



Mental Economy Project

Grazie a più 20 anni di ricerca scientifica effettuata sui circuiti di Formula 1, **Formula Medicine** è riuscita a dimostrare come il ritmo di gara di un Gran Premio sia condizionato non solo dalla performance fisica, quanto piuttosto dalla performance mentale.

Anche i migliori campioni di Formula 1 non sono in grado di reggere tutta la gara guidando al limite, mantenendo cioè la stessa concentrazione e lo stesso impegno profusi durante il giro di qualifica. Normalmente infatti, il ritmo di gara di ogni pilota è di circa tre decimi inferiore al massimo potenziale.

Ciò è testimoniato dal fatto che un pilota è in grado di migliorare immediatamente il tempo sul giro di qualche decimo nei momenti in cui la strategia di gara richiede loro di cercare il limite e di spingere al massimo.

I dati da noi raccolti dimostrano come la frequenza cardiaca del pilota in questi frangenti salga in media di circa 15 battiti, indice di un netto incremento dello sforzo psico-fisico. (Foto 1)

Ulteriori approfondite analisi ci hanno permesso di dimostrare che l'aumentato sforzo è imputabile a un maggior consumo del sistema nervoso e quindi del cervello.

Da queste premesse è nato uno studio scientifico, unico al mondo, condotto da Formula Medicine in collaborazione con l'Università di Pisa, indirizzato a studiare il cervello dei piloti di Formula 1 durante un intenso impegno mentale.

Utilizzando una Risonanza Magnetica Funzionale, sono stati valutati i flussi sanguigni cerebrali e le performance di alcuni piloti professionisti durante specifici Test mentali. I risultati sono stati poi confrontati con le performance di un gruppo campione costituito da non-atleti di pari età.

E' emerso che non ci sono differenze in termini di risultati tra le persone "normali" e i piloti di Formula 1.

La differenza principale consiste nella diversa attivazione delle aree cerebrali: i piloti di F1 attivano minori porzioni cerebrali e pertanto risultano essere molto più economici in termini di dispendio di energie nervose. (Foto 2-3)

Dall'esperienza sui campi di gara e dalle conferme della ricerca scientifica nasce quindi il "**Mental Economy Project**": esso comprende una serie di strumenti, in parte ideati e realizzati da Formula Medicine, per valutare le performance cerebrali e quantificare il dispendio energetico neurologico.

Partendo dai primi risultati registrati e utilizzando opportune metodologie, è possibile allenare gli atleti a ottenere prestazioni mentali sempre più elevate con un consumo di energie nervose sempre più basso, oggettivando il risultato ottenuto.

Pertanto, se l'allenamento fisico rimane una condizione necessaria per un pilota professionista, il reale ed effettivo miglioramento delle prestazioni in gara si ottiene solamente con un intenso e adeguato allenamento mentale, settore nel quale **Formula Medicine**, pur essendo già la struttura più competente ed esperta nel settore, sta ulteriormente intensificando i suoi progetti di ricerca.

Le metodologie del **"Mental Economy Project"** possono essere applicate con successo in ogni settore in cui esiste un intenso lavoro mentale. Lo dimostrano i riscontri positivi che Formula Medicine ha potuto raccogliere sia in altre discipline sportive, come il Tennis e la Vela, sia nel Corporate con i business men.

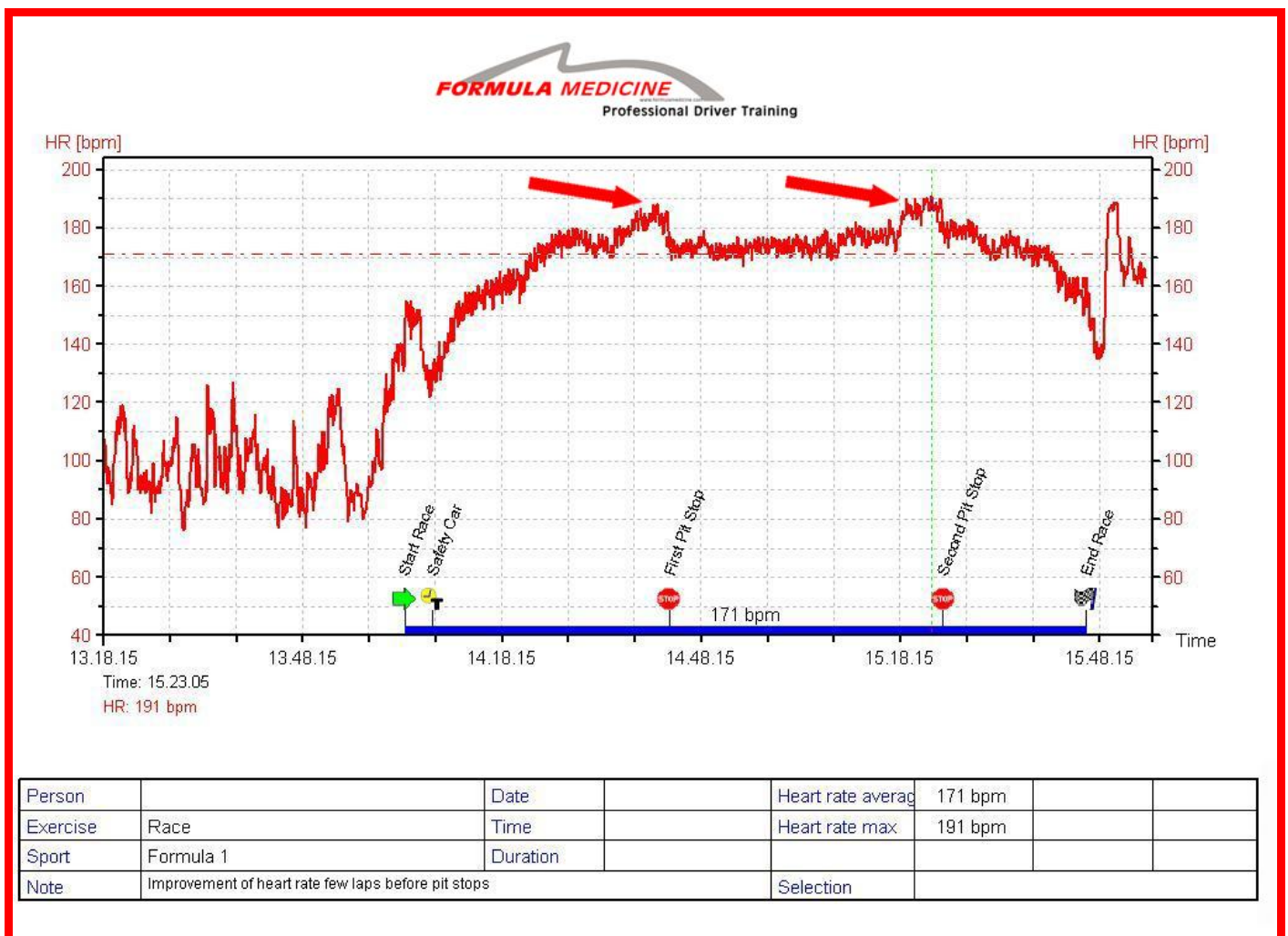


Foto 1

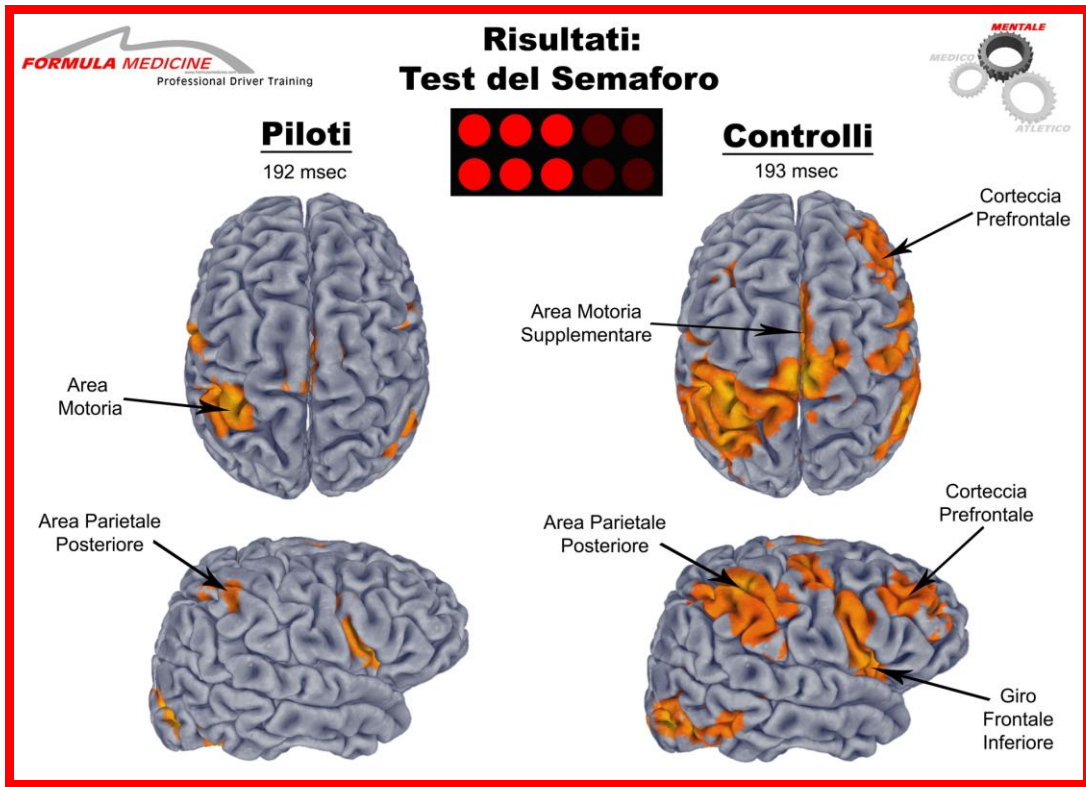


Foto 2

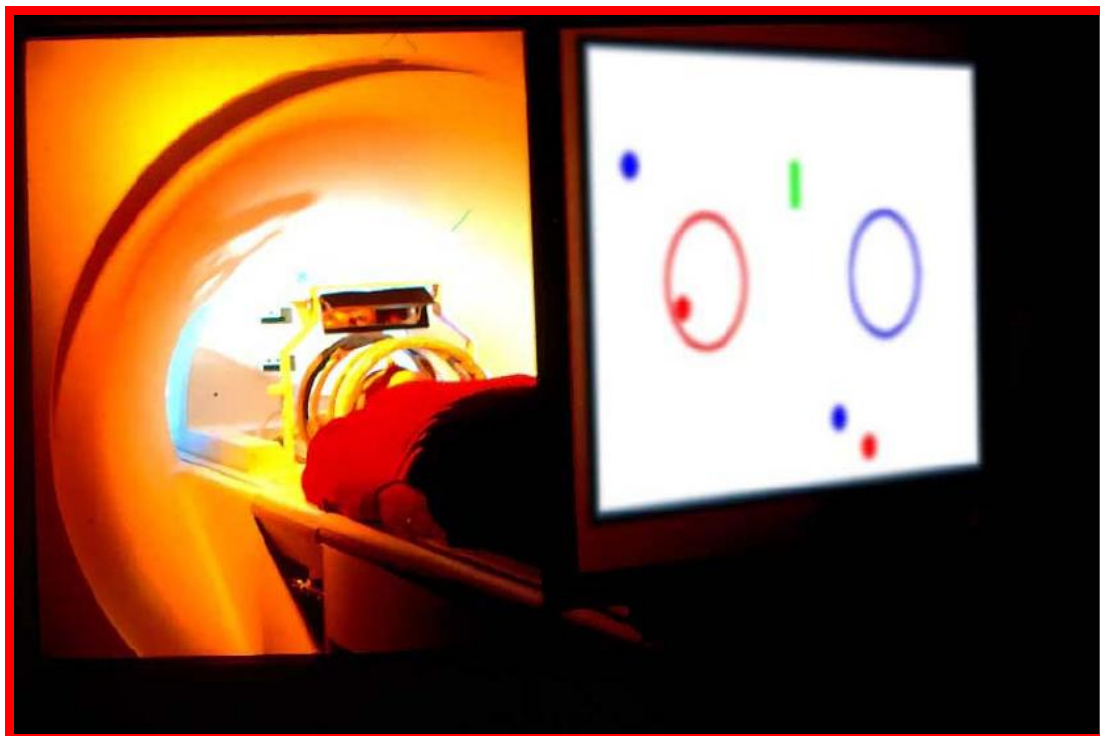


Foto 3