

L'Adigetto.it
il quotidiano online del Trentino Alto AdigeBontadi
ANTICA TORREFAZIONE D'ITALIA

1790

Home Interno Covid-19 Alto Adige Esteri Letteratura Arte e Cultura Pagine di storia Economia Festival Economia Miss Sapori Sport Foto Satira Necrologie Eventi

La grande cucina di Putorti

Cerca Ricerca avanzata

ROVERÉ della LUNA
CANTINA DAL 1919
KELLERER ARCHBOLZ

Farmacie di turno TN



Meteo Trentino



Stasera in TV



Home | Interno | Salute | Malati reumatici. Non solo farmaci per la cura della malattia

Malati reumatici. Non solo farmaci per la cura della malattia

02/12/2023

L'importanza dell'attività fisica – Se ne è parlato a Trento al convegno annuale dell'ATMAR, l'associazione che rappresenta i malati reumatici in Trentino

Tra i relatori il direttore dell'Unità operativa Reumatologia del Santa Chiara di Trento Roberto Bortolotti, Giuseppe Paolazzi, precedente direttore e fondatore della stessa unità, Mattia Salomon, fisioterapista AIFI, Jessica Rizzotto, psicologa presso l'U.O. di Psicologia Ospedaliera di Trento.

In Trentino soffre di malattie reumatiche il 10% della popolazione.

L'importanza della prevenzione, anche con l'attività fisica. L'OMS raccomanda almeno 2 ore e mezzo a settimana.

Ma un terzo dei trentini è sedentario o quasi, uno su quattro è fisicamente attivo.

Appello a vaccinarsi. Negli ultimi giorni picco del Covid con aumento dei ricoverati (dati GIMBE) del 16%.

Sono oltre duecento le malattie che reumatologiche, e anche in Trentino ne soffre circa il 10% della popolazione.

Parole di Lucia Innocenti, la presidente dell'ATMAR (associazione trentina malati reumatici) che stamani al Grand Hotel Trento ha aperto l'annuale convegno dedicato a queste patologie, che possono essere lievi ma anche molto gravi e invalidanti, e causano spesso dolore e disabilità nei pazienti generando costi economici e sociali elevati.

L'Atmar offre informazione e supporto agli associati, organizza varie attività sul territorio, corsi di ginnastica in palestra e in piscina, serate di approfondimento. Uno sportello ascolto è attivo il martedì dalle 10 alle 12 nella sede di via Torriione 6 a Trento.

Al convegno è intervenuto con un indirizzo di saluto anche l'assessore al welfare del Comune di Trento Alberto Pedrotti e la presidente dell'Ordine dei farmacisti Tiziana Dal Lago.

Per quella che a tutti gli effetti è una patologia a grande impatto sociale, soprattutto negli ultimi anni la ricerca scientifica e la clinica medica hanno fatto progressi rilevanti, e i farmaci si fanno sempre di più a misura di paziente, «sartoriali», anche se rimangono zone ancora da esplorare,

Invia ad un amico

Versione stampabile

Versione solo testo

ROVERÉ della LUNA
CANTINA DAL 1919
KELLERER ARCHBOLZ

Farmacie di turno BZ



Meteo Alto Adige



Film a Bolzano



6 GENNAIO 2024
ORE 10.30

Film in Trentino

L'arte trentina di
fare il formaggioMONTI TRENTINI
FORMAGGI E TRADIZIONESONO LE VOSTRE STORIE
A RENDERCI GRANDI.

SCOPRI DI PIÙ

CASSE RURALI
TRENTINEOne site.
All jobs
LAVORO
TRENTINO
ALTO ADIGE
jooble

Ristoranti

MAS
DE LA
FAM

LOCANDA 2 CAMINI

prima tra tutte la cura della fibromialgia.

Delle differenze di genere nell'artrite psoriasica ha parlato il dott. Giuseppe Paolazzi, già direttore dell'Unità di reumatologia al Santa Chiara.

Si tratta di un reumatismo infiammatorio che può colpire in varia misura e gravità articolazioni, tendini e colonna, associato a psoriasi o a familiarità in tal senso e spesso ad altre manifestazioni extra-articolari.

Ma non ci si cura solo con i farmaci. Dall'attività fisica al supporto psicologico, sono molte le strade per garantirsi miglioramenti nella malattia e una qualità della vita dignitosa.



L'importanza dell'attività fisica

«L'attività fisica regolare ha diversi benefici per la salute, anche nei pazienti reumatologici, – ha affermato il direttore dell'unità operativa reumatologia del Santa Chiara dott. Roberto Bortolotti. – Negli adulti concorre alla prevenzione e al controllo delle malattie cardiovascolari, del cancro, del diabete e riduce la mortalità complessiva e il rischio di morte prematura.

«L'attività fisica migliora l'umore e rallenta il declino cognitivo. L'organizzazione mondiale della sanità raccomanda agli adulti di praticare almeno 150 minuti a settimana di attività fisica moderata.

«Qual è la situazione in Trentino? Circa 2 trentini su tre sono attivi, cioè rispettano i livelli raccomandati di attività fisica (OMS).»

Tuttavia, il 12% della popolazione è completamente sedentario e il 23% non pratica sufficiente attività fisica.

Si stima che circa 43.000 trentini dovrebbero iniziare a fare attività fisica e altri 83.000 aumentarne la pratica. A partire dal 2017 si osserva un trend in crescita della percentuale di persone sedentarie.

«L'attività fisica regolare e l'esercizio fisico – ha aggiunto il dott. Mattia Salomon, fisioterapista specializzato in riabilitazione muscolo-scheletrica e vicepresidente del Gruppo terapia manuale dell'AIFI – sono importanti nella gestione di tutte le forme di artrite infiammatoria, compresa l'artrite reumatoide e la spondiloartrite assiale, e offrono numerosi benefici per la salute.

«La fisioterapia è una parte importante del trattamento complessivo. È importante mantenersi attivi e in movimento quando si soffre di artrite.»

VIVAI
BRUGNA
Verde da viverePIANTE ORNAMENTALI
E DA FRUTTA
REALIZZAZIONE
E CURA
GIARDINI E TERRAZZEStampa digitale
on-line

Le Rubriche

**PENSIERI, PAROLE,
ARTE**
di Daniela Larentis

PARLIAMONE
di Nadia Clementi

MUSICA E SPETTACOLI
di Sandra Matuella

PSICHE E DINTORNI
di Giuseppe Maiolo

**DA UNA FOTO UNA
STORIA**
di Maurizio Panizza

**LETTERATURA DI
GENERE**
di Luciana Grillo

SCENARI
di Daniele Bomancin

**IL VENERDÌ DI FRANCA
MERZ**
di Franca Merz

**DIALETTO E
TRADIZIONE**
di Cornelio Galas

ORTO E GIARDINO
di Davide Brugna



Stampa online



C'è anche il supporto psicologico

Un aspetto che spesso non viene adeguatamente affrontato nella malattia reumatica è il dolore. Quello cronico, che diventa esso stesso una patologia.

All'Azienda provinciale per i servizi sanitari di Trento un team di esperti coordinato dalla psicologa dell'Unità operativa Psicologia ospedaliera del Santa Chiara Jessica Rizzotto tratta il dolore cronico anche sotto il profilo psicologico, con risultati positivi.

Un tema di grande sensibilità ed importanza, perché il dolore cronico porta isolamento sociale, depressione, riduzione dell'attività.

Il dolore cronico Influenza la capacità di una persona di impegnarsi come vorrebbe in attività lavorative, può portare al ritiro sociale, ridurre il tono dell'umore, rovinare il rapporto con gli altri per il timore di non essere creduti o giudicati.

Appello a vaccinarsi

Appello del dott. Bortolotti a vaccinarsi, contro il Covid ma anche altre patologie che, soprattutto nelle persone fragili, potrebbero avere implicazioni serie anche sulla malattia reumatica.

A maggio di quest'anno, l'OMS ha dichiarato la fine dell'emergenza sanitaria, ma il Covid non è sparito. Anzi, assistiamo proprio in questi giorni ad un picco di contagi anche in Trentino che potrebbe destare preoccupazione, anche se, grazie alle varie campagne di vaccinazione, il virus non fa più paura come un tempo.

Chi deve vaccinarsi? Persone di età pari o superiore a 60 anni, ospiti delle strutture per lungodegenti, persone dai 6 mesi ai 59 anni di età compresi, con elevata fragilità e familiari, conviventi e più in generale a chi si prende cura di persone con gravi fragilità.

Non solo Covid. Per le persone fragili è fortemente raccomandata anche la vaccinazione contro difterite, tetano, pertosse: (richiamo ogni 10 anni), Anti-pneumococcica nei 65enni, Herpes Zoster nei 65enni, anti-influenzale per tutte le persone a partire dai 60 anni di età.

© Riproduzione riservata

Condividi con: [Facebook](#) [Twitter](#)

Commenti (0 inviato)

totale: | visualizzati:

Invia il tuo commento

Il tuo nome: La tua e-mail: Il tuo sito web:

Aggiungi i tuoi commenti:

Inserisci il codice che vedi sull' immagine:

Image:

Code:

Submit

GOURMET
di Giuseppe CasagrandeALLA RICERCA DEL GUSTO
di Alla ricercaPRESENTA
HIER
CENTENARIO DELLA GRANDE GUERRA
di Guido de MozziCARTOLINE
di Bruno LucchiL'AUTONOMIA IERI E OGGI
di Mauro MarcantoniUNA FINESTRA SU ROVERETO
di Paolo FarinatiI MIEI CAMMINI
di Elena Casagrande

Necrologie

Come fare
una necrologia su
L'Adigetto.it