



## COMUNICATO STAMPA

# Sport è Prevenzione: il Tennis allunga la vita

*Al convegno promosso da “Tennis and Friends salute e Sport”, Asl Città di Torino Azienda Zero e Federazione Italiana Tennis e Padel, i rappresentanti della medicina, delle istituzioni e dello sport descrivono i benefici per la salute e ribadiscono la necessità di diffondere educazione e cultura*

**Torino, 18 novembre 2023** – Invecchiamento attivo e prevenzione delle malattie a tutte le età sono due dei principali obiettivi che lo sport e l'attività fisica aiutano a raggiungere. Come dimostrato dalla ricerca, tutti i tipi di sport, fra i quali in particolare il tennis, sono strumenti per migliorare il benessere fisico e mentale, formare le relazioni sociali tra le persone anziane, allontanare e diminuire il rischio d'insorgenza di malattie del metabolismo fin dall'età pediatrica.

Al convegno **“Sport è Prevenzione: il Tennis allunga la vita”**, promosso da **“Tennis and Friends salute e Sport”**, **Asl Città di Torino Azienda Zero** e **Federazione Italiana Tennis e Padel**, tenuto questa mattina presso la Cupola Geodetica di Casa Tennis, i relatori hanno descritto lo scenario in cui sport e tennis si muovono nel Paese.

Moderati da **Attilia Brocca**, giornalista di AdnKronos, e da **Andrea Pavan**, capo redattore centrale di Tutto Sport, gli interventi hanno rappresentato in ciascun ambito lo stato dell'arte del livello di diffusione della cultura dello sport e della prevenzione sanitaria.

A illustrare i benefici che la disciplina dimostra nella ricerca scientifica sono stati **Giorgio Meneschincheri**, medico specialista in medicina preventiva, presidente della onlus Friends for health e docente dell'Università Cattolica del Sacro Cuore di Roma, **Emilio Sodano**, medico della Federazione Italiana Tennis e Padel, **Roberta Siliquini**, professore ordinario di Igiene all'Università di Torino, **Angelo Bertelli**, direttore Istituto Medicina dello Sport di Torino e **Gianmarco Sala**, direttore fondazione piemontese per la ricerca sul cancro.

Il presidente della Federazione Italiana Tennis e Padel, **Angelo Binaghi**, **Nicola Pietrangeli**, ambasciatore del tennis italiano nel mondo, e il presidente del Comitato d'onore delle Nitto ATP Finals, **Gianni Ocleppo**, hanno riportato invece l'interesse che vive in questi anni il tennis in Italia, soprattutto fra i giovani, grazie anche alle grandi manifestazioni sportive, come il torneo in corso a Torino. Infine l'assessore a Bilancio, Finanze, Programmazione economico-finanziaria, Patrimonio, Sviluppo delle attività produttive e delle piccole e medie imprese, **Tronzano Andrea**, e il direttore generale della ASL Città di Torino e commissario della Azienda Zero Regione Piemonte, **Carlo**



**Picco**, hanno sottolineato l'impegno delle istituzioni nell'investire in politiche che possano offrire spazi nelle città e occasioni per praticare le attività sportive.

Il tennis, più di altri sport, ha dimostrato di allungare di quasi dieci anni l'aspettativa di vita. Ma in generale l'esercizio fisico dovrebbe essere visto come un'abitudine fin da piccoli, quasi come prendere un farmaco su prescrizione", afferma **Giorgio Meneschincheri**. "Inoltre l'attività fisica dovrebbe essere un approccio fondamentale nella gestione della depressione, dell'ansia e del disagio psicologico. Come è stato recentemente dimostrato, l'impegno in un programma di esercizio fisico regolare di intensità moderata per sei mesi o un anno viene associato ad un aumento del volume di alcune regioni cerebrali. L'esercizio fisico può stimolare indirettamente la memoria e il pensiero, migliorando l'umore e il sonno, riducendo lo stress e l'ansia".

"Abbiamo tutti paura di scoprire una malattia. Siamo tutti un po' vigliacchi, ma è proprio grazie alla prevenzione che possiamo stare bene. La prevenzione fa bene, Anche lo sport, a qualsiasi livello, ci fa bene, fatelo!", invita **Nicola Pietrangeli**, ambasciatore del tennis italiano nel mondo.

"Autorevoli studi internazionali continuano a dimostrare come il tennis, più di ogni altra disciplina sportiva, produca effetti benefici sulla salute e la longevità dei cittadini. È anche per questo che tra gli obiettivi della Federazione c'è l'intenzione di sfruttare il successo straordinario di eventi come le Nitto ATP FINALS e l'esplosione del fenomeno Sinner per allargare la nostra base e sostenere la crescita del movimento: più pratica tennistica significa più salute per i cittadini e un risparmio per le casse dello Stato", sostiene il presidente della Federazione Italiana Tennis e Padel, **Angelo Binaghi**, che aggiunge come Torino sia stata una città straordinaria nell'ospitare il torneo Nitto ATP Finals.

Il direttore generale ASL Città di Torino e Commissario di Azienda Sanitaria Zero della Regione Piemonte, **Carlo Picco**, dichiara "è strategico il ruolo dell'Azienda Sanitaria Zero della Regione Piemonte e dell'ASL Città di Torino nella gestione dei grandi eventi, dove emerge la sinergia delle Aziende nella pianificazione per lo svolgimento delle manifestazioni, che deve essere integrata con il sistema dell'emergenza sanitaria territoriale, perché, l'organizzazione dei soccorsi, in caso di manifestazioni pubbliche, necessita di una risposta organizzata, idonea e precisa, da rendersi mediante un coordinamento centrale ed una sufficiente collocazione sul posto di personale addestrato, di mezzi e con la presenza di sistemi di comunicazione efficaci".

**Si ringrazia RTL 102.5, Radio ufficiale dell'evento Nitto ATP Finals e media partner del convegno**

**PER SCARICARE LE FOTO DEL CONVEGNO** [LINK](#)

**Ufficio stampa Tennis & Friends - Salute e Sport**

Elisabetta Gramolini  340 4959851 - Stampa Medico-Scientifica

 [ufficiostampa@tennisandfriends.it](mailto:ufficiostampa@tennisandfriends.it)

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

