



CASTELLANA - «Camminare è il farmaco che ognuno di noi dovrebbe assumere ogni giorno: la salute passa dal nostro comportamento». Ha salutato così l'incontro con la stampa la dottoressa Novella Luciani, della Direzione Generale della Ricerca e dell'Innovazione al Ministero della Salute, che si è tenuto stamattina all'AReSS della Regione Puglia. L'appuntamento è stato promosso dall' IRCCS "S. de Bellis" per presentare l'iniziativa "Camminiamo per la salute" che domenica 22 ottobre dalle ore 9.30 animerà il comune di Castellana Grotte. Una camminata non competitiva su una distanza di 5 chilometri che si snoda tra Piazza Garibaldi e l'IRCCS "Saverio de Bellis". «Camminiamo per la salute mira a essere la

prima di una lunga tappa di iniziative a scopo salutistico rivolta a tutta la comunità, che sarà inserita nel calendario nazionale FIDAL e sarà ripetuta ogni anno durante la terza domenica di ottobre», dichiara il prof. Gianluigi Giannelli, direttore scientifico dell'IRCCS "de Bellis", da sempre l'ente ospedaliero di riferimento nel territorio pugliese specializzato in numerosi ambiti, tra cui la Gastroenterologia. La manifestazione si propone l'obiettivo di informare e sensibilizzare nell'ambito della promozione della salute sui temi legati alla dieta mediterranea e all'attività fisica come stile di vita. Un nuovo patto con il territorio è stato siglato oggi all'insegna delle "tre A": attività fisica, alimentazione e ambiente. Presenti alla conferenza stampa anche il dott. il dott. Tommaso Stallone (Commissario straordinario IRCCS "de Bellis"), il dott. Alberto Osella (Responsabile del Laboratorio di Epidemiologia e Biostatistica dell'IRCCS "de Bellis") e il dott. Emanuele Caputo (Medico dello Sport). Ha salutato gli astanti il dott. Giovanni Gorgoni (Commissario Straordinario dell'Agenzia Regionale Sanitaria della Puglia). Ospite atteso all'evento di domenica 22 "CamminiAMO per LA SALUTE" sarà il prof. Fausto Certomà, Formatore territoriale e Responsabile regionale FIDAL per il settore FitWalking, che insegnerà sul campo le tecniche di una corretta camminata. Il modo di camminare, infatti, oltre a rappresentare un atto che un essere umano apprende da subito, trasferisce informazioni preziose sullo stato di salute. La disciplina del FitWalking sta acquisendo anche un importante carattere sociale e inclusivo, oltre ad essere consigliata dall'OMS. Per l'occasione saranno allestiti punti informativi sulle attività di ricerca presso la Sala Congressi dell'Istituto, dove sarà possibile partecipare a valutazioni antropometriche, esami bioimpedenziometrici e dimostrazioni di attività fisica relative alla prevenzione delle principali malattie croniche. Per partecipare alla camminata non competitiva di domenica 22 ottobre basta iscriversi con una quota di partecipazione di 5 euro presso i punti sponsor, l'IRCCS "de Bellis" e prima dell'inizio della manifestazione in Piazza Garibaldi. All'arrivo non mancheranno intrattenimento e animazione, anche per i piccoli, a cura delle Associazioni e palestre locali, e la degustazione di prodotti tipici locali.