



## **L'ESPERIENZA ANAM NELLA USL-1 DELL'UMBRIA AREZZO 28 NOVEMBRE 2025**

**Dott. Ssa Barbara Sebastiani – Dott.ssa Edvige Meloni – Dott. Alberto Marcucci – Dott. Marco Nulli**



**ANAM**  
Associazione Nazionale  
Attività Motorie ASD Libertas



**OSPEDALE MEDIA VALLE DEL TEVERE**

**attività fisica come farmaco**  
nelle patologie cardiache e fattori di rischio cronico cardiovascolare



+MOVIMENTO  
-FARMACI

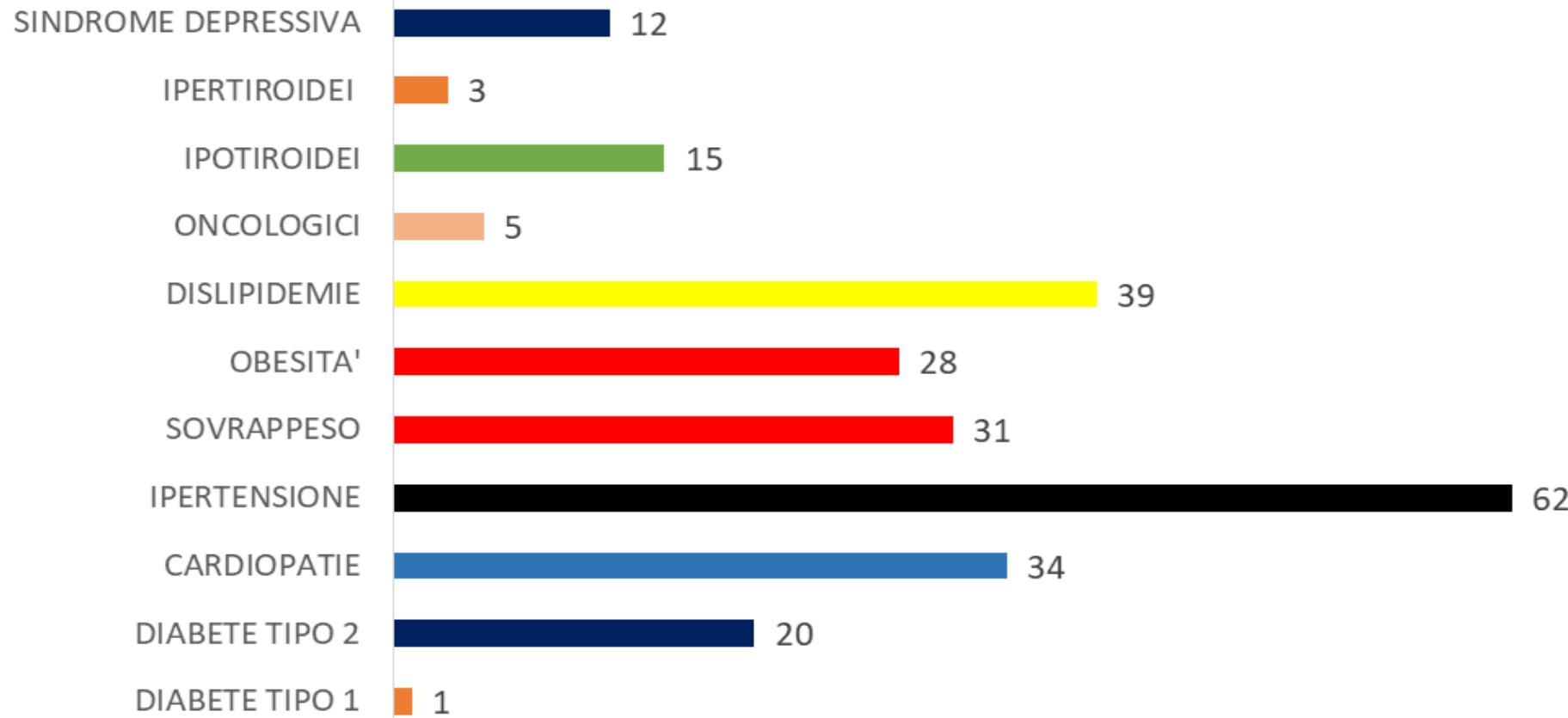
- OSPEDALE GROCCO PERUGIA**
- OSPEDALE MEDIA VALLE DEL TEVERE**
- CENTRO SALUTE MAGIONE**
- DISTRETTO SANITARIO MASSA**



- **CARDIOPATIE SBILIZZATE**
- **FATTORI DI RISCHIO CRONICO**
- **SINDROME METABOLICA**

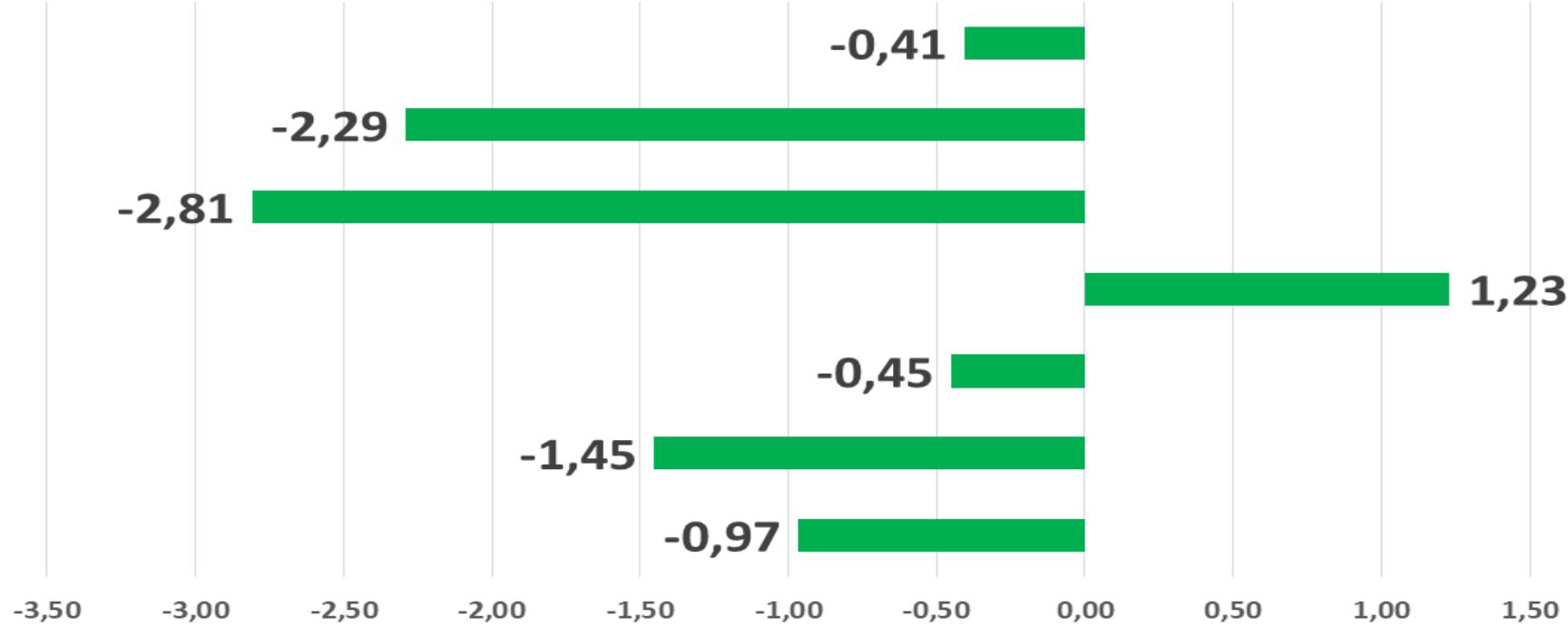


## DISTRIBUZIONE PER PATOLOGIA



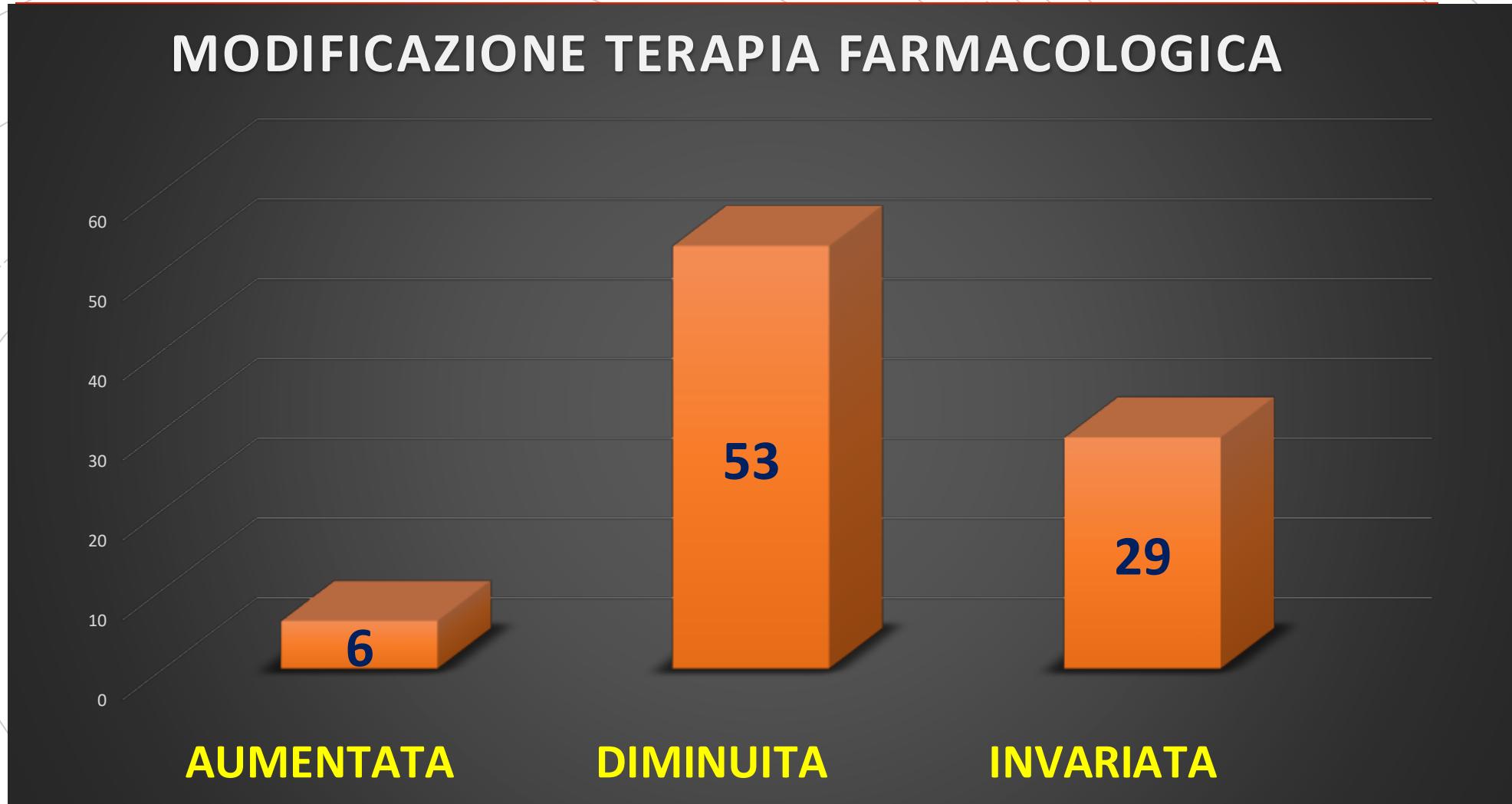


## RIMODELLAMENTO MASSA CORPOREA 360°



	PESO	MASSA GRASSA	GRASSO VISCIERALE	MASSA MUSCOLARE	CIRC. VITA	CIRC. FIANCHI	B.M.I.
<b>Serie2</b>	-0,97	-1,45	-0,45	1,23	-2,81	-2,29	-0,41

## MODIFICAZIONE TERAPIA FARMACOLOGICA







TROVERETE GLI SCETTICI AD OGNI CAMBIAMENTO CHE  
FARETE..... NON ASCOLTATELI.....

QUALSIASI COSA PUÒ ESSERE FATTA SE LA VISUALIZZI  
E SE CREDETE IN VOI STESSI.....

VISUALIZZATE L'OBIETTIVO È SAPPIATE ESATTAMENTE  
DOVE VOLETE ANDARE....

SAPPIATE CHE NON C'È ASSOLUTAMENTE NIENTE SE  
NON DURO LAVORO,

MA NESSUN DOLORE, EQUIVALE A NESSUN GUADAGNO....

NON SI PUO' SALIRE LA SCALA DEL SUCCESSO,  
CON LE MANI IN TASCA.....

**BUONA FORTUNA**