ATTUALITÀ

Giornata Mondiale della Salute in Villa Floridiana: il parere degli esperti

di **Maria Ylenia Manzo** · 9 aprile 2022, 21:10

Questa mattina alle 10.30 presso Villa Floridiana a Napoli si è tenuta la Giornata Mondiale della Salute, organizzata e resa possibile grazie alla sinergia tra la V Municipalità di Napoli (Vomero – Arenella), Villa Floridiana e Campus Salute. Un evento di grande interesse, che ha visto la partecipazione di cittadini del napoletano e un consistente numero di esperti e personalità di spicco della Campania

In principio vi è stata la dichiarazione del Presidente della Scuola di Medicina e Chirurgia **Maria Triassi**, la quale ha affermato: "La scuola di medicina e chirurgia della Federico II è sempre in prima linea per sostenere giornate ed iniziative come quella di oggi dedicate alla prevenzione ed alla promozione dei corretti stili di vita. Specialmente dopo due anni di pandemia in cui si è purtroppo perso molto terreno in questo ambito".

Successivamente ha preso la parola uno degli organizzatori **Pasquale Antonio Riccio,** Presidente di Campus Salute, che ha dichiarato: "Abbiamo voluto partecipare in quanto Campus salute all'evento la Giornata mondiale della salute e sensibilizzare i cittadini sui corretti stili di vita da tenere. Si può imparare ad avere un adeguato stile di vita sin da bambini, con l'aiuto dei genitori. Questa iniziativa rientra nel percorso che da anni conduciamo per raggiungere gli obiettivi di sviluppo sostenibili dell'agenda 2030 dell'ONU, in particolare il numero 3".

Ph. Istituzioni24

Successivamente gli interventi degli esperti, che hanno fornito importanti consigli su come tenere un corretto stile di vita e hanno riflettuto sulla grande importanza a livello sociale di tale evento.

Annamaria Colao, Chairholder Cattedra Unesco Federico II, ha affermato: “È importante parlare di stili di vita innanzitutto e questa giornata ha fornito l’occasione giusta. Sono giunti molti cittadini di Napoli e Arenella per rivedere gli stili di vita sani. Abbiamo cercato di dare contributo informativo per riposizionare la sana alimentazione, l’esercito fisico, il rispetto dei bioritmi. Per la primavera c’è la ripresa delle allergia, bisogna fare attenzione ai pollini e agli inquinanti. Per gli altri è arrivato il momento della rinascita, per cui via con vegetali freschi e frutta fresca”.

L’intervento del Professore e direttore del programma prescrizione di attività fisica nelle patologie croniche **Guido Iaccarino:** “**Lo sport incide parecchio sul benessere, con l’interazione del’alimentazione, che è fondamentale**. Importante scegliere bene i propri alimenti e le attività da praticare. Ai più giovani consiglio ogni tipo di attività fisica, che è come un farmaco, più se ne fa, meglio è, ovviamente ritagliata in base alle esigenze individuali. Per gli anziani bisogna tenere in conto tutta una serie di parametri fisici e psicologici, come problemi articolari o muscolari, per cui vanno fatti programmi più personalizzati”.

Armando Cozzuto, Presidente Ordine Psicologi Regione Campania “Ormai **da molti anni l’OMS definisce la salute come uno stato di completo benessere fisico psichico e sociale**, non solo l’assenza di malattia. é un diritto costituzionale, presente nell’articolo 32, che la definisce come interesse dell’individuo e della collettività. Siamo qui per testimoniare col nostro gruppo di lavoro gli estremi effetti positivi che lo sport ha sul nostro benessere fisico e psicologico, basti pensare alla produzione di endorfine. È necessario, soprattutto nella nostra Regione, mettere in atto una prevenzione in modo che i nostri ragazzi possano vivere serenamente con se stessi e il proprio corpo”.

Sulla situazione che riguarda i bambini si è espresso **Paolo Siani**, Pediatra e Parlamentare: “L’obesità è la malattia del secolo, **nella nostra regione i numeri di bambini obesi è uno dei maggiori in Europa**. Noi pediatri dobbiamo fare di tutto per fermare questa epidemia, a cominciare dalla gravidanza, una mamma deve fare in modo che il bambino segua una dieta mediterranea con poco cibo confezionato e molto tempo passato all’aperto a giocare con gli amici. Abbiamo richiesto al governo alcuni provvedimenti pratici, per migliorare la comunità, che va anch’essa educata ad un sano stile di vita”.

Afferma **Francesca Marino**, Nutrizionista del Dipartimento di Medicina e Chirurgia della Federico II si è espressa sulle regole di una corretta alimentazione: “Tutti combattiamo in qualche modo con la bilancia, chi per perdere peso e chi per mantenerlo, allora **le regole di una sana alimentazione prevedono sicuramente il rispetto della dieta mediterranea**, che comprende l’attività fisica e passeggiate, bere molta acqua, avere una vita varia e che rispetti la stagionalità degli alimenti.

Ogni stagione porta in sé delle caratteristiche e bisogna incentivare il consumo di frutta e verdura, mangiare cose di alta qualità, in quanto la qualità degli alimenti è cruciale in una corretta alimentazione".

È inoltre, intervenuto il **Professor Ritieni** che ha incentrato il suo intervento sul chiarire il ruolo dell'alimentazione e i suoi falsi miti, asserendo che "non esiste alcuna pozione magica, ma soltanto assumere comportamenti corretti per avere uno stile di vita sano.

Isabella Cotinisio, Presidente Commissione Salute e Ambiente della V Municipalità Vomero-Arenella ha riflettuto sull'importanza di questa Giornata. "**Forse proprio perché scontato è un tema cui non si da la giusta importanza.** Purtroppo la Campania ha la *maglia nera* del più grande numero di bambini con eccesso ponderale di tutta Italia. Dato che esisteva già prima della pandemia, ed **è importante parlarne nei punti di aggregazione** quali scuole o parrocchie, deve essere fondamentale per i bambini, l'ambiente in cui si vive e gli adulti. **È necessaria la sinergia tra tutti i componenti della società, senza la quale non possiamo affatto cambiare le cose**".

Articolo pubblicato su Istituzioni24: https://www.istituzioni24.it/2022/04/09/giornata-mondiale-della-salute-in-villa-floridiana-il-parere-degli-esperti/

© 2026 Istituzioni24