



Con il patrocinio della Regione Toscana

*Gentile Signora, gentile Signore,*

nel nostro paese le malattie cardiovascolari costituiscono la principale causa di morte e di invalidità. Fra le malattie dell'apparato cardiovascolare prevalgono quelle determinate dall'aterosclerosi 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 patologie, 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 negli anni passati abbiamo organizzato una manifestazione per informare sui fattori di rischio e sulle modalità per ridurli e contrastarli. Il successo degli eventi precedenti ci ha spinto a ripetere l'esperienza anche quest'anno, nella speranza di portare un piccolo contributo allo sviluppo di una cultura della salute che veda tutti noi protagonisti.

L'aspettiamo il **19 e 20 maggio 2007** dalle **ore 9 alle ore 18** nel giardino antistante la sede dell'Humanitas, in via Bessi a Scandicci.

Azienda sanitaria di Firenze  
 Educazione alla salute  
 Nuovo ospedale San Giovanni di Dio  
 Direzione sanitaria di presidio  
 Struttura complessa di Cardiologia  
 Struttura complessa di Chirurgia Vascolare  
 Struttura complessa di Medicina interna.  
 Struttura complessa di Nefrologia e dialisi  
 Sezione aggregata di diabetologia  
 Struttura complessa servizio infermieristica ospedaliero e territoriale  
 Unità operativa dietetica professionale.  
 Progetto P.U.M.A.  
 Istituto Toscano Tumori

Comune di Scandicci  
 Assessorato alla Sicurezza Sociale - Scandicci  
 Assessorato allo Sport - Scandicci

Medici di medicina generale

A.M.E.S.

Farmacie comunali e farmacie private comune di Scandicci

ALICE

Lega italiana per la lotta contro i tumori sezione antifumo

Associazione italiana alcolisti in trattamento

Fondazione PFIZER

Fondazione AR CARD ONLUS

ANPAS Comitato regionale toscano

AVIS

AUSER

Confesercenti

CNA

Gruppo fotografico Prisma

UNICOOP Firenze sezione soci Scandicci

Istituto Russel Newton

Sez. Robur Scandicci sezione patinaggio.

A.S.D. bocciofila Scandicci

P.G.S. Torregalli - oratorio centro giovanile

"Don Bosco"



riguardiamoci il cuore

due giorni per la  
 prevenzione  
 delle malattie  
 cardiovascolari

19/20 maggio  
 2007

Humanitas  
 Via Bessi - Scandicci



Health  
 Promoting  
 Hospitals



Mercatino dei Ragazzi per la Solidarietà  
 di Scandicci



## LE TENDE

**1. Accoglienza:** è la prima tenda che dovrà visitare. Il personale addetto le spiegherà come è organizzato il percorso e consegnerà alle persone che ne faranno richiesta, una scheda per la valutazione del rischio cardiovascolare. In questa tenda troverà degli opuscoli illustrativi sul funzionamento dell'apparato cardiocircolatorio, sul controllo del rischio cardiovascolare e sull'adozione di stili di vita corretti.

**2. Tenda dell'ipertensione:** potrà controllare la sua pressione e ricevere spiegazioni su quali sono i valori ottimali per mantenersi in buona salute.

**3. Tenda delle malattie circolatorie:** il personale del reparto le darà informazioni su come difendersi da questa malattia e quali sono le principali manifestazioni.

**4. Tenda del farmaco:** i farmacisti della sua zona discuteranno con lei dei farmaci cardiovascolari, degli effetti attesi, degli effetti indesiderati e delle corrette modalità di somministrazione.

**5. Tenda del colesterolo:** si discuterà di colesterolo e potrà essere informato su quali sono oggi considerati i livelli ottimali di questo parametro.

**6. Tenda del diabete:** troverà in questa tenda medici ed infermieri che le illustreranno la malattia diabetica e come fare per ridurre al minimo i danni.

**7. Tenda del cuore:** In questa tenda si parlerà delle più frequenti malattie dei nostri tempi: l'angina e l'infarto, di cosa sono e di quali sono le cose da fare per evitarle.

**8. Tenda del rene:** operatori sanitari parleranno di cosa fare per preservare la salute del rene e come rendersi conto se sono ammalati.

**9. Tenda dell'ictus:** medici e infermieri le parleranno di questa temibile complicanza della malattia aterosclerotica e dei provvedimenti necessari per combatterla.

**10. Tenda dell'attività fisica e stili di vita:** (alimentazione, attività fisica) le dietiste la informeranno 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, potrà parlare dei problemi legati all'attività fisica e riceverà consigli su come fare per smettere di fumare.

**11. Tenda delle malattie neoplastiche:** queste malattie condividono con le malattie cardiovascolari e con il diabete molti fattori predisponenti. Una conoscenza adeguata di questi fattori aiuta a ridurre le malattie circolatorie ed i tumori.

**12. Tenda dalla valutazione globale del rischio:** in questa tenda avrà alla 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.

**13. Auditorium:** nella saletta situata all'interno dell'edificio che ospita l'Humanitas potrà partecipare ad incontri con gli esperti, secondo il programma sotto riportato. Le saranno illustrati gli aspetti di maggior rilievo di malattie come l'infarto e l'ictus, i vantaggi del non fumare, del controllo del peso corporeo, della pratica regolare dell'attività fisica.

Lei potrà intervenire per chiarire tutti i suoi dubbi.

## Come partecipare alla manifestazione

La mostra è costituita da 13 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.

### Incontro tra il pubblico e gli esperti (AUDITORIUM)

**Sabato 19 maggio 2007  
h. 11**

### La prevenzione cardiovascolare nella donna

Partecipano

C. Baggiore - direttore Diabetologia  
F. Cirao - direttore Educazione alla Salute  
C. Falcone - farmacista  
P. Fabiani - dirigente medicina interna  
M. Filice - dirigente Cardiologia  
D. Melotti - medico di medicina generale  
B. Paladini - dietista

**Domenica 20 maggio 2007  
h. 16**

### Il trattamento delle persone ad alto rischio cardiovascolare

Partecipano

F. Canneti - farmacista  
C. Cappelletti - direttore Medicina interna  
M. Cecchi - direttore Chir. Vascolare  
D. Inzitari - dir. Clinica Neurologica Università di Firenze  
A. Mannarino - direttore nefrologia  
A. Pescitelli - medico di Medicina generale  
G.M. Santoro - direttore Cardiologia

Nelle due giornate, a tutti coloro che parteciperanno alla manifestazione, sarà offerto, alle h 13, uno spuntino.

Con il patrocinio della Regione Toscana

### Giovedì 17 maggio - Lo sport per la salute - Triangolare di calcio a sette

Partecipano al torneo le vecchie glorie della Fiorentina, anni 70/80, la squadra dell'azienda sanitaria di Firenze, la squadra dell'istituto Russel - Newton. Gli incontri si svolgeranno il 17 maggio alle h 20 presso il campo sportivo "Bartolozzi" di Scandicci (ingresso libero). Dopo la partita cena con i protagonisti presso il campo sportivo (previa prenotazione).

### Sabato 19 maggio - Esibizione di pattinaggio artistico e gruppo show

Presso la pista di pattinaggio del circolo Aurora, dalle h 16 alle h 18, 30 giovani di età compresa tra 7 e 17 anni parteciperanno ad una gara organizzata dalla società Robur di Scandicci, sezione pattinaggio. La premiazione dei vincitori si terrà domenica 20 maggio alle h 18 nel giardino dell'Humanitas.

### Sabato 19 maggio - Gara regionale di bocce

Trofeo regionale "Città di Scandicci": alle h 9 al bocciodromo comunale di via Scandicci alto, gara di bocce fra diversamente abili. La premiazione dei vincitori si terrà alle h 18 dello stesso giorno nel giardino dell'Humanitas.

### Domenica 20 maggio - Camminando con il cuore

"Quattro passi per le vie, gli argini e le colline di Scandicci". Una marcia non competitiva di 7 km, attraverso vie cittadine e strade campestri organizzata dalla Polisportiva Giovanile Salesiana Torregalli. Dalle h 15,30 alle h 17,30, con partenza ed arrivo dall'Oratorio Salesiano Torregalli.

### Ecografia in piazza

Puntiamo alla diagnosi precoce delle più gravi malattie cardiovascolari: lo scompenso cardiaco e l'ictus cerebrale. Pazienti con rischio cardiovascolare globale elevato, che non hanno mai fatto accertamenti specifici, potranno essere sottoposti ad ecografia del cuore o ad eco dei vasi che portano il sangue al cervello al fine di intervenire nelle fasi iniziali ed arrestare la progressione della malattia.

### Incontro tra il pubblico e gli esperti

Incontri interattivi tra operatori della salute e cittadini sui temi di patologia cardiovascolare.