



INCONTRO SUI CORRETTI STILI DI VITA

Spesso non ci rendiamo conto di quanto sia importante la nostra salute, fisica e mentale.

Per questo abbiamo avuto un incontro con il professore Gianni Testino e la sua collega Patrizia Balbinot, esperti in "corretti stili di vita".

Sono stati trattati vari argomenti, ma quelli su cui si sono soffermati di più sono l'alcolismo e l'utilizzo di sostanze stupefacenti.

Ci hanno messo in guardia sui rischi del fumo, dell'alcol, delle dipendenze e delle sostanze stupefacenti mostrandoci immagini e raccontando ciò che vedono loro al pronto soccorso dell'ospedale San Martino in cui lavorano.

Sono state raccontate delle cose che, normalmente, non ci immagineremmo mai.

Abbiamo scoperto tante cose, ad esempio che da una dipendenza non si può mai guarire, si può restare in astinenza per tutta la vita, ma la dipendenza rimane per sempre.

Il fumo danneggia gravemente un sacco di organi molto importanti, come il fegato, e le sostanze stupefacenti danneggiano irreparabilmente il cervello.

Loro ci hanno messo in guardia in ogni modo contro questi rischi, poi starà a noi decidere se sprecare la nostra salute in maniera così inutile, o meno.

È stato un incontro particolare, che trattava argomenti diversi dal solito, ma molto interessante ed utile, penso uno dei più belli mai fatti.

Virginia, Anastasia, Eleonora L.

Classe 3G SMS D'Azeglio

IC Molassana e Prato - Genova