



Vigevano, 13 settembre 2013

## Incontro informativo C.R.I.: “ASCOLTA IL TUO CUORE: come prevenire le malattie cardiovascolari”

Continua il ciclo di incontri informativi targati C.R.I. Vigevano dedicati alla prevenzione ed incentrati su alcuni temi di grande attualità riguardanti la salute.

Mentre il primo degli appuntamenti organizzato nello scorso mese di luglio, sempre dall’Ispettorato delle Infermiere Volontarie della Croce Rossa di Vigevano, ha avuto come tema l’osteoporosi, questa volta il focus verterà sulle **malattie cardiovascolari** e sulle modalità di prevenzione e cura.

Le malattie cardiovascolari sono estremamente diffuse nella popolazione rappresentando la prima causa di morte nei Paesi industrializzati, l’Italia compresa. Non solo provocano numerosi decessi ogni anno ma comportano anche una riduzione della qualità di vita di quanti ne sono colpiti in maniera non letale. Le malattie cardiovascolari si possono, almeno in parte prevenire e ciò può essere fatto sia adottando uno stile di vita che metta al bando il fumo, che preveda una dieta adeguata e una sana attività fisica sia tenendo sotto controllo la pressione arteriosa, il colesterolo ed il diabete. La prevenzione è senza dubbio la migliore strategia da adottare per ridurre l’incidenza delle malattie cardiovascolari.

E’ quindi fondamentale riconoscere l’esistenza di fattori che predispongono un singolo soggetto ad andare incontro ad una malattia cardiovascolare o la presenza della malattia ancora asintomatica.

Saranno dunque questi i temi affrontati durante l’incontro organizzato dalla C.R.I. di Vigevano **sabato 21 settembre alle ore 9,30 presso l’Auditorium San Dionigi** in piazza Martiri della Liberazione.

Nello specifico interverranno su queste tematiche mettendo a disposizione le proprie conoscenze ed esperienze sul tema: il **dott Livio Ragone**, la **dott.sa Lorena Bolesina** e il **Dott Massimo Romano**.

Il **dott. Ragone**, medico di medicina generale, approfondirà gli aspetti legati alla prevenzione primaria per conoscere quali sono i fattori di rischio e le modalità per evitarli; verrà analizzato anche quale deve essere il corretto uso dei farmaci cardiovascolari e quali sono le corrette procedure da mettere in atto in caso di emergenza dovuta a cause di natura cardiocircolatoria.

A seguire la **dott.sa Bolesina**, dietista dell’Azienda Ospedaliera di Pavia presso l’Ospedale Civile di Vigevano, parlerà della possibilità di utilizzare la propria dieta in modo strategico, al fine di prevenire le patologie cardiovascolari o di "controllarle meglio" se esse sono già in atto. Fornirà inoltre alcuni consigli "pratici" per ridurre gli introiti alimentari di grassi e di sodio oltre a quelli calorici al fine di ridurre il più possibile la percentuale di rischio cardiovascolare che un eccessivo apporto di queste sostanze può provocare.



Infine il **Dott Romano'**, Direttore dell'Unità Operativa di Cardiologia e Unità Coronarica dell'Ospedale Civile di Vigevano, illustrerà gli aspetti clinici riguardanti la malattia aterosclerotica e le sue modalità' di manifestazione e terapia.

L'incontro sarà moderato dalla **Dott.sa Daniela Delfrate**, Psicologa presso l'Ospedale Civile di Vigevano. Al termine degli interventi ci sarà spazio per il dibattito e per le domande ai relatori da parte dal pubblico partecipante.

Questo ciclo di incontri organizzato dalla C.R.I. vigevanese e' aperto a tutta la popolazione e nasce proprio con lo scopo di rendere fruibili a tutti tramite concetti spiegati in modo semplice e diretto le conoscenze riguardanti alcune delle più diffuse patologie e quali sono le modalità per prevenirle e curarle. Il ciclo di incontri gode del patrocinio dell'Amministrazione Comunale e della Fondazione Piacenza e Vigevano.

C.R.I. Vigevano