

## LAGO MAGGIORE, Sbarca in Lombardia il progetto “Casa Campidanese”: edifici rurali trasformati in 'case-laboratorio'

Date : 7 Novembre 2017



Approda nei territori del **Lago Maggiore** il progetto “**Casa Campidanese**”, un percorso salutistico capace di indicare un *“modello di vita sana”*, ideato dal team scientifico della *Comunità mondiale della Longevità*.

Il metodo, nato e sperimentato in Sardegna, terra di centenari, strizza l'occhio a **tradizione e sostenibilità** e si ripropone di realizzare all'interno di questi **edifici rurali trasformati in 'case-laboratorio'** un programma capace di abbinare alle attività motorie i momenti legati alla tradizionale vita nei campi e persino alla quotidianità delle faccende domestiche. L'abitazione come luogo idoneo a **mettere in pratica uno stile di vita salutare**, in grado di mantenere distanti malattie e disabilità e dove sviluppare relazioni e socialità.

*“E' nostra intenzione – ha spiegato il presidente della Comunità, **Roberto Pili** - realizzare una parte dello studio pilota del progetto “Born to move - Nati per muoversi” nel Comune di Ranco (Varese) sul Lago Maggiore, nel Comprensorio dei Sette Laghi”.*

Nel piccolo comune lombardo che può contare di **270 ultrasettantenni**, su una popolazione di 1.700 abitanti, nel corso della conferenza “*Casa Campidanese - I luoghi elettivi per l'invecchiamento attivo*”, organizzata dalla *Comunità della Longevità*, in collaborazione con *Medicina sociale* e col patrocinio del *Municipio di Ranco*, è stato presentato il progetto: *“Abbiamo aperto una sessione di studio della popolazione di Ranco e di altri 13 comuni del comprensorio - ha detto **Pili** - e se dovessero essere confermati i dati demografici che vedono la straordinaria quota di anziani in buona salute favorita da una eccellente qualità della vita questi centri avrebbero le carte in regola per essere ammessi nella “Cintura dei Comuni della Longevità”, partenariato nato nel 2015 allo scopo di riunire realtà amministrative sensibili*

*e impegnate sul fronte della promozione dell'invecchiamento sano ed attivo".*

Durante la conferenza, è stato presentato anche il modello di *approccio biopsicosociale* in tema della **promozione dell'invecchiamento sano ed attivo** denominato "*Dinamico evolutivo*". Il progetto "Casa Campidanese" come modello di vita sana è considerato utile a **contrastare l'invecchiamento patologico e presentare l'anziano come risorsa**: "*Progetto salutistico che rientra tra gli impegni della Comunità Mondiale della Longevità ed è una modificazione concreta dello stile di vita di un gruppo di anziani sardi, altrimenti votati all'obesità e all'iposedentarismo, che rappresentano i fattori che più contribuiscono allo sviluppo dell'invecchiamento patologico, di malattie croniche e tumori che rappresenteranno la vera piaga sociale delle popolazioni del III millennio*". (red)

**(admaioramedia.it)**