



Disegno di Alice Reg.
Classe 3G SMS D'Azeglio
IC Molassana e Prato - Genova



INCONTRO SUI CORRETTI STILI DI VITA

Lunedì 29 maggio a scuola, abbiamo fatto un viaggio con Patrizia Balbinot e con il dott Gianni Testino attraverso i corretti stili di vita, che ogni persona dovrebbe avere, ma anche quelli meno sani, che la maggior parte delle persone adotta.

Balbinot e Testino lavorano all' ospedale San Martino, nel reparto alcolico e ci hanno raccontato che molti giovani finiscono in questo reparto, con un sacco di sostanze presenti nel loro corpo e molto spesso afflitti da diverse dipendenze. Inoltre alcuni hanno bisogno un urgente trapianto di fegato ma devono accertarsi, prima di entrare in lista, che combattano la loro dipendenza e non bevano per sei mesi.

Hanno mostrato anche il "Vaccino della Vita" composto da quattro punti: il primo è quello di mangiare sano, il secondo è quello di vivere in movimento, il terzo è quello di evitare l'alcol ed il fumo, e invece l'ultimo è quello di non stare troppo a guardare il telefono.

Inoltre, hanno mostrato le diverse droghe esistenti, e come possano uccidere il corpo, ma soprattutto la mente.

Patrizia Balbinot ha anche spiegato, attraverso l'**esempio della "rana bollita"**, come il cervello reagisce alle droghe, spiegando il motivo perchè non ne possono più fare a meno.

L'insegnamento più importante è stato che la salute del nostro corpo dipende esclusivamente da quello che facciamo e scegliamo.

Lorenzo e Catello - Classe 3G SMS D'Azeglio
IC Molassana e Prato - Genova