

## PREFAZIONE

**Antonio Ferro**

Sono particolarmente lieto di scrivere la prefazione di questo volume, curato dal gruppo di lavoro della Consulta dei Medici in formazione specialistica *Attività fisica e promozione della salute*, il quale vuole sottolineare l'importanza dell'attività fisica per una vita non solo in salute ma anche sostenibile per il Pianeta, con un approccio *One Health*, in coerenza con molti degli obiettivi dell'*Agenda ONU 2030* e il *Piano Nazionale della Prevenzione 2020-2025*.

Per la realizzazione del libro, hanno lavorato fianco a fianco, con passione, competenza e volontà a collaborare, medici in formazione specialistica, docenti universitari e operatori, afferenti non solo alle aree sanitarie ma anche professionisti come ingegneri e architetti, sottolineando chiaramente come la salute non dipenda esclusivamente dall'erogazione dei servizi sanitari, in linea con la strategia *Health in All Policies*, ritenuta capace di promuovere la salute nella popolazione e di contrastare le disuguaglianze sociali di salute. L'interesse della Società per il lavoro è dato anche proprio dalla collaborazione che si è instaurata fra ruoli e competenze, anche molto diversi fra loro.

L'obiettivo principale di noi igienisti, a differenza dei clinici, è quello di mantenere sani, i sani. Si tratta di una attività particolarmente complessa perché riguarda migliaia di persone, che non ci cercano, e che noi dobbiamo "agganciare" per far comprendere il valore della prevenzione nelle proprie vite. L'attività fisica ha un valore altrettanto importante rispetto alla clinica e va sempre accompagnata all'intervento sanitario.

Ricordo sempre che ognuno di noi nasce con un bagaglio di salute dato fondamentalmente dalla genetica dei nostri genitori, ma poi, il mantenimento della salute dipende dai nostri comportamenti virtuosi e dalle nostre attività di prevenzione.

Confido che questo libro possa offrire elementi culturali e pratici per favorire comportamenti proattivi per la salute umana e del Pianeta, in grado di migliorare la qualità della vita dei cittadini: salute, sostenibilità ed equità, ma anche quel sano divertimento che l'attività fisica può offrire.

Grazie ai nostri giovani medici specializzandi per questo importante contributo!

*Antonio Ferro  
Presidente nazionale della Società Italiana di Igiene,  
Medicina Preventiva e Sanità Pubblica*