



Milano, 22 luglio 2024 - Oggi si celebra in tutto il mondo la Giornata mondiale del cervello. Il tema scelto quest'anno è "prevenzione e salute del cervello". Si tratta di una riflessione molto importante che la Federazione Mondiale di Neurologia, assieme a tutte le grandi associazioni di neurologia e neuroriabilitazione mondiali, ha deciso di portare come priorità per sensibilizzare non solo le persone che si trovano ad affrontare una malattia che riguarda il nostro organo più complesso, ma tutti i cittadini. Spetta quindi ad ogni persona il delicato compito di aver cura del proprio cervello e di prestarvi particolare attenzione proprio come ci invita a fare il World Brain Day.

“La salute del cervello va intesa come una qualcosa che dobbiamo imparare a considerare ogni giorno, coltivandola. Fare prevenzione delle malattie del cervello vuol dire essere consapevoli che una dieta equilibrata, una corretta attività fisica e coltivare le relazioni sociali, sono azioni che hanno un ruolo fondamentale nel garantire il benessere del nostro cervello. Se si ha la salute del cervello, si ha salute, e quindi imparare a gestire e prevenire quei fattori che possono portare danno al proprio cervello è un esercizio che ognuno di noi può fare con semplicità”, sottolinea Matilde Leonardi, Direttore della SC Neurologia, Salute Pubblica, Disabilità e del Coma Research Centre della Fondazione IRCCS Istituto Neurologico Carlo Besta di Milano e membro del board dell'Accademia Europea di Neurologia.

“Questo è il grande messaggio di questa giornata, un messaggio che viene diffuso contemporaneamente da tutti i neurologi in tutti i Paesi nel mondo e anche dal nostro istituto. Occupatevi del vostro cervello, noi neurologi siamo qui per aiutarvi a farlo”, conclude Matilde Leonardi.