



MAMME IN MOVIMENTO ARRIVA A MANTOVA IL 19 NOVEMBRE INIZIATIVA DI LANCIO IN COLLABORAZIONE CON ASST MANTOVA, UISP MANTOVA E “GOCCE DI LATTE”

“Mamme in Movimento” approda a Mantova. Si tratta di una camminata libera, guidata da personale formato, rivolta a mamme in gravidanza, neomamme, bimbi in fascia o nel passeggio, che ha la finalità di favorire il benessere motorio e la socializzazione.

L'appuntamento è alle 10 al Campo Scuola “Tazio Nuvolari” in Piazza Atleti Azzurri d'Italia. Nell'arco della mattinata sarà anche possibile effettuare la valutazione della composizione corporea con l'ausilio della bilancia impedenziometrica.

L'evento è promosso dalla Struttura Promozione della Salute e Prevenzione Fattori di Rischio Comportamentali dell'ATS della Val Padana, in stretta collaborazione con i Consultori Pubblici e Privati, il Gruppo Mamme “Gocce di Latte”, UISP Mantova, il Comitato Provinciale UNICEF di Mantova, il Corso di Laurea in Ostetricia dell'Università degli Studi di Milano - Sezione di Mantova ed i Pediatri di Libera Scelta del territorio. La partecipazione è gratuita; si raccomanda l'utilizzo di calzature e abbigliamento comodi.

“L'iniziativa è stata pensata per promuovere l'attività motoria in questo particolare momento nella vita della mamma e del suo bambino; l'iniziativa ha già riscosso l'interesse e l'apprezzamento di pediatri, degli operatori dei consultori pubblici e privati, delle ostetriche, dei gruppi di mamme e delle associazioni sportive. L'evento, sostenuto a gran forza dalle istituzioni sanitarie – **sottolinea Laura Rubagotti, Dirigente della Struttura Promozione della Salute e Prevenzione Fattori di Rischio Comportamentali di ATS** - si inserisce nel programma *I primi 1000 giorni di vita* finalizzato a promuovere una genitorialità consapevole e il benessere di tutta la famiglia. L'iniziativa è stata organizzata grazie al prezioso supporto del Corso di Laurea di Ostetricia, con la finalità di far conoscere il fondamentale ruolo dell'ostetrica durante tutto il percorso nascita, dalla gravidanza al puerperio”.

“Durante il percorso formativo di base si trasmette ai futuri professionisti l'importanza della promozione della salute, in questo caso, la valorizzazione del movimento sia in gravidanza che nel dopo parto – **dichiara Raffaella Ferrara, Coordinatore delle Attività Didattiche e Professionalizzanti per il Corso di Laurea in Ostetricia di ASST Mantova** -. I benefici del movimento nel periodo della gestazione migliorano gli effetti delle modificazioni in gravidanza e nel periodo del dopo parto prevengono tutte quelle che sono le problematiche psico-sociali. Il coinvolgimento degli studenti nella realizzazione di questa iniziativa rappresenta un'originale modalità attraverso la quale possono acquisire nuove competenze e, contestualmente, permettere loro di apportare un contributo professionale”.

“L'Istituto Superiore di Sanità sostiene che una moderata attività fisica può fare bene a tutte le neo mamme, anche a quelle che allattano. Anzi, può aumentare la produzione di latte, ma più di tutto il benessere psicofisico della mamma – **afferma Sara Parmeggiani, referente di Gocce di Latte** -. Con questa iniziativa vorremmo



Direzione Generale

Attività di comunicazione aziendale e relazioni esterne

promuovere il messaggio che con un'attitudine positiva verso sé stesse si può stare bene attraverso il raggiungimento di semplici obiettivi”.

Per informazioni è possibile contattare la Segreteria della Struttura Promozione della Salute e Prevenzione Fattori di Rischio Comportamentali di ATS al seguente numero 0376/334446 oppure scrivere a promozione.salute@ats-valpadana.it