

**Difficoltà di concentrazione, calo di memoria, parole sulla punta della lingua ... serve un "percorso personalizzato".**

## Intervistiamo Manuela Fumagalli

A colloquio con la dr.ssa Manuela Fumagalli; Neuropsicologa presso il Servizio di Neuropsicologia e Psicologia Clinica per i Disordini del Movimento della Fondazione IRCCS Cà Granda Ospedale Maggiore Policlinico di Milano.



**Dottoressa, per lei non vi sono "misteri" sul funzionamento del cervello e le sue patologie...**

Non esageriamo, più si studia questo meraviglioso organo e più si scopre quanto sia complesso il suo funzionamento.

Oggi programmi di riabilitazione cognitiva permettono a persone affette da patologie neurologiche quali la malattia di Parkinson, l'ictus e le demenze di potenziare l'efficienza cognitiva.

### **Come si può allenare il cervello?**

Facendo ginnastica! Così come la ginnastica per il corpo ha effetti benefici sull'organismo, analogamente la ginnastica per la mente favorisce il mantenimento di un buon livello di funzionalità cognitiva.

Questo avviene perché il nostro cervello ha la peculiarità di essere plastico, cioè è capace di modificare l'attività dei neuroni in risposta agli stimoli ambientali e alle esperienze che viviamo.

### **Qualche esempio di come si svolge l'intervento**

In primo luogo si effettua una valutazione neuropsicologica che, attraverso la somministrazione di specifici test neuropsicologici, consente di definire un progetto riabilitativo personalizzato. L'intervento di stimolazione cognitiva che segue consiste nell'esecuzione di esercizi appositamente studiati che mirano sia al potenziamento delle funzioni cognitive compromesse, sia al mantenimento delle capacità mentali preservate.

Questi esercizi sono "personalizzati" in base alle caratteristiche della persona e sono finalizzati all'acquisizione di strategie cognitive utili per affrontare le difficoltà quotidiane, per mantenere l'autonomia, migliorare l'umore, l'ansia ed eventuali disturbi comportamentali.

Gli esercizi di stimolazione o riabilitazione cognitiva possono essere svolti sia individualmente che a piccoli gruppi e hanno indicativamente una frequenza settimanale. L'efficacia dell'intervento è tanto maggiore quanto più esso è costante e duraturo nel tempo.

### **Questo tipo di intervento è efficace anche per persone con il Parkinson?**

La risposta è affermativa. Presso la Fondazione IRCCS Cà Granda Ospedale Maggiore Policlinico di Milano è presente il Servizio di Neuropsicologia e Psicologia Clinica per i Disordini del Movimento, diretto dal Prof. Alberto Priori, in cui un team di specialisti, di cui faccio parte, si occupa di valutazione e riabilitazione neuropsicologica per le persone con malattia di Parkinson.

Se il Parkinson  
vi tocca...  
**TOCCA A NOI!**