



Prevenzione, Colao (Css): «Educare alla salute ogni giorno, a ogni età»

Descrizione

(Adnkronos) «La difficoltà della prevenzione è che non se ne vedono subito i risultati. Uno degli asset su cui dovremmo ragionare, e questo è il convegno perfetto perché sono proprio queste le parole da usare, coinvolgere la nostra popolazione nella fase dell'educazione. La prevenzione va intesa come un'educazione alla salute che ognuno di noi dovrebbe praticare ogni giorno della propria vita, da quando è piccolo a quando è grande, diciamo, diversamente giovane, e che cambia un po' l'aspetto con il passare dei decenni». Cos'è Annamaria Colao, ordinaria di Endocrinologia all'Università Federico II di Napoli e titolare della Cattedra Unesco «Educazione alla salute e allo sviluppo sostenibile», intervenuta alla seconda edizione dell'Health Journalism Forum, in corso all'ospedale Cardarelli di Napoli, su come rendere la prevenzione una priorità nell'informazione rispetto alle emergenze.

«Fare prevenzione è sempre utile» ha spiegato la vice presidente del Css, il Consiglio superiore di sanità. A volte si pensa che sia qualcosa da fare da giovani e che, superati i 65 anni, non valga più la pena: «ma che lo faccio a fare, tanto ormai quel che è fatto è fatto». No, non c'è un momento della vita in cui possiamo smettere di prestare attenzione a quei comportamenti che ci mettono al riparo. L'alimentazione sana, l'esercizio fisico, il rispetto dei bioritmi, che quasi tutti ignorano: ci si sveglia al sorgere del sole e si va a dormire al tramonto, siamo stati programmati così. E poi l'astensione dai tossici. Lo dico sempre: alcol, fumo, farmaci, droghe, apparecchi elettronici, persone sbagliate sono tutti tossici che ci portiamo dietro nel tempo».

«A questo potremmo aggiungere altro» ha proseguito Colao «per esempio lo stare insieme in famiglia, il ritorno al modello mediterraneo, in cui la cucina era il luogo dove la famiglia si riuniva intorno a un tavolo. Ecco, quel momento abbassa lo stress, e sappiamo quanto lo stress conti nell'insorgenza delle malattie. Quindi, invece di fare solo passi avanti su intelligenza artificiale, digitale e velocità, ogni tanto facciamo qualche passo indietro, perché secondo me, sulla prevenzione, recuperare qualche ricordo è utile e le parole sono indispensabili». Quanto alla responsabilità degli operatori sanitari nel restare al passo con terapie in continua evoluzione, «la medicina va avanti e la scienza ci presenta continuamente delle novità» ha sottolineato «Il nostro compito è essere colti, studiare, essere informati. Se non conosci le cose, non puoi neanche applicarle. Il nostro compito, quindi, è conoscere esattamente tutto lo scibile della nostra specialità, o

comunque della nostra professione, e applicarlo a ogni singolo paziente. Non esiste la malattia, esiste una persona che porta con s  una malattia ed   questa traduzione del messaggio che rende ogni nostro paziente un unicum non replicabile: questa   la competenza. Le innovazioni devono quindi andare avanti e portarci nuove terapie, nuove diagnosi, nuovi protocolli: sta poi a noi applicarli nella maniera corretta a ogni singola persona , ha concluso.

  

cronaca

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione

Ottobre 29, 2026

Autore

redazione

default watermark