

SERVIZIO AMPA

(Attività Motoria Personalizzata Adattata)

PREMESSA

La crescente rilevanza delle patologie croniche (diabete, ipertensione, malattie cardiovascolari, ...) in un contesto di progressivo invecchiamento della popolazione ha determinato la necessità di individuare i fattori di rischio per queste patologie ed i determinanti sanitari che li influenzano. Secondo l'OMS infatti queste patologie sono responsabili dell'86% dei decessi, del 77% della perdita di anni di vita e buona salute e del 75% delle spese sanitarie in Europa e in Italia. Si tratta di patologie basate prevalentemente su fattori di rischio comportamentali che agiscono in modo plurifattoriale; per una loro prevenzione l'attività fisica è di particolare rilievo.

Bassi livelli di attività fisica nell'infanzia o nell'adolescenza possono anche influenzare la salute e la qualità della vita in età adulta. Aumentando il rischio di insorgenza di patologie croniche.

L'invecchiamento della popolazione e quindi la transizione epidemiologica dalla patologia acuta a quella cronica degenerativa pongono l'imperativo di una politica sanitaria che da un lato tenda ad un guadagno di salute per i cittadini e dall'altro ad un risparmio di spesa per il sistema sanitario. Questo è prevedibile per una riduzione di accessi ospedalieri e prestazioni sanitarie di cura nonché per un ridotto consumo dei farmaci.

In tal senso la lotta alla sedentarietà mediante interventi di promozione della attività fisica viene **considerato obiettivo primario che ritroviamo nel Piano Nazionale di Prevenzione.**

Cos'è

L'ATTIVITA' MOTORIA PERSONALIZZATA ADATTATA è uno strumento efficace per migliorare lo stato di salute dei soggetti affetti da malattie croniche quali malattie cardiovascolari, diabete mellito, broncopneumopatie.

Il progetto è stato realizzato con l'Istituto di Medicina dello Sport di Vittorio Veneto ed iniziato in collaborazione ad alcune unità operative ospedaliere, in particolare la pneumologia, il CAD (Centro Anti Diabetico), la cardiologia e soprattutto dai medici di famiglia.

I **destinatari** della sport-terapia sono tutti i cittadini dai 35 agli 85 anni affetti da patologie croniche evolutive e stabilizzate negli esiti e sensibili alla sport terapia. Per tale motivo viene garantita una valutazione preliminare presso l'Istituto di Medicina dello Sport finalizzata alla prescrizione personalizzata della sport-terapia.

Si tratta di una terapia personalizzata svolta per 3 mesi in palestra con l'ausilio di macchinari specifici che agevolano l'attività fisica del paziente.

BENEFICI

- Promozione del movimento
- Miglioramento della propria salute
- Possibile diminuzione dell'uso di farmaci

PER INFORMAZIONI

Istituto di Medicina dello Sport di Vittorio Veneto:

- palestra tel. 0438.948708 (dal lunedì al venerdì)
- segreteria 0438.556205 (dal lunedì al venerdì 16-19)