare maggior attenzione alla correzione di quei fattori di rischio modificabili che aumentano la probabilità di malattia, in particolare l'aumento della pressione arteriosa, il fumo, l'alcool, l'assunzione di sostanze illecite, tutti fattori che sono notoriamente connessi con l'ictus ed in particolare con le forme emorragiche". Ogni anno si registrano il doppio di nuovi casi di ictus giovanile rispetto ai nuovi casi di sclerosi multipla (patologia il cui esordio si manifesta principalmente tra i 20 e i 30 anni) e lo stesso numero di casi rispetto a quelli di epilessia. La "giovanilità" in aumento dell'ictus va attribuito soprattutto a maggiore diffusione dell'abuso di droghe e alcol. L'uso smodato di quest'ultimo è considerato un fattore di rischio per ictus sia ischemico che emorragico. Può agire sia come fattore di rischio classico, aumentando di 3-4 volte la probabilità di incorrere in un episodio di patologia cerebrovascolare, sia come fattore precipitante, che determina, cioè, l'insorgenza dell'evento acuto, ad esempio in occasione di una forte bevuta (binge drinking). "L'ictus, è malattia multifattoriale, causata dalla concomitante azione di più fattori: ipertensione arteriosa, obesità, diabete, fumo, sedentarietà ed alcune anomalie cardiache e vascolari. In occasione della **Settimana Mondiale del Cervello** - dice la dr Nicoletta Reale, presidente di A.L.I.Ce. Italia Onlus - la nostra Associazione intende ribadire che mettere in atto piccoli accorgimenti può

aiutare a proteggere il proprio cervello. Quindi: tieni sotto controllo la pressione arteriosa, la fibrillazione atriale e gli zuccheri nel sangue. Adotta stili di vita sani: smetti di fumare, segui una corretta alimentazione, controlla il tuo peso e svolgi regolare attività fisica". Anche la settimana mondiale 2019, dedicata al tema "Togliamo il sale dai menù" (Let's take salt off the menu), mira, quest'anno, a promuovere l'azione degli Stati e a sensibilizzare l'opinione pubblica, ricordando gli effetti nocivi del consumo eccessivo di sale e incoraggiando la popolazione ad apportare modifiche alle abitudini alimentari e di acquisto. L'ambizioso obiettivo dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) è ridurre del 30% l'introito di sale entro il 2025, per questo WASH ricorda 5 azioni concrete per ridurre il consumo di sale a meno di 5 grammi al giorno, così come raccomandato dall'OMS: usa erbe, spezie, aglio e agrumi al posto del sale per aggiungere sapore al tuo cibo; scola e risciacqua verdure e legumi e in scatola mangia più frutta e verdura fresca; controlla le etichette prima di acquistare per aiutarti a scegliere prodotti alimentari meno salati; usa gradualmente meno sale nelle tue ricette preferite - le tue papille gustative si adatteranno; toglì dalla tavola sale e salse salate in modo che i più giovani della famiglia non si abituino ad aggiungere il sale. Proteggiti il cervello; toglì il sale dal menu ictus in aumento tra i giovani. Luke Perry insegna - i consigli

## Il cervello va protetto. Con i fantastici 4

LINK: <https://www.quimamme.it/attualita/il-cervello-va-protetto/>



Il cervello va protetto. Con i fantastici 4 Dieta mediterranea. Sonno regolare. Attività fisica. Training mentale. Ecco le attività che lo difendono. Al via la settimana della prevenzione Il cervello va protetto. A tutte le età. Ne vale la pena. Perché non c'è niente che renda di più in termini di salute. Affascinante e misterioso, coordina le funzioni di tutto l'organismo. È il gran direttore d'orchestra. Andrebbe tenuto in altissima considerazione, insomma. Invece non ci si pensa mai abbastanza, sebbene il pensiero sia attività cerebrale per eccellenza. E quando si manifestano i sintomi della malattia neurologica spesso è troppo tardi per porvi rimedio. Ecco perché lo slogan che lancia la **Sin, Società italiana di neurologia**, in occasione della Settimana mondiale dedicata che è cominciata ieri (11-17 marzo), è appunto "Proteggi il tuo cervello". Che deve guardarsi da molte insidie. Il cervello, le sue patologie Una delle più gravi è considerare il neurologo uno spauracchio. Erichiedere il suo intervento quando ormai il danno è fatto. Al contrario, stiamo parlando di uno specialista buono per tutte le stagioni della vita. Da lui si va (si dovrebbe andare) anche per curare un doloroso torcicollo, un'emicrania persistente o un tunnel carpale. Una consapevolezza molto forte per la **Sin**, che sul tema ha impostato lo spot che sta girando in questi giorni sulle tv nazionali. Poi, però, ci sono le patologie neurologiche vere e proprie. Che interessano circa 5 milioni di italiani. E che nel mondo dilagano. Giusto per fare qualche esempio, ogni anno 6 milioni di individui muoiono per ictus cerebrale, mentre altri 33 milioni sopravvivono con esiti invalidanti. L'emicrania cronica è considerata la seconda causa di disabilità per il forte impatto che genera, affliggendo 1 persona su 10. E altre 2,5 milioni convivono in qualche modo con la sclerosi multipla. L'epilessia può attendere il disinteresse delle istituzioni I fantastici 4 Per non dire della demenza: 47 milioni di malati nel Globo, 7,7 milioni in più ogni anno. E molto altro ancora: dal morbo di Parkinson all'epilessia, dai disturbi del sonno alle distonie, dalla corea alle malattie neuromuscolari. Come tutelarsi? Poiché il cervello si protegge soprattutto con la prevenzione, la **Sin** ha indicato alcune attività benefiche che dovrebbero entrare nella nostra quotidianità. E che hanno il vantaggio di difenderci anche da molte altre patologie. Alcune possono essere svolte **sin** dalla più tenera età, affidate alla cura dei genitori. Nulla di particolarmente complicato. Basta affidarsi ai fantastici 4. E cioè a un'alimentazione attenta ed equilibrata. A un'adeguata igiene del sonno. A una bella attività fisica, soprattutto aerobica. E a un buon training mentale, fatto di studio delle lingue e attività sociali, canto e musica, e così via. Come si può notare, è un percorso alla portata di tutti. Ma ben pochi lo seguono. 1. L'alimentazione Come ha chiarito il professor Mario Zappia, direttore della Clinica neurologica del Policlinico Vittorio Emanuele di Catania, "il funzionamento ottimale del sistema nervoso richiede una dieta sana ed equilibrata". Per esempio, il boom attuale nel nostro ricco Occidente di alcune malattie carenziali - come le neuropatie o le mielopatie secondarie da deficit di vitamina B12 - che un tempo "erano presenti solo nei Paesi poveri e a basso sviluppo", è imputabile "a diete

molto in voga e strettamente prive di alimenti di derivazione animale". Come regolarsi, dunque? Recuperando la tradizione. Cioè la nostra dieta mediterranea. Che, com'è noto, è composta "da alimenti ricchi di acidi grassi polinsaturi e di antiossidanti" - pesce, frutta, verdura, legumi, olio d'oliva extravergine - e "a basso contenuto di sodio e di grassi saturi di origine animale". Che sono, rispettivamente, fattori protettivi e killer del cervello. Una ricerca recente svolta negli Usa su oltre 100 mila donne ha accertato che chi segue questo regime alimentare diminuisce del 18% il rischio di ictus ischemico. E altri studi hanno evidenziato analoghe riduzioni nello sviluppo di Alzheimer (-40%), morbo di Parkinson e varie patologie di tipo neurodegenerativo, cerebrovascolare e infiammatorio.

2. Igiene del sonno Un discorso simile investe il sonno. Che, se di cattiva qualità o se proprio manca, "ha un impatto significativo sulla salute dell'individuo sia a breve che a lungo termine", ha chiarito il professor Giuseppe Plazzi, che lavora al Centro per lo studio e la cura dei disturbi del sonno dell'Università di Bologna. Il cervello ha bisogno di riposo. Se non c'è, le prime conseguenze riguardano attenzione, memoria e apprendimento. Con effetti negativi garantiti a scuola, in famiglia, nelle relazioni sociali. L'umore ne risente pesantemente. E, alla lunga, si associano ansia e depressione. Non solo. "Una restrizione delle ore del sonno ha un impatto deleterio anche sul metabolismo. Inducendo un rialzo dei valori di pressione arteriosa, una resistenza insulinica e un aumento di peso". Inoltre, un lavoro appena pubblicato su Nature mostra che la frammentazione del sonno indotta dai risvegli notturni "facilita la formazione di placche arteriosclerotiche". Dunque, dormire male è come firmare una cambiale. Che prima o poi dovremo pagare in qualche modo.

3. Attività fisica Come ha chiarito il professor Carlo Ferrarese, direttore della Clinica neurologica dell'ospedale San Gerardo di Monza, "l'attività fisica aerobica moderata - di almeno 3 ore alla settimana per almeno 25 settimane consecutive - è in grado di migliorare le prestazioni cognitive sia nei soggetti in salute che in quelli con deficit". Per quale ragione? Perché combatte la proteina della demenza. Recenti esperimenti svolti su modelli animali, infatti, "hanno evidenziato come il fattore neurotrofico BDNF, prodotto dai muscoli durante l'attività fisica, sia in grado di ridurre la produzione nel cervello della proteina beta amiloide". Che, quando si deposita oltre una certa soglia, genera l'Alzheimer, oggi la demenza più diffusa al mondo.

4. Training mentale Non solo attività fisica. Il cervello si protegge anche con l'allenamento mentale, ha sottolineato il professor Ferrarese. E dunque attraverso "la lettura, lo studio di una nuova lingua o di uno strumento musicale. Oppure, semplicemente, con un passatempo stimolante come il canto". Questo perché le attività creative "implicano la continua formazione di nuove connessioni neuronali. Che determinano una cosiddetta 'riserva cognitiva', in grado di contrastare il danno di alcuni circuiti cerebrali".

A proposito di stili di vita, "a ridurre il rischio di ictus è al 19% la perdita di peso se obesi e al 12% lo stop al fumo", ha dichiarato il professor Danilo Toni, direttore dell'Unità di trattamento neurovascolare e neurologia d'urgenza al Policlinico Umberto I di Roma. Stiamo parlando di un problema che solo nel nostro Paese colpisce ogni anno 150 mila persone, con una percentuale crescente di donne. E che è causata da invalidità per altri 800 mila italiani. Meglio tenere d'occhio la bilancia, insomma, e spegnere la sigaretta. Lo sappiamo tutti, ormai. Ma quanti hanno la forza di farlo? FB. ti consigliamo speciali



## 'La motivazione protegge il cervello: come trovarla o sostituirla durante e dopo una malattia neurologica grave'

LINK: <http://www.viterbonews24.it/news/la-motivazione-protegge-il-cervello:-come-trovarla-o-sostituirla-durante-e-dopo-una-malattia-neurologica-gr...>



'La motivazione protegge il cervello: come trovarla o sostituirla durante e dopo una malattia neurologica grave' Venerdì 15 marzo al Sant'Andrea, l'Open day rivolto alle persone con malattie neurologiche o psichiatriche 12/03/2019 - 15:31 ROMA - Venerdì 15 marzo alle 14.30, presso l'Aula Carlo Urbani dell'ospedale Sant'Andrea, si terrà un Open Day rivolto alle persone con malattie neurologiche o psichiatriche e ai loro familiari. L'incontro, organizzato in occasione della **'Settimana mondiale del cervello'**, si inserisce nell'ambito delle iniziative promosse dalla **Società italiana di neurologia** con obiettivo di divulgare alcuni recenti progressi sulla prevenzione del danno neurologico e sulla neuroprotezione. In particolare, si discuterà di come la riabilitazione, l'attività sportiva e il reinserimento sociale possano innescare meccanismi biologici che aiutino a recuperare o limitare il danno neurologico. 14:30-14:50 Saluti e introduzione ai temi del Convegno Paolo Anibaldi, Direttore Sanitario, AOU S. Andrea Giovanni Antonini, Franco Giubilei, Francesco E. Pontieri, Marco Salvetti, UOC Neurologia 14:50-15:20 La prevenzione della malattia di Alzheimer: come e quando è possibile Franco Giubilei e Virginia Cipollini 15:20-15:50 Stimolazione spinale nel recupero di deficit neurologici Roberto Arcioni e Gianmarco Bellucci 15:50-16:20 Motivazione, coinvolgimento e neuroriabilitazione Francesco Pontieri e Francesco della Gatta 16:20-16:50 Terapie emergenti e rigenerazione nelle malattie neuromuscolari Giovanni Antonini, Matteo Garibaldi, Luca Leonardi 16:50-17:20 Mente e cervello nel soggetto a rischio di suicidio Maurizio Pompili 17:20-17:50 Domande e risposte con i relatori 17:50-18:00 Conclusioni COORDINAMENTO SCIENTIFICO Marco Salvetti Dip. di Neuroscienze, salute mentale e organi di senso nesmos