

## Comunicato stampa: Tifa per il tuo cuore, controlla il rischio

*Oggi la tua amata squadra ti fa palpitare? Ti dà emozioni al cardiopalma? Ma al tuo cuore ci pensi? 11 milioni di tifosi hanno più di 45 anni e sono a rischio cardiovascolare senza saperlo. Una ricerca condotta durante i Mondiali di Calcio Germania 2006, e pubblicata su una prestigiosa rivista scientifica, ha dimostrato che anche la sconfitta della propria squadra può far male al cuore, e non solo in termini metaforici.*

La **Campagna Sociale TIFA PER IL TUO CUORE**, presentata durante un Talk Show giovedì 15 Settembre 2011 all'interno del Convegno Cardiologia 2011, è l'occasione per confrontarsi su una tematica importante e delicata come quella del **rischio cardiovascolare** in Italia.

L'obiettivo della campagna è di mettere a fuoco i comportamenti corretti per poter prevenire malattie cardiovascolari come **infarto, ictus, embolia**, che rappresentano tuttora la prima causa di morte e di grave invalidità nei Paesi industrializzati.

La prevenzione infatti è essenziale, soprattutto in persone a rischio senza episodi precedenti. La probabilità di incorrere in un evento vascolare come l'infarto aumenta con il passare degli anni e con l'esposizione a fattori di rischio, soprattutto legati allo stile di vita.

### **IL COINVOLGIMENTO DEI TIFOSI ITALIANI – LA CAMPAGNA “TIFA PER IL TUO CUORE”**

Il mondo del calcio rappresenta un importante cassa di risonanza per i pazienti a rischio cardiovascolare, cioè dai 45 anni in su. In Italia infatti ci sono più di 11 milioni di tifosi con età superiore ai 45 anni.

Lo studio sopracitato condotto durante i Mondiali 2006, che vide la nostra nazionale trionfare a discapito dei tedeschi padroni di casa, mise in risalto come ogni volta che giocava la nazionale tedesca si verificasse un aumento di accessi al pronto soccorso a causa del troppo stress legato all'evento sportivo.

La **dott.ssa Rota Vender, Presidente di ALT (Associazione per la Lotta alla Trombosi e alle malattie cardiovascolari - Onlus)** e Responsabile Centro Trombosi presso l'Istituto Humanitas di Milano, descrive la Campagna: “la Campagna Sociale TIFA PER IL TUO CUORE coinvolgerà tutte le squadre di Serie A durante la terza giornata di campionato del 17-18 settembre 2011. Vogliamo sensibilizzare i tifosi italiani con più di 40-45 anni con la divulgazione di leaflet informativi negli stadi e con la divulgazione sulle principali testate sportive e non.”

“Il sito internet [www.tifaperiltuocuore.it](http://www.tifaperiltuocuore.it) – continua la dott.ssa Rota Vender - conterrà tutti i materiali, approfondimenti, interviste video e le informazioni sulla Campagna. Inoltre faremo un questionario per i tifosi per misurare i fattori di rischio ma soprattutto a monitorare successivamente i progressi nell'adozione di misure di controllo del rischio stesso.”

La **Lega Serie A** ha patrocinato e appoggiato l'iniziativa posizionando in tutti gli stadi uno striscione rappresentativo della **Campagna TIFA PER IL TUO CUORE** e veicolando un messaggio audio prima del fischio d'inizio in ogni campo.

**E le donne?** Parlando di tifosi ci si rivolge solo ad un pubblico maschile, tuttavia anche la donna ha bisogno di mettersi al riparo dal rischio cardiovascolare. A questo proposito la dott.ssa Rota Vender aggiunge: “**La donna non può essere assolutamente trascurata nella prevenzione del rischio.** Magari frequentano meno lo stadio dei loro compagni, mariti e amici ma devono comunque seguire regole e comportamenti per ridurre i fattori di rischio.”

## **IL RISCHIO CARDIOVASCOLARE IN ITALIA**

I **fattori di rischio** possono essere raggruppati in due grandi categorie:

- a) **fattori di rischio generici:** pressione del sangue alta, aumento di colesterolo e lipidi (grassi) nel sangue, eccesso di peso, fumo di sigarette, vita sedentaria.
- b) **fattori di rischio specifici:** alterazioni quantitative delle proteine coinvolte nel processo della coagulazione.

Pochi sanno che le malattie cardiovascolari da Trombosi possono essere prevenute in un caso su tre: piccole buone abitudini costanti di vita sono il primo reale contributo per salvare il proprio stato di salute. E allora stop al fumo e alla vita sedentaria, via allo sport e a una sana alimentazione. **La prevenzione è fondamentale e permette di salvare ogni anno ben 200.000 italiani.**

La **dott.ssa Rota Vender** però aggiunge: “dopo alcuni studi osservazionali condotti sulla popolazione italiana abbiamo notato come ci sia un allineamento del rischio cardiovascolare fra gli italiani e il resto dei paesi occidentali; forse stiamo perdendo il vantaggio della dieta mediterranea.

Con il progetto **Cardiolab**, dal 2003 ad oggi, abbiamo misurato il rischio cardiovascolare su più di 50.000 pazienti in tutta Italia. Da progetti come **Cardiolab**, un programma di educazione ai fini della prevenzione delle patologie cardiovascolari che ricostruisce un quadro dettagliato dello stato di salute del nostro Paese, deriva la necessità di continuare con iniziative per divulgare il controllo del rischio e combattere la scarsa compliance alle terapie di prevenzione.”

## **LA PREVENZIONE CARDIOVASCOLARE**

**Intervista al Prof. Claudio Borghi, Direttore della Unità Operativa di Medicina Interna del Policlinico S.Orsola-Malpighi di Bologna e Professore Ordinario di Medicina Interna presso la stessa Università.**

**Ma cosa vuol dire “prevenzione primaria” del rischio cardiovascolare?1**

Ci sono molte terapie che sono finalizzate a ridurre il rischio CV e tre di esse svolgono un ruolo fondamentale: la terapia per ridurre la pressione arteriosa, la terapia che riduce il colesterolo e la terapia antitrombotica, che inibendo l'aggregazione delle piastrine, riduce la tendenza alla formazione dei trombi (l'aspirina a basse dosi per intenderci).

**A parte evitare le cattive abitudini e minimizzare lo stress (tifando magari per la squadra giusta), c'è qualche terapia che aiuti a ridurre il rischio cardiovascolare?2**

Una fetta importante della popolazione apparentemente sana e cioè i soggetti con familiarità per malattie CV, i soggetti sovrappeso o obesi, quelli affetti da ipertensione arteriosa, ipercolesterolemia ed alterazioni dei livelli di glicemia (non solo diabetici!)

**Chi dovrebbe preoccuparsi di cambiare stile di vita o mettersi in terapia per prevenire il rischio CV?3**

A coloro che hanno superato i 40-45 anni di età mi sento di raccomandare di recarsi dal proprio medico di medicina generale per una valutazione del proprio stato di salute cardiovascolare. Importante inoltre che le eventuali terapie prescritte siano assunte correttamente (dosi e tempi) e continuativamente sotto il controllo medico.

**Quali consigli darebbe ai nostri tifosi?**

Esistono dimostrazioni di una evidente diminuzione del numero di soggetti che va incontro a infarti e ictus a seguito della terapia continuativa con le classi di farmaci precedentemente citati.

**Quanto possono aiutare le terapie preventive?**

La prevenzione del rischio CV è l'insieme di tutte quelle misure e provvedimenti finalizzati ad impedire che le malattie cardiovascolari si sviluppino nei soggetti apparentemente in buona salute.

**Quanto sono efficaci queste terapie nella donna?**

Le terapie preventive funzionano oltre una certa età a tutto campo e, secondo le linee guida americane, hanno anche un effetto anti-ictus più marcato nei pazienti di sesso femminile. La cosa

importante è che i medici scelgano le pazienti adatte alla terapia. Meglio evitare terapie in autonomia.

### **Ci sono nuove evidenze nell'uso cronico di basse dosi di aspirina?**

Si, si scoprono nuove evidenze favorevoli anche nella prevenzione dei tumori, soprattutto al colon retto. Nello specifico, riduce il rischio di tumore al colon retto di oltre il 20% e il rischio di mortalità del 35% nel periodo.

---

### **Chi è ALT** (Associazione per la Lotta alla Trombosi e alle malattie cardiovascolari)

**ALT** è la prima e unica associazione indipendente in Italia impegnata nella prevenzione delle malattie cardiovascolari da Trombosi e nel sostegno alla ricerca scientifica interdisciplinare.

Trombosi significa Infarto cardiaco, Ictus cerebrale, Embolia polmonare, Trombosi venosa e arteriosa.

Le malattie cardiovascolari da Trombosi sono l'epidemia dei nostri giorni: colpiscono ogni anno nel nostro Paese 600.000 persone e sono la prima causa di morte e di grave invalidità nei paesi industrializzati. Dal 1987 **ALT** svolge la sua attività di prevenzione attraverso progetti realizzati su tutto il territorio nazionale; si rivolge a bambini in età scolare, alle loro famiglie, alle imprese, agli enti locali, ai medici di famiglia e ai loro pazienti. **ALT** attua il suo impegno anche attraverso campagne educative, finanziamenti a progetti di ricerca scientifica, manifestazioni pubbliche.

### **Ufficio Stampa**

#### **VISION- Media&Relation**

*Gianluca Lombardelli* tel. 02. 20.24.13.48 - Cell. 338 4418482

[gianluca.lombardelli@vision-mr.com](mailto:gianluca.lombardelli@vision-mr.com)

[ufficio.stampa@vision-mr.com](mailto:ufficio.stampa@vision-mr.com)

### **Per ulteriori informazioni**

**Ufficio Stampa ALT Associazione per la Lotta alla Trombosi e alle malattie cardiovascolari  
- Onlus**

Claudia Rota e Isabella Melchionda

tel. 02. 58 32 50 28

cell. 348 5100463

fax. 02 58 31 58 56

email: [alt@trombosi.org](mailto:alt@trombosi.org)