

NON TI
SCORDAR
DI TE



*Sostieni anche tu
la ricerca sull'Alzheimer*

Airalzh **coop**

Coop aiuta la ricerca sull'Alzheimer

CHE COSA È L'ALZHEIMER

Demenza è un termine usato per descrivere diverse malattie che comportano l'alterazione progressiva di alcune funzioni (memoria, pensiero, ragionamento, linguaggio, orientamento, personalità e comportamento) di severità tale da interferire con la vita quotidiana: non ha confini sociali, economici, etnici o geografici.



La malattia di Alzheimer è la più comune causa di demenza (rappresenta il 60% di tutti i casi). È un processo degenerativo che colpisce progressivamente le cellule cerebrali, provocando il declino progressivo e globale delle funzioni cognitive e il deterioramento della personalità e della vita di relazione.

Il Rapporto Mondiale Alzheimer rileva che nel mondo ci sono oltre 55 milioni di persone affette da una forma di demenza. Inoltre dallo studio emerge che solo in Italia sono oltre 1.480.000 le persone che vivono questa drammatica condizione e le cifre dei malati italiani sono destinate ad aumentare del 56% entro il 2050, quando saranno 2.316.951. Ma non è tutto: il Rapporto ricorda anche che l'85% di queste persone rischia di non ricevere le cure adeguate dopo la diagnosi. Per questo motivo, sebbene non esistano ancora terapie risolutive, le speranze di rallentare e bloccare la progressione della malattia si basano sui progressi della ricerca medico-scientifica.

UNO STILE DI VITA SANO CONTRIBUISCE A RIDURRE I RISCHI DI DEMENZA

Si inizia a tavola per proseguire con le piccole abitudini quotidiane: **condurre uno stile di vita quanto più sano possibile non solo può rendere più longevi, ma può anche aiutare a preservare più a lungo le capacità cognitive**, così da prevenire - o quanto meno ritardare - la comparsa di demenza associata all'Alzheimer.



Gli esperti consigliano di:

- Essere socialmente attivi
- Svolgere regolarmente esercizio fisico
- Restare attivi mentalmente
- Scegliere una dieta che bandisca carboidrati raffinati, cibi altamente zuccherini o lavorati, riduca il consumo di carni rosse per favorire gli ingredienti della dieta mediterranea, come olio di oliva, verdure a foglia verde, mirtilli, noci e semi, pesce azzurro, legumi e lenticchie e grani integrali.

LA SINERGIA TRA COOP E AIRALZH

Coop, in coerenza con il suo sistema di valori e il suo impegno nel sociale, ha deciso di sostenere l'Associazione Italiana Ricerca Alzheimer Onlus (Airalzh), con l'attiva partecipazione dei soci volontari e ha promosso e sostenuto la ricerca scientifica in Italia finanziando dal 2016 assegni di ricerca e progetti selezionati da Airalzh, con un Comitato Tecnico Scientifico costituito da scienziati di fama nazionale e internazionale.

Airalzh è l'unica associazione che promuove su scala nazionale la ricerca medico-scientifica sull'Alzheimer. La Onlus crede nei giovani ricercatori, impegnati contro una malattia per cui ancora non si conosce la cura.



UN PROGETTO COMUNE

Coop da anni sostiene Airalzh.

Anche tu puoi concorrere a sostenere la ricerca sull'Alzheimer:

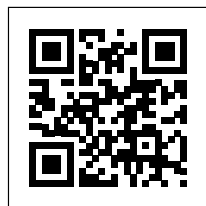
vieni nei nostri punti vendita

dal 5 al 18 ottobre,

per ogni pianta di Erica Calluna

venduta, Coop devolgerà 1 €

all'associazione Airalzh.



Scopri come uno stile di vita sano può fare la differenza contro l'Alzheimer.

AIRALZH E COOP INSIEME CONTRO L'ALZHEIMER

Airalzh **coop**

la Ricerca di Alzheimer senza Alzheimers

Sostieni anche tu la ricerca sull'Alzheimer

Acquistando questa pianta di Erica Calluna dal 5 al 18 ottobre puoi fare tanto.



Scopri di più su: www.airalzh.it