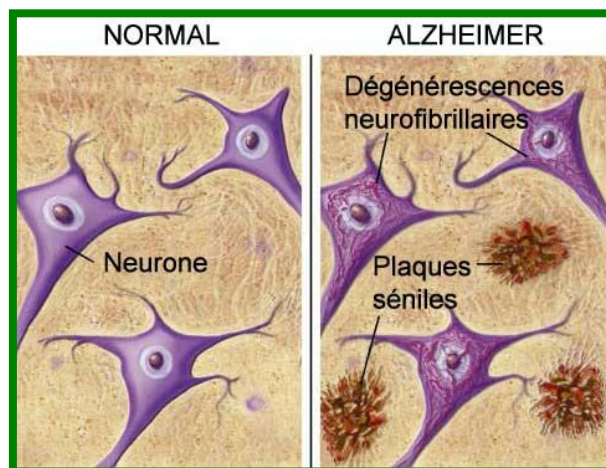


Les Body Boomers aident à lutter contre la maladie d'Alzheimer

La maladie d'Alzheimer touche environ 26 millions de personnes dans le monde et vraisemblablement quatre fois plus d'ici 2050.

Qu'est ce que la maladie d'Alzheimer?

La **maladie d'Alzheimer** est une maladie **neurodégénérative** du tissu cérébral qui entraîne la perte progressive et irréversible des **fonctions mentales** et notamment de la **mémoire**. Les premiers symptômes consistent en des **pertes de souvenir** qui se manifestent initialement par des **distractions** mineures qui s'accroissent avec la progression de la maladie, tandis que les souvenirs plus anciens sont relativement préservés.



Quels sont les dangers de la maladie d'Alzheimer?

La maladie d'Alzheimer a de nombreuses conséquences sur la **vie au quotidien**. Les malades ont des difficultés à **s'exprimer**, à **enregistrer** les nouvelles informations. Ils perdent le **sens de l'orientation** dans l'espace et dans le temps et changent d'**humeur**, de **comportement** et de **personnalité**.



Comment lutter contre la maladie d'Alzheimer?

Un moyen de lutter contre la maladie d'Alzheimer est de **faire travailler son cerveau** et sa **mémoire** tout au long de sa vie. Le **sport** aurait également une activité bénéfique contre l'apparition de la maladie d'Alzheimer, en ce sens qu'il fait travailler le cerveau dans les mécanismes de **mémorisation** et de la **coordination** des mouvements.

Quel est l'effet des Body Boomers dans la lutte contre la maladie d'Alzheimer?

Les Body Boomers sont des appareils de **fitness de plein air** qui sont séparés en trois gammes : Cardio, Muscu et Relaxation. Cette dernière permet un travail de la coordination des mouvements. On peut également envisager d'en faire un **outil de travail pour la mémoire** en imaginant des séquences de mouvements à reproduire plusieurs fois dans le même ordre.



Attention !

Toutes les activités physiques ont un effet bénéfique, sous condition d'être adaptées à chacun. Les plus efficaces sur le système cardiovasculaire sont les activités d'endurance.

La pratique de sport excessive ou mal gérée peut être néfaste pour les personnes âgées.

Les Body Boomers conseillés :



Body Disques Tai Chi



Body Marcheur Double



Body Tripode



Body Symbiose

