Consigli per il cuore: gli studenti a lezione grazie a “Cardiologie Aperte”

Un dolore forte al braccio, il battito accelerato anche quando non dovrebbe, uno strano senso di oppressione sul petto. Quando il cuore lancia un certo tipo di segnali, bisogna ascoltarlo: prima che sia troppo tardi. Prevenzione e sensibilizzazione, informazione e un po’ di buon senso: tutto utile per avere cura di se stessi e del “muscolo” più importante.

Torneranno sicuramente preziosi i consigli dei cardiologi della Asl di Lecce che, in questa settimana, saranno a disposizione nelle loro Cardiologie ma soprattutto “fuori”.

E’ questo, infatti, l’obiettivo di “**Cardiologie Aperte**”, la tradizionale iniziativa nazionale promossa tra il 12 e il 19 febbraio (non a caso a cavallo di San Valentino) dall’Associazione Nazionale Medici Cardiologi Ospedalieri (ANMCO) e dalla Fondazione per il Tuo Cuore – Hcf Onlus.

I cardiologi, smesso per un attimo il camice bianco, saranno sul campo a spiegare l’importanza della prevenzione, nel senso più ampio di **cultura della salute**. Dagli stili di vita corretti alle cattive abitudini, passando per la sana alimentazione oppure per una salutare camminata.

Il primo appuntamento locale con la campagna nazionale “**Per il tuo cuore**” è a **Copertino, mercoledì 15 febbraio, alle ore 9,30,** tra i ragazzi dell’**istituto “Bachelet**” e con l’intervento di medici ed esperti, tra i quali il dott. **Cosimo Esposito**, direttore del Distretto Socio-Sanitario di Nardò, e il dott. **Francesco Magliari**, direttore del reparto di Cardiologia dell’Ospedale “Vito Fazzi”.

In particolare, i primari delle Cardiologie della Asl Lecce punteranno l'attenzione su alcuni temi sensibili, come l'"**Uso di droghe e le cardiopatie**" (dottor Giovanni Carlo Piccinni, direttore Uoc Cardiologia Ospedale Casarano-Gallipoli), "**Il movimento e l'alimentazione nella prevenzione delle malattie cardiovascolari"** (dottor Eugenio Vilei, direttore Uoc Cardiologia Ospedale di Scorrano), "**La prevenzione dell'arresto cardiaco nei giovani e il Progetto Bancom@Heart**" (dottor Antonio F. Amico, direttore dell'Uoc Cardiologia dell'Ospedale di Copertino).

Toccherà quindi al dottor **Francesco Tarantino**, dirigente del **Centro Antifumo di Copertino** della ASL Lecce, illustrare il capitolo dei problemi cardiaci legati al fumo, mentre **Mauro Caldararo** (coordinatore Infermieristico S.C. Cardiologia Utic – P.O. Copertino) fornirà una dimostrazione pratica sul "trattamento dell'arresto cardiaco extra-ospedaliero nei giovani".

Doppia tappa in prgoramma **venerdì 17 febbraio a Maglie**, prima nel **Liceo Scientifico "Da Vinci"** (ore 11) e poi a **Palazzo De Marco** (dalle 14) con gli allievi **dell'Istituto Alberghiero di Santa Cesarea Terme**, che prepareranno il "Pranzo del Cuore".

Protagonista sarà la **Dieta Mediterranea**, vero e proprio "toccasana" per la prevenzione delle malattie cardiovascolari, con un occhio di riguardo al vino rosso e all'olio d'oliva, "alleati" della salute che fanno bene al cuore e perché no anche alla gola, come spiegherà il dottor **Borrelli**, nutrizionista clinico dell'Ospedale "Fazzi".

Ai ragazzi maggiorenni sarà quindi proposto il progetto **"Banca del Cuore**", che mira a costruire il più ampio database nazionale contenente dati clinici cardiologici essenziali dei cittadini italiani. Ogni studente che aderirà al progetto, anche in successive occasioni di promozione, riceverà una "BancomHeart", la card di accesso simile ad un bancomat contenente i dati anagrafici e l'elettrocardiogramma, oltre

alle credenziali di accesso personali uniche e indecifrabili. Uno strumento fondamentale anche per raccogliere informazioni mediche, ad esempio per le rare patologie elettrico-cardiache che possono provocare la “morte improvvisa”, oppure per motivi di ricerca scientifica, in modo da poter studiare nella loro evoluzione futura patologie non frequenti ma presenti proprio nella popolazione giovanile.

In sostanza, una preziosa banca dati accessibile online (sul sito www.bancadelcuore.it) dal cittadino/utente o dal medico curante per tenere sotto controllo il cuore, anche in tempo reale grazie all’uso di computer, iPad e smartphone.