



**SALUTE – ALLA SCLEROSI MULTIPLA DICIAMO “IO NON SCLERO”.
TESTIMONIANZE, INFORMAZIONI E CUCINA PER DIMOSTRARE CHE IL
FUTURO NON SI FERMA CON LA SM**

A due giorni dalla Giornata Mondiale della Sclerosi Multipla, la campagna di informazione IO NON SCLERO celebra questo appuntamento con un evento a Milano. Protagoniste le tante storie dei pazienti e dei familiari che hanno dato vita alla campagna. In chiusura, lo show-cooking di Marco Bianchi “La SM a tavola”, con tre ricette dedicate a chi convive con la malattia.

*Milano, 25 maggio 2015 – “IO NON SCLERO” è il motto che oggi a Milano pazienti e familiari hanno rivolto alla sclerosi multipla, nell’evento che ha riunito in via Tortona tutti i protagonisti della campagna di informazione promossa dall’Osservatorio nazionale sulla salute della Donna (Onda) con il Patrocinio della Società Italiana di Neurologia (SIN) e il contributo incondizionato di Biogen. Un appuntamento che, a due giorni dalla Giornata Mondiale della Sclerosi Multipla, ha messo **in primo piano le storie vere e le testimonianze delle tante persone che ogni giorno non si fermano con la SM** e continuano a inseguire progetti e sogni.*

*“La sclerosi multipla è una malattia neurologica autoimmune, la più diffusa tra i giovani adulti e colpisce soprattutto le donne. – spiega **Francesca Merzagora**, Fondatrice e Presidente Onda – In Italia si contano circa 75.000 casi, con 2.000 nuove diagnosi ogni anno. La scoperta della malattia è spesso traumatica e fa crollare ogni certezza, ma la campagna IO NON SCLERO ci ha rivelato in questi mesi che i sogni e i progetti non si fermano. La community su Facebook ha superato i 59 mila “Mi piace” e i tanti commenti che riceviamo ogni giorno dimostrano la voglia di guardare al futuro con forza e positività. Siamo grati a tutti coloro che hanno partecipato a questa campagna condividendo le loro storie e ci auguriamo che IO NON SCLERO possa contribuire all’obiettivo di promuovere maggiore consapevolezza e impegno a supporto dei pazienti e delle loro famiglie”.*

Durante l'evento è stata rivolta grande attenzione ai temi dell'alimentazione e dello stile di vita, nello **show cooking che ha riunito il pubblico intorno ai fornelli con lo chef-scienziato Marco Bianchi**, divulgatore scientifico per la Fondazione Umberto Veronesi e Ambassador di EXPO Milano. Marco ha presentato alcune ricette pensate per chi convive con la SM. *“Sono felice di questa occasione, che mi ha permesso di approfondire il ruolo dell'alimentazione nella SM, una malattia neurologica che colpisce i giovani. – commenta Marco Bianchi – Sebbene non esistano chiare evidenze sugli effetti dell'alimentazione sul decorso della malattia, sono state dimostrate le proprietà benefiche sul sistema nervoso di alcuni alimenti, come i vegetali, e sono stati evidenziati gli effetti anti-infiammatori di alcuni cibi, come ad esempio il pesce, che sono quindi consigliabili per chi convive con la SM. Le ricette ideate per IO NON SCLERO si basano proprio su questi spunti”.*

Insieme a Marco Bianchi, a spiegare i nuovi piatti è intervenuto **Gioacchino Tedeschi**, Direttore I Clinica Neurologica, Seconda Università di Napoli che spiega: *“A oggi non esiste una cura definitiva per guarire la SM, ma i progressi medico-scientifici degli ultimi anni ci hanno permesso di conoscere a fondo i meccanismi di malattia e di intervenire con farmaci innovativi per ridurre sensibilmente il rischio di recidive e la progressione della disabilità, nell'ottica di migliorare la qualità di vita dei pazienti e ridurre l'impatto sociale della malattia. Fatte queste premesse, è intuitivo che non è possibile pensare di curare la SM con l'alimentazione e infatti non esistono evidenze scientifiche a sostegno di questa ipotesi. Va però detto che l'assunzione di alimenti con proprietà specifiche, in grado di impattare sulla cascata infiammatoria, potrebbe contrastare la natura autoimmune demielinizzante della malattia, coadiuvando l'effetto dei farmaci. Inoltre, le sostanze nutritive contenute in alimenti quali il pesce, i polifenoli, fibre, etc., attraverso un meccanismo immunoregolatore e anti-ossidante, potrebbero essere utili svolgendo una seppur generica funzione protettiva dell'organismo e migliorando i sintomi associati alla SM”.*

Per informazioni:

Alice Beretta – alice.beretta@edelman.com – 335.83.86.147

Elena Mauro – elena.mauro@edelman.com – 02.63.11.6298