

Al via oggi a Roma la 2a edizione della Longevity Run, corsa per sentirsi in forma e restare in buona salute. Partner **Carni Sostenibili**

LINK: <http://www.foodaffairs.it/2019/05/10/al-via-oggi-a-roma-la-2a-edizione-della-longevity-run-corsa-per-sentirsi-in-forma-e-restare-in-buona-sa...>



Al via oggi a Roma la 2a edizione della Longevity Run, corsa per sentirsi in forma e restare in buona salute. Partner **Carni Sostenibili**

Al via oggi a Roma la Longevity Run, l'evento di sensibilizzazione per uno stile di vita sano e attivo grazie al sostegno della Fondazione Policlinico Universitario Agostino Gemelli IRCCS e Università Cattolica del Sacro Cuore. Appuntamento in una location evocativa, lo stadio "Nando Martellini" delle Terme di Caracalla, per una giornata dedicata a prevenzione, salute e sport, elementi indispensabili per chi voglia assicurarsi longevità di successo. Madrina della corsa sarà Sofiiia Yaremchuk, campionessa di mezzofondo. "Roma Capitale, ed io in prima persona - dichiara Daniele Frongia, Assessore allo sport, politiche giovanili e grandi eventi cittadini di Roma Capitale - sosteniamo con estremo interesse le iniziative dal carattere ludico-sportivo, così importanti per sensibilizzare i cittadini sul ruolo fondamentale dei sani stili di vita in funzionedella tutela e del mantenimento della propria salute". "La Longevity Run - dichiara il professor Francesco Landi - Docente presso la Facoltà di Medicina e Chirurgia dell'Università Cattolica del Sacro Cuore e Direttore UOC Riabilitazione e Medicina Fisica del Policlinico Universitario A. Gemelli IRCCS - intende promuovere attività volte ad indagare e diffondere le evidenze scientifiche su una longevità in buona salute fisica e mentale. Per invecchiare bene è importante prendersi cura di se stessi già da giovani e da adulti. La longevità infatti non è un dono di natura ma si conquista passo dopo passo con uno stile di vita corretto e con una adeguata prevenzione". Fino alle ore 19 di oggi 10 maggio, l'equipe di medici del Policlinico Universitario A. Gemelli IRCCS, tra cui anche gli specialisti del Centro di Medicina dello Sport coordinati dal prof. Vincenzo Palmieri, è a disposizione dei partecipanti per offrire a tutti un check-up gratuito sui 7 parametri di salute cardiovascolare: misurazione della pressione arteriosa, della glicemia e del colesterolo, calcolo dell'indice di massa corporea, valutazione dello stile di vita e delle abitudini alimentari e analisi di alcuni parametri di performance funzionali, come la forza muscolare e la funzione respiratoria. Questi gli elementi che concorrono a comporre lo screening e che vengono poi registrati in una scheda di valutazione personale contenente tutti i risultati, ma soprattutto i consigli e le raccomandazioni per perseguire un corretto stile di vita. Al termine delle visite, alle 19.30 avrà inizio l'attività sportiva: un circuito che combina elementi di fitness, ciclismo e corsa, messo a punto da Purosangue, progetto internazionale di running solidale. La Longevity Run si avvale del team di specialisti coordinato dal Prof. Francesco Landi - Docente presso la Facoltà di Medicina e Chirurgia dell'Università Cattolica del Sacro Cuore e Geriatra presso il Policlinico Universitario A. Gemelli IRCCS di Roma - che è impegnato da anni sul piano scientifico e didattico nello studio e divulgazione di temi legati alla prevenzione e all'identificazione dei fattori associati a una longevità "di successo". Dopo la tappa odierna a Roma sono previste altre due tappe: in Emilia Romagna il 26 maggio a San Gabriele Piozzano

(Piacenza) e Trentino Alto Adige il 3 agosto a Madonna di Campiglio (Trento). L'evento è realizzato con il supporto di **Carni Sostenibili**, il progetto nato per diffondere il valore della carne nell'alimentazione umana e promuoverne il consumo consapevole, Danacol di Danone, che, in linea con le precedenti edizioni del Mese del Cuore, continua il suo percorso di sensibilizzazione sui principali fattori di rischio cardiovascolare, tra cui colesterolo, sostenendo la Longevity Run con i medici del Policlinico Universitario A. Gemelli IRCCS, e Fox Networks Group Italy, che attraverso il canale della piattaforma Sky FoxLife, ha realizzato, a supporto della manifestazione, una campagna on air con 7 spot che sottolineano i 7 segreti per essere "bella e in forma" che rappresentano i parametri della salute certificati dalla Fondazione Gemelli. Per iscriversi alla Longevity Run basta andare sul sito www.longevityrun.it Per prenotare i check up è sufficiente scrivere all'indirizzo mail longevityrun@gmail.com L'iniziativa è resa possibile grazie al Patrocinio e alla collaborazione con l'Università Cattolica del Sacro Cuore, la Fondazione Policlinico Universitario Agostino Gemelli IRCCS, l'Innovative Medicines Initiative (IMI-Comunità Europea), Roma Capitale, la Federazione Italiana di Atletica Leggera, l'Associazione Italia Longeva e la Società Italiana di Gerontologia e Geriatria. L'evento si svolgerà in collaborazione con Corriere dello Sport. Main Sponsor del progetto **Carni Sostenibili**, Danacol di Danone e Fox Life (114, Sky) canale di Fox Networks Group Italy.