

Giuseppe Fatati

PAST Direttore SC di Diabetologia, Dietologia e
Nutrizione clinica – Az. Osp. S.Maria Terni

Responsabile Scientifico CRAM Terni

Presidente Italian Obesity Network





Regione Umbria

Giunta Regionale

DELIBERAZIONE DELLA GIUNTA REGIONALE

N. 562 SEDUTA DEL 04/06/2018

OGGETTO: “Norme regolamentari attuative per l'esercizio dell'attività dei Centri di attività motoria e delle Palestre della salute di cui all'articolo 27, comma 1 della legge regionale 23 settembre 2009, n. 19, (Norme per la promozione e sviluppo delle attività sportive e motorie. Modificazioni ed abrogazioni).”
Preadozione.

REGOLAMENTO REGIONALE 26 Ottobre 2018 N 11



Ministero della Salute

Direzione Generale della Prevenzione Sanitaria

Ufficio 8

**Linee di indirizzo sull'attività
fisica per le differenti fasce d'età e
con riferimento a situazioni
fisiologiche e fisiopatologiche e a
sottogruppi specifici di
popolazione**

**Conferenza
Stato-Regioni**

07/03/2019

TITOLO III – ESERCIZIO FISICO ADATTATO E PALESTRE DELLA SALUTE

1. Per Esercizio Fisico Adattato (da ora EFA) si intendono esercizi fisici svolti esclusivamente su prescrizione medica, strutturati in programmi che ne definiscono, sulla base della specifica condizione patologica, modo, intensità, frequenza e durata delle sedute, ed effettuati in modo individualizzato.
2. I programmi si prefigurano quali strumenti di prevenzione e terapia in persone affette da patologie croniche non trasmissibili, in condizioni cliniche stabili, o a rischio di patologie per le quali è clinicamente dimostrato il beneficio prodotto dalla pratica dell'esercizio fisico medesimo.
3. L'EFA è svolto in ambito extra sanitario presso idonee strutture denominate "Palestre della salute" in modo controllato e tutorato da personale in possesso di adeguati titoli di cui ai commi 1 e 2 dell'articolo 12 del presente regolamento.

Art. 8

(Palestre della salute)

1. Le Palestre della salute sono strutture, di natura pubblica o privata, destinate allo svolgimento di programmi di esercizio fisico adattato.
2. L'esercizio dell'attività della Palestra della salute è consentito nell'ambito di idonee strutture/locali nel rispetto delle norme urbanistiche, edilizie ed igienico-sanitarie nonché dellam normativa in materia di:
 - a) prevenzione, sicurezza e igiene del lavoro; b) sicurezza degli impianti; c) superamento ed eliminazione delle barriere architettoniche; d) prevenzione incendi; e) protezione dei dati personali e tutela della privacy.
3. L'attività delle palestre della salute si svolge in strutture/locali in possesso dei requisiti strutturali e strumentali di cui agli articoli 13 e 14 del presente regolamento.

Art.9

(Esercizio dell'attività)

1. L'attività della Palestra della salute è esercitata in forma di impresa, individuale o societaria, è soggetta a segnalazione certificata di inizio di attività (SCIA) ai sensi dell'articolo 19 della Legge 7 agosto 1990, n. 241 (Nuove norme in materia di procedimento amministrativo e di diritto di accesso ai documenti amministrativi), da presentare allo sportello unico per le attività produttive e per l'edilizia (SUAPE) del Comune competente per territorio.

Art.11

(Figure professionali per la prescrizione dell'esercizio fisico adattato)

1. I programmi di EFA, ai sensi dell'articolo 15, comma 1, della legge regionale n. 19/2009, possono essere prescritti da un medico di medicina generale o da un pediatra di libera scelta o da un medico specialista.
2. Alle Aziende Sanitarie sono affidati i compiti di:
 - a) promuovere la definizione di linee guida sulla prescrizione dell'esercizio fisico adattato;
 - b) identificare i programmi più efficaci per ogni situazione patologica;
 - c) assicurare l'aggiornamento del personale sanitario da realizzare anche congiuntamente con il personale delle Palestre della Salute abilitato alla somministrazione dei programmi EFA..

URBES

A person is shown from the chest up, wearing a white t-shirt. Their right hand is raised, palm facing forward, with the word 'HELP!' written in red on the back of the hand. Their left hand is raised behind their head. The background is dark and out of focus.

urbanizzazione, benessere e salute

CITTÀ OBESOGENE:

RIPENSARLE
IN TERMINI DI SALUTE
E DI QUALITÀ DI VITA
SOSTENIBILE

Deliberazione del Direttore Generale n. 321 del 28/03/2019

Oggetto: PDTA n. 15 " Prevenzione, Trattamento e Gestione del Diabete mellito":
determinazioni

Ufficio proponente: S.C. Formazione, Qualità e Comunicazione

Azienda Ospedaliera 'S. Maria' – Terni



Deliberazione del Direttore Generale n. 85 del 25/01/2019

Oggetto: PDTA 16 Attività Fisica nella Persona con Diabete: Determinazioni

Ufficio proponente: S.C. Formazione, Qualità e Comunicazione



AZIENDA
OSPEDALIERA
SANTA MARIA
TERNI

U.O. QUALITA' - ACCREDITAMENTO
AZIENDALE
Resp. Mauro Ciculi

PDTA per l'attività fisica nella
persona con Diabete

Struttura Complessa di Diabetologia,
Dietologia e Nutrizione Clinica

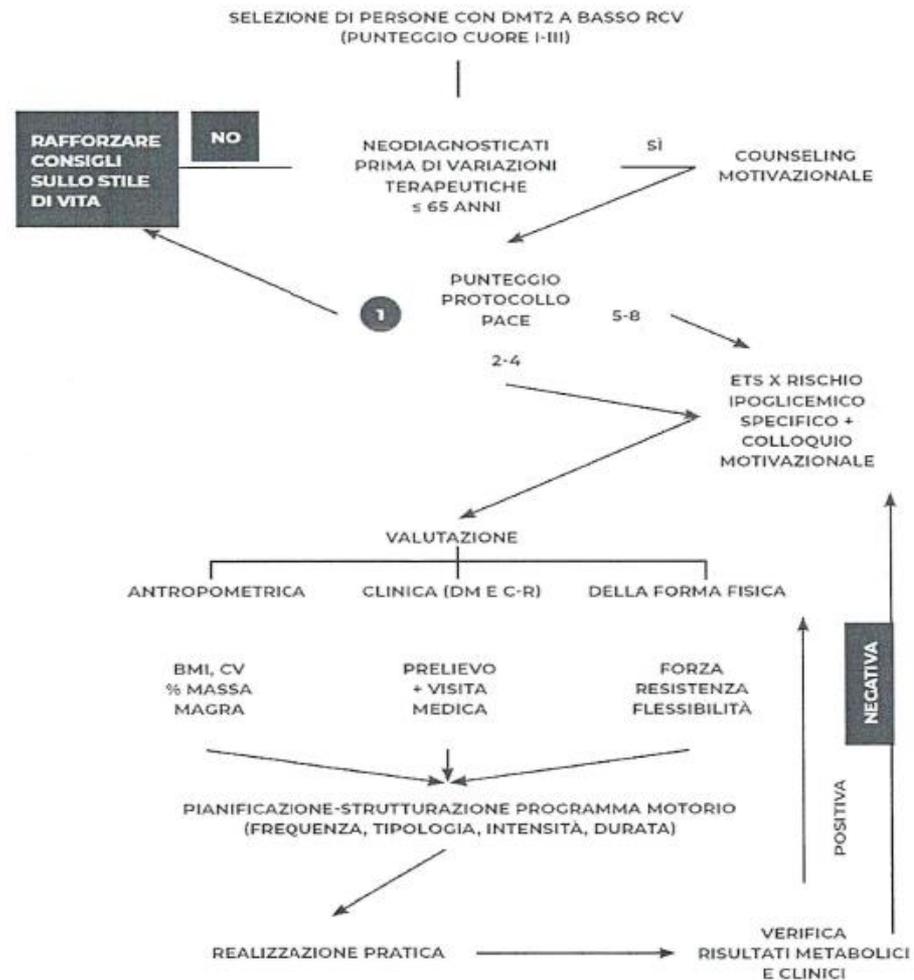
Direttore Dr. Giuseppe Fatati

PDTA 16

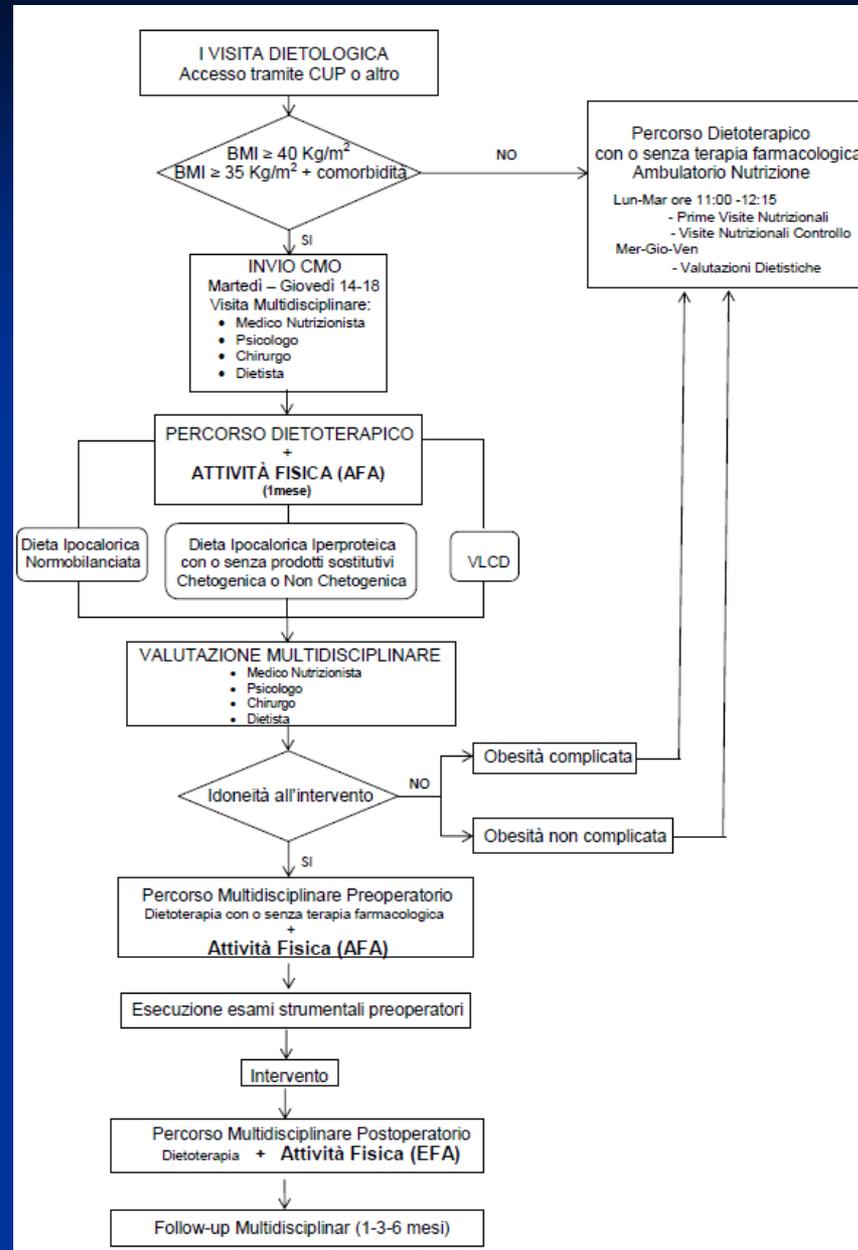
Rev.00

Del 02/01/2019

Pagina 7 di 18.



PDTA OBESITA'



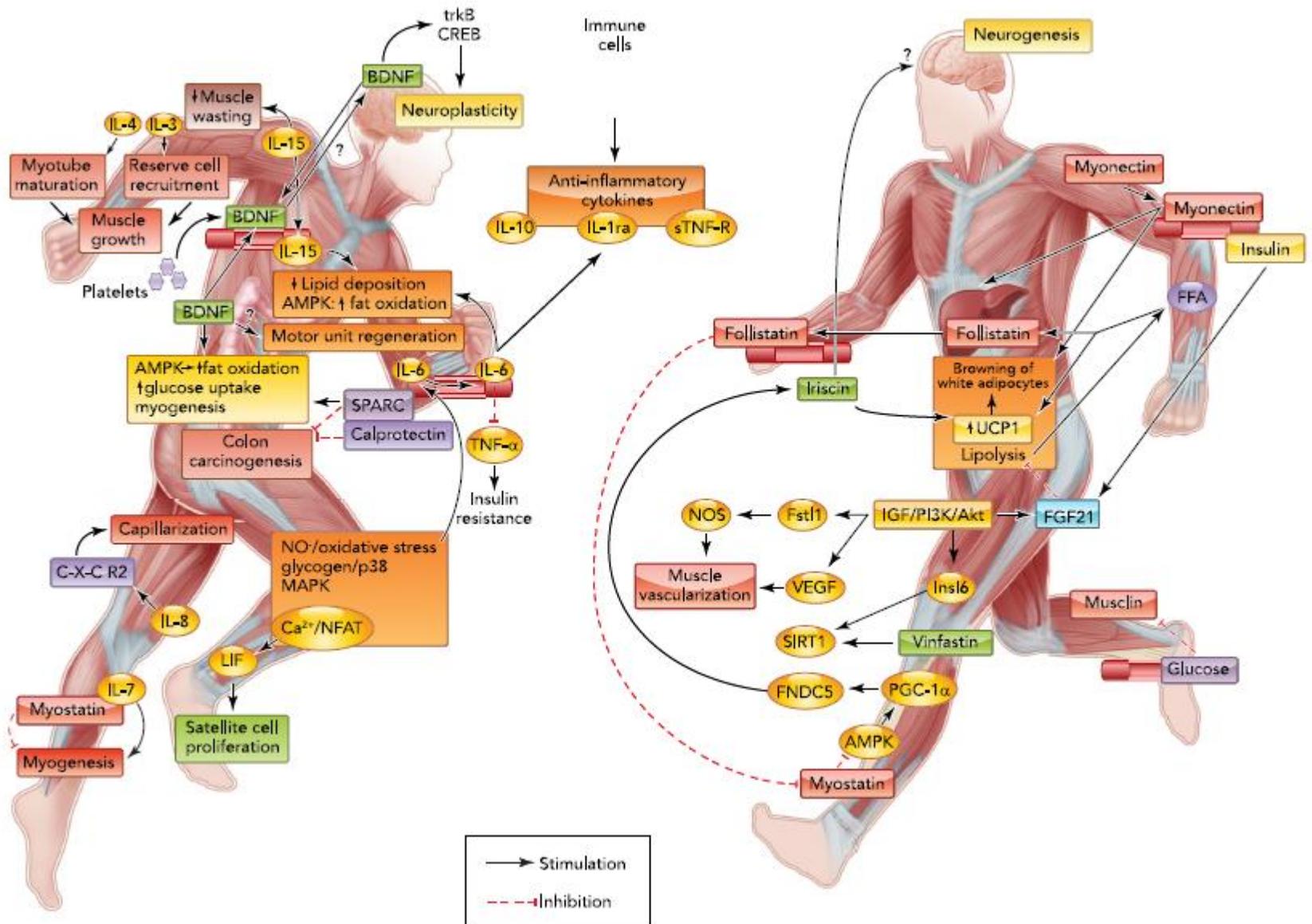
STATUTO ASSOCIAZIONE DI PROMOZIONE SOCIALE

SEDE, COSTITUZIONE, DURATA, OGGETTO SOCIALE

ART. 1) COSTITUZIONE

E' costituita, ai sensi del Codice civile e del D.Lgs. n. 117/2017 (*d'ora in avanti Codice del Terzo Settore*) e successive modifiche, l'Associazione denominata **"CRAM TERNI – Centro Ricerca Attività Motoria"**.

Fiuzza-Luces C, Exercise is the real polypill. Physiology (Bethesda). 2013 Sep;28(5):330-58.





Home

> Finanza

> Il ministro Grillo propone sgravi fiscali per l'accesso all'attività sportiva e alla perdita di peso

Il ministro Grillo propone sgravi fiscali per l'accesso all'attività sportiva e alla perdita di peso

Sgravi fiscali e agevolazioni per contrastare l'obesità: la proposta del Governo

Condividi su Facebook



15 aprile 2019 - Buone notizie sul versante salute: il ministro della Salute, Giulia Grillo annuncia l'intenzione da parte del Governo di supportare coloro che soffrono di obesità tramite sgravi fiscali.

L'**obesità** è una patologia di cui sono affetti numerosi individui nel mondo, molti dei quali giovanissimi. A fare la differenza è per lo più l'**errata alimentazione**: merendine, pasti fugaci poveri di nutrienti, ma ricchi di zuccheri e grassi incidono negativamente sulla massa corporea.

Anche lo stile di vita associato a una scarsa attività fisica, **contribuisce allo sviluppo dell'obesità**. Si tratta di un problema da non sottovalutare in quanto è a **rischio la propria salute**, ovvero si può andare più facilmente incontro allo sviluppo di patologie quali diabete, infarto, ictus e infine anche forme tumorali.

E dall'obesità non si salvano gli italiani: la ricerca **Italian obesity barometer Report**, realizzata in collaborazione con l'Istat ha evidenziato come questa patologia sia allarmante, al punto da **riguardare circa 25 milioni di persone**. E ad essere più colpiti sono coloro che abitano nel Sud Italia: 1 ragazzo su 3 è obeso.



Ristrutturazione Bagno in 3 Giorni



bagnistar.it

VISITA SITO

Titoli Italia

A B C **D** E F G H I J K L M
N O P Q R S T U V W X Y Z

I temi caldi



Arriva l'assegno unico fino ai 18 anni. Addio bonus nido e bonus bebé?



I francesi si prendono il Parmigiano Reggiano: Lactalis acquista Nuova Castelli



Reddito di cittadinanza, beneficiari delusi: cifre



Progetto AllenaMenti di vita

MIGLIORAMENTO DELLA QUALITÀ DI VITA DEL SOGGETTO ANZIANO

Gli obiettivi generali del progetto impattano sulle due macro aree più importanti della qualità di vita di un anziano:

Aumento del benessere psico fisico: il raggiungimento del miglioramento della qualità di vita dell'anziano, nella dimensione psico – fisica; stimolare nell'utente la consapevolezza dell'utilità della pratica motoria per il mantenimento dello stato di salute; la diffusione della cultura dell'active aging e del benessere psico fisico.

Prevenzione di problematiche sociosanitarie e psicosociali: aprire nuove prospettive di contatto, di incontro, di socializzazione, mediante l'offerta di opportunità di relazioni; la promozione di corretti stili di vita e metodi di prevenzione per "invecchiare bene".

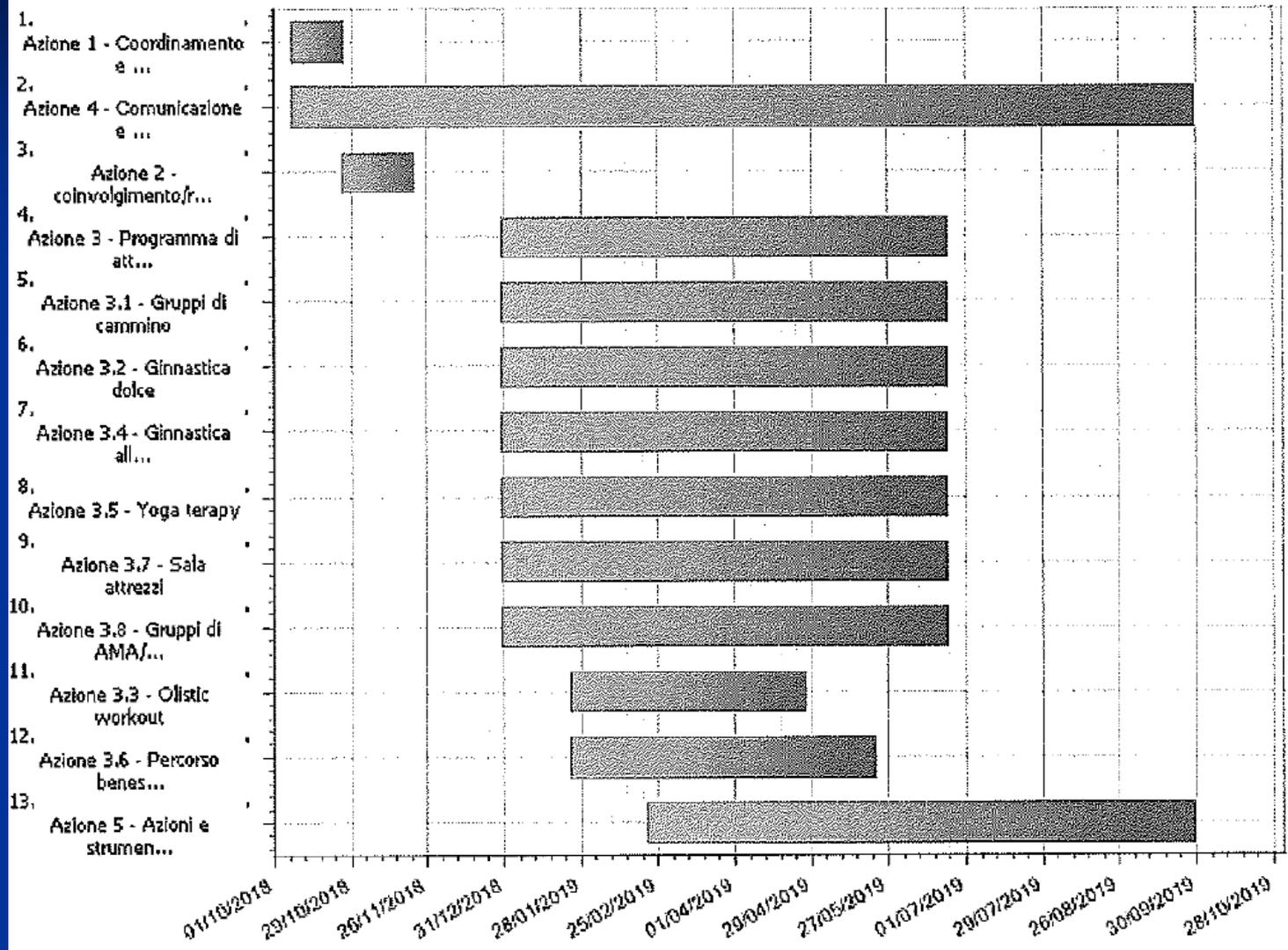
Destinatari

Descrizione dei destinatari

Il progetto è rivolto a 250 persone over 65 anni del territorio di Terni e prevede il coinvolgimento della comunità locale.

Tra loro potranno partecipare persone anziane, persone anziane con patologia cardiovascolari e/o dismetaboliche e/o neurologiche e con problemi dell'apparato locomotore; persone con fattori di rischio per l'insorgenza di tali malattie e che si trovano in condizioni di vulnerabilità economica e sociale.

Programmazione delle azioni



Possibili Azioni:

Gruppi di cammino

Ginnastica dolce

Ginnastica all'aperto

Yoga terapia

Sala Attrezzi

Musicoterapia

Olistik Workout

Ginnastica dolce + Musicoterapia + Cammino

Lezione musicale caratterizzata dalla bassa intensità. Si tratta di una ginnastica eseguita con movimenti lenti, gradualmente, a basso impatto con utilizzo di piccole attrezzature. Obiettivo: Allenare i muscoli, ma soprattutto di rilassare la mente, permettendo di affrontare la vita quotidiana con serenità e benessere interiore.

TEST DEL CAMMINO: valutazione della capacità aerobica

Che cos'è il test del cammino?

Il test del cammino o 6MWT (Six minute walking test) misura la distanza che un soggetto può percorrere camminando il più velocemente possibile su una superficie piana in sei minuti, comprese tutte le interruzioni che il soggetto ritiene necessarie.

A che cosa serve il test del cammino?

Il test del cammino serve a valutare la capacità di percorrere una certa distanza e rappresenta una misura rapida ed economica per valutare la capacità di svolgere le normali attività quotidiane o, di converso, il grado di limitazione funzionale del soggetto.

La Fc al termine del test si è ridotta dopo 24 sedute del 5% e i metri percorsi sono aumentati

TEST DI FLESSIBILITA': valutazione della elasticità e flessibilità della catena cinetica posteriore.

Una perdita di flessibilità associata con l'età, come ad esempio quella che usualmente riscontrabile a livello dell'articolazione coxo-femorale, è in grado d'influenzare negativamente eventuali disfunzioni, patologie e disabilità già presenti nel soggetto anziano.

Il sit and reach viene utilizzato per la misurazione della flessibilità del tratto lombare e della muscolatura ischio-crurale.

Dopo 24 sedute recupero di 3.5 cm



Grazie