



chi siamo | servizi | contatti | pubblicità | collabora con noi | archivio



SPORT

CIBO E ATTIVITÀ FISICA PER UN CUORE A POSTO

- Attualità
- Politica
- Inchiesta
- Culture
- L'intervista
- L'eroe
- Sport
- Caffetteria
- Tecnologia
- Questa è la stampa
- Stracult
- Foto Gallery
- HOME PAGE

(26/06/2012) - Alimentazione intelligente, povera di sale e di grassi e attività fisica quotidiana possono prevenire le malattie cardiovascolari da trombosi in un caso su tre. La prevenzione deve essere una scelta personale: ma può essere facilitata se governi, industria

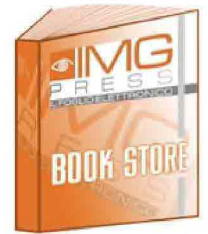


alimentare e mondo dell'informazione fanno squadra per migliorare la qualità dei cibi e il modo in cui vengono consumati dai cittadini, e soprattutto per sensibilizzare le persone ad una attività fisica salutare.

Sono le tematiche al centro di un incontro europeo organizzato dall'Associazione per la Lotta alla Trombosi (ALT) e dalla Fondazione Italiana per il Cuore per fare il punto sulle strategie da mettere in campo per vivere in salute e più a lungo. Medici e farmacologi si sono confrontati con economisti, esperti di comunicazione, rappresentanti dei consumatori, dell'industria alimentare, del Provveditorato agli Studi e del Ministero dell'istruzione Miur con l'obiettivo comune di proporre iniziative a incentivare nella popolazione scelte di vita più salutari. L'obiettivo da raggiungere è possibile, hanno ribadito gli esperti: almeno una persona su tre potrebbe non essere colpita da malattie cardiovascolari. Infatti i fattori di rischio che aumentano la probabilità di andare incontro a infarto, ictus, embolia, trombosi arteriose o venose sono ben noti: pressione alta, obesità, ipercolesterolemia. Studi epidemiologici recenti hanno confermato che la riduzione di questi fattori di rischio si correla con un aumento dell'aspettativa di vita di circa 5 anni. 'Da 25 anni ALT lotta per salvare almeno un terzo delle persone destinate ad essere colpite da malattie cardio e cerebrovascolari da Trombosi: purtroppo è triste constatare che l'evoluzione del nostro stile di vita non ci sta aiutando - ha commentato Lidia Rota Vender, Presidente di ALT -. E' sempre più facile per tutti noi alimentarci in modo poco equilibrato, con cibi conservati, troppo ricchi di sale e di grassi nocivi, in porzioni troppo grandi, e muoverci troppo spesso con i mezzi di trasporto e troppo poco a piedi o in bicicletta. Infarto, ictus embolia possono essere prevenute con scelte quotidiane semplici, che possono trasformare una prospettiva di vita breve e sgradevole in una lunga e di buona qualità, a qualunque età.

Questo può avvenire grazie al lavoro delle associazioni, e dei medici, ma la svolta sarà determinata solo dalla collaborazione fra i Governi che dovranno legiferare in modo da facilitare l'accesso dei cittadini a stili di vita intelligenti, le Aziende produttrici di alimentari, che

news
 (Altre news)



ACQUISTA



CERCA
 Iscriviti alla newsletter per ricevere tutti gli ultimi aggiornamenti di ImgPress.it

ROBERTO GUSLIOTTA
 GIANNFRANCO PENSAVALLI
 MI CHIAMO MAURIZIO
 SONO UN BRAVO RAGAZZO
 HO UCCISO
 OTTANTA PERSONE



il Casale
 dell'ulivo
 Olio extra vergine d'oliva
 biologico
 C/da Rocca S. Pietro
 98074 Naso (ME)
 Tel 941.961555
 0941.961563
 www.extravirgin.it

IMMOBILI IN CENTRO A
 MESSINA
 VENDESI / AFFITTASI
 mq. 160 - mq. 400
 per informazioni:
 090.2938647
 338.1471419

"Il picciotto e il brigatista"
 Un documentario che fa luce e mette in discussione un'ipotesi di una possibile complicità della destra del terrorismo - di Giancarlo Pirelli
 di ROBERTO GUSLIOTTA
 di GIANNFRANCO PENSAVALLI



potranno, se vogliono, modificare la qualità dei prodotti, e le Istituzioni, che saranno determinanti nel creare un'onda positiva di sensibilità e di scelte intelligenti. E' in gioco la salute di tutti noi, dei nostri figli, del nostro Stato e della nostra società'.



Vendola consiglia
ImgPress.it

L'isola felice di internet



STAMPA



SEGNALA

[Condividi](#)

ultimo

"... da piccolo, quando andavo al circo, ridevo tantissimo guardando i pagliacci e le loro pagliacciate. Oggi senza andare al circo, vedo tanti pagliacci e le loro pagliacciate....."

IMGPress tutti i diritti riservati. Reg. Trib. ME n.1392 del 18/06/92 P.IVA 02596400834

CREDITS - [RSS](#)