https://share.google/DoQ3IL8tz9OTZ6r3T

Oltre cento visite alla giornata sulla previnzione dell'osteoporosi promossa da Soroptimist

27.05.2025 - h 21:46

da **Club Soroptimist**



Il 22 maggio il Soroptimist club di Jesiha organizzato una giornata dedicata al tema dell'OSTEOPOROSI.

In piazza della Repubblica è stata allestita una tensostruttura in collaborazione con la CRI di Jesi, per effettuare uno screening MOC(densità minerale ossea)gratuito per la cittadinanza e sono state effettuate circa 100 misurazioni. A completamento della giornata alle ore 19 presso la sala del lampadario del Circolo Cittadino si è tenuto un incontro dal titolo "Osteoporosi, miti e verità ".

Dopo i saluti della presidente Anna Maria Franconi sono intervenuti il dott. Augusto Taccaliti specialista in endocrinologia e il dott. Andrea Melon Personal trainer. Il dott.Taccaliti ha spiegato l'origine , le cause (menopausa,farmaci,malattie), i fattori di rischio(diete povere di calcio,vit.D,sottopeso, abuso di alcol e fumo),i sintomi (fratture),la prevenzione e le

raccomandazioni: sana alimentazione (latte e derivati, verdure e pesce);esercizio fisico regolare. Le tecniche diagnostiche da eseguire:la Moc e l'innovativa ecografia ed infine la terapia.Poi il dott. Melon ha parlato di come il movimento possa essere di grande aiuto nel contrastare l'insorgenza e l'ingravescenza dell'osteoporosi. In particolare ha raccomandato un tipo di movimento vario, aerobica non traumatica, la camminata, rafforzamento e allenamento con carichi volta a migliorare il tono muscolare e a rendere le articolazioni più sicure. Numerose sono state le domande da parte del pubblico.