



COMUNICATO STAMPA

Attività fisica, toccasana per vivere in salute e grande alleata per affrontare le malattie del secolo

Padova, 26 ottobre 2022 – L'attività fisica fa bene alla salute, è un concetto che si è bene affermato fra la gente, che ha compreso i suoi benefici, grazie soprattutto alle campagne di promozione e di sensibilizzazione dell'attività fisica diffuse sul territorio nazionale. Ma attività fisica non significa solo vivere in salute e più a lungo. Di fronte a malattie croniche, essa è in grado di far fare passi avanti grazie, per esempio, alla salute digitale. Di questo e non solo, si parlerà a **Padova, da giovedì 27 a sabato 29 ottobre**, al [X Congresso della European Initiative for Exercise in Medicine](#), l'iniziativa sanitaria globale gestita dall'American College of Sports Medicine (ACSM) che **si prefigge di rendere la valutazione e la promozione dell'attività fisica uno standard nell'assistenza sanitaria**. Location d'eccezione l'**Orto botanico**.

"Exercise is Medicine" si impegna a promuovere lo sport per il mantenimento di una salute ottimale, considerandolo parte integrante nella prevenzione e nel trattamento di molte condizioni mediche. L'evento, che si inserisce nelle celebrazioni per l'anniversario degli 800 anni dalla fondazione dell'Università di Padova, è principalmente (ma non esclusivamente) rivolta a medici professionisti dell'ambito sanitario e a chinesiologi e mira ad **implementare l'utilizzo della prescrizione di esercizio nella popolazione generale e nell'ambito dei sistemi sanitari**. L'evento è organizzato da Exercise is Medicine – EIM® Italy, sotto l'egida del Dipartimento di Medicina, in collaborazione con [Motore Sanità](#). Il **Professor Andrea Ermolao**, Direttore dell'UOC di Medicina dello Sport e dell'Esercizio, è organizzatore del Congresso e responsabile putativo di Exercise is Medicine Italy.

Saranno **tre giorni di confronti, discussioni, presentazione di studi e sono coinvolti i massimi esperti a livello nazionale e internazionale**. Le tre giornate, che saranno suddivise in **sessioni**, saranno di alto livello scientifico sia dal punto di vista dei relatori coinvolti sia dei contenuti che verranno portati nei tavoli di lavoro. Verrà affrontato **lo sport in medicina da diverse prospettive**: dalla **valutazione dell'implementazione dell'attività fisica nei contesti sanitari**, agli **aspetti finanziari degli interventi di attività fisica** da un punto di vista medico ed economico; dall'**allenamento adattato all'esercizio come terapia a bersaglio molecolare per le malattie croniche**, al **monitoraggio con sensori e salute digitale nel diabete**, fino all'implementazione e **l'impatto di Moving Medicine** (risorsa di e-health per la promozione dell'attività fisica), **l'allenamento per i pazienti affetti da obesità**; **gli esercizi per i pazienti affetti da cancro**, i **rischi e i benefici degli interventi di esercizio clinico in montagna**. E si parlerà anche dell'**immersione in apnea e con autorespiratore per i pazienti con malattie croniche**, dell'**interazione tra dieta, alterazioni genetiche ed esercizio fisico sui fattori di rischio cardiovascolare negli adolescenti**, nonché del **ruolo del movimento negli anziani**.

E ancora: temi e questioni aperte ai quali gli esperti cercheranno di rispondere: come viene affrontata la medicina dello sport e dell'esercizio fisico in Europa; quali sono i progressi dell'ultimo

decennio; come impattano le condizioni ambientali sullo sport; qual è la prospettiva europea futura per gli specialisti dell'esercizio fisico in ambito sanitario.

Roberto Vettor, direttore del Dipartimento di Medicina (DIMED) dell'Università di Padova e membro di EIM Italy spiega gli **obiettivi di questo congresso**: *«Grazie al contributo di relatori di alto profilo nazionale ed internazionale, il congresso si prefigge di diffondere le evidenze sempre più cospicue riguardo i benefici dell'esercizio fisico in diverse condizioni fisiologiche e patologiche, spaziando dalla valutazione funzionale fino alla prescrizione e somministrazione di esercizio fisico individualizzato e adattato».*

Esercizio fisico, alleato della prevenzione ma non solo, secondo **Antonio Paoli, prorettore al benessere e allo sport dell'Ateneo patavino**. *«Sappiamo bene, da anni, che l'esercizio fisico è un pilastro fondamentale nei piani di prevenzione ma anche, e questa è una consapevolezza più recente, uno strumento fondamentale nella terapia delle malattie croniche non trasmissibili».* E ancora: *«L'Università di Padova è particolarmente lieta di poter ospitare questo evento all'Orto botanico; l'attenzione al benessere, agli stili di vita sani e all'esercizio fisico come componenti fondamentali della salute per tutta la comunità accademica è infatti uno dei punti caratterizzanti dell'attuale governance di Ateneo. Non a caso la rettrice Daniela Mapelli ha fortemente voluto un protettorato dedicato proprio ai temi del benessere e dello sport, dimostrando una grande capacità di visione e di innovazione. Questo congresso internazionale si inserisce nella visione, ormai pienamente accettata dalla comunità scientifica, dell'esercizio fisico come presupposto fondamentale per una vita lunga e sana»* conclude Antonio Paoli.

Occhi puntati anche alla corsa/camminata **“Aspettando la Corri X Padova”**, l'incontro sportivo che dà appuntamento **giovedì 27 ottobre alle 20,30**. La partenza è prevista da Prato della Valle. I cittadini potranno sperimentare i benefici dell'attività fisica della corsa e della camminata attraverso due possibili percorsi in città: uno da 8 chilometri e uno da 5 chilometri.

Sempre in Prato della Valle, dalle 19.30, negli stand di “Exercise is Medicine”, sarà possibile ottenere una consulenza personalizzata sull'attività fisica (anche per persone con patologie) e ritirare le magliette ufficiali dell'evento (fino ad esaurimento scorte). Sono previsti assistenza, scorta tecnica e riscaldamento pre-corsa/camminata con personale qualificato. L'appuntamento è gratuito e non è necessaria l'iscrizione.

Per informazioni sul congresso:

<https://exerciseismedicine.it/congressi/#padova-2022>

Per informazioni sulla “Aspettando la Corri X Padova”:

<https://www.facebook.com/events/681333783337784/>

Ufficio stampa Motore Sanità
comunicazione@motoresanita.it
Laura Avalle – Cell. 320 0981950
Liliana Carbone - Cell. 347 2642114
www.motoresanita.it