

L'attività fisica come farmaco, il movimento come forma di prevenzione e cura. Sono questi i due assetti strategici su cui poggia un interessante progetto informativo in ambito socio-sanitario promosso da Assofarm in collaborazione con Asl' di Ferrara e Assessorato alla Sanità della Regione Emilia Romagna. "È dovere delle Farmacie Comunali - dice Venanzio Gizzi Presidente Assofarm - partecipare a tutte quelle iniziative informative a tutela della salute del cittadino. È nel ruolo del farmacista moderno interpretare ed elaborare le nuove esigenze soprattutto attraverso campagne di sensibilizzazione come questa dell'esercizio fisico a fini di prevenzione". Il progetto è stato voluto dall'Assessore Regionale alla Sanità Giovanni Bissoni e prevede una forte promozione dell'attività fisica con la distribuzione presso le 1500 farmacie comunali italiane di 500000

Assofarm

L'ESERCIZIO FISICO COME FARMACO

opuscoli informativi e l'avviamento a programmi di prevenzione delle malattie legate alla inattività. "Assegnare al farmacista il ruolo di consulente per la prevenzione - prosegue Gizzi - rientra in una strategia di largo respiro che si innesta nel circolo virtuoso della tutela della salute, risparmio per il servizio sanitario nazionale e rafforzamento delle responsabilità sociali legate alla nostra professione". L'esercizio fisico come farmaco diventa manuale di comportamento nell'ottica del progetto, sensibilità da trasmettere attraverso una corretta informazione. A tale scopo sarà a disposizione di tutti i cittadini un opuscolo informativo completo redatto in collaborazione con uno dei massimi esperti mondiali sull'argomento e cioè il Professor Francesco



Conconi. "Assofarm ha accettato di diventare parte attiva di questa iniziativa - afferma Gizzi - perché crediamo che solo attraverso accordi energici di questo tipo che prevedano la partecipazione attiva dei medici di base, delle Unità Sanitarie locali e servizi socio-farmaceutici si possono prevenire tutte quelle pato-



**Il Presidente
Venanzio Gizzi**

logie croniche dovute alla sedentarietà". Il libretto "L'esercizio fisico come Farmaco" è pubblicato a cura di Assofarm e si accompagna ad un progetto sanitario dal titolo "L'attività motoria per la prevenzione e la terapia delle patologie sensibili all'esercizio fisico" con cui l'Azienda Asl di Ferrara e i Medici di Base avvieranno all'attività motoria 10 mila cittadini

affetti da diabete o ipertensione e un gruppo di 1.000 anziani a rischio che possono ritrovare autosufficienza proprio ricominciando da una corretta attività fisica. Il libretto è quindi parte integrante di un progetto che fa dell'attività motoria un trattamento terapeutico complementare all'assunzione di farmaci. "La prevenzione - dice Francesco Schito Vice Presidente di Assofarm - mette il farmacista pubblico al centro delle politiche sanitarie di un territorio. "L'opuscolo consiglia quali attività fisiche praticare, come rapportare l'attività motoria all'età biologica e alla longevità e naturalmente come accompagnare l'esercizio fisico con una dieta corretta. Perché è ormai accertato: l'attività fisica previene le malattie cardiocircolatorie, tumorali e metaboliche". Il programma di prevenzione poggia infatti su un presupposto legato all'invecchiamento

della popolazione italiana che rispetto alla media europea ha un maggior numero di "anziani".

"Un quarto della popolazione italiana - dice Schito - ha una diagnosi di ipertensione da parte di un medico e sulla base di questo dato abbiamo pensato di partire con il nostro programma di prevenzione coinvolgendo i farmacisti comunali che da anni svolgono attività di consulenza per la popolazione a rischio. Si tratta di un'attività sistematica rivolta a tutti i cittadini "giovani" e "anziani" allo scopo di prevenire le malattie legate alla sedentarietà". Notevoli anche risparmi previsti per il sistema sanitario nazionale con una consistente riduzione della spesa farmaceutica. "Le ricerche dimostrano in tutta evidenza - precisa Schito - che nei gruppi di pazienti affetti ad esempio da diabete di tipo b quelli che camminavano per 5 km al giorno permettono un risparmio procapite sostanzioso sia in termini di spesa sanitaria che di farmaci". "L'opuscolo - prosegue Schito - ha l'obiettivo di rimettere in cammino i cittadini sfatando luoghi comuni come la tarda età per cominciare o il fatto che



**Il Vicepresidente
Francesco Schito**

camminando non si consumano grassi. Ecco le ragioni del libretto dove il Professor Conconi spiega con chiarezza che camminando si allena il cuore e si consumano prevalentemente grassi di deposito". "Può sembrare paradossale - conclude Schito - che l'invito a "consumare" meno farmaci parta proprio da chi li vende ma è in questa apparente singolarità

che risiede tutta la valenza del ruolo delle farmacie comunali che cercano di coniugare il "profano" della redditività con il "sacro" del sociale e degli interessi complessi della popolazione. Meglio camminare, dunque, ed investire in salute".

ROMA, (+39) 0648 72117