

VareseNews

Quattro incontri per imparare uno stile di vita sano

Pubblicato: Martedì 3 Febbraio 2015

✖ Quattro incontri per imparare uno stile di vita sano. La **FNP – CISL e l'associazione di volontariato ANTEAS**, in collaborazione con la Cisl Medici e i servizi ASL di Como e Varese, **propone un percorso formativo, articolato in quattro incontri**, durante i quali vari esperti, attraverso l'informazione scientifica ed il suggerimento di **buone pratiche**, guideranno i partecipanti **all'adozione di stili di vita sani e all'assunzione di una diversa responsabilità sociale**. L'ultimo appuntamento, invece, sarà riservato all'informativa sulla rete dei servizi socio-sanitari presenti sul territorio per facilitarne l'accesso e la fruizione da parte dei cittadini.

Durante il primo incontro, che si terrà **giovedì 12 febbraio**, sarà trattato il tema del **“Come invecchiare bene e sano”** attraverso la relazione di **Teresa Parillo** che parlerà dell'importanza della prevenzione e dei fattori di rischio modificabili, mentre **Giancarlo Rivolta** incentrerà il suo intervento sull'uso e abuso dei farmaci. Nel secondo incontro, che si **terrà mercoledì 25 febbraio**, **Michela Colombu e Guanzioli**, specialisti in geriatria, parleranno delle malattie croniche dell'anziano affrontando il tema del **“Come mantenere l'autonomia”**.

Entrambi gli incontri, a ingresso libero e aperti alla cittadinanza, si terranno a Saronno, **presso la Sala Bovindo di Villa Gianetti, in via Roma n. 20 dalle ore 14.30 alle 17.00**.

L'incontro si concluderà in un momento conviviale con un tè “salutare”.

«In Lombardia negli ultimi anni si è registrato **un incremento della popolazione anziana ultra 65enne** che presenta cronicità e pluripatologie con un conseguente impegno di spesa che assorbe **il 79 % delle risorse economiche destinate alla sanità – spiegano gli organizzatori -**. Tale situazione rischia di aggravarsi in relazione allo sviluppo della demografia nella nostra Regione. L'aumento delle aspettative di vita, quindi, pone con urgenza **il tema della sicurezza sociale dei cittadini di fronte ai rischi della vecchiaia, delle malattie, della invalidità**».

Gli studi più recenti confermano l'importanza di un corretto stile di vita per mantenersi in salute e attribuiscono grande importanza alla prevenzione **non solo per contenere le patologie, ma soprattutto per migliorare la qualità di vita della popolazione**, in particolare di quella anziana. Benefici che potrebbero tradursi in una riduzione dei costi sanitari a vantaggio di un maggiore sostegno della spesa socio-sanitaria, questione non trascurabile in tempi di **“tagli e razionalizzazione delle risorse” per gli Enti Locali**.

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it