VareseNews

“Ama il tuo cuore”, una domenica in piazza

Pubblicato: Venerdì 14 Ottobre 2016

L’associazione Ama il Tuo Cuore-onlus sta celebrando con diverse manifestazioni il 25° anno della sua fondazione nel rispetto della propria mission.

Educare i giovani, iniziando dalle scuole, e la popolazione in genere alla prevenzione delle malattie cardiovascolari adottando stili di vita idonei, insegnare l’assistenza all’arresto cardiaco e contribuire alla diffusione sul territorio dei defibrillatori, rimangono anche per i prossimi mesi gli obiettivi primari dell’associazione.

Per questo **domenica 16 ottobre 2016** verrà organizzata l’undicesima giornata gallaratese di “**Ama il tuo cuore**“ **in piazza Libertà dalle ore 9.30 alle 13,30** con l’allestimento di Gazebo dedicati.

A differenza delle iniziative degli anni scorsi non verranno eseguiti i prelievi: si è pensato di coinvolgere la popolazione direttamente in un percorso di autovalutazione del rischio personale di sviluppare una malattia coronarica con un infarto miocardico entro i prossimi dieci anni di vita e di valutare il grado di stress personale, altro fattore importante di rischio per ipertensione e infarto miocardico.

“Calcola il tuo rischio” e “Calcola il tuo grado di stress” saranno i due eventi della giornata. Allo scopo verranno distribuiti dei volantini che permetteranno di valutare il rischio mediante l’utilizzo delle Carte Del Rischio Cardiovascolare allestite dall’ Istituto superiore della sanità, nell’ambito del Progetto Cuore, valide per le persone con età da 40 a 70 anni, sul volantino è riportato anche un questionario per

la valutazione dello stress, ispirato ad una proposta della clinica Psichiatrica dell'Università degli studi La sapienza di Roma.

Le persone sono invitate ad una autovalutazione ma troveranno presso gli stand specialisti Cardiologi e Psicologi che potranno aiutarle nella compilazione, ma che saranno anche disponibili a discutere con loro dei risultati ottenuti. Allegato al pieghevole di autovalutazione viene offerto un inserto da conservare su come aiutare chi va incontro ad un arresto cardiaco.

Si terranno poi sul sagrato esibizioni di assistenza all'arresto cardiaco con partecipazione dei formatori dell' Associazione che utilizzeranno manichini e defibrillatori sempre con l'intenzione di promuovere la tecnica del massaggio cardiaco e della defibrillazione precoce, sperando di rimuovere le resistenze che ancora sussistono verso manovre di semplice attuazione, esenti da ragionevoli rischi, ma fondamentali per salvare la vita.

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it