

#mantieniilritmo

Conosci il tuo cuore : controllati il polso

Non tutti sanno che “bastano due dita per salvarci la vita” e prevenire l’ICTUS

La fibrillazione atriale è un’aritmia insidiosa e tendenzialmente maligna quando non diagnosticata. Diviene benigna e assolutamente controllabile una volta identificata.

Il Professor Massimo Santini, Presidente de Il Cuore di Roma Onlus, ha ideato e promosso la campagna “Mantieni il Ritmo” con l’obiettivo di informare e aiutare a **prevenire l’ictus**, una malattia che secondo le stime coinvolge 9,6 milioni di persone in Europa e che in Italia causa 200 mila casi ogni anno, di cui 40 mila provocati dalla fibrillazione atriale. Casi che potremmo evitare 3 volte su 4, grazie ad una diagnosi precoce.

“Dopo i 40 anni il rischio di sviluppare la fibrillazione atriale— spiega Santini — aumenta con l’età esponenzialmente. In una popolazione che invecchia con un’alta percentuale di persone over 65, l’ictus rappresenta una vera pandemia destinata ad aumentare. Per questo deve essere presa in seria considerazione. La fibrillazione atriale rende il battito cardiaco totalmente irregolare; controllare il polso quotidianamente e verificare la regolarità del ritmo del nostro cuore può prolungare e migliorare la qualità della vita”.

Sentirsi il polso attraverso la pressione di due dita e ascoltare il proprio battito cardiaco è la prima semplice azione di prevenzione che può salvarci la vita.



#mantieniilritmo

La fibrillazione atriale rende il battito cardiaco totalmente irregolare e può provocare embolie e ictus cerebrale.

BASTANO DUE DITA PER SALVARTI LA VITA.

La fibrillazione atriale è un’aritmia insidiosa e tendenzialmente maligna quando non diagnosticata. Diviene benigna e assolutamente controllabile una volta identificata.

Controlla la regolarità del polso almeno una volta al giorno, ponendo due dita, indice e medio di una mano, sul polso alla base dell’altra mano. Tieni premuto costantemente le dita sul polso al fine di apprezzare la sua regolarità o irregolarità.

ABBATTIAMO L’INCIDENZA DELL’ICTUS IDENTIFICANDO LA FIBRILLAZIONE ATRIALE

Prof. Massimo Santini
Presidente “Il Cuore di Roma - Onlus”

per saperne di più guarda il video su
www.ilcuorediroma.org

DONA IL TUO 5X1000 A IL CUORE DI ROMA - ONLUS - C.F. 97285960585
e-mail - info@ilcuorediroma.org - tel. 06 33063191

IL CUORE DI ROMA ONLUS

Ascolta il tuo cuore

Il miglior medico? Possono essere le nostre dita: ponendo indice e medio di una mano sul polso dell’altra, con una pressione costante, si può apprezzare la regolarità o irregolarità del battito cardiaco e agire tempestivamente per prevenire l’ictus.

**Il ritmo della vita va a tempo col tuo cuore:
#mantieniilritmo**

La campagna è online sull’home page del sito **www.ilcuorediroma.org**, in cui il Professor **Massimo Santini** spiega come identificare la fibrillazione atriale, e su i canali social con l’utilizzo dell’hashtag **#mantieniilritmo**. L’iniziativa si propone di sensibilizzare anche i più giovani verso controlli costanti e facili da effettuare autonomamente.

“Mantieni il Ritmo!” è solo la più recente delle iniziative promosse da **Il Cuore di Roma Onlus**, che ha appena concluso **“Cuore Sano”**, altro importante progetto gratuito dedicato ai giovani, che ha permesso di individuare molte patologie del tutto asintomatiche e per questo difficili da diagnosticare.

Anche **“Mantieni il Ritmo”** vuole sensibilizzare i giovani affinché prendano coscienza di questa patologia e possano divenire “attori” nella prevenzione dell’ictus, controllando il polso ai loro genitori o ai loro nonni. La prevenzione si conferma il modo più semplice per affrontare gli “affari di cuore”.

www.ilcuorediroma.org

ABOUT IL CUORE DI ROMA ONLUS

Il Cuore di Roma è una Onlus che da anni lavora sul territorio romano per **informare e sensibilizzare la popolazione riguardo i rischi e le complicazioni delle malattie del cuore**. L’azione principale dell’Associazione e del suo Presidente, il Professor Massimo Santini, è quella di educare ed informare al fine di prevenire, controllare e scoprire possibili patologie cardiache. L’associazione agisce sul territorio con **eventi e attività di controllo della popolazione**, come **“Cuore Sano”**, un progetto nato per la prevenzione di patologie, che si è concretizzato nell’esecuzione di elettrocardiogramma a più di 25 mila studenti di scuole medie e superiori nel territorio laziale e da poco allargato ai centri anziani. Oltre al nuovo sito www.ilcuorediroma.org, l’Associazione si avvale di sistemi di informazione semplici e diretti come il Giornalino **“Il Cuore di Roma Magazine”**, che raccoglie le novità più importanti nel campo del trattamento delle malattie cardiovascolari e delle tecnologie all’avanguardia utilizzate dai medici ed è spedito ad oltre 15.000 famiglie romane. L’approccio principale è quello di **promuovere una vita più sana, associata a controlli periodici necessari per rendere visibili possibili anomalie che spesso sono asintomatiche e quindi difficili da prendere per tempo**. Questo approccio viene adottato dall’Associazione per attivare nelle persone una seria consapevolezza dei possibili rischi dovuti a ritmi di vita sbagliati o vizi “quotidiani” come il fumo.

Ufficio stampa
pressoffice@castadv.it
Stefania Caucci 348 260758
Francesca Berton 348 3325871
Giorgia Pini