



Quali sono i danni prodotti negli anziani dall'inattività totale per un periodo prolungato e quali i possibili rimedi per consentire un recupero delle capacità fisiche fondamentali? Se ne parlerà nel convegno "Allettamento (bed rest), recupero funzionale e nutrizione nel soggetto anziano" che il corso di laurea in Scienze motorie dell'Università di Udine terrà mercoledì 24 aprile, alle 10, nell'aula 3 della Casa dello studente di Gemona del Friuli (piazzale Simonetti 2).

---

Nel corso dell'incontro saranno presentati i principali risultati del progetto italo-sloveno "PANGeA – Attività fisica e nutrizione per un invecchiamento di qualità" che studia l'inattività assoluta (bed rest) e il recupero funzionale negli anziani.

«Lo studio – spiega il ricercatore Stefano Lazzer, referente dell'Ateneo friulano del progetto – evidenzia che un periodo di inattività assoluta di 15 giorni ha effetti nefasti sulle capacità fisiche, il controllo motorio, la composizione corporea e le caratteristiche muscolari dei soggetti anziani. Nel contempo è stato verificato che il conseguente recupero funzionale di 15 giorni, comprendente attività fisica e dieta appropriati, permette un relativo miglioramento dei parametri considerati». L'allettamento prolungato degli anziani – dovuto principalmente a patologie dell'apparato muscoloscheletrico e a fattori psicologici e socio-ambientali – induce a una ridotta attività muscolare, spesso causa di patologie cardiache, respiratorie, circolatorie e metaboliche.

Il progetto PANGeA coinvolge, per la parte italiana le università di Udine, Trieste, Ferrara e Padova nonché il Comune di Ferrara; per parte slovena l'Università del Litorale, l'Istituto sloveno di salute pubblica, i Comuni di Capodistria e Kranj e l'Ospedale generale di Isola. 'PANGeA' è finanziato nell'ambito del Programma per la cooperazione transfrontaliera Italia-Slovenia 2007-2013, dal Fondo europeo di sviluppo regionale e dai fondi nazionali.

I lavori del seminario si apriranno con i saluti delle autorità e la presentazione del progetto da parte del lead partner dell'iniziativa, il professor Rado Pisot dell'Università del Litorale. Seguiranno le relazioni settoriali sugli studi condotti nell'ambito del progetto. Stefano Lazzer (Università di Udine) illustrerà gli "Effetti del bed-rest e del recupero funzionale sul costo energetico della marcia"; Paolo Taboga (Università di Udine) esporrà gli "Effetti del bed-rest e del recupero funzionale sulla forza e potenza degli arti inferiori"; Carlo Reggiani (Università di Padova) parlerà degli "Adattamenti al bed-rest e al recupero funzionale studiato sulle singole fibre muscolari"; Gianni Biolo (Università di Trieste) spiegherà l'"Intervento nutrizionale per accelerare la riabilitazione muscolare e metabolica dopo bed rest sperimentale nell'anziano"; Angela Passero (Università di Ferrara) illustrerà l'"Effetto dell'inattività sul tessuto adiposo nell'adulto e nell'anziano".