AbruzzoWeb
Tutte le notizie d'Abruzzo a portata di click

PREVENZIONE: A L'AQUILA IL 10 OTTOBRE SCREENING GRATUITI PER TUMORI E PATOLOGIE CARDIOVASCOLARI

4 Ottobre 2023



L'AQUILA – Martedì 10 ottobre, dalle ore 9:45 alle ore 16:00, in Piazza Santa Margherita e nella sala conferenze del Rettorato dell'Università degli studi dell'Aquila, si terrà una giornata dedicata alla prevenzione, promossa dai Comitati Unici di Garanzia per le pari opportunità dell'Ateneo e del Comune dell'Aquila.

Saranno allestite 9 postazioni dove sarà possibile eseguire test e prenotare screening gratuiti per la prevenzione dei tumori al seno, al colon, all'utero, per le patologie del sistema cardiovascolare, per il sistema motorio e il movimento, per l'alimentazione ed il benessere, per la medicina di genere e l'osteoporosi, per il sistema cognitivo e dei comportamenti nonché per la prevenzione negli ambienti di lavoro.

Sarà, inoltre, possibile incontrare gli specialisti per brevi approfondimenti e quesiti presso la sala conferenze del Rettorato, negli orari previsti per i seminari, come da programma allegato.

Prendersi cura della propria salute in modo continuativo è una forma d'amore verso sé stessi. Per farlo, è importante adottare uno stile di vita sano ed è buona abitudine eseguire periodicamente visite e analisi di routine suggerite dalle linee guida governative, come quelle indicate dall'OMS, che definisce il concetto di prevenzione come "il dare alle persone i giusti mezzi per diventare più padroni della propria salute e per poterla migliorare".

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, la prevenzione è basata sul corretto stile di vita (alimentazione sana ed equilibrata, assenza di fumo e alcol, riduzione dello stress e una regolare attività fisica) e sulla possibilità di effettuare tutti gli esami consigliati per la propria fascia d'età, senza trascurare lo studio della storia clinica della propria famiglia per individuare eventuali predisposizioni genetiche a malattie cardiovascolari, ipertensione, diabete, ipercolesterolemia, cancro.

Alle ore 15:00, con partenza da Piazza Santa Margherita, sarà realizzata una esperienza di trekking urbano alla scoperta della Città come palestra della salute.

Il percorso non presenta difficoltà ed è adatto a tutti; ha una durata massima di 1 ora e 30 minuti ed eventuali variazioni di orario dovute alla numerosità dei partecipanti, ovvero ad avverse condizioni climatiche, saranno comunicate agli indirizzi e-mail forniti con il modulo di iscrizione.

L'attività sarà guidata dal CAI L'Aquila, in collaborazione con il Corso di Scienze motorie per consigli sulle implicazioni del sistema motorio, cardiocircolatorio e sul consumo di calorie, nonché con i Docenti di Scienze Umane per informazioni e curiosità storico-culturali alla riscoperta delle origini e delle radici della città ricostruita.

Per partecipare all’esperienza di trekking cittadino è necessario iscriversi compilando l’apposito modulo (consultabile al seguente link: https://bit.ly/45brZkU) entro le ore 12:00 del 9 ottobre 2023.

L’evento è stato realizzato con il cofinanziamento di L’Aquila Rinasce con lo sport 2023, con il patrocinio dell’Azienda Sanitaria Locale 1 Avezzano, Sulmona L’Aquila, con il patrocinio dell’Ordine dei Medici e dell’Accademia Medica dell’Aquila.

© 2026 Abruzzo Web Enfasi srl - Quotidiano digitale registrato presso il Tribunale dell'Aquila con decreto n°501 del 2 settembre 2003
Iscrizione al ROC n. 26362 - P.IVA 01812420667
Direttore responsabile Berardo Santilli