

COMUNICATO STAMPA

GIORNATA MONDIALE PER IL CUORE 2008

“CONTA SU DI TE. I NUMERI GIUSTI FANNO BENE AL CUORE”

RECITA COSÌ LO SLOGAN DELLA GIORNATA MONDIALE PER IL CUORE 2008, CHE SI CELEBRA DOMENICA 28 SETTEMBRE IN OLTRE 100 PAESI NEL MONDO. IN ITALIA, LA GIORNATA PONE INFATTI L'ATTENZIONE SULL'IMPORTANZA DI CONOSCERE I NUMERI CHE DESCRIVONO LA CONDIZIONE DI RISCHIO PER DETTE MALATTIE. IDEATA DALLA WORLD HEART FEDERATION E PROMOSSA IN ITALIA, DALLA FONDAZIONE ITALIANA PER IL CUORE CON LA COLLABORAZIONE DELLA FEDERAZIONE ITALIANA DI CARDIOLOGIA E DI CONACUORE, LA GIORNATA VEDRÀ, TRA LE MOLTE INIZIATIVE, ANCHE LA PREMIAZIONE DEI WORLD HEART CHAMPIONS 2008.

Milano, 23 Settembre 2008. I numeri sono le parole del nostro corpo, sono il linguaggio del nostro organismo. Con i numeri si esprimono i nostri parametri biologici: il peso, l'altezza, la frequenza cardiaca, la pressione arteriosa. E i numeri giusti fanno bene alla salute. Specialmente quella del cuore. Non conoscere i propri numeri può essere pericoloso. Al contrario, conoscerli è sicuramente molto utile, perchè ci permette di scoprire in tempo eventuali fattori che rappresentino un rischio per la salute del nostro cuore e dei nostri vasi.

Una donna su quattro e un uomo su cinque hanno livelli di colesterolo troppo alti e, nella maggior parte dei casi, non fanno nulla per ridurli. Il 62% degli uomini e il 61% delle donne hanno un livello troppo elevato di colesterolo "cattivo", il C-LDL. Il 31% delle donne adulte e il 33% degli uomini (uno su tre) soffrono di ipertensione arteriosa, spesso non curata. Il 22% delle donne e il 18% degli uomini (uno ogni cinque) sono obesi e hanno un indice di massa corporea (IMC), rispettivamente attorno a 26 e a 27 Kg/m², con una circonferenza-vita media di 85 e 95 cm. Il 6% delle donne e il 9% degli uomini sono diabetici, più di metà dei quali non sottoposti ad alcun trattamento farmacologico. E, tra gli over 65, una donna e un uomo ogni tre sono affetti da sindrome metabolica. Numeri come questi sono all'origine di un allarme, di una necessaria attenzione alle malattie cardiovascolari, come infarto e ictus, che colpiscono un grande numero di persone e sono il killer n° 1 nel mondo. Soltanto in Italia, per una patologia cardio-cerebro-vascolare sono in cura più di 800.000 persone e il 42% delle morti registrate nel nostro paese sono dovute a queste malattie.

Per fortuna, come ormai sappiamo bene, quello delle malattie del cuore e dei vasi è un pericolo che può in parte essere evitato. A patto di conoscerlo. Se conosciamo i fattori che aumentano il rischio di subire un infarto o un ictus, possiamo ridurre l'esposizione a tali fattori. Adottando corrette abitudini di vita possiamo davvero ridurre di molto queste gravi malattie.

La Giornata Mondiale per il Cuore è arrivata alla sua nona edizione. *“È una lunga e fortunata catena di Giornate, cominciata nel 2000 – dice **Rodolfo Paoletti**, Professore Emerito dell'Università di Milano e Presidente della Fondazione Italiana per il Cuore – e che porta alla ribalta i temi più attuali della prevenzione delle malattie cardiovascolari: dall'attenzione alla donna e al bambino al focus sulla famiglia; dalla prevenzione dell'obesità, all'età del cuore, per arrivare al 2008 in cui si scommette tutto sulla consapevolezza: conoscere i numeri della propria salute cardiovascolare è, infatti, il primo requisito per preservarla”*.

*“Conoscere il proprio rischio significa conoscere i diversi fattori di rischio, capire su quali ognuno di noi può agire, - afferma **Rodolfo Paoletti** - ciò è importante per la persona, ma lo è anche per la società, perché i costi sostenuti dalla collettività per la cura di infarto e ictus e per le disabilità fisiche che ne possono derivare sono elevatissimi. Basti pensare che poco meno di un quarto della spesa farmaceutica a carico del Servizio Sanitario Nazionale è assorbita dal trattamento delle persone in cura domiciliare per le malattie cardiovascolari. La buona notizia è che, se da un lato la scienza e il mondo sanitario mettono ormai a nostra disposizione terapie farmacologiche e servizi sanitari sempre più efficienti, dall'altro queste patologie possono essere in buona parte prevenute. Anzi, la prevenzione è senz'altro 'l'arma' migliore a nostra disposizione. Ma la prevenzione non è qualcosa che cala dall'alto, non dev'essere vissuta come una imposizione. Insomma, tutto dipende da noi: è una nostra responsabilità individuale”*.

*“I casi d'infarto e di ictus continuano a crescere, – sottolinea **Andrea Peracino**, Vice Presidente della Fondazione Italiana per il Cuore - entro il 2025, l'Organizzazione Mondiale della Sanità prevede un incremento di una volta e mezzo dei casi di infarto miocardico e quasi il raddoppio dei casi di ictus. E nei casi di infarto, secondo gli studi più recenti, il 90% della responsabilità va attribuita al cattivo controllo dei fattori di rischio 'classici', come le dislipidemie, l'abitudine al fumo di sigaretta, l'ipertensione arteriosa, il sovrappeso e obesità e il diabete. Anche lo stress, l'insoddisfazione nel lavoro e nella famiglia e l'inquinamento atmosferico cominciano ad avere un significato tra i fattori di rischio. E poi fattori come l'età e la familiarità, anche se non modificabili vanno tenuti in considerazione. Non va dimenticato che i fattori citati possono agire in modo indipendente, ma quando sono più di uno, si rinforzano tra loro aumentando l'effetto negativo. Il rischio delle malattie cardiovascolari va visto come multifattoriale e studiato in modo globale”*.

*“Ogni 26 secondi un uomo ha un evento coronarico ed ogni minuto muore una persona per un evento coronarico”- ricorda **Roberto Ferrari**, Presidente della Società Europea di Cardiologia (ESC), e prosegue: “Il 38% dei sopravvissuti ad un attacco cardiaco perisce nell'arco di un anno. L'ESC lavora a vari livelli per far sì che tutto ciò non avvenga. Negli ultimi 30 anni la vita media della popolazione è aumentata grazie alla medicina di ben 10 anni. La cardiologia ha contribuito per oltre 6 anni di vita. Un primato, per esempio, rispetto al contributo di 2,4 mesi di oncologia. Ne consegue che la cardiologia può fare molto, ma i cittadini debbono collaborare ed aiutare i*

cardiologi nella lotta contro le malattie cardiovascolari. Insieme, uniti ci riusciamo. Questo è il messaggio che la Società Europea di Cardiologia lancia nella Giornata Mondiale per il Cuore, che ha come scopo creare un'awareness mondiale dell'impatto delle malattie cardiovascolari nel mondo e che, quest'anno, si concentra in specifico sul rischio cardiovascolare".

*"La Giornata Mondiale per il Cuore", ricorda **Giuseppe Di Pasquale**, Presidente della Federazione Italiana di Cardiologia (F.I.C.), "rappresenta soltanto un momento dell'impegno dei cardiologi italiani a sostegno della prevenzione cardiovascolare. Si tratta di un impegno significativo e fortemente integrato con quello delle istituzioni sanitarie nazionali alle quali la Federazione Italiana di Cardiologia si propone come referente unitario della Cardiologia Italiana. La collaborazione e l'alleanza anche con le altre Associazioni mediche e dei pazienti cardiopatici è un sicuro obiettivo della Federazione Italiana di Cardiologia, nella convinzione che soltanto uniti è possibile vincere la lotta contro la malattia cardiovascolare.*

*"Giova l'azione educativa che Fondazioni, Società Scientifiche e Associazioni di Volontariato del settore cardiovascolare continuano a compiere con rinnovata lena e, auguriamoci, con una sintonia maggiore che nel passato" – ricorda **Giovanni Spinella**, Presidente del Conacuore - Coordinamento Nazionale Associazioni del Cuore – "l'intervento delle istituzioni è importante per dare forza all'iniziativa del singolo, e soprattutto nel ridurre gli ostacoli strutturali che impediscono un approccio a largo raggio. Far conoscere i rischi ed insistere affinché vengano affrontati fin dall'età scolare significa investire e realizzare, finalmente, quella prevenzione da troppi anni negletta. Con essa, aumenteranno sensibilmente le speranze di sgominare il flagello cardiovascolare"*

*"Il mondo dello sport è sensibile ai temi della salute e della prevenzione, si può dire 'per costituzione', - ci tiene a ricordare **Luigi Colombo**, Medico Cardiologo della Lega Nazionale Professionisti Calcio e docente della Scuola di Specializzazione di Medicina dello Sport. – "Per questo, insieme alle istituzioni e al mondo del volontariato, il mondo dello sport partecipa alla Giornata Mondiale per il Cuore. Del resto, un corretto stile di vita, una maggiore consapevolezza di sé e del proprio corpo sono i primi strumenti di lavoro dello sportivo".*

*"Il mondo dello Sport può fare molto",- interviene **Andrea Lucchetta**, rinomato Campione di Volley - "soprattutto se si comincia nell'età giovane. È questo un grosso impegno in cui portando lo sport come gioco, divertimento, fin nelle giovani età, nella scuola per esempio, si riesce non solo a costruire tanti Campioni, ma soprattutto ad abituare i giovani a capire che l'esercizio fisico, la sana alimentazione, la lontananza da fumo (come lo richiede il vero atleta) sono le basi per conservare responsabilmente il proprio patrimonio di salute".*

*"Quello che è necessario fare, in pratica – ricorda **Andrea Peracino** – è prendere l'abitudine di non fumare, mantenere il peso nella norma, un'alimentazione appropriata alle esigenze non solo quantitative ma anche qualitative dell'individuo, un'attività fisica di almeno 30 minuti al giorno. Ne vale la pena, perchè, in questo modo, si può ridurre di molto il rischio di andare incontro a infarto e ictus. Insomma, avere i numeri giusti fa veramente bene alla salute!"*

Ma, intanto, la salute del cuore è anche una questione di responsabilità personale e familiare, dicevamo. *"Ecco perché - conclude **Rodolfo Paoletti** - viene assegnato il **World Heart Champion**, terza edizione del Premio per i campioni della custodia della propria salute. E tocca a Licia Colò (*), Giovanni Spinella (*) e Alex Schwazer (*) che possono, con il loro esempio di vita e soprattutto con la loro attività professionale, insegnare a 'saper contare', a conoscere bene i propri numeri, soprattutto quelli della propria salute".*

(*) Le medaglie d'oro di World Heart Champion 2008 sono assegnate a:

- Licia Colò - Presentatrice e Conduttrice Televisiva e Giornalista
- Giovanni Spinella – Presidente Conacuore
- Alex Schwazer - Campione Olimpico 2008 (50 km - Marcia Uomini)

Per ulteriori informazioni, visita il sito: www.fondazionecuore.it

Ufficio Stampa Multimedia Healthcare Communication
A Publicis Healthcare Communications Group Company
Francesca Donadio 02/77.01.38.14 - cell. 335/68.151.75
Silvia Sangalli 02/77.01.38.21 – cell. 333/66.50.542

Segreteria Organizzativa e di Coordinamento
Fondazione Italiana per il Cuore
Tel. 02/29005297 Fax 02/29063567 - e-mail: info@fondazionecuore.it