

«Conservamente». Anziani e memoria protagonisti per una settimana

Anche il cervello può invecchiare bene

L'età media aumenta, mantenere alta la qualità della vita degli anziani e prevenire le malattie legate all'età è indispensabile sia per i singoli sia per la collettività. Gli anziani che perdono l'autonomia cambiano la vita delle loro famiglie, incidono sui costi sociali, senza dimenticare il carico di dolore umano che ogni situazione comporta. Oltre al declino fisico l'anziano può risentire di un declino mentale e cognitivo che ne limita la socialità.

Da questi presupposti nasce il progetto *Conservamente*. L'invecchiamento di successo ideato nell'ambito del Gruppo di Ricerca Geriatrica della casa di cura Ancelle della Carità; l'iniziativa — presentata ieri in Comune — ha il patrocinio di Comune e Provincia di

Cremona, degli Ordini dei medici e dei farmacisti, dell'Asl, dell'ospedale maggiore e delle case di cura San Camillo e Figlie di San Camillo, e da lunedì a sabato prossimi coinvolgerà tutta la città. A guidare il **c o m i t a t o** scientifico è **Simona Gentile**, medico responsabile del Dipartimento riabilitativo delle Ancelle; del **c o m i t a t o** scientifico, fanno parte anche **Luciano Abruzzi, Angelo Bianchetti, Stefano Emiliani, Marco Trabucchi e Daniele Villani**. Pur affrontando vari aspetti della vita e della salute de-

gli anziani, *Conservamente* punta in particolare al deperimento cognitivo. Per tutta la settimana, nelle farmacie cremonesi — sempre più anello di raccordo tra i cittadini e i medici — si troveranno punti informativi. Soprattutto, aiutati da uno psicologo, chi lo desidera potrà sottoporsi a un test per verificare il proprio livello cognitivo. Spesso si considera la perdita della memoria un fatto fisiologico che accompagna l'avanzare dell'età. L'età da sola non può essere una misura dell'abilità o meno di imparare o ricordare informazioni nuove. Una vita ric-

ca di stimoli e di interessi previene quindi il declino cognitivo. Un analogo test — utile anche per l'eventuale diagnosi precoce della demenza — potrà essere fatto anche il 12 giugno (ore 9 - 12) in corso Campi. L'11 giugno, invece, una tavola rotonda in cortile Federico II condotta da medici specialisti verterà sull'importanza di una buona e corretta alimentazione. Sapersi nutrire in modo sano fa bene al corpo, ma anche alla mente. La collocazione del convegno nel cortile del Comune è pensata proprio per favorire la partecipazione e l'interesse di tutti. Il convegno di giovedì 13 giugno, invece, è rivolto ai medici e al personale sanitario. Si parlerà del medico e dell'invecchiamento di successo. L'invito è a partecipare numerosi: a Cremona la popolazione over 70 supera il 21 per cento del totale e le patologie dell'anziano sono destinate ad aumentare. (b.c.)

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Anche le nuove tecnologie possono aiutare a tener sveglia la mente

Test nelle farmacie per calcolare la nostra funzionalità mentale

