



Salute - Fondazione Veronesi, Sport e attività fisica salvano la vita

Napoli - 07 ott 2025 (Prima Notizia 24) La Fondazione Veronesi - delegazione di Napoli - organizza un incontro dedicato all'importanza dell'attività fisica come strumento fondamentale di prevenzione per la salute di ognuno di noi.

La Responsabile della delegazione di Napoli di Fondazione Umberto Veronesi ETS, Marina Ciaravolo, rinnova il suo impegno nel promuovere la corretta divulgazione organizzando il primo evento gratuito aperto alla cittadinanza, dedicato all'importanza dell'attività fisica come strumento fondamentale di prevenzione. L'appuntamento è fissato per mercoledì 8 ottobre a partire dalle ore 18.00 presso la Sala dei Baroni del Maschio Angioino, in via Vittorio Emanuele III a Napoli. Durante l'incontro, dove interverrà la dottoressa Elena Dogliotti, Biologa Nutrizionista e Supervisore Scientifico per Fondazione Umberto Veronesi ETS verrà spiegato quanto il movimento rappresenti un pilastro fondamentale per mantenere una buona salute fisica e mentale. "L'attività fisica regolare infatti -sottolinea Marina Ciaravolo- migliora il profilo lipidico, aiuta a controllare i livelli di glucosio nel sangue e contribuisce a mantenere un peso corporeo adeguato. È fondamentale per la salute muscolo-scheletrica, favorisce infatti il mantenimento della densità ossea e della massa muscolare". Gli studiosi su questo sono categorici: "Adottare una vita attiva, che includa regolarmente movimento, aiuta a prevenire malattie cardiovascolari riducendo la pressione sanguigna, e riduce anche il rischio di sviluppare tumori. Non solo, vi sono ormai numerose evidenze scientifiche che dimostrano i benefici dell'attività fisica dopo una malattia oncologica: riduzione del rischio di recidiva, miglioramento della qualità di vita, contrasto degli effetti collaterali delle terapie. Oltre a tutti questi benefici a livello fisico, l'attività fisica regolare ha un impatto significativo anche sul benessere mentale, riducendo sintomi di depressione e ansia". "Con questo incontro gratuito aperto a tutta la cittadinanza -precisa ancora Marina Ciaravolo- vogliamo ribadire quanto l'attività fisica rappresenti una vera e propria alleata della prevenzione. Fondazione Veronesi è da sempre impegnata nella diffusione della cultura scientifica e nella promozione di stili di vita sani: offrire momenti di informazione accessibile sul territorio è parte integrante della missione. Sarà un'occasione per ascoltare una voce autorevole e sensibilizzare la comunità sull'importanza del movimento per la salute di tutti. Ringrazio l'Ordine dei Giornalisti della Campania, l'Ordine dei farmacisti della Provincia di Napoli e Federfarma Napoli per il continuo e prezioso sostegno alle iniziative della Delegazione di Napoli".

di Pino Nano Martedì 07 Ottobre 2025