

Attenzione al cuore: lezioni di Enzo Iacchetti e Giovanni Rana

Pubblicato: Mercoledì 3 Novembre 2010

Cuore organo incompreso: ci si accorge di lui solo quando fa male. Per la salute del proprio cuore l'ago della bilancia siamo noi stessi. Ognuno di noi è esposto in modo differente al rischio di sviluppare malattie cardiovascolari, bisogna proteggersi. Qualunque sia l'età non è mai troppo tardi per cominciare a prendersi cura del tuo cuore, anche se la prevenzione cardiovascolare dovrebbe cominciare in età scolare.

Circa 250.000 sono le morti ogni anno in Italia per malattie cardiovascolari, una morte ogni 3-4 minuti. **L'infarto miocardico è un killer che non si annuncia**, spietato e non si fa nulla per evitarlo. La maggior parte delle morti per infarto si potrebbe evitare modificando il proprio stile di vita e correggendo i principali fattori di rischio cardiovascolari (colesterolo, ipertensione arteriosa, diabete mellito, fumo, vita sedentaria, obesità e stress).

Per questo motivo **sabato 6 novembre il dr. Giuseppe Calveri, direttore della Cardiologia II dell'Ospedale di Circolo**, con il suo staff medico, **incontrerà i cittadini a Varese presso la Sala G. Montanari, Via dei Bersaglieri** per suggerire consigli da seguire, con lo scopo di modificare le abitudini alimentari, correggere i fattori di rischio coronarico al fine di raggiungere uno stile di vita più salutare.

Durante il convegno si parlerà di **corretta alimentazione**, di **attività fisica regolare**, di **ipertensione arteriosa**, di **colesterolo**, di **diabete**, illustrando come si sviluppa e progredisce la placca coronarica negli anni e come si manifesta il dolore cardiaco con le sue varie localizzazioni. Ulteriore spazio verrà dedicato alla cura dell'infarto miocardico, focalizzando l'attenzione sul fattore tempo, tra l'insorgenza dei sintomi e arrivo in ospedale. Prima si arriva in ospedale, più efficace sarà l'intervento di disostruzione dell'arteria coronarica responsabile dell'infarto, più si riduce il danno del muscolo cardiaco e migliore sarà la prognosi.

Ad arricchire il Convegno è prevista la presenza di esperti giornalisti, medici specialisti nel settore non solo cardiovascolare ma anche dell'alimentazione e testimonial di eccezione quali **Enzo Iacchetti**, noto conduttore ed attore italiano e **Giovanni Rana**, che porteranno le loro testimonianze ed esperienze.

L'ingresso è libero fino al raggiungimento di 170 posti.

[Redazione VareseNews](#)

redazione@varesenews.it