



Patrocinato da



Sedentarietà e obesità, malattie sociali: l'Europa scende in campo per combatterle con Move Week

La **5° edizione della Move Week**, che si è svolta da lunedì 23 a domenica 29 maggio, ha trascinato migliaia di persone nelle piazze d'Italia e di tutt'Europa.

Sedentarietà e obesità sono malattie sociali: **l'OMS ha lanciato l'allarme** con la Strategia per l'attività fisica 2016-2025. In Europa l'inattività è ritenuta responsabile ogni anno di un milione di decessi (il 10% circa del totale). Si stima che all'inattività fisica siano imputabili il 5% delle affezioni coronariche, il 7% dei diabete di tipo 2, il 9% dei tumori al seno e il 10% dei tumori del colon. Inoltre, molti paesi europei hanno visto le percentuali relative al numero di persone sovrappeso e obese aumentare negli ultimi decenni.

La **Move Week** è stata la risposta concreta a questo allarme sociale: sono stati 35 i paesi europei che hanno aderito organizzando migliaia di eventi sportivi.

A Lecco, giovedì 26 maggio in piazza Cermenati, l'Associazione di Promozione Sociale **Giretto**, con il patrocinio del **Comune di Lecco**, del **CONI** e di **ATS Brianza**, ha organizzato una camminata di Nordic Walking per le vie della città lanciando così un chiaro messaggio di promozione al movimento e al diritto alla salute.

La manifestazione ha visto protagonisti un centinaio di persone: gruppi di cammino, giovani, studenti, medici, pensionati, casalinghe, sedentari e sportivi che, per l'occasione, e con l'abbigliamento particolarmente riconoscibile fornito dalla UISP, hanno testimoniato l'importanza di praticare regolarmente un'attività fisica adeguata.

Grande soddisfazione per il risultato ottenuto è stato espresso dagli organizzatori che rinnovano il prossimo appuntamento con **Pillole di Salute in Tour** i giorni **11 e 12 giugno in Valsassina: due giorni di sport e divertimento aperti a tutti a titolo gratuito** in un'area di 15.000 m² dove i partecipanti potranno cimentarsi in oltre 30 discipline sportive, accompagnati da professionisti ed esperti che li guideranno fornendo lezioni e dispensando consigli e informazioni utili.

Foto: <https://www.flickr.com/photos/giretto/sets/72157668879500826>