

## **Nace Fundación Red Parkinson: el tenis de mesa como terapia contra la enfermedad**

Bajo el lema "Muévete contra el párkinson", la nueva Fundación Red Parkinson ([www.redparkinson.org](http://www.redparkinson.org)) impulsa el tenis de mesa para mejorar la vida de los afectados.



Madrid, 10 de marzo 2025. Para ayudar a las personas con la enfermedad de Parkinson acaba de constituirse en Madrid la [Fundación Red Parkinson](http://www.redparkinson.org) ([www.redparkinson.org](http://www.redparkinson.org)). Se trata de una entidad sin ánimo de lucro concebida para contribuir a mejorar la calidad de vida de los afectados a través del deporte, especialmente del tenis de mesa, facilitándoles su práctica y priorizando su bienestar físico y emocional.

“Es un proyecto que nace para ayudar, escuchar, comprender y servir, porque somos conscientes de que el párkinson es una prueba diaria para quienes la padecen”, comenta su presidente, Jose Alonso.

El párkinson es la segunda enfermedad neurológica más común por detrás del alzhéimer. Afecta a más de 160.000 personas y sus familias en España, unas 20.000 aproximadamente en Madrid, y su incidencia aumenta año tras año. “Porque los afectados no son extraños, son un amigo, un padre, una madre, un hermano, están a nuestro lado y siguen siendo los mismos”, añade el presidente de la fundación.

Dada la progresión del párkinson, la comunidad científica y médica se ha volcado en los últimos años en tratar de comprender su origen y sus diferentes fases de desarrollo en busca del tratamiento o la medicación que la pueda erradicar o, al menos, paliar sus efectos. En esta línea, son varios los estudios aparecidos recientemente que han puesto de manifiesto los muchos beneficios que el deporte, y más concretamente el tenis de mesa, aportan a las personas con la enfermedad: actúa sobre sus habilidades motoras y cognitivas, porque les obliga a movimientos sistemáticos y repetitivos con los que fortalecen los músculos, disminuyendo su rigidez y aumentando la coordinación. Al mismo tiempo, seguir el juego de forma rápida y continua mejora la concentración, la memoria y el equilibrio.

### **Modelo de actuación multidisciplinar**

Partiendo del tenis de mesa, Fundación Red Parkinson propone un modelo de actuación multidisciplinar que persigue simultáneamente la práctica de este deporte y la inclusión y socialización de los afectados. En sus primeros pasos, la fundación organiza entrenamientos específicos de ping-pong adaptados a personas con párkinson y programas complementarios de ejercicio físico.

Los entrenamientos tienen lugar en el Centro Deportivo Municipal Triángulo de Oro, en la calle Bravo Murillo 376 de Madrid.

“A día de hoy -prosigue Jose Alonso-, ya son innegables los efectos beneficiosos del tenis de mesa y el deporte para los afectados por esta enfermedad. Y desde aquí les animamos a que se inscriban y formen parte del proyecto”.

En el aspecto deportivo y técnico cuenta con la colaboración del Club Distrito 20 Tenis de Mesa, cuyo presidente, Federico Drago, es a su vez entrenador y patrono de la fundación. Drago destaca que “participar en un grupo deportivo es, sin ninguna duda, positivo por muchos aspectos. Las mejoras que experimentan los enfermos se ven con el tiempo y, además, que se sientan parte de un grupo o equipo hace que tengan más ilusión por implicarse y participar. A nivel de ejercicio, es importante que el jugador pueda desarrollar un juego continuo y es fundamental mantener la bola en juego para obtener beneficios”.

### **Acerca de Fundación Red Parkinson**

Fundación Red Parkinson es una entidad con sede en la ciudad de Madrid, constituida el 29 de enero de 2025 con el objetivo de contribuir a mejorar la calidad de vida de las personas con párkinson a través del deporte, especialmente del tenis de mesa, facilitándoles su práctica y priorizando su bienestar físico y emocional.

Las tres palabras que definen su proyecto, Fundación Red Parkinson, resumen su naturaleza y razón de ser: “una entidad sin ánimo de lucro, constituida para convertirse en una verdadera red de personas con esta enfermedad, familiares y voluntarios unidos por el inquebrantable propósito de mejorar el día a día de los afectados y su entorno”. ¿Cómo? A través del deporte y el ejercicio, partiendo de la práctica del tenis de mesa y de actividades que fomenten la inclusión, la solidaridad y la socialización.

Fundación Red Parkinson pone a disposición de los participantes el material necesario, las instalaciones y, lo más importante, un equipo de monitores especialmente sensibilizados con el párkinson que les ayudarán en todo momento. También abre sus puertas a voluntarios dispuestos a aportar su grano de arena a una labor que agradecerán tanto los pacientes como sus familias.

Todos juntos, promotores de la iniciativa, enfermos y voluntarios en torno al tenis de mesa dan sentido al nombre de esta ilusionante iniciativa, Fundación “Red” Parkinson.

**Para más información:**

Web: [www.redparkinson.org](http://www.redparkinson.org)

Correo electrónico: [info@redparkinson.org](mailto:info@redparkinson.org)

Teléfono: 636 278 218

Instagram: [@fundacion\\_red\\_parkinson](https://www.instagram.com/fundacion_red_parkinson)