

CINQUE GIORNI DI PREVENZIONE E TUTELA DELLA SALUTE ROMA PIAZZA SAN SILVESTRO 9 - 13 MAGGIO



ROMA PIAZZA SAN SILVESTRO 9 - 13 MAGGIO



### www.sanimpresa.it CON VOI 24 ORE SU 24

### Sanimpresa approda nel mondo dei social network!

Per essere ancora più vicina ai suoi iscritti e consentire di condividere informazioni in tempo reale Sanimpresa ha voluto essere presente sui social network di maggiore spicco.

Da oggi potrai seguire tutti i nostri aggiornamenti con le ultime novità, le iniziative della Cassa e tutte le offerte per i nostri iscritti e le aziende associate.

Cerca su Facebook la nostra pagina (cerca Sanimpresa) e su Twitter il nostro profilo (#Sanimpresa).







### SANIMPRESA MAGAZINE

Bollettino a carattere informativo sulle prestazioni della Cassa di assistenza sanitaria integrativa di Roma e del Lazio.

#### Sede

Via Enrico Tazzoli, 6 00195 Roma Tel. 06.37511714 Fax 06.37500617 www.sanimpresa.it magazine@sanimpresa.it

Direttore responsabile Lorenzo Ciavoni

Coordinamento Editoriale Renato Borghi Luigi Corazzesi

### Redazione

Sanimpresa Cassa di assistenza sanitaria integrativa di Roma e del Lazio

Via Enrico Tazzoli, 6 00195 Roma Tel. 06.37511714 Fax 06.37500617 www.sanimpresa.it magazine@sanimpresa.it

### Editore

### Sanimpresa Cassa di assistenza sanitaria integrativa di Roma e del Lazio

### Grafica

Sanimpresa Cassa di assistenza sanitaria integrativa di Roma e del Lazio

### Stampa

Eureka3 S.r.l. Via Val d'Aosta, 18 00141 Roma

Registrazione del tribunale di Roma n° 15/2007 del 19/01/2007

Questo numero è stato chiuso in redazione in data 24 aprile 2018



## UN NUMERO SPECIALE PER UN EVENTO SPECIALE

"La vita appartiene ai viventi, e chi vive deve essere preparato ai cambiamenti."

(Johann Wolfgang Goethe)

### di LORENZO CIAVONI

direttore responsabile

Lo premetto, non è stato semplice. Ma mai, in questi lunghi mesi ci abbiamo rinunciato. Abbiamo perso un po' di fiducia qualche volta, abbiamo dovuto lottare contro burocrazia certe volte incomprensibile, ma la voglia di rendere ancora più speciale la nostra idea e il nostro progetto è stato il faro che ha guidato in questi mesi.

Finalmente ci siamo: il 9 maggio 2018, alle ore 14 aprirà ufficialmente, a Piazza San Silvestro, nel cuore di Roma, il primo Villaggio della Salute di Sanimpresa. 5 giorni, fino alle ore 14 di domenica 13 maggio, all'insegna della prevenzione e della tutela della salute a disposizione di tutti i cittadini romani. Un obiettivo non facile che c'eravamo prefissi mesi fa, anche ambizioso, certamente coerente con lo spirito che ha animato in questi anni la nostra Cassa portandoci a promuovere iniziative a forte carattere sociale.

In un momento così difficile sul piano economico, che a volte addirittura comporta per le famiglie la rinuncia alle cure mediche, siamo stati mossi dalla volontà di offrire a tutta la cittadinanza un servizio di indubbio valore per il mantenimento o il recupero della propria salute psico-fisica nonché per il raggiungimento di uno stile di vita sano e corretto.

Presso Il Villaggio della Salute si potranno effettuare, in maniera del tutto gratuita:

- Indagini diagnostiche (elettrocardiogramma; ossimetria; misurazione della pressione arteriosa; misurazione del livello ematico di colesterolo e glicemia);
- Misurazione peso e altezza per individuazione dell'indice di massa corporea;

- Postura (visita ed esame baropodometrico);
- Ecocolordoppler aorta addominale;
- Promozione del benessere psicologico;
- Consulenza antifumo;
- Educazione sanitaria alimentare;
- · Educazione odontoiatrica:
- Consulenza medica e giudizio clinico a fine delle indagini eseguite.

Un grande impegno che ci rende orgogliosi e determinati a proseguire nella strada intrapresa per sostenere un modello di sanità integrativa dove accanto alle prestazioni sanitarie "tradizionali", la prevenzione e la medicina predittiva rappresentano i capisaldi sui quali continuare ad investire.

Vi aspettiamo quindi numerosi presso Piazza San Silvestro, dalle ore 14 del prossimo 9 maggio fino a domenica 13 maggio per il nostro e vostro Villaggio della Salute!



## IL VILLAGGIO DELLA SALUTE SANIMPRESA

# Piazza San Silvestro (Roma) 9-13 maggio

RENATO BORGHI

Presidente Sanimpresa

Come Presidente di Sanimpresa sono orgoglioso di essere riuscito ad organizzare un'iniziativa di prevenzione della salute così importante per gli imprenditori, lavoratori e cittadini romani.

Come uomo sono felice di poter dar vita ad un evento con l'unico scopo di poter restituire solo un po' del tanto bene che ho ricevuto dal Signore e dalle persone che ho incontrato nella mia vita.

Dopo un iter burocratico complesso e articolato il Villaggio della Salute sarà il nuovo importante traguardo raggiunto da Sanimpresa.

Un obiettivo non facile che c'eravamo prefissi mesi fa, anche ambizioso, certamente coerente con lo spirito che ha animato in questi anni la nostra Cassa portandoci a promuovere iniziative a forte carattere sociale: dalla campagna sulla fibrillazione atriale allo screening cardiologico condotto nelle scuole, dalle due linee d'ascolto dedicate alle persone particolarmente fragili e a rischio suicidio fino alle visite gratuite per tutti i cittadini.

Dal 9 al 13 maggio, nel pieno centro di Roma, a Piazza San Silvestro, aprirà ai cittadini romani il nostro Villaggio interamente dedicato a sostenere il benessere psico-fisico, con l'individuazione dei fattori di rischio, la promozione di un corretto stile di vita: cinque giorni all'insegna della prevenzione e di controlli finalizzati a migliorare i comportamenti di giovani, adulti e anziani e a correggere abitudini errate.

Su una superficie di circa 1000 mq, all'interno di confortevoli stand, allestiti con garanzia della privacy offriremo ai visitatori:

- indagini diagnostiche (elettrocardiogramma, ossimetria, pressione arteriosa, controllo lipidi e glicemia)
- · Individuazione indice di massa corporea
- prevenzione senologica con visita ed ecografia
- ecodoppler aorta addominale.
- Predisposizione genetica in collaborazione con Altamedica.
- Educazione alimentare
- Odontoiatrica e consulenza antifumo.

Quindi molte e preziose opportunità che offriremo non solo agli iscritti, ma all'intera cittadinanza che visiterà il Villaggio: un'azione possibile per l'impegno dei tanti medici specialisti di strutture pubbliche e private che hanno aderito al nostro appello.

Un particolare ringraziamento lo rivolgiamo al Prof. Massimo Santini, Presidente della Onlus Cuore di Roma, per il fondamentale supporto scientifico che ci ha fornito per l'avvio di questa nostra iniziativa sociale.

Un grande impegno che ci rende orgogliosi e determinati a proseguire nella strada intrapresa per sostenere un modello di sanità integrativa dove accanto alle presta-



zioni sanitarie "tradizionali", la prevenzione e la medicina predittiva rappresentano i capisaldi sui quali continuare ad investire.

Nel periodo attuale dove la ripresa economica sembra ancora troppo fragile molti nostri concittadini rinunciano addirittura alle cure necessarie, meno che meno possono permettersi spese rivolte a prevenire l'insorgere della malattia.

Ma è proprio la ricerca di un equilibrio fra prevenzione e cura che consentirà nel tempo di ridurre i costi della spesa sanitaria e di assicurare livelli di assistenza all'avanguardia e in questo senso Sanimpresa rappresenta un modello da imitare .

L'iniziativa del Villaggio della Salute testimonia inoltre una volta in più il valore delle rappresentanze, dei corpi intermedi come Associazioni e Sindacati che con il welfare contrattuale compensano in modo rilevante i tagli da parte del Sistema pubblico, di questo noi siamo orgogliosi!

Desideriamo rivolgere un particolare ringraziamento alla nostra Sindaca Virginia Raggi che per prima ha creduto nella nostra iniziativa e che ha consentito di superare anche impacci burocratici per noi soli insormontabili. L'appuntamento quindi è per il 9 di maggio, noi saremo lì ad aspettarvi.

ROMA PIAZZA SAN SILVESTRO 9 MAGGIO 14.00 - 18.00 10-11-12 MAGGIO 9.30 - 18.00 13 MAGGIO 9.30 - 14.00

# II villaggio della salute

Cinque giorni di Prevenzione e Tutela della Salute



Un percorso sanitario multidisciplinare

### **GRATUITO**

adatto ad adulti, giovani e anziani

### Prestazioni gratuite

### Indagini diagnostiche

- Elettrocardiogramma
- Ossimetria
- Misurazione della pressione arteriosa
- Misurazione del livello ematico di Colesterolo e Glicemia
- Misurazione peso e altezza per individuazione dell'indice di massa corporea

### **Ecocolordoppler**

• Aorta addominale/Vasi Epiaortici

**Promozione Benessere Psicologico** 

Consulenza Antifumo

**Educazione Sanitaria Alimentare** 

**Educazione Odontoiatrica** 



Per informazioni scrivi a info@sanimpresa.it oppure visita il sito www.sanimpresa.it

In collaborazione con









Con il patrocinio di







# BENVENUTI AL VILLAGGIO DELLA SALUTE!

a Piazza San Silvestro dal 9 al 13 maggio

LUIGI CORAZZESI

Vice Presidente Sanimpresc

Finalmente ci siamo: dal 9 maggio alle ore 14 fino al 13 maggio alle ore 14, ogni giorno dalle 9:30 alle 18 il Villaggio della Salute apre i suoi stand in piazza San Silvestro per i cittadini che vorranno dedicare un po' del loro tempo alla cura di sé e al benessere psico-fisico.

Abbiamo scelto di dedicare una gran parte delle nostre energie in questa fase alla complicata organizzazione di questo evento perchè, nel pieno spirito solidaristico della nostra Cassa, volevamo offrire alla città un momento educazionale dalla forte caratterizzazione sociale.

In questa circostanza di grande crisi economica e di contenimento della spesa del Fondo Sanitario, in cui spesso si fa fatica a sottoporsi ad esami ed accertamenti medici necessari, o ad acquistare i medicinali, la prevenzione rischia di diventare la cenerentola del sistema sanitario, innescando un circolo vizioso che colpisce in primis il cittadino e successivamente le casse dell'erario, in quanto a una minor spesa (pubblica e privata) per la prevenzione corrispondono patologie scoperte più tardi, e quindi più difficilmente risolvibili. Le conseguenze di ciò vanno inevitabilmente ad aumentare la spesa sanitaria e sociale, in termini di giornate di lavoro perse, di maggior ricorso all'ospedalizzazione, e nei casi più gravi di perdita dell'autosufficienza.

Il percorso che proponiamo vuole appunto educare all'importanza di una prevenzione mirata, non solo per l'individuazione precoce delle patologie, ma anche come strumento di miglioramento della propria salute e per il raggiungimento di uno stato di benessere psico-fisico che inneschi un cir-

colo virtuoso: più curi la tua salute, meno bisogno hai di cure.

Le indagini che proponiamo sono abbastanza semplici da essere eseguite in una grande e bella piazza di Roma, come piazza San Silvestro, ma sono al contempo fondamentali per individuare eventuali problematiche di natura cardio-vascolare, che rappresentano la pandemia del secolo in tutti i Paesi industrializzati.

L'incidenza dell'ictus cerebrale e dell'infarto miocardico, infatti, aumenta
progressivamente con l'aumento dei
fattori di rischio (fumo, vita sedentaria,
stress, cattiva alimentazioni, obesità).
Individuare lo stato di salute della
persona e abbattere i fattori di rischio
cardiovascolare è l'obiettivo di qualsiasi sistema sanitario occidentale.

Da qui nasce l'idea del Villaggio.

Un'idea che abbiamo potuto realizzare grazie al sostegno convinto delle nostre parti sociali: Confcommercio e le strutture territoriali di Filcams Cgil - Fisascat Cisl - Uiltucs; ma che ha trovato anche piena condivisione da

parte delle strutture confederali di



Cgil, Cisl e Uil di Roma e del Lazio. Ma il nostro grazie va anche all'amministrazione comunale, e in particolare alla Sindaca Virginia Raggi e all'Assessore allo sviluppo economico, al turismo e al lavoro Adriano Meloni, per l'impegno diretto alla riuscita di questa iniziativa sociale in una centralissima e storica piazza della Capitale. Siamo loro grati anche per il riconoscimento implicito del valore sociale dell'evento, che nella Direttiva n. 7 del 18 aprile scorso, è stata definita dagli

Assessori firmatari (oltre al già citato Adriano Meloni, anche l'Assessore allo sport, alle politiche giovanili e ai grandi eventi cittadini Daniele Frongia, e l'Assessora alla persona, alla scuola e alla comunità solidale Laura Baldassare) "manifestazione [...] avente natura, carattere e finalità volte ad assicurare, a beneficio della Città, lo svolgimento di un importante evento a forte carattere sociale promuovendo il benessere psico-fisico, il corretto stile di vita, la sana alimentazione", riconoscendone la qualifica di "evento pubblico di rilevanza cittadina".

Un particolare ringraziamento lo rivolgiamo al Prof. Massimo Santini, Presidente della Onlus Cuore di Roma, per il fondamentale supporto scientifico che ci ha fornito per l'avvio di questa nostra iniziativa sociale. Il sostegno dell'amministrazione capitolina al ruolo sociale svolto da Sanimpresa nell'ambito regionale è un grande riconoscimento della vali-



dità dell'iniziativa, che si aggiunge a quello rappresentato dalla partecipazione del prof. Giuseppe Ippolito, Direttore Scientifico dell'Istituto Nazionale Malattie Infettive di Roma "Lazzaro Spallanzani", che il 10 maggio al Villaggio della Salute parlerà dell'importanza della vaccinazione, in un momento in cui il tema è caldissimo nel nostro Paese: siamo certi che la presenza di una personalità di chiara fama come quella del prof. Ippolito zione della pressione arteriosa, alla misurazione della quantità di ossigeno presente nel sangue (ossimetria), e all'elettrocardiogramma. Il percorso completo prevede anche l'ecocolordoppler dei vasi epiaortici e dell'aorta addominale per verificare eventuali ostruzioni.

Al termine delle indagini i pazienti potranno essere indirizzati dal medico agli stand dedicati alla consulenza antifumo, all'educazione alimentare, all'educazione odonto-



potrà fare chiarezza sulla materia, sgomberando il campo da falsi miti, leggende metropolitane e giudizi non scientifici, che, rischiano di scatenare reazioni di panico che possono indurre i cittadini a non fare una scelta consapevole ma dettata dalla paura.

Ma veniamo alle prestazioni che andremo ad eseguire. I medici specialisti e gli infermieri del Villaggio sottoporranno i pazienti alle misurazioni di peso e altezza per l'individuazione della massa corporea, alla misurazione del livello ematico di colesterolo e glicemia, alla misuraiatrica e alla promozione del benessere psicologico. Questi spazi sono ovviamente visitabili autonomamente dai cittadini, anche senza indirizzo del medico.

Mentre scriviamo ancora non sappiamo come andrà l'iniziativa, né se riusciremo a soddisfare tutti quanti coloro che si presenteranno ai nostri stand.

Siamo comunque certi d'aver fatto, con il nostro grande sforzo organizzativo, una cosa gradita ai nostri concittadini e ci auguriamo non solo di poterla replicare ma anche che il Villaggio possa rappresentare un modello per future iniziative simili, a Roma e in Italia.





C@NE&G@TTO

Servizi GPS UNIBOX PETs, Danni a Terzi, Spese Veterinarie per intervento chirurgico. Per stare al fianco dei tuoi amici a 4 zampe e prenderti cura del loro benessere. E con il sistema di geo-localizzazione sai sempre dove sono e come rintracciarli.



A partire da al mese

### TI ASPETTIAMO IN AGENZIA

### **BIBBIOCAD SRL**

ROMA · VIA PAVIA 1 - Tel. 06.4423.1014

Alberto Mosca (Specialista Famiglie e Welfare) Cell. 3927456317

alberto.mosca.39302@unipolsai.it oppure 39302@unipolsai.it



# L PARERE



IL VILLAGGIO DELLA SALUTE

PROF. MASSIMO SANTINI Responsabile Scientifico del Centro Cardiologico di SANIMPRESA

Ogni anno nel mondo e anche in Italia un gran numero di persone sono colpite da un Infarto Miocardico o da un Ictus Cerebrale.

Due patologie decisamente invalidanti che, oltre a una certa percentuale di decessi, possono causare una importantissima riduzione della qualità della vita del paziente e della sua famiglia.

È ormai noto che alcuni parametri biologici o stili di vita o caratteristiche genetiche possono indicare i soggetti particolarmente esposti a simili patologie. Vengono definiti "Fattori di Rischio Cardiovascolare".

I più importanti sono i seguenti:

1) Familiarità: avere in famiglia genitori, fratelli o sorelle che sono stati colpiti da un infarto o da un ictus aumenta la possibilità di avere la stessa patologia.



2) Ipertensione Arteriosa: la pressione arteriosa (minima e massima) al di sopra dei valori normali per periodi prolungati, provoca un sovraccarico delle arterie e facilita il processo aterosclerotico che porta all'ictus o all'infarto.



3) Ipercolesterolemia: valori della Colesterolemia particolarmente elevati facilitano la formazione delle placche aterosclerotiche nelle arterie che, in caso di rottura possono provocare ictus cerebrale o infarto.

## DEL MEDICO

4) Diabete: essere dei pazienti diabetici implica automaticamente un aumento del rischio cardiovascolare e una prognosi peggiore in caso di ictus o infarto.

5) Fumo di sigarette: è ormai universalmente noto il danno provocato dal fumo di sigarette sulle arterie, nei polmoni e nella vescica.

I fumatori dovrebbero tutti intraprendere un percorso per interruzione del fumo.

6) Obesità: il forte sovrappeso corporeo aumenta significativamente il rischio cardiovascolare in maniera diretta, ma anche indiretta causando inattività fisica e spesso ipertensione arteriosa.

7) Sedentarietà: si dovrebbe camminare un'ora al giorno a passo abbastanza veloce per ridurre il rischio di ictus o infarto. La sedentarietà causa una forte riduzione del consumo calorico, facilita l'obesità e l'ipertensione arteriosa.

Avendo individuato tutti questi "Fattori" che aumentano esponenzialmente la possibilità di essere

vascolare, nasce immediata una domanda: Che Fare? Ovviamente la risposta è PREVENIRE! Almeno 6 su 7 dei suddetti fattori sono modificabili e quindi ci si deve prima di tutto rendere conto di quanti di essi siano presenti in ognuno di noi e poi agire per riportarli alla norma.

colpiti da un evento cardio-

In questa direzione va certamente l'idea di organizzare "Il Villaggio della Salute" fortemente voluto dal Presidente e dal Vicepresidente di Sanimpresa i quali, con grande spirito di solidarietà hanno investito risorse umane, logistiche, sanitarie ed economiche sulla sua realizzazione.

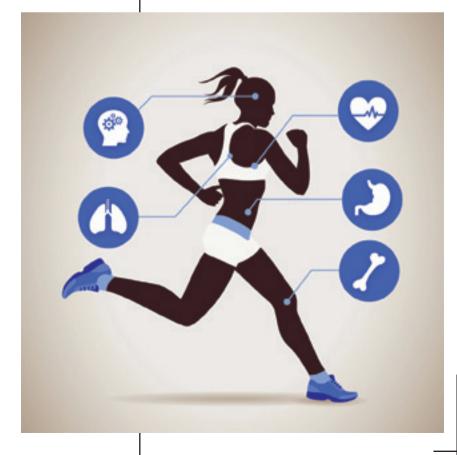
In che consiste? A chi è diretto? A Piazza San Silvestro dal 9 al 13 Maggio 2018 saranno allestiti molteplici "gazebo" all'interno dei quali tutti i cittadini che lo desiderino, potranno essere sottoposti, in maniera totalmente gratuita, alla misurazione del peso, altezza e indice corporeo, pressione arteriosa, glicemia, colesterolemia, elettrocardiogramma, doppler carotideo e aortico. Sarà inoltre presente il personale di un Centro Antifumo e di un Centro per la Nutrizione. Una visita odontoiatrica inquadrerà i vostri eventuali problemi dentali e ve ne consiglierà la soluzione. Infine un consulto con lo psicologo potrà inquadrare eventuali problematiche di tipo ansioso depressivo, non rare nella frenetica vita quotidiana di tutti noi.

Ulteriori informazioni sulla Prevenzione Cardiovascolare saranno fornite dal personale de "Il Cuore di Roma -Onlus" che sarà a disposizione con medici e materiale informativo.

Un grazie di cuore pertanto a Renato Borghi e a Luigi Corazzesi per aver creduto in questo progetto e averlo supportato in toto.

Non puoi perdere una simile occasione! Difendi la tua salute e il tuo benessere! Visita il "Villaggio della Salute" (Piazza San Silvestro -

Roma) dal 9 al 13 Maggio.





## L PARERE

# LA PREVENZIONE fa bene ai denti e al cuore

DOTT. VALERIO RICCIARDI Odontojatra

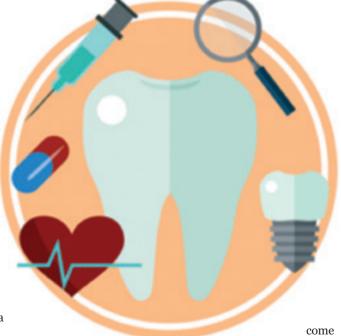
La medicina ricorre ampiamente ai metodi preventivi e l'odontoiatria, da molti anni, ha riconosciuto la prevenzione come sua parte integrante.

L'attenzione è oggi posta sull'importanza dell'igiene orale, per evitare, attraverso interventi mirati, tanto i piccoli inconvenienti quanto le complicazioni più serie.

È utile ricordare alcuni semplici ma importanti accorgimenti. Innanzitutto, al fine di mantenere una corretta igiene orale, è opportuno eseguire una pulizia quotidiana con lo spazzolino da denti, almeno tre volte al giorno, per la durata di 2-3 minuti ogni volta e sostituire lo spazzolino in media ogni 2-3 mesi. Un corretto utilizzo del filo interdentale e degli scovolini, in funzione della morfologia dentale e degli spazi interdentali, garantisce poi una precisa rimozione meccanica della placca batterica negli spazi interdentali.

Se la costanza dell'igiene personale è necessaria, non è tuttavia sufficiente. È infatti indispensabile l'aiuto di specialistiche e professionali sedute per ridurre il rischio di formazione delle carie, per mantenere la salute dei denti e per evitare l'insorgere della piorrea, che inizialmente si manifesta attraverso l'arrossamento e il sanguinamento gengivale, ma può avere un decorso senza alcuna manifestazione apparente.

In gravidanza la prevenzione deve essere ancora più accurata ed attenta. Le modifiche del cavo orale e della secrezione salivare, che caratterizzano questo periodo, vanno monitorate e adeguatamente gestite onde evitare potenziali danni anche al nascituro. Per quanto concerne la prevenzione delle malattie più gravi,



i tumori
del cavo orale,
bisogna invece sapere che una scarsa
igiene orale, unita alla presenza di
otturazioni incongrue o rotte e di protesi irregolari costituisce un rischio per
i tessuti molli, poiché porta ad irritazioni che, se trascurate e perduranti,
possono evolvere in lesioni tumorali.

## DEL MEDICO

### LA SALUTE DELLA BOCCA PROTEGGE ANCHE IL CUORE

- La cura delle infezioni del cavo orale influisce positivamente anche sulle patologie cardiovascolari poiche' l'infezione del cavo orale favorisce l'insorgere di cardiopatia ischemica.
- L'origine del fenomeno potrebbe essere attribuita al passaggio di batteri dal cavo orale all'apparato cardiocircolatorio, con conseguenti gravi danni quando venga raggiunto il sistema vascolare coronarico. Alcuni marker infiammatori, come la proteina C reattiva, sono elevati nei pazienti con parodontite e in quelli affetti da infarto del miocardio.

Dalla gravidanza all'infanzia, fino all'età adulta, l'azione preventiva è perciò necessaria.

### ECCO LE BASI FONDAMENTALI PER LA PREVENZIONE:

- Igiene dentale domiciliare (lotta alla placca batterica)
- Igiene alimentare (lotta allo zucchero ed alle sostanze cariogene)
- Visite periodiche di controllo.



# CONVENZIONE ODONTOIATRICA

Studi Dentistici Dottor Valerio Ricciardi

A tutti gli iscritti Sanimpresa e ai loro familiari gli Studi Dentistici del dottor Valerio Ricciardi effettueranno gratuitamente

- Prima visita
- Piano di trattamento
- Educazione all'igiene orale
- Ablazione tartaro e sbiancamento con Air Flow
- Valutazione implantare
- Check up parodontale

### Studi Dentistici Dottor Valerio Ricciardi:

**EUR:** via Laurentina 447

APPIA: via Gino Capponi 100/A

Sito: www.studiovalerioricciardi.it e-mail: ricciardivalerio@gmail.com info e prenotazioni: 345 0430802



# LA PROMOZIONE DEL BENESSERE PSICOLOGICO

### DOTT. STEFANO CALLIPO

Presidente Osservatorio Violenza e Suicidio Psicoterapeuta, Psicologo Clinico e Giuridico

> L'importanza della salute è un concetto che costituisce una convinzione condivisa dalla gran maggioranza delle persone adulte e giovani, Difficile trovare soggetti che si mostrano disinteressati al problema.

> Tuttavia ricerche anche recenti dimostrano che solo un terzo di essi alla dichiarata importanza della buona salute fa corrispondere modalità comportamentali del tutto coerenti per la loro salvaguardia. Tale aspetto risulta soprattutto evidente nei giovani, la cui percezione fa emergere una discrepanza tra atteggiamenti generali e comportamenti concreti.

In tal senso, la sensibilizzazione al delicato tema sembra essere connessa con una maggiore maturità individuale. Infatti l'attenzione alla salute, accompagnata a condotte di vita conseguenti, aumenta infatti con l'età, passando dal 30,7% tra i 16-18enni al 33,8% tra i 19-25enni, per raggiungere il 39% tra i 26-30enni.

Il dato che tuttavia emerge con maggior rilievo è quello della consapevolezza del cosiddetto valore salute, a cui si dovrebbero associare comportamenti congruenti che nella prassi quotidiana vengono sovente disattesi.

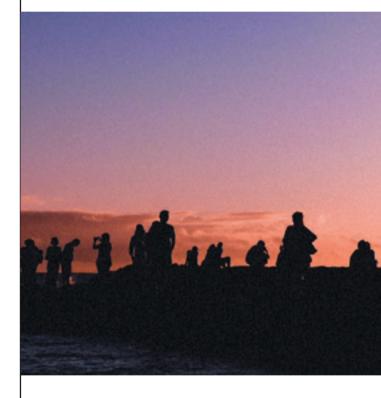
Tale discrasia tende ad assumere proporzioni sempre maggiori.

Oggi alla salute, nei fatti, ci si pensa quasi sempre soltanto quando essa viene meno.

Importante quindi sottolineare che in base da quanto emerge da ricerche italiane, si prospettano tre concezioni sottostanti alla salute.

**Primo.** La salute è una risorsa talmente preziosa da dover conformare abitudini e stili di vita alla sua salvaguardia.

**Secondo.** Non sempre la salute e i comportamenti che



rendono piacevole la vita, soprattutto in questi ultimi tempi, sono conciliabili: si cercheranno delle mediazioni che, a seconda dei casi, potranno sacrificare alcune esigenze dell'una o dell'altra,

**Terzo.** La salute è di fatto subordinata ad altri valori: se esiste un conflitto tra essa e scelte esistenziali ritenute maggiormente prioritarie, sono i comportamenti legati a queste ultime a prevalere.

La salute fisica, come la scienza e la storia ci insegna, è strettamente collegata a quella psicologica. Basti pensare, ad esempio, allo stress come fattore di rischio nelle malattie cardiovascolari, oppure alla relazione fra depressione o ansia e patologie psicosomatiche, fino ad arrivare a disturbi somatoformi.



In tal senso, lo stile di vita ha una grande responsabilità, se pensiamo anche alla grande quantità di piccole frustrazioni a cui siamo spesso esposti quotidianamente.

Malessere psichico e insoddisfazione per la propria vita sono fortemente associati. Ne deriva, purtroppo, la propensione al facile ricorso all'uso di farmaci anche in soggetti in età evolutiva. Non è un caso che in Italia tra i farmaci più venduti vi sono gli psicofarmaci.

psicologico nel concetto di salute: gli individui devono avere la possibilità di sentirsi a proprio agio nelle circostanze che si trovano a vivere.

Secondo la definizione dell'OMS, infatti, il benessere psicologico è quello stato nel quale l'individuo è in grado di sfruttare le sue capacità cognitive o emozionali per rispondere alle esigenze quotidiane della vita di ogni giorno, stabilire relazioni soddisfacenti e mature con gli altri, adattandosi costruttivamente alle condizioni esterne e ai conflitti interni

Il benessere psicologico è un concetto dinamico, che include diverse variabili, soggettive, psicologiche, sociali.

Per tali motivi, esprimere una perfetta misurazione del benessere psicologico risulta difficile. Tuttavia diversi studiosi hanno ideato diversi strumenti di misurazione, tra questi uno studioso, Rvff, ha ideato una scala che si basa



Il disagio psicologico sta quindi invadendo diacronicamente la fascia di età giovanile.

Tutto ciò oggi costituisce una vera e propria emergenza sociale, per la quale occorre investire maggiormente nella psicologia del benessere capace di cambiare gli stili di vita delle persone, soprattutto giovani, puntando soprattutto sulla prevenzione e sull'informazione.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) ha incluso il benessere sulla misurazione di sei sfaccettature del benessere psicologico:

- accettazione di sé:
- la creazione di legami di qualità;
- autonomia di pensiero e azione;
- · capacità di gestire ambienti complessi in base alle esigenze e valori personali;
- perseguimento di obiettivi significativi e un senso di scopo nella vita
- · continua crescita e sviluppo come persona.

Si evince quindi la necessità di investire maggiormente nella promozione del benessere psicologico soprattutto nell'humus dei soggetti in età evolutiva, quali la famiglia - non sottovalutando il suo aspetto assiologico e valoriale - la scuola e tutte le agenzie educative.

Non dimenticandoci la responsabilità che ognuno di noi ha nell'esempio che volente o nolente esprimiamo in ogni occasione di vita.

Per questo, possiamo e dobbiamo fare ancora molto.





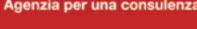




Costruisco il suo domani e proteggo il presente



Il futuro dei figli è l'investimento più prezioso: Domani è il salvadanaio che ti aiuta a risparmiare oggi per dare vita ai loro sogni salvaguardando la famiglia da eventuali imprevisti. Vieni in Agenzia per una consulenza.













### GENERALI ITALIA AGENZIA GENERALE DI ROMA CORSO TRIESTE

Corso Trieste, 25 • Roma • Tel. 06 853 221 e-mail agenzia.romacorsotrieste.it@generali.com www.agenzie.generali.it/romacorsotrieste

Scopri di più, inquadra

il QR Code e guarda il video.

Agenti Paolo Milone • Cisberto Milone • Nicoletta Milone

Domani è un'iniziativa di Generali Italia S.p.A. - Per le soluzioni assicurative: prima della sottoscrizione leggere il Fasciccio Informativo e, per le soluzioni assicurative di investimento: leggere anche il Documento contenente le informazioni chiave. La documentazione di cui sopra è disponibile su generali. It e in Agenzia. La Compagnia non offre alcuna garanzia di capitale o di rendimento minimo per le prestazioni espresse in quote.