



ORDINE PROVINCIALE DEI MEDICI CHIRURGH E DEGLI ODONTOIATRI DI NOVARA



28100 NOVARA - Torelli 31/A - Tel.0321.410130 - Fax 0321.410068

E-mail: ordinemediciodontoiatrinovara@gmail.com

Conferenze Kiwaniane Attività sportiva in età pediatrica ed evolutiva: luci ed ombre

L'ordine dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri di Novara in collaborazione con il Kiwanis Novara Monterosa organizza annualmente una conferenza su argomenti di salute pubblica che possano essere utili alla cittadinanza. Detti eventi vengono accreditati per ottenere gli ECM per tutte le professioni sanitarie, ma l'invito è aperto all'intera cittadinanza.

Quest'anno il giorno 20 Aprile p.v. presso la Sede dell'Arengo del Broletto di Novara si terrà una giornata per approfondire l'argomento dell'attività sportiva nell'età pediatrica ed adolescenziale.

Fin da bambini l'attività fisica rappresenta uno dei pilastri fondamentali per una vita sana, i benefici fisici, psicologici e sociali sono comprovati, ma nonostante questo i bambini e i ragazzi praticano spesso livelli insufficienti di attività fisica.

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, i bambini dovrebbero cimentarsi in almeno un'ora di movimento al giorno di intensità moderata-vigorosa che, oltre ad includere un certo impegno cardio-respiratorio, a giorni alterni dovrebbe basarsi anche su esercizi di potenziamento muscolare.

Questa raccomandazione è generica ed empirica; agli occhi di un tecnico del settore potrebbe addirittura essere considerata insufficiente.

L'incontro con specialisti del settore si prefigge l'obiettivo di far conoscere alla popolazione l'importanza dello sport in età pediatrica ed evolutiva e affrontare le problematiche inerenti lo svolgimento continuativo di Attività sportiva, come riconoscerle e come intervenire al meglio per risolverle o per evitarne l'insorgenza.

Si precisa che l'evento non ha implicazioni commerciali ed è aperto gratuitamente a tutta la cittadinanza.



Il Legale Rappresentante

Dott. Federico D'Andrea