



## COMUNICATO STAMPA

# «I CAMBIAMENTI PIU' IMPORTANTI SI FANNO CON UN..... SALTO»

DAL 21 MARZO AL 12 APRILE 2017 THROMBOSIS DIGITAL DAYS

**Partecipa alla campagna social di ALT Onlus  
#saltodiqualità #micurodite #altonlus #scienzaebuonsenso  
e scarica l'APPriskometer IL RISCHIO DI ICTUS  
per dire «ALT TROMBOSI»**

### **FACCIAMO UN SALTO DI QUALITÀ NELLA NOSTRA VITA**

Saltiamo per il cuore, saltiamo per il cervello, saltiamo TUTTI, ognuno a modo proprio, ma **SALTIAMO!** E pubblichiamo i salti più belli, più originali, più spiritosi sul WEB con l'hashtag **#ALTONlus #saltodiqualità #micurodite #scienzaebuonsenso**. E se vogliamo trovare un motivo in più per saltare scarichiamo tutti l'APPriskometer "IL RISCHIO DI ICTUS", 100 mila persone l'hanno già fatto, nel mondo, e 30 mila sono italiani, grazie ad ALT! Tanti SALTI per la nostra salute e per sconfiggere le malattie da Trombosi: Infarto, Ictus, Trombosi ed Embolia. Si può fare ... **SALTANDO!** E chi non può saltare e può muoversi è comunque invitato!

*Milano, 21 marzo 2017*– Le malattie da Trombosi si chiamano Infarto, Ictus, Embolia: colpiscono ogni anno 600mila persone in Italia, uno spreco enorme, perché almeno 200 mila avrebbero potuto evitarle, cambiando in tempo il proprio stile di vita. Le malattie a Trombosi sono l'incontro più probabile per tutti coloro che hanno o avranno più di 50 anni, e non solo: ma potranno essere evitate, con l'informazione e con un atto di volontà che ci permetta di cambiare stile, facendo un SALTO di qualità per la nostra vita e per la vita di chi ci sta accanto. Solo 33 italiani su 100 sanno di questo pericolo e dell'opportunità di evitarlo: è un vero spreco, ALT lavora perché tutti hanno il diritto di sapere, di prendersi la responsabilità di agire e di SALTARE. ALT - Associazione per la Lotta alla Trombosi e alle malattie cardiovascolari - Onlus, in occasione della 6ª Giornata Nazionale per la Lotta alla Trombosi, dal 21 marzo al 12 aprile, dà appuntamento a tutti, in Italia e all'estero, sui social media, invitando a fare un SALTO di conoscenza e di qualità che può salvare la vita.

**SALTA COME TI PARE MA SALTA! Ognuno a modo proprio, fotografando, filmando, disegnando i salti più divertenti, interessanti, buffi, allegri, di chiunque, uomini, donne e bambini, nonni, nonne, nipoti e animali che amate o che vi piacciono, inclusi rane, cavallette, grilli ..... e chi più ne ha più ne metta, purché stiano saltando o comunque muovendosi! - Pubblicateli ovunque, su YouTube, su Instagram, su**

**Facebook, su tutti i mezzi che conoscete** con gli hashtag **#ALTONlus #saltodiqualità #micurodite #scienzaebuonsenso** .... Dobbiamo partecipare tutti, perché tutti insieme possiamo diventare travolgenti protagonisti di un cambiamento straordinario e di questa nuova campagna di ALT. Questo è l'invito di ALT che seguirà tutti i Salti che verranno pubblicati; non solo, metterò a disposizione di tutti la conoscenza su come e perché si evitano malattie gravi ma evitabili, come le malattie provocate dalla Trombosi, attraverso il proprio giornale **SALTO** [http://www.trombosi.org/it/SALTO\\_it.html](http://www.trombosi.org/it/SALTO_it.html)

Noi tutti vogliamo dire ALT a malattie che vediamo ogni giorno intorno a noi, nella nostra famiglia, nei nostri amici: ma che si possono evitare. È un investimento a bassissimo costo e ad altissimo ritorno, per evitare malattie causate dalla Trombosi che uccidono, a qualunque età, in modo diverso, o lasciano gravi invalidità, anche in persone molto giovani, addirittura nei bambini: lo sa bene chi è già stato colpito, e dolorosamente lo fanno i suoi famigliari. Uno spreco enorme di vite e di risorse, che oggi sappiamo che potrebbe essere evitato, almeno in una persona su tre.

Nella sola Europa 55 donne su 100 muoiono o moriranno per colpa di una malattia cardiovascolare, molto probabilmente causata da un Trombo o da un Embolo. Solo 13 donne su 100 considerano la Trombosi un nemico, le altre sono convinte che il nemico più aggressivo sia il tumore della mammella. L'Ictus cerebrale uccide ogni anno 15 milioni di persone nel mondo. È il quinto nella lista dei killer per l'uomo, ma il terzo nella lista dei killer per le donne. Fra pochi anni nel mondo 19 persone su 100 avranno più di 65 anni, per un totale di 72 milioni di persone! Fra gli anziani saranno più numerose le donne, perché vivono più a lungo e poiché saranno esposte più a lungo avranno il 20% di probabilità di essere colpite rispetto al 17% dei maschi. Sono numeri spaventosi: significa che una donna su cinque sarà colpita da Ictus cerebrale, dopo i 65 anni, e si prevede che la metà di loro rimarrà pesantemente invalida, avendo perso il linguaggio, la memoria, paralizzata in una parte del corpo: ci saranno oltre 200.000 donne disabili in più rispetto agli uomini.

**E per chi vuole misurare concretamente quanto impatto hanno stile di vita, familiarità e fragilità ALT invita a scaricare gratuitamente l'APPriskometer "IL RISCHIO DI ICTUS"**: può essere utilizzata da tutti, di qualunque età, più volte nel tempo, per verificare come cambia la probabilità di evitare un evento da Trombosi quando si cambia stile di vita. L'applicazione, patrocinata da World Stroke Organization (WSO), International Association of Neurology & Epidemiology (IANE) e European Stroke Organization (ESO), è stata tradotta nelle principali lingue in tutto il mondo. La versione italiana è stata curata e finanziata interamente da ALT. Il suo ideatore, il **Prof. Valery Feigin** dell'Università di Auckland, Nuova Zelanda, ha ringraziato l'Italia e ALT per l'impegno, sottolineando che *"In Italia, il giorno del lancio da parte di ALT, l'APPriskometer ha registrato più di 30 mila downloads, un terzo del totale che va ben oltre 100mila, un successo straordinario"*.

*«Un successo che ancora non basta – aggiunge Paola Santalucia, neurologa e vicepresidente di ALT - . In Italia, ogni anno 144 mila persone sono colpite da Ictus cerebrale: 79 mila muoiono poco dopo l'attacco, altrettante rimangono gravemente colpite, un terzo se la cava con il terrore che accada di nuovo. Sono troppi coloro che ancora oggi ignorano quanta differenza può fare un cambiamento nelle abitudini quotidiane per il quale è necessaria una assunzione di responsabilità, perché cambiare stile di vita significa cambiare la probabilità di incontrare la Trombosi e le gravi malattie che essa provoca, che chiamiamo Infarto, Ictus cerebrale, Embolia, e che possono essere evitate in un caso su tre. L'APPriskometer deve essere usata da tutti, e tutti devono invitare i propri cari, famigliari e amici, a scaricarla e a utilizzarla, a partire dal 12 aprile, sesta Giornata Nazionale per la Lotta alla Trombosi"*.

*"Scaricare e utilizzare l'App permette non solo di misurare il proprio rischio di infarto ma anche di contribuire a una ricerca che coinvolge tutti i Paesi del mondo, – aggiunge il presidente di ALT Lidia Rota Vender- I dati registrati in modo assolutamente garantito dalla privacy contribuiranno a costituire il primo archivio mondiale che metterà in relazione i fattori di rischio per Infarto e Ictus cerebrale con i cambiamenti nello stile di vita, e permetteranno ai ricercatori di misurare l'efficacia della medicina e della tecnologia*

*nella battaglia tremenda e indispensabile contro le malattie da Trombosi evitabili. Tutti coloro che sceglieranno di partecipare attivamente pubblicando un SALTO e utilizzando l'APPriskometer alla nostra sesta Giornata Nazionale per la Lotta alla Trombosi aiuteranno concretamente ALT a diffondere il messaggio indispensabile della prevenzione. Perché nessuno un giorno possa dire "io non lo sapevo": tutti siamo invitati a fare un Salto di qualità nella propria vita, perché insieme possiamo dire ALT Trombosi!» -*

#### TUTTI I LINK DI RIFERIMENTO:

**Sito Istituzionale ALT – Associazione per la Lotta alla Trombosi e alle malattie cardiovascolari – Onlus**

<http://www.trombosi.org/>

**Sito Giornata per la Lotta alla Trombosi**

<http://www.giornatatrombosi.it>

**Pagina Facebook ALT**

<facebook.com/ALTONlus/>

**Profilo Twitter**

<https://twitter.com/ALTONlus>

**Profilo Instagram**

<https://www.instagram.com/?hl=it>

**Canale YouTube**

<https://www.youtube.com/user/ALTONlus>

**Canale YouTube MI CURO DI TE**

<youtube.com/c/MiCuroDiTe>

#### LINK PER SCARICARE L'APP

<http://www.trombosi.org/>

[iOS Lite](#)

[iOS Pro](#)

[Android Lite](#)

[Android Pro](#)

Nell'App Store inserendo: **IL RISCHIO DI ICTUS**

#### HASTAG

#saltodiquality #micurodi #micurodite #altonlus #12aprile2017 #salute #beactive #benessere #stiledivita #lottaallatrombosi #milano #sport #movimento #cibosano #altpigrazia #chef #scienzaebuonsenso

#### PER APPROFONDIMENTI

- La **Fibrillazione Atriale** è un'aritmia grave che causa ictus cerebrale:  
Guarda il cartoon [https://www.youtube.com/watch?v=VukbASRy\\_DY&list=UUM0I\\_vRsMWZf5mpBDd7D7rA](https://www.youtube.com/watch?v=VukbASRy_DY&list=UUM0I_vRsMWZf5mpBDd7D7rA)  
Accedi al canale YouTube MiCurodiTe [https://www.youtube.com/channel/UCCnPY4lrhTUqa8qC\\_wa0FzA](https://www.youtube.com/channel/UCCnPY4lrhTUqa8qC_wa0FzA)
- La **Pressione alta** causa aterosclerosi infarto e ictus:  
Guarda/scarica il cartoon in italiano e in inglese  
[https://www.youtube.com/watch?v=uy\\_fqcCrij9E](https://www.youtube.com/watch?v=uy_fqcCrij9E)
- **Cuore e Cervello** son strettamente legati, più di quanto si creda:  
Scarica il pdf SALTO 73 [http://www.trombosi.org/filemanager/cms\\_alt/files/SALTO/Salto73\\_Stampa02.pdf](http://www.trombosi.org/filemanager/cms_alt/files/SALTO/Salto73_Stampa02.pdf)
- La **Trombosi colpisce anche le vene** e causa eventi gravi come l'embolia polmonare:  
Scarica il pdf SALTO 62 [http://www.trombosi.org/filemanager/cms\\_alt/files/SALTO/SALTO/62\\_vene\\_e\\_trombosi.pdf](http://www.trombosi.org/filemanager/cms_alt/files/SALTO/SALTO/62_vene_e_trombosi.pdf)
- **Diabete e Trombosi**, una relazione pericolosa?  
Scarica il pdf SALTO 80 [http://www.trombosi.org/filemanager/cms\\_alt/files/SALTO/Salto\\_80.pdf](http://www.trombosi.org/filemanager/cms_alt/files/SALTO/Salto_80.pdf)
- **Uomini e donne, tutto sulla Trombosi di genere**  
Scarica il pdf SALTO 81 [http://www.trombosi.org/filemanager/cms\\_alt/files/SALTO/SALTO/Web\\_SALTO81.pdf](http://www.trombosi.org/filemanager/cms_alt/files/SALTO/SALTO/Web_SALTO81.pdf)

#### Per ulteriori informazioni

**Ufficio stampa ALT, Associazione Lotta alla Trombosi e alle malattie cardiovascolari Onlus**

**Isabella Melchionda** Tel. +39 02 58 32 50 28 [comunicazione@trombosi.org](mailto:comunicazione@trombosi.org)

**Claudia Rota** Tel. 348.5100463 [claudia.rota@dscpress.com](mailto:claudia.rota@dscpress.com)

ALT – Associazione per la Lotta alla Trombosi e alle malattie cardiovascolari – Onlus è un'Associazione libera, indipendente e senza fini di lucro. Dal 1987 è impegnata a livello nazionale nella prevenzione delle malattie cardiovascolari da Trombosi – Infarto cardiaco, Ictus cerebrale, Embolia Polmonare, Trombosi arteriosa e venosa -, nel sostegno finanziario alla ricerca scientifica interdisciplinare e nella specializzazione di giovani medici e infermieri. Realizza campagne educative mirate a combattere i principali fattori di rischio e a creare consapevolezza sui sintomi precoci delle malattie che la Trombosi determina. Dal 1995 rappresenta l'Italia in EHN, network europeo di 31 associazioni e fondazioni dedicate alla prevenzione delle malattie cardiovascolari. Per informazioni: [www.trombosi.org](http://www.trombosi.org) | Tel. +39. 02.58.23.50.28 | email [alt@trombosi.org](mailto:alt@trombosi.org)