



# PREVENZIONE E CORRETTI STILI DI VITA: IN FORMA ANCHE A LAVORO



**VENERDÌ 4 OTTOBRE**  
dalle 9.00 alle 17.00



Misurazione dati antropometrici, storia clinica, parametri di base di performance fisico/motoria. Misurazione glicemia, profilo lipidico e pressione arteriosa. Valutazione rischio cardiovascolare, diabete, apnee notturne, patologie legate all'apparato respiratorio, gastrointestinale, urologico, disfunzioni del pavimento pelvico.

**ROMA**

**Cortile Edificio Montezemolo – Via Baiamonti, 6**



## PREVENZIONE E CORRETTI STILI DI VITA: IN FORMA ANCHE A LAVORO

**9.00:**

Cerimonia di apertura:

**Angelo Buscema**, presidente Corte dei conti;  
**Alberto Oliveti**, presidente Fondazione Enpam

Presentazione giornata:

**Franco Massi**, Segretario generale Corte dei conti;  
**Carlo Tranquilli**, Medico competente Corte dei conti

Sarà attivato un vero e proprio 'Percorso della salute'. Cardiologi e Diabetologi si occuperanno del rischio metabolico e cardiovascolare. Oncologi, Urologi, Broncopneumologi, Senologi informeranno sul rischio oncologico individuale e sulla opportunità di controlli. Screening con gli Pneumologi sulle patologie polmonari e sul rischio fumo con esecuzione di esami specifici.

Nutrizionisti e gastroenterologi saranno a disposizione per consulenze sui disturbi alimentari e i rischi connessi. Uno chef de cuisine fornirà consigli sulla preparazione e conservazione dei cibi in maniera gustosa e salutare.

Potranno essere eseguiti elettrocardiogrammi, ecografie della tiroide e delle ghiandole salivari, visite senologiche, spirometrie, esami posturologici e screening dermatologici.

Nel corso della giornata si svolgeranno dimostrazioni sportive e i Medici dello sport daranno indicazioni sulla prescrizione dell'esercizio fisico.

Sarà possibile donare il sangue, con screening ematochimico presso il Camper dell'Associazione Donatori della Corte dei conti - AD SPEM ed effettuare controlli clinici sul Mezzo Sanitario Mobile dell'Arma dei Carabinieri.

### MOMENTI DIVULGATIVI:

Dalle 10 alle 13 saranno ripetute dimostrazioni di primo soccorso a cura dei formatori CESMEP/Doc4Life

Dalle 10.30 nel piazzale saranno organizzati piccoli incontri a cura di medici specialisti su differenti tematiche trattate nel corso della giornata.

**10.30 SIPREC:** Roberto Volpe - Gli italiani sono longevi, ma com'è la salute dei nostri figli?

**10.45 ANIAD:** Felice Strollo - A chi è sedentario non basta assumere antiossidanti per prevenire un invecchiamento precoce

**11.00 FMSI:** Antonio Gianfelici e Massimo Gigli - Prescrizione dell'esercizio fisico: giuste indicazioni, giusta dose

**11.30 ASC:** Marco Visconti - Esercizio fisico vs sedentarietà, quanto, come e perché  
**ASC:** Attività dimostrative di "ginnastiche finalizzate alla salute" della terza età

**11.45 LILT:** Francesco Schittulli e Cristina Dello Sisto - La prevenzione vince il cancro

**14.15 ANIAD:** Felice Strollo - Pazienti e familiari insieme ai diabetici per una prevenzione efficace

**14.30 SIPREC:** Speranza Rubattu - Predisposizione all'infarto del miocardio e all'ictus. Che cosa significa?

**14.45 FMSI:** Antonio Gianfelici e Massimo Gigli - Prescrizione dell'esercizio fisico: giuste indicazioni, giusta dose

**15.00 ASC:** Marco Visconti - Esercizio fisico vs sedentarietà: giusta somministrazione

**15.15 ASC:** Attività dimostrative di arti marziali: il karate per la terza età e nell'età evolutiva

**16.00 ASC:** Attività dimostrative di "ginnastiche finalizzate alla salute"