

Con lezioni di tango si "cura" il Parkinson Malati a quota 300

Nuova iniziativa dell'Unione Parkinsoniani di Piacenza: un corso di ballo che integra efficacemente la riabilitazione

PIACENZA

● Il tango è poetica, espressione corporea, è un "pensiero triste che si balla", secondo la famosa definizione di Enrique Santos Discépolo, paroliere di Carlos Gardel, ma è anche, a sorpresa, una terapia che fa bene ai malati di Parkinson.

E questa è l'ultima frontiera tracciata dall'Unione Parkinsoniani di Piacenza che ha avviato un corso di ballo destinato ai malati per migliorarne il coordinamento attraverso il movimento danzante.

L'Unione è molto attiva, nata nel maggio del 2017 con una decina di iscritti, oggi ne conta un'ottantina (si valuta che siano circa trecento i malati nel Piacentino) e nei mesi scorsi ha inaugurato una serie di conferenze con medici e specialisti per affrontare i tanti aspetti della malattia, pensando anche alle famiglie di chi vive con un malato di



Viene favorita la comunicazione tra mente e corpo» (Enrico Bettinotti)

Parkinson.

«In questi ultimi anni - spiega il presidente Bettinotti in una sua nota - il ricorso a forme di riabilitazione "complementare" che non sostituiscono bensì integrano le forme "classiche" di riabilitazione, sono andati moltiplicandosi esponenzialmente e tutti gli studi sembrano concordi nel sottolineare che il ballo e in particolare il tango è una tra le più efficaci di tali forme, in particolare per quanto attiene alla malattia di Parkinson».

Il meccanismo virtuoso è il seguente: « affinché l'intenzione di compiere un dato movimento si traduca in quel movimento effettivamente e correttamente eseguito, è necessaria una perfetta comunicazione della mente con il corpo che si fa sempre più stretta mano a mano che - lezione dopo lezione - si acquista familiarità con l'esecuzione di movimenti via via più complessi».

Ballare, soprattutto il tango, richiede una grande concentrazione mentale. Uno sforzo destinato a dare i suoi frutti: miglioramento della postura, dell'equilibrio, del cammino e, spesso, anche delle attività quotidiane. Ma gli effetti benefici si estendono al di là della sfera motoria: includendo il quel benessere complessivo della persona che



L'attore Michael J. Fox

sembra derivare dal sommarsi di vari fattori.

Ricercatori hanno rilevato benefici immediati sulla rigidità, la mobilità di mani e dita, l'espressione del viso. Muoversi a ritmo di musica, aggiungono gli studiosi migliora in generale le funzioni motorie dei pazienti e fa bene anche a chi deve prendersene cura. In generale, aumenta la consapevolezza che per i parkinsoniani l'esercizio fisico (ebbe a dirlo anche Michael J. Fox, l'attore americano affetto dal morbo di Parkinson) è prezioso per preservare la mobilità, l'equilibrio e la qualità di vita. [.red.cro.](#)



Una lezione di ballo per i malati del morbo di Parkinson



Enrico Bettinotti (presidente), Stefano Corbellini, Sergio Pomponio e l'avvocato Gianguido Guidotti

LA MALATTIA E LO STIGMA

Riprendono le conferenze con Bocchi

● Sarà il dottor Romeo Bocchi, primario del reparto di Fisiatria, il prossimo relatore (data da confermare) delle conferenze che ciclicamente l'Unione Parkinsoniani di Piacenza propone a persone malate e al pubblico dei famigliari e in diverse occasioni avendo modo anche di contrastare lo stigma di questa malattia. Uno dei problemi più comuni è la vergogna del malato, che cerca di

ignorare la malattia. La stessa associazione faceva notare che ai 200-300 malati nel Piacentino, di cui 150 in cura ospedaliera, si deve aggiungere un forte sommerso. Sono spesso i malati più giovani che tendono a non partecipare alle attività di gruppo, ad affidarsi privatamente a specialisti, a non riconoscere una patologia che ancora è considerata esclusiva appannaggio

delle persone anziane. In realtà sono sempre più numerosi i 45-50enni colpiti e conservare una buona qualità di vita è per loro fondamentale.

L'Unione è attiva su questi fronti, con un corso anche per migliorare la situazione cognitiva, con le conferenze e ora con il ballo, che sembra piacere soprattutto alle signore, così viene riferito.

Tra i fondatori del sodalizio, oltre a Bettinotti, Stefano Corbellini, Sergio Pomponio e l'avvocato Gianguido Guidotti.