



Teniamo sotto controllo peso e girovita per una vita a cuor leggero.

25 settembre 2005 **Giornata mondiale per il cuore**

www.fondazionecuore.it

COMUNICATO STAMPA

Giornata mondiale per il cuore: sovrappeso, obesità e malattie cardiovascolari

Si tiene domenica 25 settembre in tutta Italia, in contemporanea in oltre 100 paesi del mondo, il sesto appuntamento con la grande iniziativa di prevenzione a favore del cuore. Quest'anno, la Giornata mondiale del cuore è dedicata al tema dell'obesità correlato alle malattie cardiovascolari, per prevenire in tempo questa nuova "epidemia". Come? Tenendo sotto controllo il peso e il giro vita.

Milano, 22 settembre 2005-Il peso del tuo cuore è il titolo che la Fondazione Italiana per il Cuore e la Federazione Italiana di Cardiologia, che aderiscono alla Federazione Mondiale di Cardiologia - WHF, hanno scelto di dare all'edizione italiana 2005 della Giornata mondiale per il cuore, celebrata come ogni anno in contemporanea in tutto il mondo. Una giornata che vedrà un fiorire di iniziative pubbliche in molte città d'Italia, nelle quali gli Esperti Medici (Internisti, Cardiologi, Diabetologi, Pediatri, Lipidologi, Nutrizionisti, Medici dello sport, e altri) con la collaborazione insostituibile del Volontariato per il Cuore - CONACUORE, incontreranno i cittadini in dibattiti e convegni e non solo.

Sono molte, per esempio, le "Isole della salute" - dove chiunque potrà controllare peso, indice di massa corporea e circonferenza addominale e, per gli appuntamenti "creativi", cibo, musica, giochi per bambini, la testimonianza di giocatori di calcio per fare in modo che tutti, grandi e piccoli, diano peso alla linea, per imparare a proteggere il proprio cuore.

*"Quest'anno la World Heart Federation ha proposto di dedicare la Giornata del cuore al tema: sovrappeso, obesità e malattie cardiovascolari - spiega il professor **Rodolfo Paoletti**, Presidente della Fondazione Italiana per il Cuore - perché l'obesità è una vera e propria malattia, che a sua volta costituisce un fattore di rischio indipendente per le malattie del cuore e dei vasi".*

Fin da bambini, perché - come ricorda il professor **Michele Carruba**, Presidente della Società Italiana dell'Obesità - chi è obeso da giovane ha fino all'80% di probabilità di avere un'obesità complicata in età più avanzata. Per questo è importante imparare ad alimentarsi in modo sano e a controllare peso e girovita.

"Secondo stime dell'Organizzazione mondiale della Sanità - aggiunge il professor Carruba, Direttore del Centro Studi e Ricerca sull'Obesità dell'Università di Milano - gli adulti in sovrappeso sono più di un miliardo, di cui almeno 300 milioni clinicamente obesi". E, al di sopra di certi limiti, "l'aumento di peso porta a un maggior pericolo di andare incontro a malattie cardiovascolari, perché favorisce l'alterazione dei valori di colesterolo e lipidi nel sangue, con il conseguente incremento del rischio di aterosclerosi". In Italia (sono dati dell'ultimo rapporto sull'obesità a cura dell'Istituto Auxologico Italiano), più di metà degli anziani e oltre il 30% delle donne over 50 ha problemi di peso.

"L'obesità e il sovrappeso - avverte Michele Carruba - diventano ancor più preoccupanti quando la distribuzione del grasso si localizza soprattutto a livello addominale, dando luogo a un eccesso di grasso viscerale", e aumentando il cosiddetto girovita. Quest'ultimo è importante per tutti, non solo per i creatori di moda: secondo gli studi più recenti, infatti, una circonferenza addominale superiore a 88 cm nelle donne e a 102 cm negli uomini costituisce un indicatore del rischio cardiovascolare.

Eppure, solo il 15% degli uomini e il 34% delle donne conosce la misura del proprio girovita, secondo l'indagine Shape of the Nations, promossa dalla Federazione mondiale per il cuore e dal Centro Studi Sanofi-Aventis. E non va meglio tra le persone a rischio-cuore: l'84% degli uomini e l'86% delle donne non è in grado di indicare la misura oltre la quale la circonferenza vita denota l'esistenza di obesità addominale e, quindi, di grave rischio cardiovascolare.

La Giornata mondiale del cuore 2005 punta a rendere chiara a tutti, come ha ricordato il professor Paoletti: *"l'importanza non solo del peso in se stesso, ma anche e soprattutto dell'adiposità viscerale e quindi della misura del girovita, richiamando l'attenzione di tutti anche sull'assai pericolosa sindrome metabolica".*

E' un'iniziativa promossa e realizzata da





Teniamo sotto controllo peso e girovita per una vita a cuore leggero.

25 settembre 2005 **Giornata mondiale per il cuore**

www.fondazionecuore.it

La sindrome metabolica è caratterizzata da iperglicemia causata da ridotta sensibilità all'insulina (insulino-resistenza), ipertensione arteriosa, eccesso di trigliceridi o di colesterolo nel sangue, insufficienti livelli di colesterolo "buono". Alla base di questa condizione patologica vi sono, appunto, il sovrappeso o l'obesità.

*"Come conseguenza dell'aumento vertiginoso dell'obesità in tutto il mondo – spiega il professor **Antonio Pontiroli**, Presidente della Società Italiana di Diabetologia – si sta osservando un cospicuo aumento di casi di diabete, soprattutto di tipo 2"*

*"L'insieme di queste alterazioni metaboliche – chiarisce il professor **Attilio Maseri**, dell'Università Vita e salute San Raffaele di Milano – provoca negli anni un danno delle pareti arteriose, l'aterosclerosi, che aumenta notevolmente il rischio di infarto e di ictus cerebrale".*

La prevenzione, obiettivo ultimo della Giornata mondiale del cuore in tutte le sue edizioni, si ottiene innanzitutto – dice ancora il professor Maseri – *"mantenendo il 'peso forma' ideale, evitando di mangiare troppo e svolgendo una regolare attività fisica".*

*"Lo sport e soprattutto il gioco del calcio accompagnano da anni la Giornata Mondiale del Cuore – dice il professor **Luigi Colombo** Cardiologo dello Sport - e dedicano alla conservazione del peso forma dell'atleta il supporto specialistico medico più attento e continuato. Il gioco del Calcio dice il prof Colombo, non è più uno sport stagionale: l'atleta va mantenuto in condizioni fisiche compatibili con l'enorme richiesta di impegno motorio (e psichico anche) quantitativo e qualitativo per tutto l'anno con concentrazioni di dispendio energetico calibrati e soprattutto con allenamenti tarati specificamente su ogni singolo giocatore.*

L'attenzione ai temi delle Giornate mondiali del cuore è confermata dal mondo dello Sport che si esprime con l'ormai tradizionale patrocinio del Comitato Olimpico Nazionale - CONI, della Unione delle Federazioni Calcistiche Europee - UEFA, della Federazione Italiana Giuoco Calcio, della Lega Nazionale professionisti Calcio, dalla Federazione Italiana Nuoto e, assolutamente non ultimo se non per motivi cronologici, dal Comitato per l'Organizzazione dei XX Giochi Olimpici Torino del 2006.

Ma non è solo il mondo dello Sport nel vedere nell'obesità e nel sovrappeso un tema di attenzione. *"Il Patrocinio costante alle Giornate Mondiali del Cuore da parte delle Istituzioni quali il Ministero della Salute, il Ministero delle Politiche Agricole Forestali, il Ministero dell'Istruzione dell'Università e della Ricerca, il Ministero delle Politiche Sociali, la Croce Rossa Italiana e la Associazione Nazionale Carabinieri, dice il prof. Paoletti, sottolinea l'attenzione ai temi della prevenzione dell'infarto e dell'ictus, che sono la causa di morte più frequente in Italia, e in quest'anno in particolare alla obesità che è non solo una malattia ma un crescente problema sanitario e sociale."*

"La via della prevenzione è tracciata – ricorda il professor Giovanni Spinella, Presidente Conacuore – dalla sensibilità di associazioni e fondazioni, che hanno compreso quanto sia urgente coinvolgere le istituzioni e l'intera comunità nel processo di educazione sanitaria e informazione".

Il sito della Fondazione Italiana per il Cuore (www.fondazionecuore.it) è a disposizione di tutti per seguire da vicino la Giornata mondiale del Cuore e per conoscere tutti gli appuntamenti e le iniziative che animeranno la "domenica del cuore".

"Il peso del tuo cuore" assume tutto il suo significato. Per spiegarlo in dettaglio, come ha annunciato il professor Paoletti, verrà distribuito in ogni occasione di incontro un opuscolo dal titolo: *Teniamo sotto controllo peso e girovita per una vita a cuore leggero.*

Ufficio stampa

Multimedia Healthcare Communication

Member of Saatchi & Saatchi Healthcare

Rita Tosi tel. 02/777.111.31 – cell. 339/71.56.701
Silvia Sangalli tel. 02/777.111.28 – cell. 333/66.50.542
Teodoro Lattanzio tel. 02.777.111.37 – cell. 338/18.61.303

e-mail: rita.tosi@multimediahc.com
e-mail: silvia.sangalli@multimediahc.com
e-mail: teodoro.lattanzio@multimediahc.com

E' un'iniziativa promossa e realizzata da

