

Spi Cgil e Ausl Tse organizzano un'iniziativa pubblica su "Scegli la salute: i sani stili di vita". Duetti: «Attività divulgative sempre molto apprezzate dagli over 60. Uno dei segreti è rimanere attivi»

Spi Cgil Grosseto e Ausl Toscana Sud Est insieme per la prevenzione primaria. Giovedì 26 settembre, presso il Centro di promozione sociale R. Ciabatti in via dei Barberi 55 a Grosseto, a partire dalle ore 17,00, si terrà la conferenza aperta al pubblico dal titolo "Scegli la salute: i sani stili di vita" organizzato dallo Spi Cgil provinciale nell'ambito di una campagna di informazione che toccherà diverse realtà della provincia.

«Questa iniziativa, così come la precedente che si è svolta ad Arcidosso nel mese di aprile e quelle che seguiranno - spiega Erio Giovannelli, segretario provinciale dello Spi Cgil - sono diretta conseguenza di un protocollo di intesa firmato nel febbraio 2023 dallo Spi Cgil delle province di Siena Arezzo e Grosseto con l'Azienda sanitaria toscana sud est. L'obiettivo comune sul quale lavorare è quello della prevenzione dei principali fattori di rischio presenti nei contesti di vita e di lavoro, per mantenere lo stato di salute e di benessere della popolazione».

L'esperienza dei dottori al servizio dei cittadini

«L'iniziativa di giovedì 26 - dice il segretario della Lega Spi Cgil di Grosseto, Maurizio Norcini - è stata voluta fortemente perché abbiamo a cuore la salute dei nostri iscritti in particolare e di tutti i cittadini in generale. E ringrazio la Asl per averci dato l'opportunità di poter avvalersi della professionalità dei suoi operatori messi a disposizione dal Dipartimento delle professioni tecnico sanitarie della riabilitazione e della prevenzione».

All'iniziativa di giovedì parteciperà il fisioterapista Giuseppe Tintori esperto in Attività fisica adattata (AFA) che illustrerà i vantaggi dell'attività fisica nel prevenire le patologie tipiche delle persone anziane.

Sarà presente anche la Dietista Valeria Franci che illustrerà quanto incidono qualità e quantità dell'alimentazione sul benessere psicofisico e sulla prevenzione di molte malattie. Chiuderà gli interventi il dott. Mario Zuccarello in rappresentanza dell'Ordine dei medici di Grosseto.

L'attività fisica adattata non è attività sanitaria e quindi non necessita di prescrizione medica ma il ruolo del medico è fondamentale come figura di riferimento per gli utenti. Lo Spi Cgil, infatti, auspica che i medici di medicina generale forniscano ai cittadini informazioni sull'attività fisica, li sensibilizzino e li motivino in base alle loro specifiche esigenze.

«Questo tipo di attività di divulgazione scientifico sanitaria - conclude Cristiana Duetti della segreteria provinciale dello Spi Cgil - riscontrano sempre un grande interesse da parte delle persone anziane e dei nostri iscritti. Gli anziani, infatti, non sono più una categoria che ha tirato i remi in barca ma rimangono molto attivi e attenti al mantenimento di stili di vita che li aiutino a invecchiare in salute».