

28 SETTEMBRE 2014

Sport e medicina. Al via il progetto 'Exercise is medicine' promosso dal Coni

L'iniziativa, lanciata in collaborazione con l'Istituto Antonio Venerando, nasce per coinvolgere tutti i cittadini e dare loro la possibilità di usufruire dei servizi sanitari della struttura. Non più solo atleti olimpionici, ma anche anziani e bambini potranno quindi beneficiare delle attrezzature e degli spazi.

Lo sport come cura e l'attività fisica come prevenzione. Queste le parole d'ordine del progetto 'Exercise is medicine', promosso dal Coni e dall'Istituto di Medicina e Scienza dello Sport di Roma 'Antonio Venerando'. L'iniziativa assume grande rilievo soprattutto se si considera che il 42% della popolazione italiana, pari a 24 milioni di cittadini, non pratica alcuna attività fisica.

“Ho voluto fortemente questo progetto - spiega **Antonio Spataro**, direttore dell'Istituto di Medicina e Scienza dello Sport di Roma 'Antonio Venerando' - e credo che rappresenti lo sbocco naturale della vocazione stessa dell'Istituto. Un'iniziativa che, dal punto di vista scientifico, ma soprattutto culturale, è in grado anche di offrire una risposta concreta alla situazione sanitaria in cui si trova il nostro Paese”.

L'obiettivo primario è quello di coinvolgere tutti i cittadini e di dare loro la possibilità di usufruire di tutti i servizi sanitari dell'Istituto. Quindi non più solo atleti olimpionici, ma anche anziani e bambini potranno beneficiare delle attrezzature e degli spazi dell'Istituto per visite specializzate, percorsi completi di riabilitazione, analisi cliniche, ecografie muscolari e molto altro ancora. Basta solo telefonare e prenotare la propria visita, al prezzo previsto per quella specifica prestazione. “Questo non vuol dire concorrenza - spiega **Giovanni Malagò** presidente del Coni - ma si tratta del bisogno fisiologico di aprirsi a 360° e di coinvolgere anche i normali cittadini e dargli la possibilità di usufruire degli stessi servizi degli atleti professionisti”.

Attualmente il centro riesce a erogare 20.000 prestazioni l'anno ai soli atleti olimpionici, spiega Spataro, e si stima che potrebbe arrivare ad un massimo di 50.000 coinvolgendo tutti i cittadini. “L'expertise che l'Istituto, fin dalla sua fondazione che risale a più di 50 anni fa, ha sviluppato nel campo medico sportivo, viene oggi messa a disposizione della popolazione, - prosegue Spataro - sia di quella che attualmente pratica un'attività sportiva, ludico-motoria, sia di chi soffre di gravi patologie per le quali l'attività fisica può rappresentare concretamente un presidio di cura”. prevenzione ma anche cura di patologie gravi quali sindrome coronarica, infarto del miocardio o di chi è portatore di pacemaker o defibrillatori automatici. Il progetto impone un cambio di mentalità: l'esercizio fisico è a tutti gli effetti un farmaco ed i medici devono prescriverlo.

Exercise is medicine comprende anche una collana di eventi formativi per figure professionali sanitarie diverse. Il primo appuntamento 'Quando il cuore ricomincia a correre' riporta i risultati di un progetto di riabilitazione cardiovascolare in pazienti anziani, di età compresa tra i 60 e gli 85 anni, portatori di pacemaker o defibrillatore automatico. Il protocollo concordato tra Massimo Santini, presidente della Società Mondiale di Aritmologia e Presidente de Il Cuore di Roma – Onlus e Alessandro Biffi, responsabile del servizio di prevenzione cardiovascolare del Coni, ha coinvolto 35 pazienti che si sono esercitati continuativamente sotto il controllo dei cardiologi del Coni.

“Il miglioramento della loro capacità funzionale - spiega **Santini** - e del senso di benessere è stato in tutti di notevole entità, incoraggiando la prosecuzione del progetto”. I prossimi appuntamenti saranno L'arma segreta contro il diabete (22 novembre 2014), e nella prima metà del 2015 ci saranno degli appuntamenti dedicati al mantenimento di articolazioni giovani e all'importanza dell'approccio integrato tra corretta alimentazione ed esercizio fisico.

