



V Congresso Nazionale Slow medicine

Slow medicine: la salute come sistema

Firenze, 7 febbraio 2020

Modulo abstract

Inviare via e-mail entro il 15 gennaio all'indirizzo:
eventi@newaurameeting.it

	Programma di scrittura Word Carattere Times New Roman. Dimensione carattere 12. Interlinea singola. Allineamento: giustificato. Per riferimenti bibliografici (max 3) tipo: Barter PJ, et al. Titolo. Sigla rivista anno; vol: pag-pag.
Titolo dell'abstract (in grassetto)	Terzo Tempo
Sessione del convegno	<input checked="" type="checkbox"/> La salute in un mondo che cambia <input type="checkbox"/> Amici microbi <input type="checkbox"/> Deprescrizione
Autore/i (cognome e iniziale del nome puntato tipo: Rossi A., Bianchi B.)	Favaro E, Concilio C, Casadio C, Ghigo E
Ente/i di appartenenza (in corsivo)	Dipartimento di Scienze Mediche e Dipartimento di Letteratura e Letterature Straniere, Università di Torino
E-mail	enrica.favaro@unito.it

Abstract (max 1500 caratteri, spazi inclusi)	<p>Molte evidenze scientifiche dimostrano come alcuni stili di vita modificabili siano fondamentali per proteggere gli anziani dal rischio di sviluppare fragilità, patologie croniche, declino cognitivo e deterioramento mentale (Stern et al., 2012, Phillips C. et al., 2017), con rilevanza anche dal punto di vista socio-economico (Livingston, 2017, Toumlehto, 2001). Terzo Tempo è un progetto del Dipartimento di Scienze Mediche dell'Università di Torino proposto nel 2016 all'interno della piattaforma <i>Hackunito for ageing</i>, e ha lo scopo di promuovere un invecchiamento in salute, prevenire e ritardare la fragilità dell'anziano e i problemi legati all'invecchiamento come il declino cognitivo, la depressione e alcune patologie croniche. Il progetto vede la collaborazione di altri Dipartimenti Universitari, in particolare del Dipartimento di Lingue e Letterature Straniere e Culture Moderne dell'Università di Torino, e di molti altri enti e organizzazioni. In questi tre anni sono state organizzate ogni anno circa 60 attività tra conferenze, laboratori e workshop: interventi multidisciplinari mirati ad aumentare la consapevolezza sui processi di invecchiamento, sulla realizzazione di stili di vita efficaci e modificabili (attività fisica, corretta alimentazione, stili di vita socialmente attivi, attività culturali). L'analisi dei questionari sulla ricaduta nella vita quotidiana indica risultati positivi del progetto rispetto alla realizzazione di stili di vita efficaci e alla diminuzione di isolamento sociale e depressione. Ad esempio, una percentuale abbastanza rilevante di persone dichiara, dopo aver seguito il progetto, di aver iniziato a svolgere attività fisica, di pensare al tipo di alimentazione e di uscire maggiormente di casa per potersi recare alle conferenze. Tali risultati forniscono le basi per poter continuare il progetto con modalità maggiormente strutturate e aprono la strada a interventi socio-sanitari da attuare con modalità innovative, al di fuori degli interventi strettamente ospedalieri.</p>
---	--