

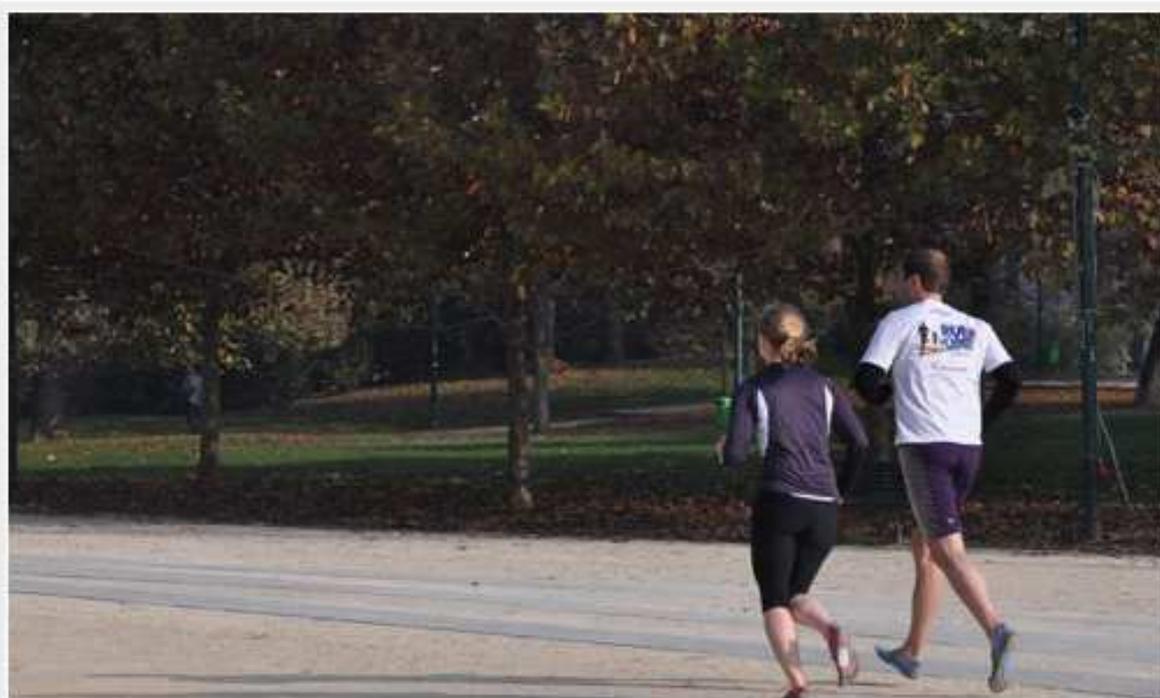
**cam**

CENTRO ANALISI MONZA

Rassegna Stampa**Data**
Pubblicazione
Frequenza26 gennaio 2014
mbnews.it
quotidiano

Monza. Convegno al Cam: si parla di attività motoria, benessere psicofisico e Adventure Race

26 gennaio 2014 Di [Redazione](#) Archiviato in: [Primo Piano](#), [Salute](#), [Sport](#) [Lascia un Commento](#)

[Mi piace](#)

1

[Tweet](#)

7

[Pinit](#)[g+1](#)

1

[Share](#)

3

Lo sport fa bene oltre al corpo anche alla mente. Negli ultimi decenni le evidenze scientifiche hanno sempre più sottolineato l'importanza di un'attività fisica praticata regolarmente, non solo per una migliore funzionalità degli apparati del nostro corpo, ma soprattutto per i suoi benefici effetti bio-psico-sociali sulla qualità della vita, sullo stato di salute e sul benessere globale della persona.

Di questo importante tema se ne parlerà **giovedì 15 gennaio alle ore 19 all'auditorium CAM di viale Elvezia a Monza**. L'incontro dal titolo "Attività motoria e benessere psicofisico" è organizzato dal Centro Analisi Monza e al tavolo dei relatori sono attesi diversi specialisti del settore che si confronteranno sulla validità scientifica delle proposte terapeutiche. In particolare Movimento e rigidità articolare sono le tematiche che affronteranno Felicianonio Di



Domenica, specialista in Ortopedia e Traumatologia e in Fisiatria e il fisioterapista Roberto Volpi, sulla relazione tra patologia degenerativa emovimento interverrà Valeria Campanella, specialista in Reumatologia. "L'attività fisica può essere dannosa?" è il titolo del contributo di Franco Combi, Dirigente dell'area medica FC Internazionale; Ferruccio Cavanna, Responsabile Scientifico, Ricerca e Sviluppo CAM, e Andrea Molteni, della fisioterapia CAM, spiegheranno al pubblico i nessi esistenti tra dieta e fitness. Seguirà un focus sui programmi di riequilibrio e benessere muscolo-scheletrico a cura dei due "medical fitness trainer", Maurizio Alieri e Andrea Molteni. (Qui il [PROGRAMMA completo degli interventi](#))

L'evento si concluderà con un'interessante testimonianza che sarà introdotta dal **direttore del quotidiano online MBNews Matteo Speciali**: Andrea Villa, racconterà la propria esperienza appena conclusa in Costa Rica dove ha partecipato con altri tre atleti al [campionato mondiale di "Gara Avventura" \(Adventure Race\)](#), uno sport estremo che tocca orienteering, bici, corsa, nuoto, rafting e kayak.

Il Convegno, dedicato ai medici specialisti, ai fisioterapisti, ai medici di base e a tutte le persone interessate a migliorare la qualità della vita, si inserisce tra le iniziative che il CAM dedica alla formazione professionale e all'approfondimento scientifico per il pubblico, mirate a costruire una diffusa "**Cultura della Salute**".

La partecipazione all'incontro del 30 gennaio è gratuita, ma è necessario segnalare la propria presenza contattando Sara Casati allo 039.2397450 o inviando una mail a segreteriaorganizzativa@cam-monza.com