

Comunicato stampa

***Le malattie cardiovascolari rappresentano la prima causa di mortalità in Italia***

**Ritorna La **Salute** in Piazza  
vieni nel “cuore” di Milano e controlla il tuo **Cuore!****

***Il 10 e 11 maggio in Piazza Duomo, sarà possibile effettuare visite gratuite per conoscere lo stato di salute del nostro cuore e imparare a mantenerlo giovane.***

**Milano, 8 Maggio 2008** – E' un dato di fatto: inquinamento, stile di vita insalubre, stress, alimentazione scorretta e la mancata attività fisica rappresentano le principali cause di rischio cardiovascolare per tutti i cittadini. Per questo motivo la **Fondazione A. De Gasperis** insieme all'**Azienda Ospedaliera Niguarda Cà Granda** daranno il via a “**La Salute in Piazza: il tuo cuore “in forma” con l’obiettivo di educare e sensibilizzare i cittadini verso la prevenzione delle malattie cardiologiche e il corretto allenamento per mantenere il cuore giovane.**” L’iniziativa, giunta alla sua quinta edizione, e che rientra nel progetto il **Cuore di Milano**, è in programma il prossimo **10 e 11 Maggio** in Piazza Duomo. Gli specialisti del Dipartimento Cardiologico De Gasperis di Niguarda metteranno, ancora una volta la loro grande esperienza, al servizio della salute dei cittadini allestendo un vero e proprio ambulatorio mobile.

Una tensostruttura di oltre 300 mq ospiterà un’equipe di cardiologi e infermieri del Dipartimento De Gasperis che saranno a disposizione della popolazione con un ambulatorio mobile equipaggiato con postazioni mediche e attrezzi per la cardiofitness. Sarà possibile effettuare screening completi con la misurazione di valori specifici quali: frequenza cardiaca sotto sforzo e indice dell’acido lattico, la pressione, indice di massa corporea. Al termine del percorso, uno specialista cardiologo sarà a disposizione per un consulto personalizzato gratuito.

L’insieme di questi dati, unitamente ad un’anamnesi preliminare sul proprio stato di salute generale e sullo stile di vita abituale saranno raccolti all’interno di una apposita scheda che verrà rilasciata a ciascun cittadino che si sottoporrà allo screening. Inoltre sarà consegnato a tutti i presenti un libretto informativo ricco di indicazioni per mantenere il cuore giovane.

L’obiettivo dell’iniziativa è la prevenzione attraverso l’informazione e la motivazione dei cittadini a seguire corretti stili di vita sia alimentari che comportamentali, per ridurre i rischi di infarto, di ictus e di altre patologie legate al sistema cardiocircolatorio.

*“La prevenzione e l’educazione sanitaria sono fondamentali per la riduzione del rischio cardiovascolare, soprattutto nei pazienti asintomatici”, dice **Pasquale Cannatelli** Direttore Generale dell’Ospedale Niguarda. “Il check-up gratuito, sotto il diretto controllo dei medici del Dipartimento Cardiologico De Gasperis dell’Ospedale Niguarda, fornirà ai cittadini un quadro personalizzato dello stato di salute, e*

*identificherà quelle aree di miglioramento e di cambiamento dello stile di vita che permetteranno di ridurre l'impatto futuro di queste patologie".*

**Benito Benedini, Presidente della Fondazione De Gasperis** ricorda i dati raccolti durante la scorsa edizione de La Salute in Piazza e afferma: *"l'evento ha coinvolto circa 500 persone con un'età media di 46 anni, di cui il 65% uomini e il 45% donne. Il 75% ha dichiarato di condurre una vita sedentaria, mentre il 20% ha dichiarato di fumare abitualmente. Considerando i risultati dell'analisi dell'acido lattico nei soggetti che hanno sostenuto un corretto allenamento aerobico, i test hanno rivelato",* continua Benedini, *"che un uomo su due al di sotto dei 50 anni di età è fuori allenamento e non è in grado di sostenere un'attività fisica per un tempo prolungato senza avere dolori muscolari. Inoltre è stato rilevato un indice medio di massa corporea intorno a 25 per le donne e 26 per gli uomini (indice che rileva un sovrappeso significativo), che confermano quanto i milanesi siano sempre più fuori forma".*

**Alberto Roghi, Coordinatore Scientifico della manifestazione** afferma: *"Praticare attività fisica aerobica è molto importante, poiché è il pilastro della prevenzione delle malattie cardiovascolari, al primo posto tra le cause di morte nel nostro Paese".* Come emerge appunto dalla ricerca effettuata lo scorso anno, continua il dottor Roghi: *"I soggetti maggiormente esposti alle patologie cardiache sono risultate essere le persone di età compresa fra i 35 ed i 55 anni, con un picco intorno ai 47 anni e con una prevalenza del 51% del sesso maschile. I principali fattori di rischio sono il fumo, il diabete mellito, un'alimentazione scorretta, una scarsa attività fisica, e infine la familiarità."*

Da questi dati emerge anche una contraddizione tra la necessità di estendere la pratica dell'attività fisica e il contesto della qualità della vita in aree metropolitane, dove ritmi e inquinamento intervengono in modo pesante.

Tuttavia, mantenere un cuore in forma è possibile con un allenamento intelligente e commisurato alle caratteristiche e alle potenzialità dell'organismo, per cui occorre predisporre un percorso ideale di attività che consideri l'età e la resistenza allo sforzo, e che in modo costante porti a migliorare il sistema cardiorespiratorio.

Realizzata con il patrocinio dell'Assessorato alla Salute del Comune di Milano, della Provincia di Milano e della Regione Lombardia, la manifestazione conta sul contributo di Banca Popolare di Milano e di SAI Fondiaria e sul sostegno di numerosi sponsor: Technogym, Takeda, Roche, Farmacie Comunali, ATM, IGP-Decaux, e Eurostands.

Per maggiori informazioni:

**Ufficio Stampa Weber Shandwick**

Tiziana Vola, 335/6792357 (tvola@webershandwick.com)

Elisa Accurso, 02/57378258 (eaccurso@webershandwick.com)