

# Palestra cognitiva con l'ausilio degli scacchi

*Anno 2017*



Pensare bene per pensare meglio

**SCLE**  
**ROSI**  
**MULT**  
**IPLA**  
ONLUS  
associazione  
italiana  
  
un mondo  
libero dalla SM



Federazione  
Scacchistica  
Italiana 

## Training di Scacchi Facilitati

Il Dipartimento di Riabilitazione (DART) della ASL di Taranto, presso il Centro Diurno, con il patrocinio della Federazione Scacchistica italiana e in collaborazione con l'AIMS (Associazione Italiana Sclerosi Multipla) sede provinciale di Taranto ha attivato **il laboratorio di stimolazione cognitiva** mediante l'uso degli scacchi presso la Sede Centrale del DART, Viale Magna Grecia, 418-Taranto.

Il laboratorio è dedicato a persone con sclerosi multipla e/o patologia neurodegenerativa, ed è uno strumento di stimolazione cognitiva per il mantenimento/potenziamento delle funzioni intellettive. Essenzialmente gli scacchi sono una palestra di educazione alla mente che facilitano una integrazione di funzioni psicosensoriali (cognitive, visive, tattili, motorie), tale metodologia trova applicazione sperimentale in alcune realtà sanitarie italiane. Considerato che la pratica scacchistica attiva le aree cerebrali deputate alle funzioni cognitive: vedi l'attenzione focalizzata e sostenuta, la memoria di lavoro, la memoria di breve e lungo termine, la funzione visuo-spaziale, il problem solving, l'autocontrollo emotivo, si ritiene opportuno inserire tale strumento all'interno del Progetto di Vita estensivo della persona adulta affetta da Sclero-

## Cosa è la sclerosi multipla

La sclerosi multipla è una malattia neurodegenerativa demielinizzante, cioè con lesioni a carico del sistema nervoso centrale. Per molti anni è stata considerata una malattia della sostanza bianca del sistema nervoso centrale, tuttavia un numero crescente di studi ha dimostrato anche un coinvolgimento della sostanza grigia.

Nella sclerosi multipla si verificano un danno e una perdita di mielina in più aree (da cui il nome «multipla») del sistema nervoso centrale. Queste aree di perdita di mielina (o «demyelinizzazione») sono di grandezza variabile e prendono il nome di placche.

Alla base della SM dunque vi è un **processo di demielinizzazione** che determina danni o perdita della mielina e la formazione di lesioni (placche) che possono evolvere da una fase infiammatoria iniziale a una fase cronica, in cui assumono caratteristiche simili a cicatrici, da cui deriva il termine «sclerosi».

Nel mondo si contano circa **2,5-3 milioni di persone con SM**, di cui **600.000 in Europa** e circa **110.000 in Italia**. La distribuzione della malattia non è uniforme: è più diffusa nelle zone lontane dall'Equatore a clima temperato, in particolare Nord Europa, Stati Uniti, Nuova Zelanda e Australia del Sud. La prevalenza della malattia al contrario sembra avere una progressiva riduzione con l'avvicinarsi all'Equatore.

La SM può esordire a ogni età della vita, ma è diagnosticata per lo più **tra i 20 e i 40 anni** nelle **donne**, che risultano colpite in numero doppio rispetto agli uomini. Per frequenza è la seconda malattia neurologica nel giovane adulto e la prima di tipo infiammatorio cronico.

La causa o meglio le cause sono ancora in parte sconosciute, tuttavia la ricerca ha fatto grandi passi nel chiarire il modo con cui la malattia agisce, permettendo così di arrivare a una diagnosi e a un trattamento precoce che consentono alle persone con SM di mantenere una buona qualità di vita per molti anni. La SM è complessa e imprevedibile, ma non riduce l'aspettativa di vita, infatti la vita media delle persone ammalate è paragonabile a quella della popolazione generale.

ASL TA

DART–Centro Diurno

Viale Magna Grecia 418 Taranto

Telefax: 099 7786944

mail: [dart.srip@asl.taranto.it](mailto:dart.srip@asl.taranto.it)

AIMS Onlus

Sezione Provinciale Taranto

Viale Magna Grecia, 418 Taranto

Telefax: 099 7303440

Mail : [aismtaranto@aim.it](mailto:aismtaranto@aim.it)

[www.aim.it/taranto](http://www.aim.it/taranto)

**SCLE**  
**ROSI**  
**MULTI**  
**IPLA**  
ONLUS  
associazione  
italiana

un mondo  
libero dalla SM



Federazione  
Scacchistica  
Italiana 