

Parlare di Salute, di sane e corrette abitudini di vita fuori da un contesto strettamente medico, non è facile. Spesso si tende a pensare che la prevenzione, l'informazione medica, l'approfondimento di un tema specifico che riguarda la salute, siano da affrontare in un ambiente asettico e puramente clinico, dove ad ogni sintomo corrisponde una diagnosi e, di conseguenza, una cura.

Oggi, e certamente nell'imminente futuro, si dovranno sfatare certi miti e cominciare a pensare che parlare di PREVENZIONE PRIMARIA significa CONOSCERE, DOCUMENTARSI, INFORMARSI e CAPIRE che il detto "Prevenire è meglio che curare" non è solo un modo di dire, ma è una pura e semplice verità.

Promuovere e incentivare cicli di incontri e seminari gratuiti e aperti a tutti come ad esempio questo organizzato dalla Scuola MILLENOTE Musica e Musicoterapia a cui si dà merito, rende un'Amministrazione sensibile e attenta ai bisogni dei propri cittadini, significa aprirsi ad una comunicazione chiara e alla portata di tutti che, se recepita, può portare grandi risultati. Prevenzione Primaria vuol dire adottare nella propria vita tanti piccoli accorgimenti che, nel tempo, danno risultati reali in termini di salute: non fumare, fare esercizio fisico regolare e continuativo, scegliere un'alimentazione corretta e bilanciata, socializzare e contrastare la solitudine ne sono alcuni esempi.

Credo che sensibilizzare i cittadini sia fondamentale per dare chiari e utili consigli: questo è possibile grazie all'ausilio prezioso di persone competenti, medici disposti a mettere il proprio tempo a disposizione degli altri affinché ci sia consapevolezza che la nostra Salute dipende da come viviamo, da come affrontiamo le cose e che possiamo sicuramente contribuire al nostro invecchiare sereno.

L'Assessore al Volontariato, Commercio e Pari Opportunità del Comune di Castelnuovo Rangone

Susi Grementieri