

## 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](mailto:coordinamentoriabilitazione@aslavellino.it)

[uocassistenzaanziani.curedomiciliari@aslavellino.it](mailto: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](http://www.aslavellino.it) e trasmetterlo via email alla segreteria organizzativa.



REGIONE CAMPANIA  
Azienda Sanitaria Avellino  
[www.aslavellino.it](http://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

