

ExeRxcise  
is Medicine®  
Italy

# UN'INIZIATIVA GLOBALE PER LA SALUTE



*"Se avessimo una pillola che contenesse tutti i benefici derivanti dall'esercizio fisico sarebbe il farmaco più prescritto al mondo"*



**Indice**

<b>EXERCISE IS MEDICINE® UN'INIZIATIVA GLOBALE PER LA SALUTE</b>	.....	01
Storia di Exercise Is Medicine®	.....	02
Scopi e Obiettivi	.....	04
<b>IL NOSTRO SITO WEB WWW.EXERCISEISMEDICINE.IT</b>	.....	05
<b>10° EIEIM CONFERENCE PADOVA 2022</b>	.....	06
<b>SITOGRAFIA</b>	.....	07



## **EXERCISE IS MEDICINE® UN'INIZIATIVA GLOBALE PER LA SALUTE**

Numerosi studi scientifici, condotti in tutto il Mondo, hanno valutato l'importanza dell'attività fisica per la prevenzione e il trattamento di diverse patologie croniche. Nonostante ciò, negli ultimi decenni si è delineata una significativa diminuzione dell'attività fisica globale. Exercise is Medicine si pone quindi l'obiettivo di promuovere l'attività fisica come mezzo di prevenzione e trattamento per la popolazione generale e nelle patologie croniche.



## STORIA DI EXERCISE IS MEDICINE®

Negli anni Settanta, negli Stati Uniti, l'American College of Sport Medicine, l'American Heart Association, il National Institute of Health e i Centers for Disease Control and Prevention, iniziarono a interessarsi all'esercizio fisico e alla salute. Le principali riviste mediche JAMA e The New England Journal of Medicine iniziarono a pubblicare articoli sull'attività fisica. Il 5 novembre 2007 al National Press Club di Washington, l'American Medical Association (AMA) e l'American College of Sports Medicine (ACSM) presentarono un'iniziativa: EXERCISE IS MEDICINE® (EIM). Questo progetto è volto ad incoraggiare i medici e tutti coloro i quali si occupano di salute ad includere l'attività fisica nei piani di trattamento per i pazienti, indirizzandoli a professionisti dedicati alla prescrizione di esercizio di EIM (medici, chinesiologi, fisioterapisti), in modo tale da costruire un "ponte" per un'assistenza coordinata, basata sull'attività fisica come prevenzione e terapia.



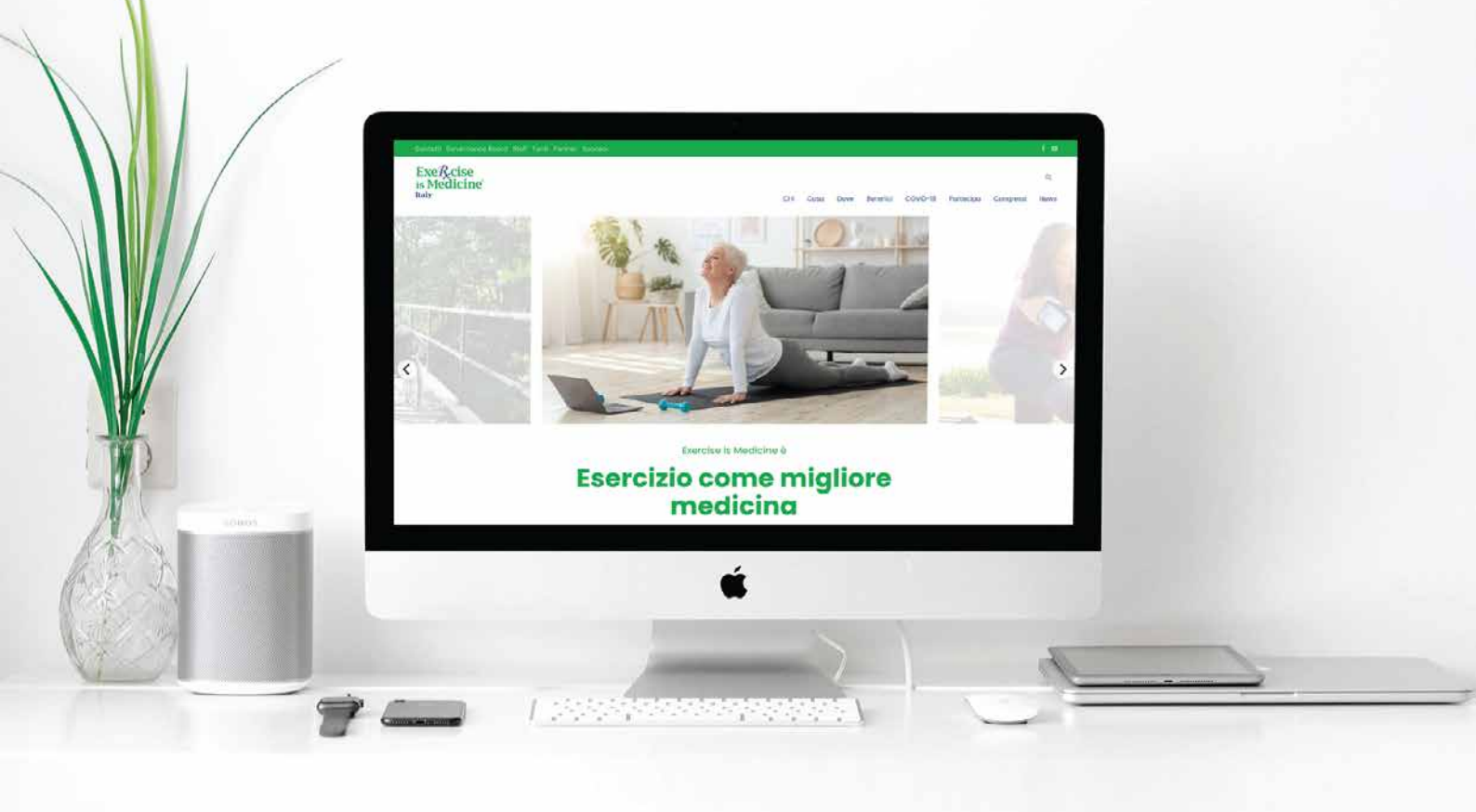
Secondo il pensiero di EIM, infatti, l'attività fisica dovrebbe essere parte integrante della prevenzione e del trattamento delle patologie, e perciò dovrebbe essere regolarmente considerata come parte dell'assistenza sanitaria. Nel 2007 Ronald M. Davis, presidente dell'AMA, spiegò ai giornalisti:

«Se avessimo una pillola che contenesse tutti i benefici dell'esercizio fisico sarebbe il farmaco più prescritto al mondo.»

Fin da subito, ci si rese conto che questa iniziativa doveva essere diffusa ovunque: nacque così nel 2009 EXERCISE IS MEDICINE GLOBAL®. Nel 2015 nacque ufficialmente l'EUROPEAN INITIATIVE FOR EXERCISE IN MEDICINE® (EIEIM), centralizzata sul sistema sanitario e sull'organizzazione europea. Perciò ogni anno, in Europa, si tiene il Congresso Europeo EIEIM su tematiche innovative relative all'attività fisica e alla salute. Attualmente EIM è presente in 37 paesi in tutto il Mondo con 7 centri regionali in Nord America, Europa, America Latina, Asia, Africa, Cina e Australia. Nei primi anni quest'iniziativa si è concentrata ad aumentare la consapevolezza globale che "l'esercizio fisico è una buona medicina". Più di recente, gli sforzi si sono spostati verso l'implementazione dell'esercizio come terapia nella patologia cronica. È necessario, infatti, creare un'ampia consapevolezza sul fatto che l'esercizio fisico sia una vera e propria medicina, un potente farmaco che deve essere inserito nei piani di prevenzione e di trattamento delle diverse patologie legate alla sedentarietà. Questo è l'obiettivo di Exercise is Medicine.

## SCOPI E OBIETTIVI





## IL NOSTRO SITO WEB [WWW.EXERCISEISMEDICINE.IT](http://WWW.EXERCISEISMEDICINE.IT)

A breve sarà disponibile il sito web di EIM Italy. Chiunque potrà consultarlo per ottenere informazioni in merito alle nostre attività. Il sito offre differenti funzioni:

- **Partecipazione:** iscrivendosi alla newsletter sarà possibile rimanere aggiornati su tutti gli eventi e le iniziative EIM Italy.
- **Informazione:** tramite la condivisione di materiale informativo scaricabile e gratuito, riguardante i benefici dell'esercizio fisico applicato in vari contesti (dalle patologie croniche all'attuale problematica COVID-19).
- **Formazione:** per i professionisti dell'esercizio sarà possibile accedere al corso online di "Prescrizione di Esercizio", con l'ottenimento di un attestato finale di riconoscimento con eventuali crediti ECM.
- **Promozione:** i professionisti titolati, che si occupano di prescrizione e somministrazione esercizio fisico come terapia, una volta superato il corso online, potranno comparire nel primo sistema di ricerca nazionale per professionisti dell'esercizio.



Exercise  
is Medicine<sup>®</sup>  
Italy

# 10<sup>th</sup> EIEIM CONFERENCE EXERCISE IS MEDICINE PADOVA 2022

27th - 29th October, 2022

Botanical Garden, Padova



1222-2022  
800  
A.N.N.I



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI PADOVA



[www.exerciseismedicineitaly.it](http://www.exerciseismedicineitaly.it)



# 10° EIEIM CONFERENCE PADOVA 2022

Ogni anno EIEIM organizza il proprio Congresso in una diversa città europea.

Il decimo meeting annuale, previsto nel 2022, si terrà presso l'Orto Botanico di Padova dal 27 al 29 Ottobre, in occasione dell'ottocentenario dell'Università.

## SITOGRAFIA

Exercise is Medicine Italy (IT)

**[www.exerciseismedicine.it](http://www.exerciseismedicine.it)**

Exercise is Medicine® (EU)

**[www.exerciseismedicine.eu](http://www.exerciseismedicine.eu)**

Exercise is Medicine GLOBAL®

**[www.exerciseismedicine.org](http://www.exerciseismedicine.org)**

**Exercise**  
**is Medicine**<sup>®</sup>  
**Italy**



[www.exerciseismedicineitaly.it](http://www.exerciseismedicineitaly.it)