

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

Versus Legnano: “Tai Chi un alleato per contenere il Parkinson”

Gea Somazzi · Thursday, January 30th, 2025

Sono circa 300 mila i malati di Parkinson in Italia, alcune centinaia nel Legnanese. Non esiste una cura per questa patologia neurodegenerativa ma solo trattamenti, farmacologici e non, che ne contrastano la sintomatologia. Tra quelli non farmacologici da decenni ormai numerosi studi scientifici hanno dimostrato gli **impatti positivi sui malati della pratica del Tai Chi, antica arte marziale cinese ben nota per i molti effetti benefici su mente e corpo.** Nel caso dei parkinsoniani questi benefici sono il miglioramento dell'equilibrio, della coordinazione motoria e del cammino oltre alla migliore esecuzione di attività motorie, aspetti cruciali nella gestione di questa patologia. Infatti le sequenze e la coordinazione di movimenti controllati e l'attenzione mirata a gesti precisi tipici di questa disciplina contribuiscono a contrastare la perdita di stabilità, riducendo il rischio di caduta e migliorando la qualità della vita dei soggetti affetti dal **Parkinson.** Sul piano cognitivo invece gli schemi di movimento complessi richiedono concentrazione e memoria, stimolando la connessione mente-corpo.

«**Questo contribuisce a migliorare la qualità del cammino e la possibilità di compiere gli abituali gesti della quotidianità,** essenziali per preservare l'indipendenza e la funzionalità nella vita quotidiana di chi ne soffre – **spiega il presidente della Versus Guido Colombo** -. Da una idea del Maestro Camillo Corvi responsabile tecnico del **Tai Chi e del Kung Fu** presso la nostra associazione e grazie alla disponibilità della Associazione Parkinson Insubria di Legnano abbiamo deciso quindi di promuovere questo corso dedicato ai parkinsoniani. Sarà diretto dall'istruttore Andrea Schiavone e si terrà ogni sabato mattina dalle 9.00 alle 10.00 nella nostra struttura di Via Calatafimi 1 a Legnano».

Per maggiori informazioni

339/36.70.263 o scrivere a: info@ssversus.com

<https://www.facebook.com/SocietaSportivaVersus>

https://www.instagram.com/team_versus

This entry was posted on Thursday, January 30th, 2025 at 6:06 pm and is filed under [Legnano](#), [Salute](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.

