



AZIENDA SANITARIA LOCALE BR

Via Napoli, 8 - 72011 BRINDISI (Casale) - Tel. 0831.536111

La promozione della salute nei luoghi di lavoro **STILI DI VITA E COMPORTAMENTI SALUTARI**

- **Praticare una costante attività fisica, fare le scale, camminare, usare la bicicletta, ricorrere il meno possibile all'uso della automobile**
- **Preferire la dieta mediterranea ricca di cereali, legumi, verdura, frutta di stagione e povera in grassi animali e sale**
- **Controllare il proprio peso corporeo**
- **Bere molta acqua**
- **Lavare accuratamente le mani**
- **Moderare il consumo di bevande alcoliche**
- **Non fumare**
- **Controllare regolarmente la pressione arteriosa**
- **In presenza di sangue nelle feci o perduranti alterazioni dell'alvo, consultare il proprio medico curante**
- **Uomini: dopo i 50 anni interpellare l'urologo**
- **Donne: effettuare regolarmente il Pap Test e i controlli senologici**

SERVIZIO DI SORVEGLIANZA SANITARIA - MEDICINA DEL LAVORO ASL BRINDISI
Ex Ospedale "A. Di Summa" Piazza Di Summa, Brindisi - Tel. 0831.510441
Medico competente Coordinatore Dott. Rocco Giuseppe Cazzato

Per informazioni

P.O. Di Summa-Perrino: Dott. R. G. Cazzato Tel. 0831.510435

S.O. Fasano: Dott.ssa S. Scianaro Tel. 080.4390248

P.O. Perrino: Dott. M. Acquaviva Tel. 0831.537433