

## Rassegna Ascolta il tuo cuore

17/09/2023 Il Giorno (ed. Milano) <b>pag. 71</b> .....	1
17/09/2023 Il Resto del Carlino (ed. Nazionale) <b>pag. 71</b> .....	2
17/09/2023 La Nazione (ed. Nazionale) <b>pag. 71</b> .....	3
17/09/2023 Quotidiano Nazionale <b>Malattie delle valvole del cuore, più attenzione negli anziani - Salus</b> .....	4
14/09/2023 Radio Radicale <b>Presentazione della Settimana di sensibilizzazione delle Malattie delle Valvole Cardiache 11-17 Settembre</b> .....	6
14/09/2023 9Colonne.it <b>Sanita', Sbrollini (Iv): trovare 4 mld in manovra, piu' prevenzione su malattie cardiache</b> .....	7

# È ora di dire addio al mito dei 10.000 passi

Si hanno benefici significativi sul cuore, riducendo il rischio di mortalità, anche percorrendo regolarmente distanze minori

di **Alessandro Malpelo**

**Tramonta** il mito dei fatidici 10 mila passi al giorno come traguardo desiderabile. Atenei di mezzo mondo stanno calcolando in modi diversi l'impegno necessario a mantenere un cuore allenato. Manca un consenso e si fa strada l'idea che sia sufficiente un impegno meno pesante. Nel Centro Ricerche Charles Perkins di Sydney ad esempio hanno stabilito che conta molto l'intensità della falcata, i minuti di marcia a ritmo sostenuto contano forse più della distanza complessiva percorsa. Nei mesi scorsi la proiezione del consorzio internazionale Steps for Health Collaborative è venuta a dirci che gli anziani che percorrono mediamente tra 6mila e 9mila passi al giorno dimezzano il rischio infarto e ictus rispetto a quelli che percorrono solo 2mila passi. Le ultime ricerche hanno abbassato l'asticella a 4mila, e dicono che i risultati, con opportuni accorgimenti, si possono ottenere anche con meno. Recentemente, uno studio pubblicato sullo European Journal of Preventive

Cardiology ha confermato questa ipotesi.

**Secondo** Francesco Barillà, presidente della Fondazione Italiana Cuore e Circolazione, con 2.500 passi al giorno arrivano i primi effetti significativi. «L'attività fisica è utile a tutti - ha affermato lo specialista - le ricerche hanno appurato che bastano 4mila passi al giorno per ridurre il rischio di mortalità per tutte le cause, ma già percorrendo

2.500 passi si è visto abbassare il rischio malattie cardiovascolari». Quindi fanno bene anche dosi di movimento inferiori rispetto a quelle minime raccomandate in passato? «Certamente. Se poi incrementiamo l'esercizio abbiamo benefici progressivi. Per esempio - spiega Barillà - ogni mille passi in più si assiste a una riduzione del 15% del rischio complessivo. Se aumentiamo anche di soli 500 passi ab-

**UNA ABITUDINE DA COSTRUIRE**

**Trovare tempi e modi per incorporare l'attività fisica nella routine quotidiana**

biamo comunque una riduzione aggiuntiva del 7% del rischio di morti cardiovascolari».

**L'attività fisica** che fa bene al cuore abbassa pure l'incidenza

di tumori e deficit cerebrali. Percorrere anche solo 2.500 passi al giorno sembra un obiettivo alla portata di tutti, ha un impatto misurabile sulla frequenza cardiaca e sulla pressione. Quindi, è consigliabile trovare tempi e modi per incorporare l'attività fisica nella routine quotidiana e fare del camminare una priorità. Quelli che riescono a mantenere un fisico asciutto e muoversi parecchio, anche da anziani, hanno vantaggi ulteriori: più si cammina, meglio è. I problemi casomai riguardano le persone in sovrappeso, che si stancano prima, accusano facilmente dolori alle ginocchia e alle caviglie: in questi casi l'attività fisica deve accompagnarsi al calo di peso sotto controllo del medico.

**Esiste poi** il capitolo legato alle motivazioni. Spesso le persone definite pigre o sedentarie sono più che altro depresse: anche qui occorre farsi dare una mano dal medico, dieta e psicoterapia possono aiutare a rimettersi in carreggiata. Poco importa quanti passi si riescono a fare al giorno, l'importante è iniziare con piccole conquiste quotidiane.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



## L'infarto non colpisce solo gli uomini La menopausa fa calare le difese femminili

Il 29 settembre sarà la Giornata mondiale del Cuore: le iniziative di prevenzione e controllo dedicate alle donne

**Una ricerca** pubblicata sul Journal of the American Heart Association ha evidenziato che, dopo la menopausa, una donna su quattro può sviluppare più facilmente aritmie e fibrillazione atriale, inconvenienti che possono rappresentare l'anticamera dello scompenso e dell'ictus. Secondo lo studio, condotto sul database della Women's Health Initiative americana, gli eventi stressanti peggiorano il quadro. In Italia ogni anno 124mila donne scoprono di avere un problema di cuore.

**Nei due sessi** c'è una diversa predisposizione, l'infarto ad esempio ha un'incidenza più elevata nei maschi adulti in età lavorativa. Con la menopausa le cose cambiano, viene meno l'effetto protettivo esercitato dagli ormoni estrogeni. Lo squilibrio porta alla ribalta fattori di rischio

quali ipertensione, colesterolo, sovrappeso. Questo giro di boa rende più vulnerabili, e anche alla luce delle ultime ricerche richiederebbe qualche cautela in più. Dal Progetto Cuore dell'Istituto Superiore di Sanità, ha scritto la professoressa Elena Tremoli, emerge che il 58% delle donne in menopausa risultano ipertese, il 51% soffre di ipercolesterolemia, il 67% è in sovrappeso, il 12% ha il diabete. Uno studio recente ha dimostrato che il 75% degli eventi coronarici che colpiscono le donne si possono prevenire con sani stili di vita: attività fisica regolare, niente fumo, poco alcol, limitare zuccheri e grassi nella dieta, periodici controlli.

**Nell'immaginario** collettivo si tende a pensare (erroneamente) che le cardiopatie riguardino soprattutto gli uomini, c'è dunque un divario da colmare. Anche per questo, in occasione della Giornata mondiale del Cuore, che si celebra il 29 settembre, si mobilita in tutta Italia la rete dell'Osservatorio Salute



Donna. Dal 26 settembre al 2 ottobre è in programma una open week con visite gratuite in oltre 140 ospedali del network Bollini Rosa. «Questa iniziativa - commenta Francesca Merzagora, presidente di Fondazione Onda - intende facilitare l'accesso alle strutture, rendendo fruibili anche prestazioni in molti casi gravate da lunghe liste di attesa. L'obiettivo è sempre quello di promuovere l'informazione, la prevenzione e la diagnosi preco-

ce, con un particolare focus, quest'anno, su aneurisma aortico addominale, infarto cardiaco e patologie valvolari». Tutti le indicazioni su date, orari e modalità di prenotazione nella open week saranno consultabili sul sito [www.bollinirosa.it](http://www.bollinirosa.it) selezionando la regione e la provincia di interesse, in questo modo sarà possibile visualizzare l'elenco degli ospedali che aderiscono all'iniziativa, e i servizi offerti.

**Alessandro Malpelo**

© RIPRODUZIONE RISERVATA

**NEGLI ANZIANI**

**Più attenzione alle anomalie valvolari**

Mai sentito parlare di prolasso della mitrale, insufficienza della valvola aortica, difetti della polmonare o della tricuspide? Le anomalie delle valvole cardiache sono tra gli inconvenienti più diffusi nella popolazione anziana, colpiscono il 13% degli individui di età superiore ai 65 anni, e sono al centro della campagna di sensibilizzazione intitolata **Ascolta il Tuo Cuore**. «Con questo trend demografico - ha dichiarato Eleonora Selvi, presidente di [CuoreNostro.org](http://CuoreNostro.org) - le valvulopatie si prefigurano come una epidemia della terza età, eppure sono curabili. Le cause, oltre all'invecchiamento, possono essere una febbre reumatica trascurata, o una predisposizione congenita».

# È ora di dire addio al mito dei 10.000 passi

Si hanno benefici significativi sul cuore, riducendo il rischio di mortalità, anche percorrendo regolarmente distanze minori

di **Alessandro Malpelo**

**Tramonta** il mito dei fatidici 10 mila passi al giorno come traguardo desiderabile. Atenei di mezzo mondo stanno calcolando in modi diversi l'impegno necessario a mantenere un cuore allenato. Manca un consenso e si fa strada l'idea che sia sufficiente un impegno meno pressante. Nel Centro Ricerche Charles Perkins di Sydney ad esempio hanno stabilito che conta molto l'intensità della falcata, i minuti di marcia a ritmo sostenuto contano forse più della distanza complessiva percorsa. Nei mesi scorsi la proiezione del consorzio internazionale Steps for Health Collaborative è venuta a dirci che gli anziani che percorrono mediamente tra 6mila e 9mila passi al giorno dimezzano il rischio infarto e ictus rispetto a quelli che percorrono solo 2mila passi. Le ultime ricerche hanno abbassato l'asticella a 4mila, e dicono che i risultati, con opportuni accorgimenti, si possono ottenere anche con meno. Recentemente, uno studio pubblicato sullo European Journal of Preventive

Cardiology ha confermato questa ipotesi.

**Secondo** Francesco Barillà, presidente della Fondazione Italiana Cuore e Circolazione, con 2.500 passi al giorno arrivano i primi effetti significativi. «L'attività fisica è utile a tutti - ha affermato lo specialista - le ricerche hanno appurato che bastano 4mila passi al giorno per ridurre il rischio di mortalità per tutte le cause, ma già percorrendo

2.500 passi si è visto abbassare il rischio malattie cardiovascolari». Quindi fanno bene anche dosi di movimento inferiori rispetto a quelle minime raccomandate in passato? «Certamente. Se poi incrementiamo l'esercizio abbiamo benefici progressivi. Per esempio - spiega Barillà - ogni mille passi in più si assiste a una riduzione del 15% del rischio complessivo. Se aumentiamo anche di soli 500 passi ab-

**UNA ABITUDINE DA COSTRUIRE**

**Trovare tempi e modi per incorporare l'attività fisica nella routine quotidiana**

biamo comunque una riduzione aggiuntiva del 7% del rischio di morti cardiovascolari».

**L'attività fisica** che fa bene al cuore abbassa pure l'incidenza

di tumori e deficit cerebrali. Percorrere anche solo 2.500 passi al giorno sembra un obiettivo alla portata di tutti, ha un impatto misurabile sulla frequenza cardiaca e sulla pressione. Quindi, è consigliabile trovare tempi e modi per incorporare l'attività fisica nella routine quotidiana e fare del camminare una priorità. Quelli che riescono a mantenere un fisico asciutto e muoversi parecchio, anche da anziani, hanno vantaggi ulteriori: più si cammina, meglio è. I problemi casomai riguardano le persone in sovrappeso, che si stancano prima, accusano facilmente dolori alle ginocchia e alle caviglie: in questi casi l'attività fisica deve accompagnarsi al calo di peso sotto controllo del medico.

**Esiste poi** il capitolo legato alle motivazioni. Spesso le persone definite pigre o sedentarie sono più che altro depresse: anche qui occorre farsi dare una mano dal medico, dieta e psicoterapia possono aiutare a rimettersi in carreggiata. Poco importa quanti passi si riescono a fare al giorno, l'importante è iniziare con piccole conquiste quotidiane.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



## L'infarto non colpisce solo gli uomini La menopausa fa calare le difese femminili

Il 29 settembre sarà la Giornata mondiale del Cuore: le iniziative di prevenzione e controllo dedicate alle donne

**Una ricerca** pubblicata sul Journal of the American Heart Association ha evidenziato che, dopo la menopausa, una donna su quattro può sviluppare più facilmente aritmie e fibrillazione atriale, inconvenienti che possono rappresentare l'anticamera dello scompenso e dell'ictus. Secondo lo studio, condotto sul database della Women's Health Initiative americana, gli eventi stressanti peggiorano il quadro. In Italia ogni anno 124mila donne scoprono di avere un problema di cuore.

**Nei due sessi** c'è una diversa predisposizione, l'infarto ad esempio ha un'incidenza più elevata nei maschi adulti in età lavorativa. Con la menopausa le cose cambiano, viene meno l'effetto protettivo esercitato dagli ormoni estrogeni. Lo squilibrio porta alla ribalta fattori di rischio

quali ipertensione, colesterolo, sovrappeso. Questo giro di boa rende più vulnerabili, e anche alla luce delle ultime ricerche richiederebbe qualche cautela in più. Dal Progetto Cuore dell'Istituto Superiore di Sanità, ha scritto la professoressa Elena Tremoli, emerge che il 58% delle donne in menopausa risultano ipertese, il 51% soffre di ipercolesterolemia, il 67% è in sovrappeso, il 12% ha il diabete. Uno studio recente ha dimostrato che il 75% degli eventi coronarici che colpiscono le donne si possono prevenire con sani stili di vita: attività fisica regolare, niente fumo, poco alcol, limitare zuccheri e grassi nella dieta, periodici controlli.

**Nell'immaginario** collettivo si tende a pensare (erroneamente) che le cardiopatie riguardino soprattutto gli uomini, c'è dunque un divario da colmare. Anche per questo, in occasione della Giornata mondiale del Cuore, che si celebra il 29 settembre, si mobilita in tutta Italia la rete dell'Osservatorio Salute



Donna. Dal 26 settembre al 2 ottobre è in programma una open week con visite gratuite in oltre 140 ospedali del network Bollini Rosa. «Questa iniziativa - commenta Francesca Merzagora, presidente di Fondazione Onda - intende facilitare l'accesso alle strutture, rendendo fruibili anche prestazioni in molti casi gravate da lunghe liste di attesa. L'obiettivo è sempre quello di promuovere l'informazione, la prevenzione e la diagnosi preco-

ce, con un particolare focus, quest'anno, su aneurisma aortico addominale, infarto cardiaco e patologie valvolari». Tutti le indicazioni su date, orari e modalità di prenotazione nella open week saranno consultabili sul sito [www.bollinirosa.it](http://www.bollinirosa.it) selezionando la regione e la provincia di interesse, in questo modo sarà possibile visualizzare l'elenco degli ospedali che aderiscono all'iniziativa, e i servizi offerti.

**Alessandro Malpelo**

© RIPRODUZIONE RISERVATA

**NEGLI ANZIANI**

**Più attenzione alle anomalie valvolari**

Mai sentito parlare di prolasso della mitrale, insufficienza della valvola aortica, difetti della polmonare o della tricuspide? Le anomalie delle valvole cardiache sono tra gli inconvenienti più diffusi nella popolazione anziana, colpiscono il 13% degli individui di età superiore ai 65 anni, e sono al centro della campagna di sensibilizzazione intitolata **Ascolta il Tuo Cuore**. «Con questo trend demografico - ha dichiarato Eleonora Selvi, presidente di [CuoreNostro.org](http://CuoreNostro.org) - le valvulopatie si prefigurano come una epidemia della terza età, eppure sono curabili. Le cause, oltre all'invecchiamento, possono essere una febbre reumatica trascurata, o una predisposizione congenita».

# È ora di dire addio al mito dei 10.000 passi

Si hanno benefici significativi sul cuore, riducendo il rischio di mortalità, anche percorrendo regolarmente distanze minori

di **Alessandro Malpelo**

**Tramonta** il mito dei fatidici 10 mila passi al giorno come traguardo desiderabile. Atenei di mezzo mondo stanno calcolando in modi diversi l'impegno necessario a mantenere un cuore allenato. Manca un consenso e si fa strada l'idea che sia sufficiente un impegno meno pesante. Nel Centro Ricerche Charles Perkins di Sydney ad esempio hanno stabilito che conta molto l'intensità della falcata, i minuti di marcia a ritmo sostenuto contano forse più della distanza complessiva percorsa. Nei mesi scorsi la proiezione del consorzio internazionale Steps for Health Collaborative è venuta a dirci che gli anziani che percorrono mediamente tra 6mila e 9mila passi al giorno dimezzano il rischio infarto e ictus rispetto a quelli che percorrono solo 2mila passi. Le ultime ricerche hanno abbassato l'asticella a 4mila, e dicono che i risultati, con opportuni accorgimenti, si possono ottenere anche con meno. Recentemente, uno studio pubblicato sullo European Journal of Preventive

Cardiology ha confermato questa ipotesi.

**Secondo** Francesco Barillà, presidente della Fondazione Italiana Cuore e Circolazione, con 2.500 passi al giorno arrivano i primi effetti significativi. «L'attività fisica è utile a tutti - ha affermato lo specialista - le ricerche hanno appurato che bastano 4mila passi al giorno per ridurre il rischio di mortalità per tutte le cause, ma già percorrendo

2.500 passi si è visto abbassare il rischio malattie cardiovascolari». Quindi fanno bene anche dosi di movimento inferiori rispetto a quelle minime raccomandate in passato? «Certamente. Se poi incrementiamo l'esercizio abbiamo benefici progressivi. Per esempio - spiega Barillà - ogni mille passi in più si assiste a una riduzione del 15% del rischio complessivo. Se aumentiamo anche di soli 500 passi ab-

**UNA ABITUDINE DA COSTRUIRE**  
**Trovare tempi e modi per incorporare l'attività fisica nella routine quotidiana**

biamo comunque una riduzione aggiuntiva del 7% del rischio di morti cardiovascolari».

**L'attività fisica** che fa bene al cuore abbassa pure l'incidenza

di tumori e deficit cerebrali. Percorrere anche solo 2.500 passi al giorno sembra un obiettivo alla portata di tutti, ha un impatto misurabile sulla frequenza cardiaca e sulla pressione. Quindi, è consigliabile trovare tempi e modi per incorporare l'attività fisica nella routine quotidiana e fare del camminare una priorità. Quelli che riescono a mantenere un fisico asciutto e muoversi parecchio, anche da anziani, hanno vantaggi ulteriori: più si cammina, meglio è. I problemi casomai riguardano le persone in sovrappeso, che si stancano prima, accusano facilmente dolori alle ginocchia e alle caviglie: in questi casi l'attività fisica deve accompagnarsi al calo di peso sotto controllo del medico.

**Esiste poi** il capitolo legato alle motivazioni. Spesso le persone definite pigre o sedentarie sono più che altro depresse: anche qui occorre farsi dare una mano dal medico, dieta e psicoterapia possono aiutare a rimettersi in carreggiata. Poco importa quanti passi si riescono a fare al giorno, l'importante è iniziare con piccole conquiste quotidiane.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



## L'infarto non colpisce solo gli uomini La menopausa fa calare le difese femminili

Il 29 settembre sarà la Giornata mondiale del Cuore: le iniziative di prevenzione e controllo dedicate alle donne

**Una ricerca** pubblicata sul Journal of the American Heart Association ha evidenziato che, dopo la menopausa, una donna su quattro può sviluppare più facilmente aritmie e fibrillazione atriale, inconvenienti che possono rappresentare l'anticamera dello scompenso e dell'ictus. Secondo lo studio, condotto sul database della Women's Health Initiative americana, gli eventi stressanti peggiorano il quadro. In Italia ogni anno 124mila donne scoprono di avere un problema di cuore.

**Nei due sessi** c'è una diversa predisposizione, l'infarto ad esempio ha un'incidenza più elevata nei maschi adulti in età lavorativa. Con la menopausa le cose cambiano, viene meno l'effetto protettivo esercitato dagli ormoni estrogeni. Lo squilibrio porta alla ribalta fattori di rischio

quali ipertensione, colesterolo, sovrappeso. Questo giro di boa rende più vulnerabili, e anche alla luce delle ultime ricerche richiederebbe qualche cautela in più. Dal Progetto Cuore dell'Istituto Superiore di Sanità, ha scritto la professoressa Elena Tremoli, emerge che il 58% delle donne in menopausa risultano ipertese, il 51% soffre di ipercolesterolemia, il 67% è in sovrappeso, il 12% ha il diabete. Uno studio recente ha dimostrato che il 75% degli eventi coronarici che colpiscono le donne si possono prevenire con sani stili di vita: attività fisica regolare, niente fumo, poco alcol, limitare zuccheri e grassi nella dieta, periodici controlli.

**Nell'immaginario** collettivo si tende a pensare (erroneamente) che le cardiopatie riguardino soprattutto gli uomini, c'è dunque un divario da colmare. Anche per questo, in occasione della Giornata mondiale del Cuore, che si celebra il 29 settembre, si mobilita in tutta Italia la rete dell'Osservatorio Salute



Donna. Dal 26 settembre al 2 ottobre è in programma una open week con visite gratuite in oltre 140 ospedali del network Bollini Rosa. «Questa iniziativa - commenta Francesca Merzagora, presidente di Fondazione Onda - intende facilitare l'accesso alle strutture, rendendo fruibili anche prestazioni in molti casi gravate da lunghe liste di attesa. L'obiettivo è sempre quello di promuovere l'informazione, la prevenzione e la diagnosi preco-

ce, con un particolare focus, quest'anno, su aneurisma aortico addominale, infarto cardiaco e patologie valvolari». Tutti le indicazioni su date, orari e modalità di prenotazione nella open week saranno consultabili sul sito [www.bollinirosa.it](http://www.bollinirosa.it) selezionando la regione e la provincia di interesse, in questo modo sarà possibile visualizzare l'elenco degli ospedali che aderiscono all'iniziativa, e i servizi offerti.

**Alessandro Malpelo**

© RIPRODUZIONE RISERVATA

### NEGLI ANZIANI

#### Più attenzione alle anomalie valvolari

Mai sentito parlare di prolasso della mitrale, insufficienza della valvola aortica, difetti della polmonare o della tricuspide? Le anomalie delle valvole cardiache sono tra gli inconvenienti più diffusi nella popolazione anziana, colpiscono il 13% degli individui di età superiore ai 65 anni, e sono al centro della campagna di sensibilizzazione intitolata **Ascolta il Tuo Cuore**. «Con questo trend demografico - ha dichiarato Eleonora Selvi, presidente di [CuoreNostro.org](http://CuoreNostro.org) - le valvulopatie si prefigurano come una epidemia della terza età, eppure sono curabili. Le cause, oltre all'invecchiamento, possono essere una febbre reumatica trascurata, o una predisposizione congenita».

## ***Malattie delle valvole del cuore, più attenzione negli anziani - Salus***

Con il sostegno di:

Iniziativa di CuoreNostro.org per la diagnosi precoce e il trattamento tempestivo

Mai sentito parlare di prolasso della mitrale, insufficienza della valvola aortica, difetti della polmonare o della tricuspide? Le patologie valvolari cardiache sono tra gli inconvenienti più diffusi nella popolazione anziana, colpiscono il 13% degli individui di età superiore ai 65 anni, e sono al centro della campagna informativa intitolata *Ascolta il Tuo Cuore*.

«Con questo trend demografico – ha dichiarato Eleonora Selvi, presidente di CuoreNostro.org – le valvulopatie si prefigurano come una epidemia della terza età, eppure sono curabili. Le cause, oltre all'invecchiamento, possono essere una febbre reumatica trascurata, o una predisposizione congenita».

Quali sono i sintomi da considerare? L'obiettivo della settimana di sensibilizzazione appena conclusa è proprio quello educativo, in modo da promuovere la diagnosi precoce e i trattamenti tempestivi. Ora inizia la fase successiva alla sensibilizzazione, dobbiamo passare all'azione.

La presidente di Cuore Nostro, associazione nata in Italia per occuparsi specificamente di tali patologie, in collaborazione con il Global Heart Hub, ha illustrato le azioni da intraprendere presso il Senato della Repubblica con un evento promosso per iniziativa della Presidente dell'Intergruppo Parlamentare *Qualità di Vita nelle Città*, e che ha visto anche la partecipazione del Presidente dell'Intergruppo Parlamentare per la prevenzione delle emergenze e l'assistenza sanitaria nelle aree interne.

Lo studio Prevasc (PREvalenza delle malattie cardioVASColari) condotto dalla Società Italiana di Cardiologia Geriatrica (SICGe) sugli over 65, ha rivelato che su oltre 800 persone esaminate, il 7% di chi aveva più di 80 anni era affetto da stenosi aortica, il 10% insufficienza mitralica, il 15% fibrillazione atriale o scompenso cardiaco. Le malattie delle valvole cardiache si prefigurano come un problema sempre più rilevante.

Dicevamo prima, quali i sintomi da considerare? Le malattie delle valvole cardiache possono manifestarsi in modi diversi, ma i segni comuni includono vertigini, stanchezza e affanno. Questi sintomi possono sembrare banali, ma spesso sono un segnale d'allarme che il cuore potrebbe non funzionare correttamente. Tuttavia, con una diagnosi corretta e un trattamento adeguato, molte di queste malattie sono curabili e gestibili. Da qui l'importanza della campagna di consapevolezza per arrivare a riconoscere certi segnali di sofferenza, i campanelli d'allarme che talvolta siamo portati a sottovalutare. Uno screening cardiologico differenziato per età sarebbe utile in questo senso.

Alessandro Boccanelli, vicepresidente della Società Italiana di Cardiologia Geriatrica (SICGe), nonché professore di medicina narrativa presso l'Università Unicamillus, afferma che è necessario semplificare e rendere più lineari i servizi sul territorio. Ciò significa garantire un facile accesso alla diagnosi, al follow up e al monitoraggio dopo il trattamento. Inoltre, un approccio multidisciplinare mirato a ottenere un trattamento ottimale viene raccomandato dalle linee guida europee ESC.

Giancarlo Roscio, cardiologo e coordinatore del gruppo di emergenza extraospedaliera dell'Ordine dei Medici di Roma, ha sottolineato da parte sua l'importanza di ottimizzare i tempi d'attesa per il percorso diagnostico-terapeutico e garantire un'adeguata informazione ai pazienti.

Una delle chiavi per il riconoscimento precoce delle malattie delle valvole cardiache è il controllo regolare sistematico tramite stetoscopio (auscultazione) da parte del medico di medicina generale. In altri termini, il medico appoggia lo stetoscopio e ascolta quattro zone distinte del torace: regione aortica, regione polmonare, regione tricuspide e regione mitrale. Questo semplice esame può rivelare eventuali anomalie nelle valvole cardiache e fare la differenza nella vita delle persone, consentendo un trattamento tempestivo che può prevenire le gravi complicanze.

In conclusione, l'incidenza delle valvulopatie è più alta di quanto precedentemente stimato, e ciò sottolinea l'importanza di uno screening cardiologico differenziato per età. Semplificare i servizi sul territorio, promuovere un approccio multidisciplinare, ottimizzare i tempi diagnostici-terapeutici e garantire un'adeguata informazione al paziente sono le azioni necessarie per affrontare efficacemente queste malattie. Il riconoscimento precoce tramite esami regolari con lo stetoscopio da parte del medico di medicina generale può fare la differenza nella vita delle persone.

La settimana di sensibilizzazione rappresenta dunque un'opportunità per aumentare la consapevolezza sulle valvulopatie a livello internazionale, è bene dare continuità a questa iniziativa, e recepire le raccomandazioni. I progetti di Cuore Nostro sono realizzati grazie al contributo incondizionato di Medtronic e di Edwards Lifesciences.

*a cura di Cuore Nostro*

## *Malattie delle valvole del cuore, più attenzione negli anziani - Salus*



<https://www.quotidiano.net/salute/malattie-delle-valvole-del-cuore-piu-attenzione-negli-anziani/>

*a cura di Cuore Nostro*

## *Presentazione della Settimana di sensibilizzazione delle Malattie delle Valvole Cardiache 11-17 Settembre*

" che si è tenuta a Roma giovedì 14 settembre 2023 alle ore 13:00.

Con Daniela Sbrollini (senatrice, Azione - ItaliaViva - RenewEurope), Eleonora Selvi (presidente di Cuore Nostro), Miriam Severini (presidente Onorario dell'Associazione Cuore Nostro), Alessandro Boccanelli (vicepresidente ... SICGE e coordinatore studio PREVASC), Giancarlo Roscio (cardiologo, Coordinatore gruppo di lavoro per le valvulopatie), Luciana Valente (responsabile Sviluppo Esecutivo Associazione Cuore Nostro), Neil Johnson (founder and Executive Director of the Global Heart Hub).

La conferenza stampa è stata organizzata da Associazione Cuore Nostro.

Sono stati trattati i seguenti argomenti: Comunicazione, Digitale, Informazione, Internet, Investimenti, Italia, Malattia, Mass Media, Medicina, Ospedali, Politica, Ricerca, Salute, Sanita', Scienza.

Questa conferenza stampa ha una durata di 43 minuti.

<https://www.radioradicale.it/scheda/708020/conferenza-stampa-di-presentazione-della-settimana-di-sensibilizzazione-delle-malattie>

*a cura di Cuore Nostro*

### ***Sanita', Sbrollini (Iv): trovare 4 mld in manovra, piu' prevenzione su malattie cardiache***

Roma, 14 set - “Sono felice di ospitare questa iniziativa con una associazione che lavora da tanto tempo su questi temi, l'associazione Cuore Nostro. Dobbiamo investire soprattutto sulla prevenzione, facendo un lavoro di squadra, di confronto, di dialogo tra le istituzioni e le associazioni dei pazienti per legiferare poi sempre in maniera corretta. È evidente che la prima questione che noi possiamo affrontare è quella di dare un accesso rapido alla diagnosi, lavorare poi sulla riabilitazione del paziente e quindi sulla riduzione delle liste d'attesa, è un tema a me sempre molto caro”. Così la senatrice di Italia Viva, Daniela Sbrollini, in occasione della presentazione della Settimana di sensibilizzazione delle malattie delle valvole cardiache in Senato. Secondo Sbrollini è poi necessario “un investimento nello sport come medicina naturale che potrebbe evitare anche alcune disabilità durante il percorso riabilitativo di questo paziente”. Un sondaggio pubblicato proprio ieri da SWG sulle preoccupazioni degli italiani, metteva del resto al primo proprio la salute e lo stato della nostra sanità pubblica. “I ntervengo sempre, anche in Aula, e nella commissione sanità, su questo argomento, perché è fondamentale – sottolinea Sbrollini - Oltretutto sostengo da settimane l'appello del ministro Schillaci a trovare subito in legge di bilancio questi 4 miliardi che darebbero semplicemente un po' di ossigeno. Noi sappiamo che il 43% degli italiani non fa più prevenzione, non si cura prima di tutto per motivi economici, quindi sappiamo che c'è un gap sempre più grande”. Un gap “che ormai abbraccia tutte le aree geografiche, anche dove in alcune regioni la sanità funziona meglio”. Del resto, continua la senatrice “i livelli essenziali di assistenza, già sappiamo, non sono uguali in tutto il territorio nazionale, ma questi problemi si sono accentuati anche dopo la pandemia, con liste d'attesa infinite, pazienti e soggetti a rischio, bambini. Occorre intervenire presto, facendo degli screening appositi per i bambini, perché intervenire in quella fascia di età pediatrica infantile significa poi avere degli adulti sani”. (PO / Sis)(© 9Colonne - citare la fonte)

<https://www.9colonne.it/428899/sanita-sbrollini-iv-trovare-4-mld-in-manovra-piu-prevenzione-su-malattie-cardiache>

*a cura di Cuore Nostro*