

EMICRANIA E LOCKDOWN: INTERVENIRE SUGLI STILI DI VITA PUÒ MIGLIORARE IL CORSO DELLA MALATTIA

In un articolo pubblicato su Nature Review Neurology, la dottoressa Licia Grazi, insieme al professor Paul Rizzoli, sostiene come sia fondamentale integrare le terapie farmacologiche con interventi sui comportamenti dei pazienti per ottenere migliori risultati nella gestione della malattia

Milano, 2 marzo 2021 – L'esperienza raccolta in questo anno di pandemia da Covid-19 ha dimostrato che **cambiamenti negli stili di vita possono essere utilizzati per migliorare la gestione dell'emicrania** nelle persone che ne soffrono. «Dovremmo agire intervenendo sempre di più sugli aspetti comportamentali per massimizzare l'effetto dei trattamenti farmacologici e ottenere i migliori risultati possibili per i nostri pazienti».

A scriverlo, nell'articolo "[Lessons from lockdown – behavioural interventions in migraine](#)" sulla rivista *Nature Review Neurology*, sono **Licia Grazi, neurologa, responsabile del Centro Cefalee della Fondazione I.R.C.C.S. Istituto Neurologico "Carlo Besta"** di Milano, e **Paul Rizzoli, neurologo del John R. Graham Headache Center del Brigham and Women's Faulkner Hospital, Harvard Medical School, Boston.**

Già precedenti studi avevano messo in evidenza come il corso dell'emicrania potesse essere modificato grazie a interventi sul comportamento, e come fosse importante sostenere il paziente nell'affrontare cambiamenti nelle sue abitudini, nello stile di vita, nell'approccio alla gestione del dolore e all'uso di farmaci.

I due neurologi hanno basato le loro considerazioni sui **risultati di alcuni studi** – svolti, in particolare, in **Olanda e Italia nei periodi di lockdown** – che hanno indicato come **cambiamenti di alcuni elementi negli stili di vita e nel comportamento** di persone affette da emicrania (come l'utilizzo regolare di diari elettronici per tenere traccia delle crisi, la partecipazione a sessioni di mindfulness utilizzando anche applicazioni per smartphone) possano **incidere sostanzialmente in modo positivo** nel decorso della malattia.

«Il dolore, in particolare la cefalea, è multidimensionale, nel senso che ad esso contribuiscono componenti biologiche sensoriali e componenti affettive, interconnesse tra loro» spiega la dottoressa **Licia Grazi**. *«L'osservazione svolta in questo anno di pandemia e i risultati dei recenti studi dimostrano in modo sempre più convincente che la combinazione tra terapie comportamentali e farmacologiche è essenziale per curare i pazienti con emicrania. L'Istituto Besta è impegnato per trasformare questo approccio in realtà terapeutica per i pazienti con cefalea, e per trasferirlo anche a pazienti con altre forme di dolore cronico».*

REFERENZA

Titolo: *Lessons from lockdown – behavioural interventions in migraine*

Rivista: Nature Reviews Neurology

Autori: Licia Grazi & Paul Rizzoli

DOI: <https://doi.org/10.1038/s41582-021-00475-y>

Per ulteriori informazioni o approfondimenti

Ufficio stampa Fondazione I.R.C.C.S. Istituto Neurologico Carlo Besta

ufficiostampa@istituto-besta.it

Tel. +39 02 23942584

Mob. +39 348 5312549