

## “Impara a conoscere la tua pressione”: controlli gratuiti

**Pubblicato:** Mercoledì 11 Maggio 2016



**Il 17 maggio è la XII Giornata Mondiale contro l'Ipertensione Arteriosa**, dal titolo “Impara a conoscere la tua pressione arteriosa”, promossa in tutto il mondo dalla World Hypertension League, allo scopo di sensibilizzare l'opinione pubblica nei confronti della lotta all'ipertensione arteriosa.

**Spesso l'ipertensione non dà disturbi**, se non quando sono già presenti danni al proprio organismo. In sintesi, **più alta è la pressione, maggiore è il rischio di incorrere in malattie quali l'infarto cardiaco, lo scompenso cardiaco, ictus cerebrali, demenza e insufficienza renale**. Una misurazione corretta della pressione arteriosa consente di diagnosticare l'ipertensione e di prescrivere la giusta terapia nella fase di prevenzione.

**Ecco le regole se si è ipertesi:**

adottare una dieta adeguata, non fumare, praticare attività fisica regolare e, se prescritti, assumere i farmaci adeguati.

L'iniziativa, presente anche nelle nostre piazze Varesine dove la Croce Rossa Italiana è partner importante, è volta non solo a informare e sensibilizzare sul tema dell'ipertensione arteriosa e delle malattie a essa correlate, ma anche a sottolineare l'importanza di una corretta alimentazione e di adeguati stili di vita atti a prevenire l'insorgenza della patologia ipertensiva.

In occasione della Giornata Mondiale – con il prezioso contributo della **Croce Rossa Italiana** – saranno allestite **in piazza Repubblica e in piazza Monte Grappa in Varese postazioni mediche** per dare l'opportunità a tutti i cittadini di effettuare il **controllo gratuito della pressione**.

Alla Giornata Mondiale contro l’Ipertensione Arteriosa hanno aderito: la Croce Rossa Italiana, la Federazione Ordini Farmacisti Italiani (FOFI), Federfarma e Assofarm.

**Redazione VareseNews**

redazione@varesenews.it