

## “Ama il tuo cuore” scende in piazza

**Pubblicato:** Mercoledì 4 Novembre 2009

Domenica 8 novembre dalle 10.30 in Gallarate in piazza Libertà, **si svolgerà la sesta giornata**

**8 novembre 2009**

**Ama il tuo cuore**  
Associazione *onlus*  
per la lotta  
contro le malattie cardiovascolari

puoi fare molto per te, con poco

Sesta giornata gallaratese  
"Ama il tuo Cuore"

Ci troverai dalle 10,30 a Gallarate in Piazza Libertà,  
dove ti presenteremo le nostre iniziative.

- **Controllo** pressione arteriosa, glicemia, colesterolo, trigliceridi.  
Valutazione rischio vascolare
- **"CamminaCuore"** dalle ore 10,30  
Corsa non competitiva  
nel "cuore" della città.
- **"StressCuore"** dalle ore 10,30  
Valutazione del tuo grado di stress.
- **"DonnaCuore"** dalle ore 10,30  
Stand dedicato al rischio cardiovascolare nelle donne.
- **"PedalaCuore"** dalle ore 10,30  
Prestazioni su cyclette
- **Salute delle autorità** ore 11,30
- **Premiazione "Cuorilandia"** ore 11,30  
Lavori sul rischio cardiovascolare eseguiti dai ragazzi  
delle scuole medie inferiori di Gallarate

Con il patrocinio di

Assessorato alla Sanità  
Assessorato alla Cultura  
Assessorato alla Pubblica Istruzione  
Assessorato alla Protezione Civile  
Assessorato alla Promozione Sociale  
Assessorato alla Sportività  
Assessorato alla Trasparenza

**gallaratese interamente dedicata alla prevenzione delle malattie cardiovascolari.**

La manifestazione in programma nasce da una sinergia di intenti tra Istituzioni pubbliche e associazioni del terzo settore.

Organizzatori della manifestazione sono **l'Unità operativa di Cardiologia dell'Azienda ospedaliera di Gallarate**, il Comune di Gallarate e l'Associazione Ama il tuo cuore. Collaborano anche i volontari della Croce Rossa Italiana, dell'Associazione Gallarate Lo sport per la vita, della Protezione Civile e della Proloco. La Regione Lombardia e l'Azienda sanitaria locale di Varese sostengono l'iniziativa con il loro patrocinio.

Il programma dell'edizione 2009 è ricco di iniziative significative: Controllo e valutazione rischio vascolare, Cuorilandia, CamminaCuore, PedalaCuore, DonnaCuore e StressCuore. **Sei sezioni per far conoscere i rischi cardiovascolari e contrastare le patologie cardiache.** Una giornata per sensibilizzare i cittadini affinché modifichino consapevolmente i loro comportamenti per migliorare e mantenere una buona salute.

Nell'ambulatorio mobile messo a disposizione dalla Cri locale, cardiologi e infermieri, coadiuvati da medici e tecnici del Laboratorio analisi e da volontari, nel corso della giornata, dalle 10.30 alle 16.00, controlleranno i valori della pressione arteriosa, del colesterolo e della glicemia e valuteranno l'indice della massa corporea e il rischio cardiovascolare. Sarà presente anche lo psicologo per la verifica del grado di stress.

In uno stand verrà messo a disposizione materiale informativo e saranno mostrati ai visitatori alcuni dispositivi utilizzati nel reparto di Cardiologia dell'ospedale cittadino (cateteri diagnostici, palloni da angioplastica, stent, pace maker, defibrillatori).

**Alle 10.30 si svolgerà “Cuorilandia”** alla presenza delle autorità. Sarà votato il miglior lavoro sul rischio cardiovascolare tra quelli eseguiti dai ragazzi delle scuole medie inferiori di Gallarate. I lavori saranno esposti nell’atrio del palazzo comunale.

**Dalle 10.30 si potrà consultare “donnacuore”**, uno stand dedicato al rischio cardiovascolare nelle donne. Sarà disponibile anche materiale illustrativo sui dati riguardanti la violenza sulle donne. Inoltre nello stand “stresscuore” si potrà valutare il grado di stress. Nello spazio riservato a “**pedalacuore**” si eseguiranno prestazioni su cyclette.

Alle 10.30 si svolgerà anche “**CamminaCuore**”, camminata non competitiva nel cuore della città.

**Roberto Canziani, direttore dell’unità operativa di Cardiologia del Sant’Antonio Abate spiega la motivazione dell’evento:** «Le malattie cardiovascolari costituiscono la causa principale di morte nei Paesi a maggiore sviluppo industriale. Il Servizio sanitario nazionale sta sostenendo uno sforzo economico e organizzativo nel campo della cura delle malattie cardiovascolari che sta mettendo a dura prova il sistema sanitario stesso. I dati relativi alla patologia sono allarmanti. Occorre impegnarsi nel fare crescere una cultura della prevenzione nei giovani per prevenire morte, malattia e contenere i costi. Agire sui fattori di rischio modificabili attraverso una buona attività fisica, una dieta alimentare appropriata, il non fumare. **È importante, inoltre, monitorare i fattori di rischio metabolici**, quali ipertensione, diabete. Queste regole devono essere applicate fin dalla giovane età. Abbiamo rilevato purtroppo in età preadolescenziale indici di rischio che non possono lasciare indifferenti gli addetti ai lavori, ma anche gli educatori. Occorre perciò proseguire con determinazione nel cammino intrapreso con gli studenti».

[Redazione VareseNews](#)

[redazione@varesenews.it](mailto:redazione@varesenews.it)