This project has received funding from the European Union's Seventh Framework Programme for research, technological development and demonstration under grant agreement no 602386

Il progetto di innovazione sociale finanziato dall'UE per promuovere uno stile di vita sano si candida a diventare parte integrante delle politiche sociali dei Paesi comunitari

Firenze, 2 ottobre 2015 – Crediti e stimoli che spingono le persone ad avere un approccio attivo per uno stile di vita più sano attraverso l'aiuto di esperti e nutrizionisti che monitorano costantemente l'attività fisica e l'alimentazione.

Terminate le fasi di sperimentazione su 900 soggetti, il terzo e ultimo step di Credits4Health coinvolgerà 2.100 cittadini europei. I 3.000, complessivamente selezionati, sono distribuiti in 4 aree geografiche: Firenze e Salento (Brindisi, Lecce e Taranto) per l'Italia, Kalamata e Pylos in Grecia e Girona per la Spagna. Chiunque tra i 18 e 65 anni residente o domiciliato in queste 4 zone può iscriversi attraverso il sito www.credits4health.it e entrare a far parte del progetto.

Mettendo a frutto le migliori pratiche nel settore healthcare e l'esperienza di affermati professionisti nei campi della salute, del benessere, dell'etica, della scienza e della tecnologia, Credits4Health è il progetto di innovazione sociale, finanziato dall'Unione Europea per sperimentare un sistema di prevenzione semplice ed efficace che si avvale delle nuove tecnologie, con l'obiettivo di renderlo, nel lungo termine, sostenibile e applicabile a tutti i Paesi europei.

Il 35,6% degli italiani è in sovrappeso, il 10,4% è obeso. Il 40% non svolge alcuna attività sportiva: di questi il 21% dichiara di non avere alcuna voglia di svolgerla, mentre il 47% si dice possibilista all'idea di vincere la pigrizia e il 30% comincerebbe a fare attività fisica se ricevesse i consigli giusti da un esperto*.

Il 49% degli italiani collega la buona salute a un più corretto stile di vita ma a mancare spesso sono gli stimoli. Credits4Health, ha lo scopo di rendere migliore lo stile di vita delle persone tramite una corretta attività fisica, una dieta sana ed equilibrata e la partecipazione a una vita sociale attiva. Tutto ciò è reso possibile attraverso un sistema innovativo di incentivi e di percorsi personalizzati su una piattaforma web, realizzata da medici, nutrizionisti, esperti di scienze motorie e di etica medica, psicologi e professionisti nei campi della scienza e della tecnologia.

Il progetto si ispira al concetto del "*Nudge*", ovvero la "spinta gentile" (dall'omonimo best seller di Richard H. Taler e Cass R. Sunstein, pubblicato in Italia nel 2009), principio di strettissima attualità che individua gli stimoli più efficaci per innescare nelle persone una spirale positiva verso il miglioramento, alla sua prima applicazione su larga scala in Italia.

I partecipanti riceveranno, dopo una visita, un *activity tracker* che consentirà loro di monitorare le attività fisiche, aiutati sia dagli esperti collegati attraverso una piattaforma digitale, che attraverso incentivi, e condurre uno stile di vita più sano.

La prof.ssa Maria Luisa Brandi, Ordinario di Endocrinologia e Malattie del Metabolismo dell'Università di Firenze e coordinatrice di Credits4Health, fa il punto sullo status del progetto: "L'obiettivo della terza fase, che terminerà a metà 2016, è finalizzare la sperimentazione su un totale di oltre 3.000 partecipanti, sulle quali poter effettivamente misurare i vantaggi e i benefici ottenuti seguendo il programma indicato. Abbiamo raccolto nelle prime due fasi una notevole quantità di dati che ci hanno permesso di trovare molteplici correlazioni tra gli status fisici, psicologici e sociali dei partecipanti e i loro diversi approcci a seconda della provenienza geografica".

"Nel ramo pugliese del progetto Credits4Health, l'ISBEM ha raccordato le istituzioni e i cittadini che, volontariamente, si sono impegnati al meglio per individuare le strategie che promuovono la dieta mediterranea, i buoni stili di vita e l'attività fisica da mantenere ai fini della salute della persona", ha spiegato il prof. Alessandro Distante, presidente dell'Istituto Scientifico Biomedico Euro Mediterraneo e responsabile dello studio per il Salento. "Di fatto, tenuto conto che la salute è sia bene collettivo che individuale, C4H si configura come un esempio-pilota del futuro che ci attende, dove sarà sempre più necessaria la cooperazione fra istituzioni e cittadini per proteggere e mantenere più a lungo possibile il bene comune Salute".

Credits4Health (C4H) è gestito da un Consorzio europeo che comprende Istituzioni (tra cui il Ministero della Salute italiano), Università, autorevoli centri di ricerca e aziende.

**Rapporto Censis – Sport, salute e società italiana ottobre 2014*

fonte: ufficio stampa