

FOCUS

Lo studio Abilità cognitive e attività fisica

L'autismo e lo sport Quando il movimento cura (anche) il cervello

Neuropsichiatria. Le ultime evidenze scientifiche hanno dimostrato i benefici dell'esercizio fisico. Che oggi è parte integrante dei percorsi di intervento

FRANCESCA GUIDO

Negli ultimi anni le evidenze scientifiche hanno dimostrato i benefici dell'esercizio fisico nelle persone con disturbo dello spettro autistico (Asd).

Non si tratta solo di un miglioramento del movimento, ma anche delle funzioni cognitive e sociali. Diversi studi, inoltre, riportano benefici indiretti ma rilevanti sul sonno, sul benessere fisico generale e sulla regolazione emotiva.

«Nella gestione delle persone con disturbo dello spettro autistico (Asd), l'attività fisica è stata per lungo tempo considerata un elemento comple-

mentare, raramente concepita come parte integrante dei percorsi di intervento - spiega il dottor Giulio Valagussa, fisioterapista supervisore di Villa Santa Maria, Centro Multiservizi di Neuropsichiatria dell'Infanzia e dell'Adolescenza con sede a Tavernerio - La letteratura scientifica degli ultimi anni sembra invitare, però, a rivedere questa impostazione. Non perché il movimento possa o debba essere considerato una "nuova terapia", ma perché stanno emergendo dati sempre più coerenti che indicano come l'esercizio fisico strutturato abbia potenzialità che vanno oltre la sola dimensione motoria».

Sul piano motorio le evidenze sono oggi significative: programmi di esercizio fisico migliorano in modo importante le abilità motorie di base nei bambini con ASD come coordinazione, equilibrio, controllo posturale, capacità locomotorie e di manipolazione di un oggetto. «Questo dato è rile-

vante - aggiunge Valagussa - in quanto sappiamo che le competenze motorie non sono fini a se stesse ma costituiscono un prerequisito funzionale per lo sviluppo dell'autonomia, della relazione con i pari, l'accesso al gioco, la partecipazione alle attività scolastiche e sociali».

Una parte crescente della letteratura segnala effetti positivi anche su dimensioni centrali del funzionamento autistico, in particolare sulla comunicazione, sull'interazione sociale e sulla riduzione di comportamenti ripetitivi. Studi pubblicati sul Journal of Autism and Developmental Disorders e su Autism Research indicano che interventi di attività fisica strutturata, soprattutto quando prevedono una dimensione di regole, coordinazione e interazione con i pari, possono favorire una maggiore partecipazione sociale e una riduzione delle stereotipie. Questi risultati suggeriscono un miglioramento degli esiti funzionali, cioè della ca-



IL RUOLO DELLO SPORT

Negli ultimi anni le evidenze scientifiche hanno dimostrato i benefici dell'esercizio fisico nelle persone con disturbo dello spettro autistico (ASD)

Non si tratta solo di un miglioramento del movimento, ma anche delle funzioni cognitive e sociali. Diversi studi, inoltre, riportano benefici indiretti ma rilevanti sul sonno, sul benessere fisico generale e sulla regolazione emotiva



Un'area di crescente interesse riguarda l'impatto dell'esercizio fisico sulle funzioni esecutive, ovvero l'insieme di abilità cognitive che regolano il comportamento, l'autocontrollo e l'adattamento alle richieste del contesto. Si tratta di competenze chiave per la gestione delle transizioni, delle regole e delle situazioni nuove

pacità della persona di interagire con l'ambiente e con gli altri in modo più efficace.

«Un'area di crescente interesse riguarda l'impatto dell'esercizio fisico sulle funzioni esecutive, ovvero quell'insieme di abilità cognitive che regolano il comportamento, l'autocontrollo e l'adattamento alle richieste del contesto - spiega ancora Valagussa - Si tratta di competenze chiave per la gestione delle transizioni, delle regole e delle situazioni nuove.

Al tempo stesso, la letteratura segnala che gli effetti non sono uniformi su tutte le componenti delle funzioni esecutive: la memoria di lavoro, ad esempio, mostra risultati più variabili». Diversi studi, inoltre, riportano benefici indiretti ma rilevanti sul sonno, sul benessere fisico generale e sulla regolazione emotiva.

«La ricerca ha iniziato a esplorare i meccanismi neurobiologici che potrebbero spiegare tali effetti - precisa - Al-

cuni articoli pubblicati suggeriscono che l'esercizio fisico possa avere effetti di modulazione della connettività cerebrale, di riduzione dei processi neuroinfiammatori, favorendo la plasticità sinaptica, oltre a interagire con l'asse microbiota-intestino-cervello. Tutto questo attraverso l'irisina, una sostanza secreta dai muscoli che raggiunge il cervello passando la barriera emato-encefalica».

In conclusione, come sotto-



Diversi studi riportano benefici indiretti ma rilevanti anche sul sonno



SPAZIO SALUTE SANTA MARIA
CENTRO MEDICO POLISPECIALISTICO E FISIOTERAPICO

SPAZIO SALUTE SANTA MARIA A SAN FERMO DELLA BATTAGLIA è un Centro Medico Polispecialistico, fisioterapico ed ecografico dove professionisti esperti e competenti collaborano e si misurano quotidianamente con i pazienti per la valutazione integrata delle loro problematiche. Il nostro staff è a disposizione anche per servizi infermieristici (iniezioni, medicazioni, ECG, etc.) in sede o a domicilio e per indicazioni su esami strumentali.

- ORARI FLESSIBILI
- TEMPI DI ATTESA MINIMI
- AMPIO PARCHEGGIO GRATUITO
- PROFESSIONALITÀ ED ESPERIENZA

**“SPAZIO SALUTE:
PIU' CONTROLLI, PIU' SALUTE**

NOVITA' DEL MESE DI APRILE

PUNTO PRELIEVI SYNLAB

**DAL 2 APRILE ATTIVO TUTTI I GIORNI:
da LUNEDÌ a SABATO dalle ore 7:30 alle ore 9:30**

- CON PRENOTAZIONE on-line tramite Syncoda.SYNLAB.it
- SENZA PRENOTAZIONE presentarsi entro le ore 9:00 per munirsi di biglietto e accedere al servizio

PRELIEVI DOMICILIARI

Spazio Salute. A casa tua.

Servizio disponibile su San Fermo, Cavallasca, Prestino, Breccia e zone limitrofe

I NOSTRI AMBULATORI

<ul style="list-style-type: none"> Agopuntura Allergologia Andrologia Cardiologia Chirurgia della mano Chirurgia generale Chirurgia plastica Chirurgia vascolare Dermatologia Diabetologia Ecografia Ecocolordoppler Ematologia Endocrinologia Epatologia 	<ul style="list-style-type: none"> Fisiatria Fisioterapia Gastroenterologia Ginecologia Infettivologia Linfodrenaggio Medicina estetica Medicina dei viaggi Nefrologia Neurochirurgia Neurologia Neuropsicologia Nutrizione Oculistica Oncologia 	<ul style="list-style-type: none"> Ortopedia Osteopatia Osteopatia pediatrica Ostetricia Otorinolaringoiatria Ozonoterapia Pediatria Podologia Pneumologia Psichiatria Psicologia Psicoterapia Reumatologia Senologia Urologia
--	---	---

Prestazioni in regime privato

Spazio Salute Santa Maria s.r.l. - D.S.: Dott.ssa Sarbina Borghi
www.spaziosalutesantamaria.com - info@spaziosalutesantamaria.com
Via Rigamonti n. 17, 22042 San Fermo Della Battaglia (CO)

INFOLINE
031.53.50.66

LA PRESENZA SU

SALUTE & BENESSERE

Consente di raggiungere un target di affezionati lettori, fortemente interessati a temi che coinvolgono dai più piccoli ai più grandi




SPM Un consulente è a disposizione per ogni informazione
Tel. 031.582211 - mail: segreteria.como@spm.it

Diagnosi precoci con l'AI e nuove cure La ricerca comasca sbarca a Praga

Il convegno. All'edizione 2026 del congresso internazionale sui disturbi dello spettro autistico ci sarà Villa Santa Maria, tra le realtà europee più rappresentate con dieci contributi scientifici

Saranno 10 gli studi che verranno presentati dagli esperti Villa Santa Maria, Centro Multiservizi di neuropsichiatria dell'infanzia e dell'adolescenza con sede a Tavernerio, all'edizione 2026 dell'INSAR, il principale congresso internazionale sui disturbi dello spettro autistico che ogni anno riunisce migliaia di specialisti e ricercatori da tutto il mondo



I lavori presentati coprono un arco ampio:

- neuroscienze
- biomarcatori
- analisi del movimento,
- intelligenza artificiale
- interventi riabilitativi

Un tratto distintivo che riflette l'approccio interdisciplinare ormai necessario per affrontare la complessità dello spettro autistico

Withu

linea Valagussa: «Iniziano a esercersi dati per considerare l'esercizio fisico uno strumento con potenzialità significativamente più ampie della sola dimensione fisica, pur senza attribuirgli uno statuto terapeutico autonomo. La direzione della ricerca suggerisce che il movimento, se progettato e osservato con attenzione, possa assumere un ruolo sempre più rilevante nei modelli di intervento integrati».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Sarà Praga, quest'anno, il punto di convergenza della ricerca mondiale sull'autismo. Dal 22 al 25 aprile la capitale ceca ospiterà l'edizione 2026 dell'Insar, il principale congresso internazionale sui disturbi dello spettro autistico che ogni anno riunisce migliaia di specialisti e ricercatori da tutto il mondo.

In questo contesto sarà presente anche Villa Santa Maria, Centro Multiservizi di neuropsichiatria dell'infanzia e dell'adolescenza con sede a Tavernerio. La sua non sarà una partecipazione simbolica: il Centro porterà ben 10 contributi scientifici, collocandosi tra le realtà europee più rappresentate. I lavori presentati coprono un arco ampio: neuroscienze, biomarcatori, analisi del movimento, intelligenza artificiale, interventi riabilitativi. Un tratto distintivo che riflette l'approccio interdisciplinare ormai necessario per affrontare la complessità dello spettro autistico.

Tra i contributi più significativi, lo studio sulla riduzione dell'asimmetria cerebrale nei neonati a rischio autismo, basato su analisi Eeg e modelli di machine learning, che apre prospettive rilevanti sul fronte dell'identificazione precoce, uno dei nodi

centrali della ricerca. L'accuratezza predittiva del 90% ottenuta in questo studio sostiene l'idea che i due emisferi cerebrali comunichino in maniera atipica nei neonati destinati a manifestare questa condizione.

Sul piano dei possibili marcatori biologici, un altro lavoro ha indagato la riduzione dell'attività della pompa sodio-potassio nei globuli rossi come possibile indicatore associato all'autismo, mentre uno studio parallelo utilizza tecniche di imaging iperspettrale e intelligenza artificiale per individuare pattern diagnostici. Linee di ricerca ancora in evoluzione, ma che indicano con chiarezza la direzione di andare verso una diagnosi il più possibile precoce basata su strumenti oggettivi e misurabili.

Un secondo filone riguarda la dimensione senso-motoria. In questo ambito si inserisce lo studio che propone un sistema di analisi del cammino senza marcatori, basato su algoritmi di machine learning, capace di distinguere il Toe Walking — il cammino sulle punte per il quale Villa Santa Maria ha consolidato negli anni il proprio ruolo di punto di riferimento a livello internazionale — da un'andatura tipica. Accanto a questo, altri



La sede dell'istituto di neuropsichiatria di Tavernerio



Uno studio dimostra anche gli effetti positivi dell'ippoterapia

studi mettono in evidenza un ruolo sempre più centrale dei disturbi sensoriali nella genesi del cammino sulle punte. Il filo con-

ducente è quello di una ricerca sempre più integrata, in cui discipline diverse dialogano per costruire modelli più completi. È la stessa logica che anima Italy at Insar, il workshop promosso da Villa Santa Maria attraverso la Fondazione Vsm, di cui a novembre è in programma la settima edizione e che è nato per mettere in rete competenze e favorire un confronto strutturato tra clinica, tecnologia e neuroscienze. «La partecipazione a Insar con un numero così ampio

di contributi è il risultato di un lavoro costruito negli anni, che parte dalla clinica e arriva alla ricerca — spiega Enzo Grossi, direttore scientifico di Villa Santa Maria —. Il punto non è solo produrre studi, ma creare un sistema in cui l'osservazione quotidiana diventa dato, il dato diventa conoscenza e la conoscenza ritorna nella pratica. Al di là del contributo al dibattito internazionale, questo tipo di impostazione consente di migliorare la qualità degli interventi, rafforzare le competenze degli operatori e rendere sempre più efficaci i percorsi di presa in carico». In questo ambito un bell'esempio viene da uno studio sull'ippoterapia che evidenzia effetti positivi della relazione tra bambino e cavallo sul benessere. «In un ambito complesso come quello dell'autismo la sfida è tenere insieme livelli diversi, dalla dimensione biologica a quella comportamentale, senza perdere di vista l'obiettivo finale: rendere sempre più efficaci i percorsi di intervento e migliorare concretamente la qualità della vita delle persone e delle loro famiglie» conclude il professor Grossi.

F. Gui.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

SAN PAOLO RADIOLOGIA RISPONDE

ALLIANCE MEDICAL punta su Bregnano con un nuovo investimento tecnologico

Tecnologia e clinica al servizio della salute Nuova risonanza magnetica 3T al San Paolo Radiologia

Un importante passo avanti nel cuore della Lombardia: il centro di Bregnano si dota della tecnologia più avanzata per offrire ai pazienti diagnosi sempre più precise e tempestive.

Il panorama della diagnostica per immagini in Lombardia si arricchisce di un nuovo, prezioso tassello. Il centro San Paolo Radiologia di Bregnano, parte del Gruppo Alliance Medical, ha recentemente completato l'installazione di una risonanza magnetica 3 Tesla, posizionandosi all'avanguardia nel settore della diagnostica medica. La risonanza 3T si distingue per caratteristiche tecniche di eccellenza: immagini ad elevata risoluzione che permettono di visualizzare strutture anatomiche nel dettaglio, tempi di scansione ridotti che ottimizzano i flussi di lavoro e, aspetto fondamentale, una maggiore tollerabilità per i pazienti, riducendo il disagio e l'ansia spesso associati a questo tipo di esami. Il dottor Francesco Martinelli, Chief Medical Officer di Alliance Medical, inquadra questo investimento in una visione strate-

gica più ampia: «L'innovazione tecnologica è il cuore pulsante della nostra strategia aziendale. Con l'introduzione della 3T, non solo innalziamo ulteriormente la qualità diagnostica, ma rendiamo l'esperienza del paziente più confortevole e accessibile. È un investimento che riflette concretamente il nostro impegno quotidiano per una medicina di precisione, dove ogni dettaglio può fare la differenza nella vita delle persone».

ECCELLENZA CLINICA IN AMBITI SPECIALISTICI

La potenza della risonanza 3 Tesla si manifesta particolarmente in ambiti clinici dove la precisione diagnostica risulta cruciale. Tra questi, la diagnostica prostatica beneficia dell'elevata risoluzione, permettendo agli specialisti di identificare con maggiore accuratezza lesioni e alterazioni strutturali. Anche la diagnostica addominale e la neuroradiologia traggono vantaggio dalle sequenze avanzate e dalla qualità delle immagini, consentendo lo studio dettagliato di organi come fegato,

pancreas, reni, encefalo e midollo spinale.

La dottoressa Maria Mercalli, Direttore Sanitario del centro, commenta: «La tecnologia 3 Tesla ci consente di offrire ai pazienti esami più precisi, rapidi e tollerabili. La qualità delle immagini e la velocità di acquisizione sono elementi fondamentali per una diagnosi tempestiva e per migliorare l'esperienza complessiva dell'esame».

UN TEAM DI ECCELLENZA AL SERVIZIO DEI PAZIENTI

L'innovazione tecnologica, per quanto avanzata, trova il suo pieno valore solo quando supportata da competenze professionali di alto livello. Il centro San Paolo Radiologia può contare su un'équipe medica altamente specializzata in neuroradiologia e diagnostica addomino-pelvica, con expertise consolidate in discipline che richiedono non solo conoscenze teoriche approfondite, ma anche una costante esperienza pratica e un aggiornamento continuo sulle più recenti evidenze scientifiche. Il sistema

organizzativo del centro garantisce una refertazione rapida, elemento essenziale per ridurre i tempi di attesa e permettere ai medici curanti di impostare tempestivamente i percorsi terapeutici più appropriati. Tutte le prestazioni diagnostiche sono sviluppate in rigoroso allineamento con le più recenti linee guida cliniche nazionali e internazionali, assicurando standard qualitativi costantemente elevati e protocolli sempre aggiornati.

**San Paolo Radiologia
Alliance Medical
Direttore Sanitario:
Dott.ssa Maria Mercalli
Per maggiori informazioni:
Tel. 031.774076
E-Mail: spr@alliancemedical.it
www.alliancemedical.it**



La nuova Risonanza Magnetica 3 Tesla installata presso il Centro Alliance Medical di Bregnano