

Cosa è la demenza?

La demenza è una patologia neuro-degenerativa progressiva, caratterizzata da:

- perdita di capacità cognitive specifiche secondo la malattia,
- alterazioni del comportamento,
- progressiva perdita di autonomia.

Per info:

Dott.ssa Elisa Frizzarin 347-6148975 o frizzarinelisa@gmail.com

La demenza è donna?

In effetti le donne presentano un rischio molto maggiore:
2/3 dei malati di demenza di Alzheimer, infatti, sono donne.

Per info:

Dott.ssa Elisa Frizzarin 347-6148975 o frizzarinelisa@gmail.com

Come mai questa differenza?

Le cause sono molteplici:

- genetica,
- vita più lunga,
- influenza ormonale,
- stile di vita meno stimolante,
- atteggiamento verso la salute propria vs altri

Per info:

Dott.ssa Elisa Frizzarin 347-6148975 o frizzarinelisa@gmail.com

Se sono donna sono spacciata?

Assolutamente no!

Nemmeno se presenti familiarità per questa patologia.

L'insorgenza della demenza infatti dipende in larga parte dallo stile di vita.

Per info:

Dott.ssa Elisa Frizzarin 347-6148975 o frizzarinelisa@gmail.com

Quando iniziare a fare prevenzione?

L'età migliore è la menopausa perché:

- se da un lato il cambiamento ormonale può innescare le prime difficoltà cognitive,
- dall'altro il cervello è ancora plastico e può compensare in maniera funzionale queste trasformazioni se adeguatamente guidato.

Per info:

Dott.ssa Elisa Frizzarin 347-6148975 o frizzarinelisa@gmail.com

Come fare?

La prima cosa è cambiare stile di vita, ovvero curare:

- alimentazione,
- attività fisica,
- attività intellettuale,
- riposo,
- abitudini salutari
- livelli dello stress,
- gestione dell'emotività.

Per info:

Dott.ssa Elisa Frizzarin 347-6148975 o frizzarinelisa@gmail.com

Se vuoi saperne di più

Dai un'occhiata ai servizi dedicati
o
contattami per informazioni

Per info:

Dott.ssa Elisa Frizzarin 347-6148975 o frizzarinelisa@gmail.com