

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

“InFormaSalute”: salute e prevenzione all’Ariston

Redazione · Friday, June 30th, 2017

Mercoledì 5 luglio alle 20.45 riprende il ciclo di incontri di "*InFormaSalute*", frutto della collaborazione tra **Humanitas Mater Domini e l’Ariston – Lainate Urban Center**.

Anche per questa IV edizione l’obiettivo principale sarà quello di **mettere al centro salute, prevenzione e benessere**, in tre serate informative. Gli specialisti di Humanitas Mater Domini saranno i protagonisti di questi tre incontri che spazieranno dalla medicina sportiva, all’ortopedia passando per la sessualità e la psicologia.

Si comincia con un incontro dedicato alla **correlazione tra il cuore e lo sport**. Il dottor Mauro **Borchini**, cardiologo, spiegherà come il nostro cuore si adatta a determinate attività fisiche, specificando così gli atteggiamenti migliori per approcciarsi allo sport e trarne i giusti benefici. Seguirà l’intervento della dottoressa Marzia **Sucameli**, biologa nutrizionista, che si focalizzerà sull’**alimentazione più adatta a chi pratica sport**, il problema dell’**eccesso di peso** e come ottenere il **massimo delle performance** attraverso la scelta di cibi corretti.

Concluderà la serata il dottor Pietro **Mantoan**, fisioterapista, affrontando le **patologie più frequenti** che si possono presentare durante la pratica di comuni attività sportive, quali corsa, nuoto, bicicletta, ecc. **La prevenzione da eventuali traumi** sarà quindi l’argomento centrale che porterà a termine l’incontro inaugurale di InFormaSalute.

L’agenda di quest’anno prevede i seguenti incontri:

5 luglio – “*Cuore, alimentazione e fisioterapia*” a cura di Mauro Borchini (cardiologo), Marzia Sucameli (nutrizionista), Pietro Mantoan (fisioterapista).

6 settembre – “*Scoliosi: come riconoscerla e curarla*” – “*Ernia addio: nuovi orizzonti con l’ozonoterapia*” a cura di Carlo Antonio Todaro (neurochirurgo), Domenico Accardo (neurochirurgo), Maria Petruzzi (ortopedico).

13 settembre – “*Sessualità e benessere in adolescenza*” a cura di Elena Corradini (ginecologa), Laura Carabelli (dietologa), Pamela Franchi (psicologa), Barbara Pirali (endocrinologa), Eleonora Bernardini (ostetrica).

This entry was posted on Friday, June 30th, 2017 at 4:56 pm and is filed under [Eventi](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.

