

## Rassegna Stampa

# L'attività fisica per il benessere della persona: Synlab San Nicolò propone a cittadini e medici una serie di appuntamenti gratuiti



**Un open day gratuito, due convegni serali e la partecipazione alla RUNin'Como: Synlab San Nicolò si prepara a un fitto calendario di eventi dedicati al benessere e allo sport.**

Dopo l'appuntamento con la bellezza andato in scena il mese scorso, Synlab San Nicolò chiama nuovamente a raccolta il territorio, concentrandosi questa volta sullo sport, con una serie di appuntamenti dedicati alla salute e al benessere derivanti da una sana attività fisica.

Si inizierà domenica 5 maggio con la partecipazione alla manifestazione sportiva **RUNin'COMO** al fine di sensibilizzare la popolazione sull'importanza di un corretto stile di vita e per diffondere la cultura della prevenzione. Presso lo stand Synlab, i fisioterapisti della struttura offriranno gratuitamente trattamenti pre-corsa e massaggi post gara. Con la partecipazione della cittadinanza e degli agonisti, la RUNin'COMO sarà un'occasione ideale per amplificare il messaggio positivo che la struttura comasca da sempre rivolge alla cittadinanza.

L'impegno di Synlab San Nicolò nella promozione dell'attività fisica proseguirà poi con una tre giorni intensa, completamente dedicata al benessere psico-fisico dei cittadini: dal 13 al 15 maggio, presso la sede di viale Innocenzo XI, si terrà l'iniziativa "Muoversi bene per stare meglio, porte aperte in Fisioterapia". Si partirà con un convegno serale gratuito aperto al pubblico lunedì 13 maggio, alle ore 19:30, nel quale si parlerà di mal di schiena e attività sportiva. Un tema, quello della lombalgia, molto diffuso, che tuttavia spesso si accompagna all'incertezza su chi sia lo specialista di riferimento: durante l'incontro saranno illustrati i vantaggi di un approccio integrato, basato sulla collaborazione diretta tra diverse figure sanitarie e si approfondirà il ruolo dell'attività fisica nel benessere della colonna vertebrale e dell'organismo in generale. L'incontro si aprirà con i saluti di Claudio Zara – Direttore Sanitario Synlab San Nicolò Lecco e Como e proseguirà con gli interventi di Ivan Messineo – Specialista in Medicina Fisica e Riabilitazione, Responsabile Fisioterapia Synlab San Nicolò Como e Lecco, Andrea Molteni – Coordinatore Fisioterapisti e Responsabile Medical Fitness Fisioterapia e Marta Fusi – Fisioterapista Synlab San Nicolò Como.

Martedì 14 maggio, si terrà invece l'open day gratuito di Medical Fitness, durante il quale un Medico Specialista eseguirà una valutazione posturale gratuita che permetterà di identificare l'eventuale livello di alterazione del sistema posturale e proporrà un orientamento sull'eventuale inquadramento con il Medical Fitness. I posti saranno disponibili fino ad esaurimento, è importantissimo quindi prenotare contattando il numero 031 27641660, dal lunedì al venerdì dalle ore 14 alle ore 16 entro il 10 maggio 2019.

La tre giorni si concluderà mercoledì 15 maggio, con una serata dedicata espressamente ai medici, durante la quale si tratterà il tema delle patologie osteoarticolari, con focus sulla diagnostica e sulle terapie. Ortopedici, Neurochirurghi, Radiologi e Fisiatri creeranno l'occasione ideale per un qualificato aggiornamento ai colleghi interessati alle patologie osteoarticolari. Tra i presenti: Angelo Taborelli – Specialista in

Neurochirurgia Synlab San Nicolò Como, Marco Sassi – Specialista in Neurochirurgia Synlab San Nicolò Como, Gianemilio Zincone – Specialista in Radiologia, Responsabile Diagnostica per immagini Synlab San Nicolò Como e Lecco, Antonio Giardella – Specialista in Ortopedia e Traumatologia Synlab San Nicolò Como e Ivan Messineo – Specialista in Medicina Fisica e Riabilitazione, Responsabile Fisioterapia Synlab San Nicolò Como e Lecco.

Per i due convegni la partecipazione è libera e gratuita, ma è necessario iscriversi presso la Segreteria Organizzativa: Elizabeth Rosazza  
031.27641940 – [elizabeth.rosazza@synlab.it](mailto:elizabeth.rosazza@synlab.it).

La volontà di coinvolgere la cittadinanza in una settimana interamente dedicata all'attività fisica e al benessere a essa associato nasce dalla consapevolezza che, se praticato regolarmente e con criterio scientifico, il movimento non solo favorisce la migliore funzionalità degli apparati del nostro corpo, ma incide in termini bio-psicosociali sulla qualità della vita, sullo stato di salute e sul benessere globale della persona. Synlab San Nicolò, in questo ambito, sostiene da anni manifestazioni sportive del territorio e si impegna in termini formativi e informativi sia con il pubblico sia con i medici.