

TORNA FITWALKING FOR AI: L'ITALIA CAMMINA INSIEME PER LA RICERCA

Publicato il 26 Settembre 2025 di Lorena Pagliaro



Categoria: [SALUTE](#)



Roma palcoscenico della solidarietà: al Circolo del Tennis del Foro Italo, l'Associazione Italiana contro Leucemie, linfomi e mieloma (Ail) ha presentato in conferenza stampa nazionale la nona edizione della Fitwalking for Ail, la camminata solidale non competitiva nata per raccogliere fondi a sostegno della ricerca scientifica e per garantire assistenza ai pazienti con tumori del sangue e alle loro famiglie.

La Fitwalking for Ail 2025, che continua a crescere costantemente di anno in anno, si terrà domenica 28 settembre in 38 città italiane, da nord a sud. Migliaia di persone cammineranno fianco a fianco per sostenere la ricerca scientifica sui tumori del sangue e l'assistenza ai pazienti e alle loro famiglie.

Il Fitwalking è una forma di praticare il cammino alla portata di tutti. Il termine inglese significa letteralmente 'camminare per la forma fisica'. È il denominatore comune per tutte le attività motorio-sportive, per il tempo libero e per il relax, per il divertimento, per il fitness, per la salute e per il benessere. Avvicinarsi alla tecnica del fitwalking significa rendere il modo di camminare sufficientemente efficace da potersi muovere a una elevata velocità mantenendo una gestualità naturale.

Moderata dalla giornalista Costanza Calabrese e introdotta dai saluti del Direttore Sport Impact di Sport e Salute, Rossana Ciuffetti, e dai messaggi del ministro della Salute, Orazio Schillaci, e del presidente del Coni, Luciano Buonfiglio, alla conferenza stampa hanno partecipato il presidente nazionale AIL, Giuseppe Toro, Maria Christina Cox, Ematologa del Policlinico Tor Vergata di Roma, docente di Esercizio fisico adattato per la prevenzione primaria e secondaria delle malattie oncologiche, Università San Raffaele di Roma, Fabio Efficace, responsabile Health Outcomes Research Unit e Chair Working Party Quality of Life, Gimema Gruppo Italiano Malattie EMatologiche dell'Adulto 'Franco Mandelli', il responsabile Uosd di Pronto soccorso e Accettazione ematologica, Policlinico Umberto I di Roma, Corrado Girmenia, la presidente AIL Roma, Maria Luisa Rossi Viganò, la presidente AIL Reggio Calabria – Vibo Valentia, Giusy Sembianza, il presidente dell'Associazione Italiana Arbitri (AIA), Antonio Zappi, e il responsabile Commissione AIA per il Sociale e Diversity, Equity and Inclusion Manager di AIA, Alberto Zaroli.

“La Fitwalking for Ail, giunta quest'anno alla sua nona edizione, è per noi molto più di una camminata solidale: è un grande abbraccio collettivo che unisce l'Italia intera nella lotta ai tumori del sangue. Camminare insieme- ha affermato il presidente nazionale Ail, Giuseppe Toro- significa sostenere la ricerca scientifica, garantire assistenza ai pazienti e alle loro famiglie e, al tempo stesso, promuovere uno stile di vita sano e rispettoso dell'ambiente. La manifestazione si inserisce nel progetto Ambiente e Salute, perché siamo convinti che la cura della persona passi anche dalla cura

dell'ambito in cui vive, in linea con gli obiettivi di sostenibilità dell'Agenda 2030. È un appuntamento che testimonia come solidarietà, salute e sostenibilità possano camminare davvero fianco a fianco".

Anche quest'anno la Fitwalking for Ail rientra tra le attività legate al progetto Ambiente e Salute. Secondo gli obiettivi dell'Agenda 2030 per lo Sviluppo Sostenibile, infatti, un approccio integrato che comprende l'ambiente fisico, sociale, economico, ecologico e culturale del contesto territoriale è l'unico possibile per promuovere la salute umana e la sostenibilità ambientale.

"Negli ultimi anni- ha ricordato Fabio Efficace, responsabile Health Outcomes Research Unit e Chair Working Party Quality of Life, Gimema Gruppo Italiano Malattie EMatologiche dell'Adulto 'Franco Mandelli'- si è assistito a una crescente attenzione verso il ruolo dell'attività fisica come parte integrante dei percorsi di cura per i pazienti oncologici. Oggi numerosi studi scientifici hanno ampiamente dimostrato, principalmente nei pazienti con tumori solidi, che il movimento, quando adeguatamente calibrato sulla persona, rappresenta una sorta di vera e propria terapia, che ovviamente non sostituisce quella standard, che ha dei benefici importantissimi. Ad esempio: migliorare la qualità di vita, arginare gli effetti collaterali, ridurre il rischio di recidiva, e, in determinati casi, anche migliorare la sopravvivenza dei pazienti, come ha mostrato un recente studio nei pazienti con tumore del colon e pubblicata su una delle più prestigiose riviste mediche". "Quindi- ha aggiunto Efficace- anche per i pazienti onco-ematologici, una attività fisica che sia calibrata sulle caratteristiche specifiche del singolo paziente può avere dei risvolti molto positivi che aiutano il paziente sul versante della funzionalità fisica, emotiva, psicologica e sociale".

La Fitwalking for Ail vede il patrocinio di ministero della Salute, Stato Maggiore della Marina e Arma dei Carabinieri, ed è patrocinato da Coni, Centro Sportivo Italiano (Csi), Associazione Italiana Cultura Sport (Aics), Associazione Italiana Arbitri (Aia), Federazione Italiana di Atletica leggera (Fidal), Federazione Italiana Amatori Sport per Tutti (Fiasp) e Sport e Salute.

Per conoscere tutti i dettagli su location, orari di partenza e su come partecipare, consulta il sito <https://fitwalking.ail.it/>

