

Sarcopenia. Progetto FederAnziani Calabria

✓ csvcosenza.it/sarcopenia-progetto-federanziani-calabria

Filomena

18 maggio 2023



“La vita non ha prezzo, la prevenzione ad ogni età” è il titolo del progetto promosso da FederAnziani Calabria col sostegno del Ministero del Lavoro e delle Politiche sociali che sarà presentato il 26 maggio, alle 10, nel Centro volontari anziani Sant’Aniello, in via Parrotta n. 8, a Cosenza. Si tratta di un’indagine scientifica in piena regola, attraverso la quale saranno analizzati i danni provocati dal Covid ed, in particolare, dall’inattività e dalla non socializzazione delle persone anziani in questi ultimi anni.

Quella di Cosenza è l’ultima tappa della presentazione del progetto a livello regionale. È fisiologico che, invecchiando, la massa muscolare tende a diminuire; superati i 30 anni il corpo perde dal 3 all’8% di massa muscolare ogni dieci anni e dopo i 60 anni, questo decadimento accelera, portando all’invecchiamento.

La sarcopenia è più diffusa di quello che si pensa. Il 13% delle persone di 60-70 anni è affetto da una perdita di massa muscolare significativa e, dopo gli 80 anni, questo numero sale fino al 50%. Ovviamente non è facile definire la sua diffusione, infatti i sintomi della sarcopenia sono poco riconoscibili e confusi spesso con un normale invecchiamento. L’indagine di FederAnziani mira proprio ad informare gli over 65 su questa perdita di massa muscolare così diffusa.