

Il punto degli operatori sanitari con l'amministrazione comunale

Data: Invalid Date | Autore: Rocco Zaffino



CASTROVILLARI, 19 DICEMBRE 2013 -Un momento per richiamare la valenza salutare di un percorso sviluppato nell'ambito del piano regionale di prevenzione "Gruppi di Cammino", volto a cambiare lo stile di vita degli anziani, scambiandosi gli auguri di Natale e per l'anno nuovo che sta per entrare.

Il medico sportivo, Antonio Gradilone, responsabile dell'Unità di Medicina dello Sport di Castrovillari dell'Azienda Sanitaria provinciale, con la dottoressa Rosanna Labonia, responsabile dell'Unità Operativa di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione, ed il Vice Sindaco ed Assessore ai Servizi Sociali, Carlo Sangineti, hanno fatto il punto sul progetto "Camminate della Salute" che il capoluogo del Pollino condivide, come Comune capofila, con le città di Cosenza e Rende, grazie alla collaborazione dell'Azienda Sanitaria – presidio di Castrovillari- Unità di Medicina dello Sport, Geriatria e Cardiologia e della Regione. [MORE]

Un'iniziativa, avviata a luglio scorso, che coinvolge 70 persone , tra uomini e donne dei due Centri Anziani, per affermare l'importanza dell'attività fisica e della corretta alimentazione ad ogni età a difesa della salute come è stato ribadito in tutti i contributi alla manifestazione.

All'appuntamento, presenti Francesco La Sala ed Antonio Pugliese del "Centro Anziani Varcasia",

che sono intervenuti per conto dell'Associazione ed al posto del presidente Mariano Zicari assente perché influenzato, e Annibale Mari del "Circolo Amicizia", che hanno sottolineato la portata dell'avvenimento rappresentando le esperienze positive ed importanti dei propri soci (tutti in sala), il vice presidente regionale UISP, Ilaria Oliva, Anna De Gaio, vice presidente del Consiglio comunale, in rappresentanza del Coni provinciale e Antonio Gigliotti della sezione locale della Coldiretti, il Vice Sangineti, nel concludere il momento, ha ribadito il ruolo fondamentale delle attività motorie e di una buona alimentazione mediterranea per la vita di ciascuno, ricordando, tra l'altro, la continua attenzione dell'Amministrazione per la terza età e momenti dedicati alla migliore qualità della vita dei cittadini, annunciando nuove iniziative in sinergia con i due Circoli e l'ASP, ed auspicando che presto Castrovillari possa accogliere un Centro di Medicina dello Sport per un'educazione sempre più diffusa.

Gli altri invitati, in vario modo, hanno richiamato la valenza e la capacità del progetto, ricordando la funzione delle produzioni tipiche locali per una vita sana, inscindibile dalle attività motorie, portando ciascuno, pure, il saluto e gli auguri degli organismi che rappresentavano e ribadendo, inoltre, il ruolo positivo che svolge la sinergia e cooperazione tra enti.

Mentre i medici Gradilone e Labonia hanno spiegato, nello specifico, perché è partito il programma e cosa ha prodotto di concreto.

I Gruppi di Cammino, condotti dai dottori in scienze motorie Alfredina Gigliotti ed Emanuele Fiore (particolarmente elogiati dai due Centri e dai loro rappresentanti per come hanno svolto le attività), sono stati pensati per sensibilizzare la popolazione anziana sull'importanza di adottare stili di vita attivi e più sani per i cittadini over 64, fondamentali per il benessere psico-fisico e la socializzazione, ma soprattutto per combattere e prevenire alcune patologie: come quelle cardiovascolari, l'ipertensione arteriosa, l'obesità, la comparsa del diabete e le complicanze del diabete, l'osteoporosi, alcuni tumori (come al colon ed alla mammella); la depressione e l'ansia; il decadimento cognitivo (perdita di memoria, di attenzione, di orientamento).

L'esperienza ha entusiasmato e coinvolto, creando interesse, importantissimo per un gesto che è stato caratterizzato dalla semplice adesione.

"Inoltre- ha precisato Gradilone - abbiamo potuto constatare i benefici che si sono registrati nel breve termine, consentendo ai partecipanti dei Gruppi di Cammino di avere una maggiore autonomia motoria, il miglioramento dei parametri biologici e una crescita dell'autostima e del senso di autosufficienza, legati al miglioramento delle capacità coordinative e condizionali, misurate mediante la somministrazione di alcuni questionari di valutazione."

Notizia segnalata **dall'ufficio Stampa del Comune di Castrovillari**