

INDICE

<i>Prefazione di Antonio d'Amore</i>	7
<i>Presentazione di Enrico Bianco</i>	9
1. Promozione della Salute e Covid-19	10
<i>Introduzione alla lettura di Maria Teresa Menzano</i>	10
La promozione della salute	12
Benessere e pandemia	20
La pandemia	25
Il SARS-CoV-2	28
L'incognita "varianti" del SARS-CoV-2	33
Le misure di prevenzione	40
2. Covid-19 e stili di vita	50
<i>Introduzione alla lettura di Giorgio Liguori</i>	50
Covid-19 e stili di vita	53
Il Programma nazionale Guadagnare Salute	54
Attività fisica	54
Attività fisica e smart working	63
Sana alimentazione, alcol e fumo di tabacco	66
3. Benessere psicologico e psicosociale	75
<i>Introduzione alla lettura di Barbara De Mei e Anna Maria Luzi</i>	75
Covid-19 e paura	78
Fronteggiare l'ansia	86
Il supporto psicologico	89
Nuovi modi di comunicare	103
4. Vacciniamoci consapevolmente	107
<i>Introduzione alla lettura di Daniela Caso</i>	107
Finalmente i vaccini	109

Vaccinazione e immunizzazione	114
Il Piano Vaccinale in Italia	123
L'importanza dei vaccini nella storia	126
La vaccinazione, una scelta consapevole	130
Le fake news	136
Una scelta o un obbligo	141
5. Ripresa socio economica	144
<i>Introduzione alla lettura di Vincenza Capone</i>	144
L'impatto sanitario, sociale ed economico della pandemia	147
Il ruolo delle agenzie educative: la famiglia	150
Il ruolo delle agenzie educative: la scuola	157
DAD, smart working e ripresa socioeconomica	163
Lo smart working	165
Conclusioni	172