

AL MINISTERO DEL WELFARE, UN TEST PER MISURARE IL RISCHIO CARDIOVASCOLARE DEI DIPENDENTI

Al via la campagna "Lavora con il cuore": la prevenzione inizia in ufficio

Un test del sangue (prelevato dal polpastrello in modo rapido e indolore) per valutare i principali fattori di rischio cardio-vascolare come colesterolo LDL, trigliceridi e glicemia. Parte domani dalla sede di Roma del Ministero del Lavoro la campagna "Lavora con il Cuore". Oltre 550 dipendenti del dicastero si sottoporranno all'esame di screening promosso dalla Fondazione Italiana per il Cuore, insieme al Ministero del Welfare e con il supporto non condizionato di Sanofi. La campagna intende contribuire al raggiungimento dell'obiettivo "25by25" delineato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS): ridurre del 25% la mortalità per le malattie croniche non trasmissibili entro il 2025. Oltre al test del sangue, il personale del ministero compilerà, insieme ad un gruppo di medici, un questionario per va-

lutare stili di vita (fumo, alcol, ecc.), disturbi in atto nell'area cardiovascolare, storia medica personale e familiare. Saranno misurati inoltre alcuni parametri come peso, altezza, indice di massa corporea, circonferenza addominale e pressione arteriosa. Tutti i dati verranno archiviati, per fini statistici e di ricerca, della Fondazione. "Le patologie cardiovascolari rappresentano la prima causa di morte nei Paesi Occidentali e si prevede che nel 2030 i decessi annui aumenteranno nel mondo da 17 a 23 milioni - spiega la dott.ssa Emanuela Folco, Presidente della Fondazione Italiana per il Cuore -. In Italia 127mila donne e 98mila uomini muoiono ogni anno per malattie del cuore e per

ictus. Molti di questi eventi si verificano prima dei 60 anni di età. Per questo, lo scorso 29 settembre, in occasione della Giornata Mondiale per il Cuore, abbiamo deciso di avviare questo nuovo progetto e di coinvolgere il personale dell'amministrazione centrale del Dicastero del welfare, perché sia di esempio a tutto il mondo del lavoro. Vogliamo informare la popolazione sull'importanza della valutazione dei fattori di rischio responsabili delle malattie cardiovascolari, tra cui elevati livelli di colesterolo, elevata pressione sanguigna, diabete, sovrappeso o obesità, ma anche alimentazione scorretta, sedentarietà e stress".



RICERCA

Camminare: la via per la longevità

C'è un legame diretto fra il numero di passi che una persona compie ogni giorno e la sua longevità. Lo rivela lo studio del George Institute for Global Health e il Menzies Research Institute in Tasmania, pubblicato su Plos One che ha monitorato un campione di 3000 persone, con un'età media di 59 anni. I partecipanti sono stati dotati di un pedometro per misurare il numero di passi compiuti quotidianamente e il monitoraggio è durato un periodo di 15 anni. È emerso che una persona sedentaria che aumenta il numero di passi da 1000 a 10 mila al giorno, 7 giorni a settimana, riduce il rischio di mortalità del 46%. Portandolo a 3000 al di per 5 giorni a settimana, il rischio si è ridotto del 12%. Quindi cosa ci fate ancora seduti? Per vivere a lungo e in salute, alzatevi e camminate.



BENESSERE

Il freddo aiuta l'intestino a regolare il bilancio energetico

Il freddo è l'alleato ignoto di chi ha problemi di linea e vorrebbe perdere peso. Le temperature basse, infatti, modificano la flora intestinale e questo porta a bruciare più grassi, a migliorare il metabolismo del glucosio e a una riduzione del peso corporeo. Lo ha scoperto l'Università di Ginevra in uno studio pubblicato sulla rivista Cell. Per arrivare a queste conclusioni gli scienziati hanno esposto alcuni topi a temperature fredde, ovvero a 6 gradi per 10 giorni. L'esposizione al freddo ha provocato un cambiamento nella composizione dei microbi intestinali delle cavie, impedendo loro di mettere su peso. Successivamente, i ricercatori hanno trapiantato i batteri intestinali indotti dal freddo in altri topi. È emerso che i topi che hanno ricevuto i batteri hanno beneficiato di un miglioramento del metabolismo del glucosio e una maggiore tolleranza alle basse temperature, oltre ad aver perso peso. La microflora intestinale, quindi, svolge un ruolo chiave nella nostra capacità di adattarci all'ambiente regolando direttamente il nostro bilancio energetico. Ora i ricercatori sono al lavoro per individuare quali batteri potrebbero rivelarsi utili per prevenire l'obesità e le condizioni metaboliche correlate.

CONVEGNO NAZIONALE

Le nuove frontiere dell'ematologia e la sfida della sostenibilità

Ogni anno 28mila italiani sono colpiti dai tumori del sangue. I passi in avanti nella ricerca, come l'avvento dell'immuno-oncologia, hanno permesso di rendere croniche molte di queste patologie, che un tempo si caratterizzavano per tassi di sopravvivenza molto bassi. L'interesse degli ematologi è sempre più concentrato anche su temi di politica sanitaria. Infatti il sistema sanitario nei prossimi anni dovrà raggiungere obiettivi importanti, che richiedono equilibrio fra sostenibilità e appropriatezza terapeutica. Questi i temi al centro del convegno nazionale "Le nuove frontiere dell'ematologia e la sfida della sostenibilità. Le prospettive offerte dall'immuno-oncologia" promosso dalla Società Italiana di Ematologia (SIE), domani alle 11 a Roma al Senato della Repubblica (Piazza Madama 11, Sala Caduti di Nassirya). Interverranno, fra gli altri, il prof. Fabrizio Pane, Presidente SIE, il prof. Mario Boccardo, Direttore Dipartimento di Oncologia ed Ematologia alla Città della Salute e della Scienza di Torino, il prof. Michele Cavo, Direttore Istituto di Ematologia e Oncologia Medica "L. A. Seragnoli" di Bologna, la dott.ssa Laura Del Campo, Responsabile Affari Generali della Federazione italiana delle Associazioni di Volontariato in Oncologia (FAVO) e Maurizio Gasparri, Vice Presidente del Senato.