Ufficio Stampa della Provincia autonoma di Trento
Piazza Dante 15, 38122 Trento
Tel. 0461 494614 - Fax 0461 494615
uff.stampa@provincia.tn.it

COMUNICATO n. 2903 del 03/10/2026

L'assessore Tonina ha partecipato a un convegno ad Arco: "Dobbiamo spostare il baricentro della sanità dalla cura della malattia alla costruzione della salute"

Salute, il movimento è prevenzione

"L’attività fisica è uno strumento di salute e di prevenzione, non soltanto una questione di sport e di prestazione. La sfida per il futuro della sanità è spostare progressivamente il baricentro dalla cura della malattia alla costruzione e al mantenimento della salute". È stato questo il messaggio dell’assessore provinciale alle politiche sociali e salute, Mario Tonina, intervenuto all’incontro “Equilibrio e personalizzazione nell’attività fisica”, che si è svolto all’Auditorium dell’Oratorio di Arco.
Nel suo intervento l’assessore ha sottolineato come il movimento debba essere considerato una componente fondamentale delle politiche di prevenzione, capace di contribuire al contrasto della sedentarietà, al mantenimento dell’autonomia e alla riduzione del rischio di numerose patologie croniche.
"Non dobbiamo pensare allo sport soltanto come prestazione, agonismo o competizione", ha detto l’assessore che ha colto l'occasione per ricordare il Festival dello Sport in corso proprio in questi giorni a Trento, con la presenza di tantissimi campioni di oggi e di ieri, "lo sport è anche uno strumento di prevenzione lungo tutto l’arco della vita, perché muoversi significa contribuire a mantenersi in salute. E proprio per questo l’attività fisica deve essere conosciuta, valutata e, quando necessario, personalizzata: non esiste una proposta valida allo stesso modo per tutti", ha proseguito Tonina.

Da qui il valore dell’incontro di Arco, dedicato alla valutazione funzionale dell’atleta, all’utilizzo del test cardiopolmonare e alla gestione integrata del carico di allenamento, con l’obiettivo di approfondire anche gli strumenti utili alla prevenzione degli infortuni da sovraccarico.
Sul palco, accanto all'assessore Tonina vi erano il responsabile scientifico Egidio Dipete, medico dello sport, e Davide Ricci, anche lui medico dello sport. L’assessore provinciale ha evidenziato in particolare la necessità di rafforzare il dialogo tra competenze diverse: "Medici dello sport, preparatori atletici e professionisti della salute hanno competenze differenti, ma complementari. Quando queste competenze dialogano, possiamo costruire percorsi più completi, mettendo al centro non soltanto la prestazione, ma la persona e la sua salute"

Nel corso del suo intervento è stato inoltre richiamato il lavoro avviato dalla Provincia autonoma di Trento sul fronte della prevenzione e della promozione della salute, con la collaborazione tra Provincia, Azienda sanitaria universitaria integrata del Trentino, Università di Trento e Fondazione Bruno Kessler. Un progetto destinato a ricerca, formazione, borse di studio e dottorato, strumenti informatici e sistemi di raccolta e analisi dei dati. "La salute deve essere osservata e promossa prima che emerga la malattia – ha sottolineato Tonina –. Dobbiamo utilizzare sempre meglio la ricerca e i dati per capire come favorire una vita più lunga, ma soprattutto più lunga in buona salute. In questo percorso si inserisce anche la collaborazione con il professor Luigi Fontana, medico e scienziato trentino di fama internazionale, che da anni studia il rapporto tra nutrizione, metabolismo, attività fisica, invecchiamento e prevenzione delle malattie croniche, che a

novembre rientrerà in Trentino proprio per lavorare su questo progetto di visione", ha concluso l'assessore che ha riportato un concetto riportato in più occasioni dal professor Fontana: "non basta aggiungere anni alla vita, dobbiamo cercare di aggiungere salute agli anni".

La giornata di Arco ha riunito medici, preparatori atletici e professionisti del settore per approfondire il rapporto tra attività fisica, carico di lavoro, personalizzazione dell’allenamento e prevenzione.

(at)