



FONDAZIONE  
INTERNAZIONALE  
MENARINI

## Comunicato stampa

### Lavori che aumentano il rischio cardiovascolare, camionisti al primo posto

Palermo, 24 gennaio 2017 - Vita sana, poco stress e controllo di peso corporeo, colesterolo e pressione. Sono questi i consigli principali per ridurre il rischio di patologie cardiovascolari secondo i cardiologi riuniti al congresso, dal titolo "From scientific research to clinical practice" organizzato a Palermo dal Dipartimento di Scienze per la Promozione della Salute, Scuola di Medicina, Università di Palermo, e promosso dalla Fondazione Internazionale Menarini. «Inoltre non va dimenticata la familiarità: se un parente stretto è stato colpito da un evento cardiovascolare, come un infarto o un ictus, prima dei cinquant'anni, il rischio aumenta, come viene segnalato dalle nuove Linee Guida europee sulla prevenzione cardiovascolare» avverte Salvatore Novo, Direttore della Divisione di Cardiologia all'Ospedale Universitario "P. Giaccone" di Palermo e presidente del congresso. «Non vanno inoltre sottovalutati i fattori psico-sociali, come lo stress nel lavoro, oppure avere una personalità ansiosa o depressiva». E infatti uno studio pubblicato dal Center for Diseases Control statunitense, analizzando i dati di 66 mila lavoratori di 22 categorie professionali diverse, ha evidenziato come alcuni lavori siano più dannosi di altri per la salute del cuore. «I lavori nemici del cuore sono quelli sedentari e ripetitivi. In questo senso lo studio americano mette in cima nella classifica dei lavoratori più a rischio i camionisti» prosegue Novo. «L'assenza di movimento porta ad accumulare peso, favorito anche dall'alimentazione scorretta, consumata in fretta, troppo ricca di grassi. Il lavoro stressante o deprimente è dannoso anche perché altera il sonno veglia, i sistemi di secrezione ormonale e nella maggior parte dei casi anche del ritmo che riguarda la pressione nelle ore del giorno».

Le nuove linee guida europee consigliano di tenere sotto controllo il livello massimo del colesterolo, ma soprattutto il colesterolo Ldl, che nella popolazione generale deve essere minore di 115 mg/dl. «Attenzione però: nelle persone che hanno già avuto un evento cardiovascolare, il colesterolo Ldl non deve superare la soglia dei 70 mg/dl ricorda Novo. «Per quanto riguarda invece la pressione, i livelli consigliati sono di 140-90 per tutti, con una maggiore tolleranza per le persone anziane (si può arrivare a 160 di massima) e maggior rigore per le persone con diabete (130-85)».

La prevenzione cardiovascolare non si traduce soltanto in salute per i cittadini, ma anche in un risparmio per il Sistema sanitario. «La necessità di privilegiare l'attenzione agli stili di

vita è oggi più che mai importante in un quadro di persistente crisi economica e di aumento dell'aspettativa di vita, con tutte le conseguenze legate alla crescita delle malattie croniche e di aumento di costi per i sistema sociosanitari di tutto il mondo», dichiara Novo, «Una situazione economica che impone scelte di priorità, ma i cardiologici chiedono che si tenga conto della situazione del Paese senza danneggiare una disciplina come la cardiologia che ha contribuito per l'80% al risultato dell'allungamento dell'aspettativa di vita di 7 anni negli ultimi 30 e che non può essere trattata con un taglio lineare. Non dimentichiamo che bisogna pensare non solo all'oggi, ma soprattutto al futuro, perché oggi costruiamo il nostro domani, e di fronte a 1 bambino su 3 in sovrappeso od obeso, non possiamo non porci la domanda se anziché semplicemente risparmiare non si debba invece investire in prevenzione».

Un messaggio che va anche alla popolazione, riluttante a cambiare stile di vita e a curarsi quando è necessario, tanto è vero che quanti hanno bisogno di curarsi e non lo fanno raggiungono cifre alte. «Un anno dopo essere stato colpito da un infarto un paziente su quattro abbandona la terapia per ridurre il colesterolo, incrementando considerevolmente (in alcuni casi fino al 50 per cento) il rischio di complicanze che possono contribuire a un secondo attacco» conclude Novo.

Ufficio stampa:

Marco Strambi

Phone: 328 3979185

E-mail: [marco.strambi@ibiscomunicazione.it](mailto:marco.strambi@ibiscomunicazione.it)

FONDAZIONE INTERNAZIONALE MENARINI

Centro Direzionale Milanofiori

I-20089 Rozzano (Milan, Italy)

Edificio L - Strada 6

Phone: +39 02 55308110

E-mail: [eibrahim@fondazione-menarini.it](mailto:eibrahim@fondazione-menarini.it)

E-mail: [fgaias@fondazione-menarini.it](mailto:fgaias@fondazione-menarini.it)

<http://www.fondazione-menarini.it>