

da "it.notizie,yahoo.com", (AGI) - Washington, 19 ottobre 2009

L'uso di internet puo' essere utile agli anziani per allenare le funzioni cognitive.

E' quanto emerso da una nuova ricerca dell'Universita' della California, Los Angeles (Stati Uniti) presentata al Meeting 2009 della 2009 Society for Neuroscience, che rivela che basta passare una settimana a navigare sul web per attivare aree del cervello che controllano le decisioni e i ragionamenti complessi, anche nelle persone anziane o di mezza eta'. "Con l'avanzare dell'eta', le cellule del cervello vanno incontro a cambiamenti strutturali, compresi atrofie, inattivita' e depositi di placche amiloidi che possono danneggiare le funzioni cognitive" ha spiegato Gary Small, psichiatra del Semel Institute for Neuroscience and Human Behavior dell'UCLA.

"Analizzando gruppi di persone tra i 55 e i 78 anni, tuttavia, abbiamo notato che la stimolazione mentale causata dall'uso frequente di internet influenza i processi cognitivi". I partecipanti allo studio erano a completo digiuno di qualsiasi nozione riguardante internet, ma hanno imparato con facilita' nell'arco di una settimana. "Tramite delle risonanze magnetiche, ci siamo resi conto che l'uso di internet stimolava le regioni cerebrali associate al linguaggio, alla lettura, alla memoria e alle abilita' visive" ha detto Small. "Dopo una settimana di 'addestramento', le stesse aree veniva stimulate, ma ora i partecipanti avevano un'attivita' maggiore nelle aree del cervello importanti per la memoria e le capacita' decisionali. Questo nonostante la non piu' giovane eta'". Per Small, navigare in rete "potrebbe essere una forma semplice di allenamento del cervello, capace di mantenere in forma le capacita' cognitive durante l'eta'". -