

Gentile Signora, gentile Signore,
nel nostro paese le malattie cardiovascolari
costituiscono la principale causa di malattia e
di invalidità collocandosi al primo posto tra le
cause di morte.

Fra le malattie dell'apparato cardiovascolari
prevalgono quelle determinate dall'**ate-
rosclerosi** come l'infarto del miocardio e
l'ictus cerebrale.

Anche se negli ultimi anni la ricerca medica
ha compiuto notevoli progressi nel trattamento
di queste malattie, rimane ancora alto il numero
di persone che si ammalano o soffrono per i
loro esiti.

Il vero progresso sarebbe rappresentato dalla
riduzione dell'incidenza delle malattie
cardiovascolari. Questo obiettivo non è
impossibile da raggiungere. Infatti è importante
sapere che lo sviluppo dell'aterosclerosi e dei
danni che ne conseguono è favorito da un
certo numero di fattori, i cosiddetti fattori di
rischio, molti dei quali possono essere prevenuti,
corretti o rimossi da interventi appropriati. La
realizzazione di un programma di prevenzione
realmente efficace può ridurre il numero delle
persone colpite da malattie cardiovascolari.

Già nel 2003, per illustrare quali sono i fattori
di rischio e come si combattono, abbiamo
organizzato una manifestazione sulla
prevenzione delle malattie cardiovascolari.

Visto il successo di quella manifestazione,
abbiamo deciso di ripetere l'esperienza, nella
speranza di portare un piccolo contributo allo
sviluppo di una cultura della salute che veda
tutti noi protagonisti.

**L'aspettiamo il 15 e 16 maggio 2004
dalle ore 9 alle h 18** nel giardino antistante
la sede dell'Humanitas, in via Bessi a Scandicci

Il comitato organizzatore



Azienda Sanitaria di Firenze
Nuovo Ospedale San Giovanni di Dio

Direzione Sanitaria
U.O. di Cardiologia
U.O. Medicina Generale
Sezione aggregata di Diabetologia
S.S. Educazione alla salute
U.O. Dietetica Professionale
U.O. Infermieristica Ospedaliera e Territoriale
Distretto 8
Medici di medicina Generale/Scandicci
A.M.E.S.

MERCATINO DEI RAGAZZI PER LA SOLIDARIETÀ
Casellina/Scandicci

Lega Italiana per la lotta contro i Tumori
Sezione di Firenze

Fondazione AR CARD Onlus

AVIS

AUSER

Confcommercio

Confartigianato

Confesercenti

CNA

Prisma

Alice

Scuola Media Rodari

Fondazione Pfizer

UNICOOP Firenze Sezione Soci Scandicci

Con il patrocinio di
Regione Toscana
Comune di Scandicci

Quartopiano

reguardiamoci il cuore

due giorni per la
prevenzione
delle malattie
cardiovascolari

15-16 maggio
2004

Humanitas
Via Bessi - Scandicci

Come partecipare alla manifestazione

La mostra è costituita da otto tende, disposte in maniera da rappresentare un "viaggio" ideale tra le malattie ed i fattori di rischio cardiovascolare. All'inizio di questo percorso Le verrà consegnata una scheda, che il personale presente nelle varie tende aiuterà a compilare. Dai dati raccolti sarà possibile definire quale è il rischio che lei corre di avere una malattia cardiovascolare nei prossimi anni e come fare per ridurlo.

1. Accoglienza:

è la prima tenda che lei dovrà visitare. Il personale addetto le spiegherà come è organizzato il percorso e consegnerà una scheda per la valutazione del rischio cardiovascolare.

2. Auditorium:

in questa tenda potrà partecipare ad incontri con gli esperti, su argomenti e secondo un calendario prestabilito.

3. Tenda dell'ipertensione:

potrà controllare la Sua pressione e ricevere spiegazioni su quali sono i valori ottimali per mantenersi in buona salute.

4. Tenda del diabete:

in questa tenda troverà medici ed infermieri che le illustreranno la malattia diabetica e come fare per ridurne al minimo i danni.

5. Tenda del colesterolo:

si discuterà di colesterolo e Lei potrà essere informato su quali sono oggi considerati i livelli ottimali di questo parametro.

6. Tenda delle dietiste:

Lei verrà informato su quali sono i cibi da assumere con moderazione se vuole risparmiare le Sue arterie. Sarà inoltre informato su come fare per ridurre il peso corporeo ed i livelli di colesterolo. Potrà parlare dei problemi legati all'attività fisica e di come fare per smettere di fumare.

7. Tenda dell'ictus:

medici ed infermieri le parleranno di questa temibile complicanza della malattia aterosclerotica, delle sue sequele e dei provvedimenti necessari per combatterla.

8. Tenda per la valutazione globale del rischio:

in questa tenda avrà la possibilità di incontrare i medici di famiglia della sua zona. Questi, sulla base dei dati raccolti nella scheda personale, definiranno il suo livello di rischio cardiovascolare e le parleranno delle misure da adottare per ridurlo.

Incontro tra il pubblico e gli esperti (AUDITORIUM)

Sabato 15 maggio 2004

I consigli per smettere di fumare.	C. Bricci	h 10.00
Dopo un evento cardiovascolare. Quali sono i comportamenti corretti?	M. Filice	h 11.00
Diabete: impara a giocare d'anticipo.	C. Baggione	h 12.00
Perché è importante l'attività fisica.	A. Falcone	h 15.00
Malattie vascolari periferiche	M. Cecchi	h 16.00
Infarto miocardico: complicanze e conseguenze.	G.M. Santoro	h 17.00

Domenica 16 maggio 2004

Il primo soccorso alle persone con arresto cardiaco (BLS).	G. Fradella	h 9.30
Perché è importante controllare il peso corporeo.	B. Paladini	h 10.30
Il rischio cardiovascolare globale.	P. Savini	h 15.00
Ictus: un nemico da battere.	S. Spolveri	h 16.00
Iipertensione: un danno per il cuore e per le arterie.	P. Fabiani	h 17.00



Camminando con il cuore

Passeggiata non competitiva per le colline di Scandicci con percorso studiato in modo tale da dare a tutti la possibilità di partecipare, indipendentemente dall'età. La camminata avrà luogo DOMENICA 16 MAGGIO con partenza alle 11,00; dalla sede della manifestazione e ritorno verso le 13.00. Al rientro dalla passeggiata si potrà consumare una grigliata di pesce azzurro, bruschetta e vino.

Concorso nazionale fotografico sul tema: OZIO e MOVIMENTO.

Le foto ammesse al concorso saranno esposte durante la manifestazione con premiazione domenica alle 18.

"Ascolta il tuo cuore usa il cervello"

La prevenzione cardiovascolare vista dai ragazzi Mostra dei lavori dei ragazzi della classe III° C della scuola media RODARI di Scandicci.