

## GIORNATA FORMATIVA "MEDICINA DI GENERE"

Gruppo 4: promozione della salute-stili di vita- cambiamenti culturali...

Coordina e relaziona: Dott.ssa Maria Emilia Bogni

Tutor: Assunta De Caro

Partecipanti: Agnese Actis Perinetto ( Lega Caluso -Torino), Maria Pia Banda (Lega Bussoleno -Torino), Lorena Bertaggia (Vercelli), Maria Cristina Ciani (?), Rosalba Gentile (Asti), Maria Ghisaura (Lega Gassino - Torino), Rosaria Mastronardi (Lega 5 - Torino), Nila Milani (Biella), Vilma Nicolini (AUSER), Luciana Polesenani (Lega Torino Est), Elvira Sperti (Lega Gassino - Torino), Lidia Vigna (Lega Nichelino - Torino), Maria Ubertallo (Lega Orbassano - Torino).

Mandato

- 1) Cosa intendiamo per "stili di vita salutare"? Fare la lista dei fattori inerenti.
- 2) Quali malattie sono influenzate dagli stili di vita, in termini di prevenzione e controllo (tumori, malattie cardiovascolari, depressione, obesità....).
- 3) Quali azioni di contrasto a stili di vita non salutari.
- 4) Quale ruolo possono avere le organizzazioni degli anziani in tal senso.

Il gruppo concorda che lo stile di vita salutare si basa su alimentazione corretta, attività fisica adattata al singolo, abolizione del fumo e consumo moderato di alcool, uso appropriato dei farmaci.

Sono però fondamentali per una buona salute: abitazione sana, rapporti amicali e sociali, partecipazione attiva ad eventi ludici e culturali.

Quindi uno stile di vita salutare non è prodotto solo dalla singola persona. Ne sono responsabili anche le comunità e le istituzioni.

Sono state evidenziate differenze di bisogni fra città e paesi, pianura e montagna, centro-città e periferie.

E' stato anche sottolineato come si combatta contro una crisi economica e occupazionale perdurante che ridotto le disponibilità economiche dei singoli e delle famiglie, che l'industria alimentare ha tutto l'interesse a propagandare cibi preconfezionati molto meno salubri e che l'industria farmaceutica propone come farmaci risolutivi dei problemi: ansiolitici, antidepressivi, ecc. ....)

In sintesi si è proposto di chiedere ai Comuni :

- controllo ambientale e diffusione dei dati per avere una base su cui contrattare azioni di miglioramento;
- iniziative di promozione della socialità, che non siano sporadiche;

- azioni di abbattimento, dove possibile, di barriere architettoniche;
- più spazi verdi fruibili e meno centri commerciali.

Alle ASL:

- promozione ed educazione continua di stili di vita salutari, iniziando con i ragazzi in età scolare;
- potenziamento dei consultori, come luogo importante per la salute delle donne di tutte le età;
- promozione di attività fisiche adattate, anche tramite i servizi fisiatrici;

Lo SPI CGIL, oltre a collaborare con le ASL e le Associazioni di volontariato, può con le Leghe che sono presenti in modo capillare e tramite i servizi di cui usufruiscono molte persone, contribuire a rilevare i problemi, creando gruppi di ascolto e di sensibilizzazione.