

SEMPRE PIÙ ITALIANI SI DEDICANO ALLA CORSA, MA IL TASSO DI SEDENTARIETÀ RIMANE COMUNQUE TROPPO ALTO.

Bologna, luglio 2016

È lo sport amatoriale più praticato al mondo. Solo in Italia sono circa un milione i cittadini, sia uomini sia donne, che fanno jogging regolarmente per tenersi in forma. Perché correre non fa bene solo al corpo, ma anche alla mente.

Se il numero dei praticanti è in continuo aumento, di pari passo aumentano anche quelli che decidono di fare sul serio e affrontare le lunghe distanze. Secondo i dati calcolati dalla rivista *Correre*, infatti, sono stati **38.676** gli italiani che nel corso del 2015 hanno portato a termine almeno una maratona (42,195 km). Un record, che aggiorna il dato del 2014, quando il totale degli appassionati della maratona aveva per la prima volta superato il tetto dei 38.000 (38.254).

Tuttavia, secondo un'indagine dell'Osservatorio Sanità di UniSalute, la compagnia del gruppo Unipol specializzata in assistenza ed assicurazione sanitaria, il 40% degli italiani over 30 ammette di non fare mai alcun tipo di attività fisica o al massimo in maniera del tutto sporadica. Dati confermati da un recente rapporto Istat, che nonostante segnali un aumento del 2,7% di persone che praticano sport, sottolinea che restano delle noti dolenti, prima tra tutte la quota di sedentari che si attesta al 39,9% della popolazione. Dato abbastanza preoccupante, considerando che ormai è ampiamente risaputo che la sedentarietà determina conseguenze negative sull'organismo che possono portare a vere e proprie patologie e disturbi, oltre che a un precoce invecchiamento. In seguito alla sedentarietà si perde tessuto muscolare ed il metabolismo tende ad abbassarsi, determinando di conseguenza maggiori difficoltà nella vita quotidiana e favorendo l'accumulo adiposo, fino a sfociare nell'obesità, patologia sempre più in crescita in tutto il mondo, a causa proprio dell'eccessiva nutrizione e della scarsa attività fisica.

Per questo motivo UniSalute, che da sempre è attenta alla salute e al benessere degli italiani, ha voluto diventare main sponsor della Run Tune Up 2016, la famosa mezza maratona che si svolge a Bologna ormai da 15 anni.

Commenta Fiammetta Fabris, direttore generale UniSalute: “Se praticare la corsa regolarmente porta numerosi benefici per il benessere quotidiano, bisogna dire che una regolare attività fisica – che si tratti di lunghe camminate o sedute in palestra – deve accompagnare ogni fase della nostra vita. È sicuramente fondamentale che si cominci da piccoli, ma è un'abitudine che si dovrebbe proseguire anche da adulti. Fare dello sport è infatti una delle chiavi fondamentali per la prevenzione della nostra salute. Se la volontà del

UniSalute S.p.A.

Sede e Direzione Generale: via Larga, 8 - 40138 Bologna (Italia) - unisalute@pec.unipol.it - tel. +39 051 6386111 - fax +39 051 320961
Capitale Sociale i.v. Euro 17.500.000,00 - Registro delle Imprese di Bologna, C.F. e P.IVA 03843680376 - R.E.A. 319365
Società soggetta all'attività di direzione e coordinamento di Unipol Gruppo Finanziario S.p.A.,
iscritta all'Albo Imprese di Assicurazione e riassicurazione Sez. I al n. 1.00084 e facente parte
del Gruppo Assicurativo Unipol iscritto all'Albo dei gruppi assicurativi al n. 046

singolo è determinante, ad aiutare a combattere la pigrizia degli italiani e favorire uno stile di vita salutare possono contribuire istituzioni, amministrazioni, enti e aziende, promuovendo campagne e programmi per mantenersi in forma”.

UniSalute

UniSalute è la prima assicurazione sanitaria in Italia per numero di clienti gestiti. Si prende cura ogni giorno della salute di 5,3 milioni di persone provenienti dalle più grandi aziende italiane, dai Fondi sanitari di categoria e dalle Casse professionali.

E' l'unica compagnia in Italia che si dedica da 20 anni esclusivamente alla protezione della salute e offre piani sanitari personalizzati e integrati con un'ampia gamma di servizi per rispondere nel modo più efficace ai diversi bisogni di protezione per le aziende di ogni dimensione e tipo. Inoltre, per prima in Italia, ha sviluppato una gamma di polizze individuali acquistabili online.

Garantisce ai propri assistiti l'accesso in tempi rapidi alle migliori strutture sanitarie in Italia e all'estero tra cui ospedali, case di cura, poliambulatori, centri diagnostici e fisioterapici, studi odontoiatrici e di psicoterapia, operatori socio assistenziali anche a domicilio. E' la prima assicurazione in Italia ad aver istituito un Circuito termale a cui i clienti possono accedere a tariffe riservate. Monitora costantemente la qualità proprio network di migliaia di strutture: 9 clienti su 10 consigliano la struttura in cui hanno effettuato le cure.

Fondata dal Gruppo Unipol nel 1995 è l'operatore di riferimento nel mercato della sanità integrativa italiana

Contatti per la stampa:

Ecomunicare

Luca Maranesi

Luca.maranesi@ecomunicare.com

335.1860821