

Presentazione del libro “Medici in Palestra”, promuovere salute con la prescrizione dell’esercizio fisico e stili di vita corretti

Sabato 28 marzo alle ore 10 nella sala conferenze dell’Ordine dei Medici di Perugia

Perugia, 25 marzo 2015 - **Sabato 28 marzo 2015 alle ore 10** nella **sala conferenze dell’Ordine dei Medici chirurghi e odontoiatri** della provincia di **Perugia** (Via Settevalli 131), sarà presentato il libro “*Medici in Palestra: promuovere la salute con la prescrizione dell’esercizio fisico e stili di vita corretti*”. Una pubblicazione nata in collaborazione con l’associazione culturale e scientifica **Spazio Movimento e Salute** e frutto di un lavoro multidisciplinare che raccoglie i contributi di 23 professionisti (medici, docenti, operatori della salute) di 12 differenti specializzazioni.

Obiettivo condiviso: diffondere la consapevolezza che non soltanto uno stile di vita attivo è fondamentale per essere in salute, ma che l’esercizio fisico rappresenta un **efficace strumento di prevenzione e una valida cura integrativa o anche sostitutiva della terapia farmacologica tradizionale nella maggior parte delle patologie cronic-degenerative** che colpiscono la popolazione adulta e anziana e in particolare nei **pazienti affetti da diabete e da altri problemi cardiovascolari e respiratori**.

Ma se da un lato l’esercizio fisico rappresenta un farmaco naturale per la cura di numerose patologie, dall’altro vi è **la necessità che questo esercizio venga proposto e programmato in funzione delle necessità del singolo paziente e svolto con l’assistenza di personale qualificato e in luoghi sicuri**. Per questo è fondamentale creare una rete sinergica tra medici, tecnici laureati, operatori della salute e del benessere e luoghi in cui si svolge l’attività motoria, al fine di **promuovere la prescrizione dell’attività fisica da parte dei medici secondo un protocollo definito**, realizzare un programma di attività fisica appropriato alle condizioni del paziente **con assistenza qualificata, motivare la popolazione ad aumentare l’attività motoria e ad adottare stili di vita positivi**. Ciò porterebbe ad una riduzione fino al 75% della somministrazione quotidiana del farmaco per le patologie trattate, con un notevole risparmio in termini di spesa sanitaria e contestuale miglioramento della qualità della vita.

Il libro fa parte del più ampio progetto *Medici in Palestra* che ha già ricevuto il riconoscimento da parte dell’iniziativa “Guadagnare Salute” promossa dal Ministero della Salute ed è stato presentato come abstract scientifico al 3° convegno nazionale **Guadagnare Salute** svoltosi lo scorso ottobre a Orvieto.

La presentazione, patrocinata dalla Regione Umbria, dalla USL Umbria 1, dall’Ordine dei Medici chirurghi e odontoiatri di Perugia e dall’Ordine degli Psicologi dell’Umbria, si aprirà con la lettura del messaggio inviato dal **ministro della salute Beatrice Lorenzin**. Interverranno il presidente dell’Ordine dei Medici di Perugia **Graziano Conti**, il responsabile per l’area Sud del servizio di Medicina dello Sport della USL Umbria 1 **Bruno Stafisso**, il referente della Federazione Medici di

Medicina Generale (FIMMG) dell'Umbria **Gregorio Baglioni**, il medico dello sport della USL Umbria 1 **Paola Burani** e i curatori del libro **Savino Tupputi**, professore di educazione fisica, e **Simonetta Simonetti**, docente di scienze motorie all'Università degli Studi di Perugia.

Edito da **Futura Edizioni**, il libro sarà inizialmente acquistabile sul sito www.futuralibri.com. Per **ulteriori informazioni** contattare il numero 329.4280102 o inviare una mail a info@spaziomovimentooesalute.org



.....
Ufficio stampa TGC Eventi - Monia Rossi 333.2991700 - ufficiostampa@tgceventi.it