

*Il prof. Ferrari, direttore Cardiologia del capoluogo emiliano: "Lavorando in team (Comune, Università, Fondazioni, ASL) coinvolgeremo tutta la popolazione con lezioni nelle scuole, app, motorhome nelle piazze e costruiremo una realtà a misura dei sani. Il modello sarà esportato in altri Comuni". Progetto presentato al Congresso della European Society of Cardiology in corso a Roma*



Roma, 29 agosto 2016 – L'85% delle malattie cardiovascolari e il 40% di quelle oncologiche possono essere evitati adottando uno stile di vita sano (no al fumo, attività fisica costante e dieta corretta). Ma gli investimenti in prevenzione sono ancora scarsi: in Europa questa voce rappresenta solo il 3% della spesa sanitaria e in Italia la percentuale è ancora più bassa.

Per la prima volta al mondo un'intera città, Ferrara, viene cablata per raggiungere tutta la popolazione con un progetto educativo di sensibilizzazione a 360 gradi che prevede il calcolo del rischio cardiovascolare e oncologico, corsi e lezioni sui corretti stili di vita e ambientali con strumenti ad hoc e un motorhome che si sposterà nelle piazze. Contestualmente, verrà svolto un attento monitoraggio dell'ambiente, della purezza dell'aria e dell'acqua, una promozione per l'utilizzo di energie alternative. Per questo è necessario un team work tra il Comune, le Istituzioni cittadine, le Fondazioni, le varie Facoltà dell'Ateneo, le ASL e gruppi privati quali S2A (*salute, sostenibilità, alimentazione, ambiente*).

Il progetto nazionale "Città della prevenzione", che partirà a settembre da Ferrara e coinvolgerà numerosi comuni italiani, è presentato oggi al Congresso europeo di Cardiologia (ESC, *European Society of Cardiology*), in corso a Roma fino al 31 agosto con la partecipazione di 35mila esperti.

"Ferrara presenta un territorio ideale per passare dalle parole ai fatti e per dare il via a questa iniziativa ambiziosa, unica a livello internazionale. Si rivolge ai cittadini di tutte le età e di ogni strato sociale – afferma il prof. Roberto Ferrari, direttore della Cardiologia all'Università di Ferrara e past president ESC – La città emiliana presenta infatti le giuste dimensioni, con circa 133mila abitanti, 29 scuole elementari, 11 medie e 11 superiori. Ha un'Università prestigiosa, inserita nel tessuto sociale e un Centro di Ateneo per la *Prevenzione della Salute Sociale, Medica ed Ambientale*. È la città delle biciclette, il mezzo preferito per muoversi anche dalle persone anziane. È un'importante produttrice di frutta e verdura e pesce azzurro, altro caposaldo della prevenzione. Presenta una struttura architettonica, 9 Km di mura

medievali e il verde urbano, molto diffuso, dove la popolazione può camminare o correre. Vi sono dunque sinergie che possono fare di Ferrara la città ideale per dimensioni, caratteristiche, economia e cultura, il primo esempio vivente di promozione e prevenzione della salute, un modello esportabile in altri capoluoghi. Il ruolo dell'Ateneo in questo progetto è coordinare le varie facoltà a lavorare in team per la prevenzione".

Sono previste numerose iniziative. Medici specializzandi di varie branche della Medicina, assegnisti e borsisti dei vari Dipartimenti dell'Ateneo ed esperti di comunicazione (preparati ad hoc nell'ambito del Master sulla Prevenzione) terranno corsi e lezioni per tutte le scuole elementari, medie, superiori che riguarderanno in particolare quattro temi: rischi del fumo, scorretta alimentazione e danni dell'alcol, sedentarietà, ruolo delle vaccinazioni.

"In questo modo sarà possibile raggiungere l'intera popolazione scolastica di ogni ordine e grado e, attraverso gli studenti, la grande maggioranza delle famiglie – continua il prof. Ferrari – Per ogni tipo di scuola si terranno specifiche lezioni con distribuzione di materiali e opuscoli realizzati in modo mirato".

Per coinvolgere gli over 65, si terranno lezioni anche nei centri anziani. "è ormai provato – spiega il prof. Francesco Romeo, presidente SIC (Società Italiana di Cardiologia), che promuove il progetto – che modificare abitudini sbagliate anche nella terza età determina risultati positivi sullo stato di benessere. Particolarmente importante sarà il calcolo anche individualmente mediante l'app della Carta del Rischio dei cittadini, cioè la probabilità di ammalarsi o di morire nei prossimi 10 anni di un evento coronarico (infarto del miocardio) o cerebrovascolare (ictus) o di tumore. Questo calcolo avviene attraverso la raccolta di alcune informazioni personali (età, fumo, diabete, peso, sedentarietà, girovita), la misurazione della pressione arteriosa, della colesterolemia totale e della glicemia. Al termine viene quantificato il rischio con un software computerizzato".

Chi non usa l'app potrà farsi calcolare il rischio semplicemente recandosi in centro, nel motorhome o nella "Casa della Prevenzione", il Centro Universitario dotato di una cucina per insegnare un'alimentazione funzionale locato proprio davanti al Palazzo dei Diamanti. Il profilo di rischio sarà immediatamente disponibile all'utente. Chi usa l'app avrà in tempo reale la "presa in carico degli eventuali interventi necessari" con informazioni, giochi, consigli, ricette, le schede del movimento per età e la dieta ideale.

"È utile fornire la possibilità del calcolo della Carta del Rischio a tutta la cittadinanza per migliorare il livello di consapevolezza – sottolinea il prof. Romeo – Lo studio INTERHEART, condotto in 33 Paesi, ha dimostrato che, se riuscissimo a cambiare gli stili di vita e quindi modificare i classici fattori di rischio cardiovascolare della popolazione mondiale, potremmo prevenire fino al 90% delle malattie cardiovascolari. La SIC sponsorizza e guarda con molta attenzione il progetto per esportarlo in altre città italiane".

I cittadini, recandosi in centro (la Casa della Prevenzione è davanti al Palazzo dei Diamanti), troveranno personale preparato con cui confrontarsi sui propri stili di vita. Anche gli oncologi si sono schierati accanto ai cardiologi nella promozione delle "Città della prevenzione".

"Gli stili di vita sani consentono di ridurre il 40% dei tumori – conclude il prof. Francesco Cognetti, presidente Fondazione 'Insieme contro il cancro' – Il fumo di sigaretta è il fattore di rischio più noto per

l'insorgenza delle neoplasie e delle patologie cardiovascolari, ma anche la sedentarietà (il 40% degli italiani non pratica attività fisica), la scorretta alimentazione (solo il 20% dei cittadini segue la dieta mediterranea) e l'abuso di alcol (il 20% degli under 19 è consumatore abituale) svolgono un ruolo importante".

Ma non solo, bisogna lavorare in team per prevenire, il lavoro di squadra infatti è importante per curare e lo è tanto più quando si tratta di assistere bambini affetti da cardiopatie congenite in quei Paesi, membri dell'ESC, in cui per loro non esistono speranze di cura.

*fonte: ufficio stampa*