ASL Ogliastra

SU SARDU IN CORSIA

SA PIRÀMIDE DE SU MOVIMENTU FÌSICU E MOTÒRIU

SUÌA

Unu movimentu fisicu regulare in edade evolutiva, paris cun curretas abitùdines alimentares, est unu istrumentu de prevenzione pro is generatziones benidoras, comente a testimòniant medas istùdios sientificos.
Nointames is pitzocos italianos colant dae tres a bator oras a sa die dae in antis un'ischermu e tenenters bortas in prus prus respetu a is fedales europeos. Pro promòvere curretos istiles de vida fintas de is primos annos de sa vida.

at promòvidu sa Piràmide de su movimentu Fisicu chi acrarat is règulas de sighire pro un'istile de vida in salude. A sa base de sa Piràmide sunt inditadas is fainas de acumprire in manera cuotidiana, cando s'àrtziat is istradeddas prus artas s'atobiant is fainas de acumprire cun majore frecuèntzia. In su 2015 sa Piràmide est istada seberada comente de argumentu de sa proa de Italianu in sa proa INVALSI cun cale si sunt chimentados is pipios de is cuintas elementares.

