

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 6 - numero 983 di venerdì 16 aprile 2004

Scelte di "cuore"

Gli stili di vita corretti riducono il rischio di malattie cardiovascolari. Nella campagna informativa "2004 Anno del cuore" iniziative anche per le donne che decidono l'alimentazione della famiglia.

Pubblicità

Ogni anno in Italia le malattie cardiovascolari tolgono complessivamente 300.000 "potenziali" anni di vita, una cifra calcolata sommando gli anni che ciascun deceduto per tali patologie avrebbe vissuto se fosse morto ad un'età pari a quella della sua speranza di vita.

La prevenzione delle patologie cardiovascolari, che in Italia rappresentano il 44% delle cause di morte, inizia da stili di vita corretti, quali ad esempio un'alimentazione corretta e attività fisica.

Tuttavia nella popolazione si registra ancora poca informazione circa i comportamenti di prevenzione da seguire.

I fattori di rischio accertati per tali patologie sono legati agli stili di vita non adeguati: fumo di tabacco, ridotta attività fisica, elevati livelli di colesterolemia e di pressione arteriosa in parte attribuibili ad una alimentazione non corretta (la presenza contemporanea di due o più fattori moltiplica il rischio di andare incontro alla malattia ischemica del cuore e agli incidenti cardiovascolari).

Per portare a conoscenza di ogni cittadino come sane abitudini possano ridurre fattori di rischio delle malattie cardiovascolari, il ministero della Salute, in collaborazione con le associazioni/società scientifiche che hanno dato vita all'"Alleanza per il cuore", ha promosso la campagna informativa rivolta alla popolazione. Su proposta del ministro Sirchia, il Consiglio dei Ministri ha dichiarato l'anno in corso "Anno del cuore".

La campagna prevede l'informazione sui rischi cardiovascolari, la promozione di uno stile di vita salutare in funzione dei rischi cardiovascolari e la promozione della "carta del rischio", un nuovo strumento di autovalutazione dei rischi.

La campagna intende coinvolgere una pluralità di soggetti, con particolare attenzione verso gli adulti: soprattutto le donne e gli anziani.

Il coinvolgimento particolare delle donne in questa campagna di prevenzione tiene conto del fondamentale ruolo che svolgono nella scelta dell'alimentazione della famiglia. Anche fare la spesa avendo cura di scegliere alimenti sani e vari, cucinare in modo salutare assumono, quindi, importanza rilevante al fine della prevenzione.

Pubblicità

I contenuti presenti sul sito PuntoSicuro non possono essere utilizzati al fine di addestrare sistemi di intelligenza artificiale.

www.puntosicuro.it