

# Medicina: tecnica 'anti-cadute' in centri anziani romani, agisce su cervello

 [ascolta la notizia](#)

commenta  0 vota  0

[tutte le notizie di salute](#)

Roma, 14 feb. (Adnkronos Salute) - Agisce sui muscoli ma in realtà rimodella la corteccia cerebrale. Così il cervello orchestra meglio le articolazioni, facendo guadagnare stabilità e rendendo meno vulnerabili gli anziani alle cadute. E' una nuova tecnica che promette di limitare significativamente i danni tra i 'nonni', riducendo i temuti capitolomboli.

I numeri, al riguardo, parlano chiaro: sono ben 4,5 milioni gli 'over 65' italiani che cadono ogni anno, di questi 80 mila si fratturano il femore. E la rottura finisce per gravare significativamente sulle casse del Servizio sanitario nazionale, basti pensare che il problema costa ben 1 miliardo di euro l'anno. Un team di medici delle università capoline La Sapienza e Cattolica ha dunque deciso di correre ai ripari puntando sulla prevenzione. Ovvero testando, su ben 105 'over 65' di due centri anziani romani, il Corviale e la Montagnola, una procedura basata su uno stimolo meccanico vibratorio, focalizzato sui muscoli della coscia in modo ripetitivo 3 volte al dì e per 3 giorni consecutivi.

I risultati, a 3 e a 6 mesi di distanza, "mostrano un miglioramento significativo - spiega Guido Maria Filippi, dell'Istituto di Fisiologia umana dell'università Cattolica - in oltre l'80% delle persone trattate. Risultati che si otterrebbero solo dopo mesi e mesi di terapia spesso faticosa. Nel nostro studio, invece, il trattamento veniva fatto per soli 90 minuti complessivi". La stabilità motoria del campione è stata testata prima della terapia. Così, successivamente, la squadra di studiosi ha potuto testare i progressi conseguiti dai 'nonni' coinvolti. E scoprire, così, che l'86% degli anziani trattati aveva ottenuto un significativo miglioramento a distanza di un mese. Trascorsi altri cinque mesi, tuttavia, i risultati anziché scemare risultavano consolidati e in aumento, interessando l'89% del campione.

"Questa terapia - spiega Filippi - agisce sul sistema nervoso". Se infatti le vibrazioni riguardano i quadricipiti, "i muscoli in realtà interfacciano il segnale al cervello, che così potrà governarli al meglio. Si potenzia, in altre parole, la capacità cerebrale che consente di elaborare il movimento. Il messaggio - prosegue lo studioso - arriva alla corteccia motoria ma anche al midollo spinale, e così le articolazioni si governano meglio". Una possibilità in più per le 'tempie grigie', letteralmente terrorizzate dalla cadute. "Il 30% - spiega Diego Ricciardi, del dipartimento di gerontologia e geriatria della Cattolica - ha paura di cadere, e ciò finisce per condizionarne la vita".

D'altronde i timori sono più che giustificati. "Degli 86.700 italiani che si fratturano il femore ogni anno - riconosce Filippi - il 20% muore entro 12 mesi, e oltre il 50% non riesce a recuperare completamente". Ora l'obiettivo "è sperimentare la tecnica su circa 500 persone in diversi centri sociali capitolini. Poi spetterà alle diverse Regioni decidere se adottarlo".