



**ASSOSALUTE**  
Associazione nazionale farmaci automedicazione

## **FEDERCHIMICA-ASSOSALUTE SCATTA IN TESTA PER PROMUOVERE CORRETTI STILI DI VITA NELLA LOTTA ALLE CEFALÉE**

Ravenna, 5 luglio 2016 - Per il secondo anno consecutivo Federchimica-Assosalute (Associazione nazionale farmaci di automedicazione, appartenente a Federchimica) sostiene la maratona Scatta in Testa promossa dal Ravenna Runners Club a Marina di Ravenna l'8 e il 9 luglio, per sostenere l'Associazione Italiana per la Lotta contro le Cefalee.

Il 44% degli italiani soffre di mal di testa come risposta "fisiologica" alle situazioni di stress e fatica legate alle piccole vicende quotidiane. Queste condizioni, in larga parte transitorie, sono certamente prevenibili attraverso buoni stili di vita, che da una parte "allontanano" i rischi di insorgenza della tensione e dall'altra consentano all'organismo di ricaricarsi e di distrarsi con attività salutari. Per esempio, appunto, facendo regolare attività fisica.

*"Abbiamo aderito con piacere alla proposta di sostegno del Prof. Barbanti – dichiara Agnès Regnault, Presidente di Federchimica-Assosalute – perché è fondamentale aiutare le persone a capire che i primi protagonisti della nostra salute siamo noi. E la visibilità della maratona Scatta in Testa è certamente un'occasione importante per promuovere messaggi positivi e il coinvolgimento dell'opinione pubblica su questi temi".*

L'OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità) afferma che, per fortuna, l'80% dei disturbi che correntemente affliggono la popolazione dei Paesi evoluti sono lievi, transitori, e affrontabili responsabilmente e in molti casi anche in autonomia.

*"Un cittadino informato - conclude Regnault - non solo fa del bene a sé stesso, ma è anche una risorsa su cui tutti dovremmo investire. E qui giocano un ruolo fondamentale tutti gli operatori che hanno le competenze e le professionalità per guidare questo percorso, per accreditarlo, nel comune obiettivo della crescita e sviluppo di una moderna ed evoluta cultura della salute e del benessere. La maratona Scatta in Testa è un ottimo esempio in questo senso e, permettetemi una battuta, chiunque arriverà per primo al traguardo, l'Associazione Italiana per la Lotta contro le Cefalee l'ha già vinta in partenza".*