

Il prevenire l'Alzheimer e l'isolamento sociale, gli scacchi entrano al Regina Apostolorum di Albano

Per sensibilizzare sull'importanza dell'allenamento cognitivo e della socialità nella prevenzione dell'Alzheimer, all'interno dell'Ospedale Regina Apostolorum è stato avviato un percorso di prevenzione per avvicinare pazienti e familiari al gioco degli scacchi: la prestigiosa struttura sanitaria di Albano Laziale, parte del gruppo Lifenet, è una delle sedi del Campionato Italiano a Squadre e dei Tornei Rapidi della Federazione Italiana Scacchi.

“Il gioco degli scacchi ha caratteristiche che lo rendono particolarmente adatto con beneficio in termini di apprendimento, ragionamento astratto, autocontrollo e problem solving” – afferma il dott. Domenico Mele, neurologo dell'Ospedale Regina Apostolorum “Aiuta a tenere attivo il cervello anche in età anziana e può rimandare anche di 5 anni l'esordio della malattia e la progressione della stessa”.

La malattia di Alzheimer è la forma di demenza più diffusa e raggiunge il 60% di tutte le demenze. Solo in Italia colpisce circa il 6% della popolazione.

È una malattia che si manifesta in modo subdolo, che comincia con dei vuoti di memoria, con il non ricordare eventi e situazioni anche se accadute pochi istanti prima. Con il passare del tempo, il mondo che fino a quel momento rappresentava la propria esistenza comincia a perdere di significato, si sgretola, fino a perdere e a far perdere qualsiasi punto di riferimento: non si riconoscono più i luoghi familiari e le persone care, non ci si orienta più nel tempo e nello spazio fino a non percepire la necessità di cura del proprio corpo sia da un punto di vista igienico che alimentare. Nel corso della malattia quindi si assiste a un progressivo e inarrestabile decadimento cognitivo e isolamento sociale.



L'Alzheimer non riguarda solo chi ne è affetto, ma rappresenta un vero e proprio problema sociale: la gestione della malattia per le famiglie diventa quasi sempre insostenibile sia da un punto di vista emotivo che pratico: le persone che ne sono affette via via perdono le loro autonomie fino alla totale incapacità di qualsiasi atto di vita quotidiana.

“Dell'Alzheimer non si conoscono le cause sebbene oggi sia documentato che esistono alcuni fattori genetici che aumentano fino a 8 volte il rischio della malattia” – continua il dott. Mele – “Esistono dei farmaci che vengono utilizzati con lo scopo di rallentare la progressione della malattia, soprattutto se utilizzati nelle fasi precoci, ma non rappresentano una vera e propria cura intesa come regressione della malattia fino alla guarigione. In questo contesto, possiamo parlare però di prevenzione attraverso attività come quelle ludico/culturali che sono mentalmente stimolanti e consentono un mantenimento cognitivo efficace”.

Se tuttavia nella malattia di Alzheimer resta fondamentale una diagnosi precoce, il potenziamento delle abilità cognitive e la costante interazione sociale possono contribuire a migliorare in modo significativo la qualità della vita dei pazienti e dei loro familiari.

[Read More](#)