



Fondazione italiana per il cuore

allarme
per il **rosso**
cuore

Ufficio Stampa

Italpromo & Libardi Associati
Via del Commercio 36
00154 Roma, 06.57.29.98.24
fax 06.57.29.98.21-2
e-mail: d.robles@ihg.it

Cuore in primo piano per un giorno. Il 30 settembre è la data scelta in tutto il mondo per ricordare a tutti che la prevenzione e il controllo delle malattie cardiovascolari possono aiutare a vivere una vita più lunga e serena. E la Giornata mondiale per il cuore, giunta alla seconda edizione, punta quest'anno soprattutto sull'importanza dell'attività fisica

CALCIO... PER IL CUORE **La prevenzione comincia dallo stadio**

Per curare il cuore è tempo di darsi una mossa. Un recentissimo studio statunitense conferma che bastano alcuni mesi di attività fisica regolare per ottenere un aumento del 18% dei livelli del colesterolo HDL – quello “buono” – e una sensibile riduzione dei trigliceridi (fino al 17%), con una conseguente diminuzione del rischio di malattia cardiaca.

Per questo, la Giornata mondiale per il cuore – che si celebra in tutto il mondo il 30 settembre – in Italia ha dei testimonial d'eccezione: i calciatori della serie A e B. Che nel prossimo turno di campionato scenderanno in campo con una maglietta speciale per ricordare agli italiani che un'attività sana e regolare ed un corretto stile di vita possono allontanare il rischio di incorrere in eventi cardiovascolari.

Al fischio d'avvio della quarta giornata di campionato inizierà una delle partite più importanti mai giocate sui campi di calcio: quella contro le malattie cardiovascolari. Un avversario insidioso ma non invincibile, spiegano gli esperti, purché si affronti con le giuste armi. Armi che vanno dalla prevenzione all'intervento d'urgenza. Ma mentre negli ultimi anni la cardiologia ha compiuto passi da gigante (un infartuato che raggiunge un ospedale in tempo utile ha oltre il 90% di probabilità di salvarsi la vita) è il momento di sottolineare il ruolo chiave, e non ancora adeguatamente apprezzato, della prevenzione cardiovascolare. Attività fisica regolare, dieta equilibrata ed abbandono delle sigarette sono i capisaldi di questa scienza in continua evoluzione, che solo in seconda battuta prevede anche il ricorso ai farmaci. Ma la vera novità è che le attuali conoscenze scientifiche permettono finalmente di portare su un piano individuale gli sforzi preventivi.

I temi della Giornata Mondiale per il Cuore, promossa in Italia dalla Fondazione Italiana per il Cuore e dalla Federazione Italiana di Cardiologia, sono stati presentati oggi a Milano nel corso di una conferenza stampa. L'iniziativa, che in Italia ha ricevuto il patrocinio del Ministero della Salute e l'appoggio della Lega Italiana Giuoco Calcio, di altre organizzazioni sportive e non, di un gruppo di Società Scientifiche e di Associazioni di pazienti, è organizzata a livello mondiale dalla World Heart Federation, con il supporto dell'Organizzazione Mondiale della Sanità e dell'UNESCO.

La parola d'ordine, quest'anno, è “controllo dei fattori di rischio nell'ambito di una prevenzione individuale”. Controllo quindi dell'eccesso di colesterolo, della pressione arteriosa elevata, del fumo di sigaretta, dell'obesità, della malattia diabetica e dell'inattività fisica, che rappresentano come è noto i principali fattori di rischio delle malattie coronariche, ma “soppesando” il ruolo di questi fattori nel singolo individuo, in base alle sue ca-



Fondazione italiana per il cuore

allarme
per il **rosso**
cuore

Ufficio Stampa

Italpromo & Libardi Associati
Via del Commercio 36
00154 Roma, 06.57.29.98.24
fax 06.57.29.98.21-2
e-mail: d.robles@ihg.it

ratteristiche personali. “Grazie ai più avanzati progressi della ricerca, per esempio, è stato possibile individuare alcuni soggetti che, a causa di una variante del loro patrimonio genetico, sono più vulnerabili degli altri agli effetti deleteri del fumo di sigaretta” – spiega **Rodolfo Paoletti**, presidente della Fondazione Italiana per il Cuore e direttore del Dipartimento di Scienze Farmacologiche dell’Università di Milano. “La valutazione di questi aspetti genetici non è per ora applicabile su larga scala, ma potrà esserlo a breve. A questo punto, gli sforzi affinché queste persone abbandonino il vizio del fumo dovranno essere massimali. In altri soggetti forse saranno da tenere maggiormente d’occhio altri fattori di rischio. Come ad esempio la vita sedentaria.”

“L’effetto contemporaneo di tutti i parametri che influenzano la salute del cuore si può ora sintetizzare in un singolo valore, il rischio globale, che fornisce una stima della probabilità di incorrere, in un determinato arco di tempo, in un evento grave come un infarto. E che permette di concentrare l’intervento preventivo sui soggetti più a rischio” – conferma **Andrea Poli**, segretario scientifico della Fondazione Italiana per il Cuore – “che quindi ne beneficeranno in misura maggiore”

“Il laboratorio d’analisi”, aggiunge **Alberico Catapano**, del Dipartimento di Scienze Farmacologiche dell’Università di Milano, “ha inoltre in serbo altri dosaggi che, tra breve, potranno rendere ancora più precisa la stima del rischio coronarico: penso all’omocisteina, alla proteina C reattiva, ed alla identificazione di alcuni aspetti genetici di cui è già nota l’importanza nel determinare il rischio di malattia”.

“L’opportuno antidoto alla sedentarietà propria della nostra civiltà, con le note e dannose conseguenze come sovrappeso, squilibrio alimentare, facile affaticabilità, fino alla malattia ipocinetica è proprio l’attività fisica”, ribadisce **Luigi Colombo**. Il cardiologo dello sport, per anni medico sportivo dell’Inter, ricorda però che il rapporto dello sport con il cuore non è limitato alla prevenzione. Molte nuove tecniche diagnostiche e importanti scoperte sulla conformazione del muscolo cardiaco e sulla sua reazione allo sforzo sono il risultato del lavoro degli esperti di medicina sportiva.

E quando la malattia colpisce comunque? Entrano allora in campo il cardiologo o il cardiocirurgo. E in un appuntamento interamente dedicato al cuore non poteva mancare un cenno agli ultimi sviluppi della cardiologia interventistica, che sembrano portarci in piena fantascienza: tecniche di visualizzazione per immagini sempre più sofisticate, nuove procedure di rivascolarizzazione, con il posizionamento di stent endoarteriosi, impiego di raggi beta e gamma. Novità e prospettive annunciate da **Mario Mariani**, past-president della Federazione Italiana di Cardiologia, che ricorda che “nonostante l’attuazione corretta della prevenzione primaria e secondaria, le malattie cardiovascolari rappresentano ancora la più comune causa di morte nei paesi industrializzati. Nel nostro Paese i decessi per malattia cardiovascolari sono circa 250.000 all’anno, di cui circa 75.000 per malattie coronariche. Si tratta dell’equivalente dello schianto, ogni giorno, di un grosso aereo passeggeri. L’incidenza dell’infarto giovanile si conferma inoltre in costante aumento”.

Ma la tecnologia più avanzata può poco se il paziente non giunge in tempo in una struttura clinica. E spesso è sufficiente un semplice defibrillatore, lo strumento che fornisce una preziosa scossa salvavita, per far guadagnare quei minuti preziosi che consentono a chi è stato colpito da un attacco di cuore di giungere in ospedale, dove ricevere assistenza adeguata e completa. Per questo il **C.O.NA.Cuore**, il Coordinamento Operativo Nazionale delle Associazioni per il Cuore, sta combattendo da tempo una vera e propria battaglia per riuscire ad avere defibrillatori ovunque: non solo sui campi di calcio ma anche sul posto di lavoro, negli uffici pubblici, nelle scuole. Può bastare poco per salvare una vita.