



Ministero della Salute



**SEGRETARIATO GENERALE - UFFICIO II ex DCOM
DIREZIONE GENERALE DELLA PREVENZIONE SANITARIA
DIREZIONE GENERALE DELLA COMUNICAZIONE E DEI RAPPORTI EUROPEI E INTERNAZIONALI
DIREZIONE GENERALE DELLE RISORSE, DELL'ORGANIZZAZIONE E DEL BILANCIO**

Iniziativa: “Ministero In Forma”

8 aprile 2015

*Auditorium “Biagio D’Alba” Ribotta
Ore 10.00 – 12.30*

Introduzione

L’inattività fisica è al quarto posto tra le principali cause di morte dovute a malattie croniche, quali disturbi cardiaci, ictus, diabete e cancro, contribuendo ad oltre 3 milioni di morti evitabili all’anno a livello mondiale. L’attività fisica fa bene alle persone di ogni età: nei bambini promuove uno sviluppo fisico armonico aiuta a prevenire l’obesità e il sovrappeso e favorisce la socializzazione, mentre negli adulti diminuisce il rischio di malattie croniche e migliora la salute mentale. Per gli anziani i benefici riguardano la diminuzione del rischio di cadute e di fratture e la protezione dalle malattie correlate all’invecchiamento. Gli effetti benefici non riguardano soltanto la prevenzione o il rallentamento nella progressione delle patologie croniche, ma anche un miglioramento del benessere psicofisico generale, della tonicità muscolare e della qualità della vita. Ciò è particolarmente importante per gli anziani, in quanto un’attività fisica regolare accresce la possibilità di vivere una vita autosufficiente. Attività come camminare, andare in bicicletta e utilizzare il trasporto pubblico, contribuiscono inoltre a ridurre l’inquinamento dell’aria e le emissioni dei gas serra, noti anche per avere effetti negativi sulla salute.

L’inattività fisica incide anche sul piano economico, sia per i costi diretti e indiretti dell’assistenza sanitaria sia per l’impatto sulla produttività e sugli anni di vita in buona salute. Politiche e azioni che promuovono l’attività fisica, oltre a rappresentare un investimento per la prevenzione delle malattie croniche e per il miglioramento della salute, forniscono benefici per lo sviluppo economico.

I dati di “PASSI” (Progressi delle Aziende Sanitarie per la salute in Italia), sistema continuo di sorveglianza della popolazione italiana adulta sui principali fattori di rischio comportamentali, evidenziano che un terzo della popolazione tra 18 e 69 anni risulta completamente sedentario, perché non svolge nessun tipo di attività fisica, né al lavoro né nel tempo libero. La sedentarietà risulta più diffusa al Sud, tra i 50-69enni, nelle donne, nelle persone con livello di istruzione più basso e in quelle che riferiscono molte difficoltà economiche.

Un segnale positivo, dovuto, probabilmente, dell'attività di sensibilizzazione promossa a vari livelli, è la riduzione della percentuale delle persone con stile di vita sedentario che percepiscono il proprio livello di attività fisica come sufficiente (passando dal 25,7% del 2007 al 20,1% del 2010).

Nell'ambito del Programma "Guadagnare Salute", il Ministero della salute intende attivare un'iniziativa per la promozione di uno stile di vita attivo, i cui obiettivi sono:

- promuovere la salute ed il benessere dei dipendenti dell'Amministrazione
- favorire comportamenti salutari sul luogo di lavoro
- aumentare l'attività fisica praticata dai dipendenti

L'incontro, pertanto, è finalizzato alla sensibilizzazione sui benefici di uno stile di vita attivo ed alla presentazione dell'iniziativa e dei risultati dell'indagine conoscitiva

Programma

Ore 10.00

Registrazione dei partecipanti

Ore 10.30

Saluti introduttivi

Dott. G. Celotto – Direttore Generale del Personale, dell' Organizzazione e del Bilancio

Dott. R. Guerra - Direttore Generale della Prevenzione Sanitaria

Dott.ssa D. Rodorigo – Direttore Generale della Comunicazione e dei rapporti europei e internazionali

Ore 11.00-11.20

Promuovere il movimento per ... "Guadagnare salute"

Dott.ssa D. Galeone - Segretariato Generale – Direttore Uff. II ex DCOM

Ore 11-20-11.40

Risultati dell'indagine conoscitiva

Dott. L. Spizzichino – Direzione Generale della Prevenzione - Ufficio IX

Ore 11.40-12.00

Presentazione delle iniziative e dei materiali informativi

Dott.ssa F. Zaffino - Ufficio Generale delle Risorse, Organizzazione e Bilancio

Dott.ssa F. Furiozzi - Direzione Generale della Comunicazione e dei rapporti europei e internazionali

Ore 12.00-12.20

"Ginnastica dolce" per il benessere sul luogo di lavoro

Dott.ssa F. Brienza – Psicomotricista, formatrice nazionale UISP

12. 20- 12.30

Conclusioni

Dott. M. Alessi – Medico competente

E' stato invitato il Ministro della Salute