

## ALLEGATO - Il ruolo della prevenzione

L'adozione di corretti stili di vita può aiutare a prevenire l'insorgere della demenza. L'ultimo rapporto dell'*Alzheimer's Disease International*, recentemente pubblicato, conferma che sulla base delle più recenti evidenze scientifiche: l'inattività fisica, il fumo, l'abuso di alcol, l'inquinamento ambientale, i traumi cerebrali, l'isolamento sociale, il basso livello di istruzione, l'obesità, l'ipertensione, il diabete, la depressione e la perdita dell'udito. La **Regione** ha rafforzato il proprio impegno per intervenire in quest'ambito con **una forte azione sugli stili di vita e il monitoraggio delle patologie croniche** che, se tenuti adeguatamente sotto controllo, possono portare ad una riduzione dell'insorgere dei casi di demenza fino al 40%.

Nell'ambito della prevenzione rientra il **progetto di potenziamento della diagnosi precoce del Disturbo Neuro-Cognitivo (DNC)**, grazie al quale lo scorso anno sono state effettuate **8.615** diagnosi (erano 6707 nel 2021). Si tratta di una condizione di rischio che deve essere attentamente monitorata per la sua possibile evoluzione in demenza e per definire una mappa del rischio al fine di favorire una tempestiva presa in carico e la realizzazione di percorsi appropriati.

In questa direzione vanno anche tutti i **progetti di invecchiamento attivo** realizzati con la collaborazione delle Ausl, dei Comuni, i sindacati dei pensionati e le associazioni di volontariato e di familiari. Tra questi le cosiddette Palestre della Memoria, i Gruppi di Cammino e le attività di ginnastica e di allentamento della memoria che hanno lo scopo di favorire inclusione e partecipazione.

*Vincenzo Menichella*