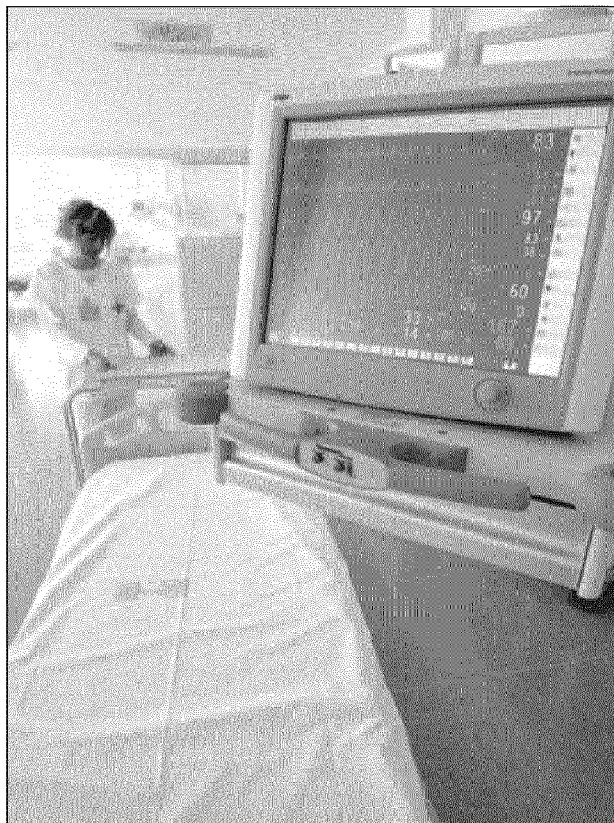


**OSPEDALE IN PIAZZA** Domenica i cardiologi di Niguarda a disposizione dei cittadini: «L'infarto minaccia anche i 40enni»

## Fatevi gratis il «tagliando» per il cuore



### L'ambulatorio mobile fa tappa in piazza Duomo

MILANO — Un 'tagliando' per il cuore domenica 19 marzo in piazza Duomo a Milano: dalle 10 alle 18, in un ambulatorio mobile allestito sotto la Madonnina, infermieri e cardiologi dell'ospedale Niguarda e della Fondazione Angelo De Gasperis accoglieranno i cittadini per test gratuiti su forma fisica, pressione, colesterolo e glicemia, regalando consigli su misura e una carta personalizzata del rischio di malattia cardiovascolare. Questa è l'emergenza numero uno in Italia, con 200 mila persone l'anno colpite da infarto. Solo in Lombardia i ricoveri per infarto sono 18 mila ogni anno e quelli per ictus 19 mila, e soltanto nel capoluogo 4 mila persone l'anno finiscono in ospedale per attacchi di cuore. Giunge così alla sua terza edizione l'iniziativa di prevenzione 'La salute in piazza, il tuo cuore 'informa', presentata ieri a Palazzo Marino. L'edizione 2005 ha permesso di fotografare la salute di oltre 550 milanesi, tracciando un quadro allarmante: colesterolo alto per quasi il 45%, vizio del fumo per più dell'11%, chili di troppo per oltre il 68% e rischio cardiovascolare elevato per il 18%, specie ma-

schi. «Ogni anno Niguarda conta oltre 50mila ricoveri (40% da fuori Milano, 10% da fuori Lombardia e 1% da fuori Italia) ed eroga oltre due milioni e mezzo di prestazioni - ha spiegato il direttore generale di Niguarda, Pasquale Cannatelli - ma grazie a iniziative come questa l'ospedale esce dalle sue mura per andare incontro ai cittadini». L'augurio è che a queste visite in piazza aderiscano «tutti - ha esortato il primario cardiocirurgo Ettore Vitali -, non solo chi sa di avere il cuore malato. È soprattutto ai 40 enni che vogliamo parlare». Stress sul lavoro, a pranzo un panino al volo, nel weekend pantofole e divano, sigaretta sempre accesa. L'infarto minaccia sempre più i 40 enni. «Sono sempre più numerosi quelli che arrivano nei nostri ambulatori già sulla soglia della malattia cardiovascolare». Un libretto ricorda ai cittadini i segreti per mantenere il cuore giovane. Mezz'ora di esercizio fisico per tre volte a settimana in piscina o nel parco. Nuoto, ciclismo e corsa lenta sono gli sport ideali per assicurarsi battiti regolari, arterie pulite, sangue e tessuti ossigenati a dovere. Insieme a dieta sana, check-up re-