

Razionale scientifico

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, per **attività fisica** si intende "qualunque sforzo esercitato dal sistema muscolo-scheletrico che si traduce in un consumo di energia superiore a quello in condizioni di riposo". In questa definizione rientrano quindi non solo le attività sportive ma anche semplici movimenti quotidiani come camminare, andare in bicicletta, ballare, giocare, fare giardinaggio e lavori domestici.

La **sedentarietà** è un fattore di rischio per le malattie cardiovascolari, il diabete e i tumori. Quindi un'attività fisica regolare è uno degli elementi più importanti per mantenersi in buona salute, per raggiungere questo obiettivo un ruolo importante hanno i **Gruppi Cammino**.

L' **Attività Fisica Adattata** è finalizzata a modificare lo stile di vita sia per prevenire che per mitigare una disabilità già presente. È stato infatti dimostrato che in molte malattie croniche il processo disabilitante è aggravato dall'effetto aggiuntivo della sedentarietà. Questo circolo vizioso può essere interrotto con adeguati programmi di attività fisica regolare e continuata nel tempo. L'Attività Fisica Adattata, se eseguita con costanza, può far recuperare tono ai muscoli, migliorare lo stato delle articolazioni, aumentare la resistenza alla fatica, ridurre il dolore e quindi migliorare la qualità della vita.

Segreteria Scientifica:

Anna Marro
Mariano Malanga
Cosimo Amodio Zarrella

Segreteria Organizzativa:

Lidia Rinaldi Tel. 0825 292649
Elena Sparavigna Tel. 0825 292717
Filomena Guerriero Tel. 0825 292627

e-mail: coordinamentoriabilitazione@aslavellino.it

uocassistenzaanziani.curedomiciliari@aslavellino.it

Il corso accreditato ECM per 100 partecipanti, n. evento 19-5340 n. crediti ECM 8, ed è rivolto ai Medici dipendenti e convenzionati ASL (tutte le discipline), Farmacisti, Biologi, Psicologi, Infermieri, Fisioterapisti, Assistenti Sanitari, Assistenti Sociali, Tecnici della Prevenzione.

MODALITÀ DI ISCRIZIONE

Per l'iscrizione al corso riempire l'apposito modulo che si può richiedere alla segreteria organizzativa o sul sito dell'ASL: www.aslavellino.it e trasmetterlo via email alla segreteria organizzativa.



REGIONE CAMPANIA
Azienda Sanitaria Avellino
www.aslavellino.it

DIRETTORE GENERALE
Dott. Mario Nicola Vittorio Ferrante



18 ottobre 2023
Carcere Borbonico - Piazza
Alfredo De Marsico – 83100 Avellino

**CORSO DI FORMAZIONE RIVOLTO AI
PROFESSIONISTI SANITARI IMPEGNATI
NELLA PROMOZIONE DELL'ATTIVITÀ FISICA
(PP02, PL16)**

PROGRAMMA

8.30 Registrazione dei partecipanti

9.00 Saluti del Direttore Generale e del Direttore Sanitario dell'ASL AV, del Direttore del Dipartimento di Prevenzione

PRIMA SESSIONE

Moderatori: **Piero De Masi e Mariano Malanga**

9.30 La promozione della salute nei percorsi per l'Attività Fisica Adattata (AFA). La rete "AFA per la salute" della Regione Campania.

Giorgio Liguori

10.00 Stili di vita attivi e AFA: le nuove figure professionali del DDL 36, 2022

Pasqualina Buono

10.30 La promozione dell'attività motoria e dell'AFA nei programmi PP.02 e P.L.16 del Piano Regionale della Prevenzione e l'AZIONE EQUITY.

Raffaella Errico

11.00 I gruppi cammino.

Anna Marro

11.30 PAUSA

12.00 Tavola Rotonda – Sviluppo e creazione Reti AFA – Modalità d'intervento.

Moderatore **Giorgio Liguori**

- **Mariano Malanga**
- **Raffaella Errico**
- **Sergio Roncelli**
- **Mario Petrozziello**

13.00 Intervallo

SECONDA SESSIONE

Moderatori: **Antonio Mainiero e Anna Marro**

14.00 Le abilità relazionali. **Chiara Cattaneo**

14.30 L'intervento breve per la promozione di stili di vita salutari. **Barbara De Mei**

15.00 Gli strumenti validati a supporto dell'intervento breve. **Chiara Cattaneo**

15.30 Roleplaying didattico-formativi. **Barbara De Mei**

16.00 Le competenze di base del counselling per un'efficace integrazione tra le diverse figure professionali (lavoro di equipe e lavoro di rete). **Barbara De Mei**

17.00 Discussione in plenaria

18.00 Questionario ECM

18.30. Conclusione del corso.

RELATORI E MODERATORI

Pasqualina Buono - UNI Parthenope

Chiara Cattaneo - ISS

Barbara De Mei - ISS

Raffaella Errico - Regione Campania

Giorgio Liguori - UNI Parthenope

Piero De Masi - ASL Avellino

Antonio Mainiero - ASL Avellino

Mariano Malanga - ASL Avellino

Anna Marro - ASL Avellino

Mario Petrozziello – AISM Campania

Sergio Roncelli – Presidente CONI Campania

