

Comunicato stampa

**SALUTE: ONDA E FIGURELLA DI NUOVO INSIEME PER PROMUOVERE STILI DI VITA CORRETTI**

**Novembre è il Mese della Prevenzione della Linea. Consulenze gratuite in oltre 150 centri in tutta Italia per promuovere il benessere della donna attraverso il giusto movimento e una sana alimentazione**

**Milano, x ottobre 2018** – Il sovrappeso rappresenta un problema non solo estetico contro cui correre ai ripari, è soprattutto un problema di salute derivante per lo più da uno stile di vita scorretto ed è riconosciuto come un fattore di rischio per molte malattie croniche. Nei paesi sviluppati infatti l'obesità è considerata come uno dei 10 principali fattori di rischio per la salute e in Europa sovrappeso e obesità sono responsabili di circa l'80% dei casi di diabete di tipo 2, del 35% delle cardiopatie ischemiche e del 55% della malattia ipertensiva tra gli adulti, causando ogni anno oltre 1 milione di morti e 12 milioni di anni di vita trascorsi in cattive condizioni di salute. Dati allarmanti se si considera che, secondo Istat, più di un terzo degli italiani è in sovrappeso, mentre una persona su dieci è obesa.

Secondo gli esperti un'attività fisica regolare e bilanciata e una sana alimentazione rappresentano la chiave per prevenire le malattie legate agli stili di vita scorretti. Infatti, mangiare bene non basta ma è indispensabile anche evitare la sedentarietà, causa principale del sovrappeso e quarto più importante fattore di rischio di mortalità al mondo e per tutte le malattie non trasmissibili come quelle metaboliche, respiratorie, cardiovascolari e i tumori.

*“Secondo la definizione dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, la salute non si definisce semplicemente come ‘assenza di malattia’, ma come lo ‘stato completo di benessere fisico, psichico e sociale’”, spiega Francesca Merzagora, Presidente di Onda, Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere. “Tutelarla al meglio non significa quindi solo preoccuparsi della prevenzione e della cura di eventuali malattie, ma avere una strategia a 360° a partire da corrette abitudini quotidiane. Le donne sono indiscusse protagoniste delle scelte alimentari di tutta la famiglia e influiscono in modo decisivo sugli stili di vita dei propri cari, risultando dunque preziose alleate nella diffusione di abitudini corrette”.*

Partendo da questi presupposti Onda, da sempre impegnata nella promozione di una cultura della prevenzione a partire dalle strategie primarie, ha deciso di sostenere anche quest'anno a novembre “Il Mese della Prevenzione della Linea” nel network di 150 centri Figurella impegnati attivamente nella promozione del benessere della donna. I centri si impegnano a informare e ad aiutare tutte le donne, dall'adolescenza all'età adulta, ad intraprendere e mantenere un percorso verso uno stile di vita corretto basato sul giusto movimento e una sana alimentazione che le renda più consapevoli, più in forma e quindi più sane.

A novembre, per il terzo anno consecutivo, i centri Figurella offriranno alla popolazione italiana femminile una visita gratuita con l'obiettivo di individuare i fattori di rischio legati al sovrappeso e alla sedentarietà, valutare in modo professionale il loro stato di forma fisica e definire un percorso di miglioramento tagliato sulle esigenze specifiche della singola persona.

A tutte le donne verrà inoltre distribuito nei centri Figurella e negli ospedali del network Bollini Rosa la brochure "Il tuo stile di vita è (davvero) sano?", realizzata da Onda per divulgare la cultura del giusto movimento e della sana alimentazione e fornire consigli utili da mettere in pratica nella vita di tutti i giorni.

Per prenotare l'Analisi della Figura [www.figurella.it](http://www.figurella.it) oppure telefonare presso uno dei 150 centri Figurella in Italia.

*Ufficio stampa*

**HealthCom Consulting**

*Laura Fezzigna, mob. +39 347 4226427 email [laura.fezzigna@hcc-milano.com](mailto:laura.fezzigna@hcc-milano.com)*

*Carlotta Freri, tel. +39 02 87399173 email [carlotta.freri@hcc-milano.com](mailto:carlotta.freri@hcc-milano.com)*