

Zeitschrift: Parkinson : das Magazin von Parkinson Schweiz = le magazine de Parkinson Suisse = la rivista di Parkinson Svizzera

Herausgeber: Parkinson Schweiz

Band: - (2003)

Heft: 69

Artikel: Come inchiodato al pavimento

Autor: Kornacher, Johannes

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-815732>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 08.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Come inchiodato al pavimento

Il «freezing» è un fenomeno tipico del morbo di Parkinson allo stadio avanzato. Per lo più colpisce la marcia. Nonostante sia difficile da trattare, si può fare qualcosa. Spesso si riesce a controllarlo.

Di Johannes Kornacher



Foto: J. K.

Vengo subito!» Magari, Richard R. lo vorrebbe volentieri. Ma non si sposta di un centimetro. Con la posta in mano sta davanti alla porta, come inchiodato al pavimento. Vuole andare avanti, ma non può. Dieci secondi, venti, non si muove. Sottovoce impreca, poi conta forte «uno, due, tre», si batte la coscia con il palmo della mano e improvvisamente si mette in marcia, come se niente fosse. «Che, ti sei congelato per strada?» chiede sua moglie dalla cucina.

«Freezing» (dall'inglese to freeze – congelare) si chiama questo fenomeno, che sorge per lo più nello stadio avanzato della malattia di Parkinson. L'improvviso blocco dei movimenti avviene per lo più nel superare un passaggio stretto, come

porte o soglie, in spazi molto stretti, in luoghi affollati (come stazioni, ecc.) o quando si è sotto tensione psicologica. Può succedere anche quando la conformazione del pavimento cambia, per esempio dall'asfalto alla ghiaia, o dal tappeto al parquet. A Richard R. capita quando va in città e vuole per esempio attraversare le strisce pedonali. Poiché sa che può essere pericoloso vuole andare speditamente, ma siccome sa che gli capita spesso di bloccarsi, ecco che si trova sotto stress e si blocca di colpo. «Ho già passato molto tempo sul bordo della strada, dice, per questo non vado più da solo in città».

Cosa succede nel cervello durante un blocco? «Una persona sana può per esempio andare a zonzo leccando un gelato,

fermarsi al semaforo rosso e rimettersi in marcia automaticamente quando diventa verde», spiega Hans-Peter Rentsch, medico primario nel reparto riabilitazione presso l'ospedale cantonale di Lucerna. «I suoi movimenti avvengono inconsapevolmente e può nel contempo intrattenersi senza problemi con qualcuno e guardare l'orologio. Fermarsi, incamminarsi, in una persona sana tutto funziona senza pensare. Può stare tranquilla che nel momento giusto farà il movimento giusto. R. non può, poiché nella malattia di Parkinson coi suoi sintomi cardinali: acinesia (rallentamento) rigidità muscolare e tremore.



Non va più. Questo colpito cammina con slancio nella camera ma, giunto ad una «strettoia» vicino al divano si «congegna», spesso e deve mettersi di nuovo in moto.

te insicuro e può portare a delle rinunce (preferisco restare a casa), aumenta il rischio di cadute. «Il paziente interrompe il movimento nel bel mezzo della sua esecuzione» dice Alexandra Renneberg, medico primario della clinica per il Parkinson a Bad Nauheim in Germania. Può inoltre capitare di arrestarsi nel bel mezzo di una frase durante una conversazione.

Il pericolo di cadute tuttavia non è legato solo al freezing. Le cadute sono frequenti nello stadio avanzato della malattia anche nei pazienti che non hanno attacchi di freezing. «La tipica postura piegata in avanti lo dimostra: il mantenimento del corpo in posizione eretta e dell'equilibrio è generalmente disturbato nella malattia di Parkinson», ribadisce il medico Hans-Peter Rentsch. Medici e fisioterapisti consigliano urgentemente ai pazienti un esercizio regolare specifico. «Il Parkinson è come uno sport competitivo» dice una fisioterapista. «Tutti e due si governano con l'esercizio» del quale fanno parte per esempio, alzarsi, sedersi, camminare su comando per superare il freezing. L'equilibrio si esercita superando ostacoli nel

camminare, mentre la marcia ritmica esercita la postura e la deambulazione. I familiari dovrebbero essere ben informati sul freezing, così possono valutare esattamente il fenomeno e non trascinare il malato inavvertitamente durante il passeggio. Lo potrebbero aiutare dandogli un comando o incitandolo a fare un passo.

Il freezing è difficile da trattare coi medicamenti. Per cominciare dovrebbe venire analizzato minuziosamente il piano della terapia e tenere un protocollo il più preciso possibile. «Se si arriva a decifrare un determinato schema nei blocchi, un nuovo piano di terapia può portare dei benefici», dice Dr. Rentsch. Quando lo stato di freezing avviene spesso nelle fasi off, vengono aumentate le dosi o le somministrazioni dei preparati a base di L-Dopa o degli agonisti. Nelle fasi difficili si potrebbe riuscire ad evitare i blocchi con L-Dopa liquida o Apomorfina. Non esiste però nessun medicamento che trasformi immediatamente il freezing in mobilità. In questa emergenza esistono solo trucchi per ingannare il cervello.

Suggerimenti e trucchi contro il freezing

Nel camminare, fate attenzione che i piedi non siano troppo vicini. Di tanto in tanto concentratevi sulla marcia ed altezze consapevolmente i piedi dal pavimento. Se la camminata si blocca, restate in piedi e datevi un piccolo comando interno per ripartire. Usate pure un bastone, vi aiuterà. Quando vi capita in pubblico spiegate la vostra situazione: «Ho il Parkinson e sono totalmente bloccato!».

Vi capita spesso di essere bloccato? Cercate di risolvere la situazione con un trucco. La necessità aguzza l'ingegno, la vostra ricchezza di idee non ha confini. Ecco qualche suggerimento:



Superare l'ostacolo artificiale – e continuare.

- brevi, energici comandi: via! cammina! O contate ad alta voce
- prima di alzarsi: rilassate consapevolmente la muscolatura delle gambe oscillate alcune volte il busto avanti e indietro prima di fare il primo passo
- datevi una pacca sulla coscia
- immaginate di avere davanti uno scalino
- battete i piedi sul posto
- bastone o ombrello, girarlo e scavalcare il manico
- lampadina da tasca o laser: puntare la luce sul pavimento e partire dandovi un comando
- prima di andare avanti, fare prima un passo di lato
- usare un segnatempo acustico,
- musica (p.es. Walkman)
- osservare i disegni per terra (per esempio le piastrelle)
- adattare il tipo di scarpe
- fare assolutamente ginnastica o fisioterapia. Chiedete al medico!