

Salute
Tuttoscienza
Dieta
Forma fisica
No Profit
Focus
Provato x voi
Style book
Trackers

Home | News

Noprofit Cardiologia

Malattie cardiache: impariamo da giovani come evitarle

Il Cuore di Roma Onlus attraverso una serie di progetti e campagne promuove fra gli studenti gli stili di vita che garantiscono poi per tutta la vita una prevenzione efficace



3.5 di 5



Thinstock

C'è una onlus nel centro Italia che si spende per il benessere del cuore dei cittadini. Si tratta dell'Associazione **Il Cuore di Roma**, che da anni lavora sul territorio romano e laziale per informare e sensibilizzare la gente sui rischi e le complicazioni delle malattie cardiovascolari.

Fondata nel 2001 dal suo attuale Presidente Massimo Santini, Presidente della Società Mondiale di Aritmologia e Direttore del dipartimento cardiovascolare dell'ospedale San Filippo Neri di Roma fino al 2013, **l'Associazione «si spende per attivare nella popolazione una seria consapevolezza dei rischi cardiovascolari** dovuti a ritmi di vita sbagliati e al fumo - spiega Santini in una intervista a *Il Giornale.it* -. Sin dal principio abbiamo deciso di concentrare il nostro lavoro sui giovani; questo dopo un'attenta analisi delle campagne intraprese sui cinquanta/sessantenni dalla Società Europea di Cardiologia. Iniziative che hanno avuto un successo limitato perché si ponevano l'obiettivo di cambiare le abitudini di persone già mature, percorso molto complesso e spesso fallimentare. Noi **ci rivolgiamo ai giovani per innescare in loro, sin da subito, una consapevolezza e un'attenzione speciale verso le patologie del cuore**».

A quanto affermano gli esperti, i fattori di rischio per queste malattie sono la familiarità, la pressione alta, il colesterolo, il diabete, il fumo e ancora l'obesità e la sedentarietà e per prevenirle è indispensabile uno stile di vita sano, associato a una dieta equilibrata.

L'Associazione, per trasmettere questi principi, agisce sul territorio con eventi e attività

come il **progetto Cuore Sano portato avanti dal 2011 al 2013 su più di 25mila studenti delle scuole medie e superiori nel territorio laziale**. «Siamo andati nelle scuole romane e abbiamo proposto ai ragazzi di sottoporsi ad un elettrocardiogramma per verificare le condizioni del loro cuore - continua il presidente -. Il progetto è terminato e ora stiamo analizzando i dati raccolti, che diffonderemo entro la fine del 2014».

Uno degli obiettivi dell'Associazione è **ridurre l'incidenza di ictus**. Patologia più frequente in chi soffre di fibrillazione atriale, disturbo del ritmo cardiaco (origina dagli atri del cuore) che colpisce circa il 10 per cento delle persone sopra i settant'anni. La fibrillazione atriale viene facilmente sottovalutata perché molte persone non sono consapevoli del suo nesso con l'ictus.

Da questi presupposti **L'Associazione sta per lanciare la Campagna Mantieni il Ritmo pensata per insegnare alla popolazione a sentire il proprio polso** e quindi individuare le possibili anomalie del battito. «Quando c'è fibrillazione atriale, gli impulsi elettrici che danno luogo alla contrazione degli atri del cuore si attivano in maniera totalmente caotica, dando origine a contrazioni disorganizzate e frammentarie - spiega ancora Santini -. **Un individuo può rendersi conto se è colpito da fibrillazione atriale se sentendo il proprio polso si accorge di avere un battito totalmente irregolare e a volte accelerato**; in questo caso deve rivolgersi immediatamente a uno specialista. La campagna prevede una serie di video, realizzati da un disegnatore professionista, che verranno proiettati nelle scuole e saranno disponibili sul web. In secondo luogo, sarà realizzato uno spot con il volto di una personalità del mondo dello spettacolo da lanciare sui principali quotidiani, tv e web».

L'Associazione, inoltre, finanziata grazie alle donazioni dei privati e ai fondi della **Società Mondiale di Aritmologia**, ha recentemente istituito sul suo nuovo sito web lo *Sportello Cuore*, che permette una comunicazione diretta con gli esperti sulla diagnosi, la terapia e la prevenzione delle malattie cardiache. Il giornalino *Il Cuore di Roma Magazine*, infine, con una tiratura mensile di 15.000 copie, raccoglie le novità più importanti nel campo del trattamento delle malattie cardiovascolari.

Publicato il: 15-10-2014

Di: Alessio Pappagallo

FONTE : Dall'ufficio stampa dell'associazione Il Cuore di Roma Onlus, intervista a Massimo Santini