

# Palestre della salute contro diabete, cancro e infarto

► PESCARA

Esercizio fisico e corretto stile di vita non solo come strumenti di prevenzione di alcune patologie, ma anche come vere e proprie terapie - con tanto di prescrizione del medico di medicina generale - per la cura, a esempio, di diabete, patologie cardiovascolari e respiratorie. È l'obiettivo del progetto, lanciato dalla Regione, che punta a contrastare l'inattività fisica e la sedentarietà, attraverso la creazione della rete regionale delle "palestre della salute" e delle "palestre sicure".

L'iniziativa è stata presentata ieri a Pescara dall'assessore alla programmazione sanitaria **Silvio Paolucci**, da **Angela Di Baldassarre** e **Maria Giulia Vinciguerra**, docenti delle facoltà di Scienze Motorie delle università di Chieti-Pescara e L'Aquila, da **Adamo Ripani**, delegato per l'Abruzzo del Comitato italiano Scienze motorie e da **Manuela Di Giacomo**, del Dipartimento salute e welfare della Regione. L'occasione è stata l'avvio del censimento delle palestre operanti sul territorio da parte delle Asl, per avere un quadro delle strutture e della loro organizzazione, così da programmare i successivi passaggi previsti dalle linee guida approvate dalla giunta regionale e inserite nel piano regionale prevenzione 2014-2020. Il rilascio del bollino di palestra certificata (della salute o sicura) avverrà sulla base di uno specifico bando che sarà pubblicato all'inizio del 2019 e al quale le palestre potranno partecipare, rispettando specifici requisiti strutturali e professionali.

Le "palestre della salute" opereranno nella prevenzione primaria delle più comuni malattie croniche non trasmissibili (tumori, diabete, patologie



**Maria Giulia Vinciguerra**

cardiovascolari e respiratorie), sensibili all'esercizio fisico.

Accanto a questa rete, ne nascerà una seconda che raggrupperà le cosiddette "palestre sicure", che si occuperanno invece del trattamento delle stesse patologie in pazienti conclamati. La prima di questo tipo esiste già all'ospedale di Ortona e si occupa di attività fisica dedicata alle pazienti operate di cancro al seno. Ogni struttura dovrà rispondere a specifici requisiti strutturali e organizzativi, con la presenza di professionisti qualificati e formati dalle università con percorsi continui. La novità principale è rappresentata dal coinvolgimento dei medici di medicina generale e dei medici sportivi, che potranno prescrivere specifici programmi di allenamento anche per soggetti sani. Attualmente in Abruzzo, appena il 30% della popolazione pratica attività sportiva: circa 850mila persone, quindi, dovrebbero aumentare il proprio livello di attività, in particolare i quasi 600mila di età compresa tra 40 e 65 anni, quelli cioè a maggior rischio per la salute. (c.s.)