

## FISIOGINNASTICA DI GRUPPO PERSONALIZZATA

Il Parkinson è una malattia neurodegenerativa, ad evoluzione lenta ma progressiva, che coinvolge, principalmente, alcune funzioni quali il controllo dei movimenti e dell'equilibrio. La malattia fa parte di un gruppo di patologie definite "Disordini del Movimento".

Il corso si prefigge di ridurre, o per lo meno ritardare, gli effetti della malattia per i "disturbi motori", in quanto, come descritto sopra, si cercherà di lavorare con degli esercizi appositi sulla coordinazione dei movimenti, sull'equilibrio e con dello stretching sulla rigidità.

Andando a lavorare sui "disturbi motori" inevitabilmente lavoriamo sull'altro aspetto della malattia, dei "disturbi non motori", in quanto con l'attività fisica potremmo ridurre i disturbi del sonno, i dolori; il tutto si tradurrebbe in una maggior qualità di vita sia per le persone affette dalla malattia che per tutti i parenti che gestiscono queste persone.

Il lavoro sarà quindi di mantenimento dei progressi avuti con la fisioterapia offerta dal Servizio Sanitario Nazionale, quindi esercizi di allungamento, di equilibrio, di coordinazione.

### CONDUCE EDOARDO BARATTA

Laureato in scienze motorie e diplomando in osteopatia.

Titolare di un centro fitness e fisioterapia ad Agrate Brianza.

In passato ha già seguito persone con questo morbo sia individualmente che in gruppo.