

**Ai Segretari Regionali FNP-CISL**  
**Ai Segretari Territoriali FNP-CISL**

Loro Indirizzi

Roma, 18 settembre 2018

Circolare n. 198/AD/amb

Oggetto: **La giornata mondiale del cuore 2018**

Come ogni anno, dal 2000, il 29 settembre si celebra la Giornata Mondiale del Cuore, organizzata dalla World Heart Federation, che con più di mille eventi in tutto il mondo promuove una campagna per sensibilizzare la popolazione adulta sul tema delle malattie cardiovascolari e delle loro complicanze.

La Giornata Mondiale del Cuore 2018 ha come slogan “My hearth. Your hearth” (il mio cuore, il tuo cuore) ed è incentrata sull’importanza di adottare e promuovere scelte di vita salutari non solo per sé stessi ma anche per gli altri. Per le persone ciò significa impegnarsi in scelte salutari che coinvolgano i propri cari, per i professionisti della salute lavorare affinché il maggior numero di persone seguano uno stile di vita sano, e per i politici promuovere e finanziare piani per la prevenzione delle malattie cardiovascolari.

Le malattie cardiovascolari sono oggi il killer numero uno nel mondo, facendo morire oltre 17,5 milioni di persone all’anno, un terzo di tutte le morti sul pianeta. Circa l’80% di questi decessi sono nei paesi a basso e medio reddito, dove le risorse umane e finanziarie sono meno in grado di affrontare l’onere della prevenzione.

Facendo solo alcuni piccoli cambiamenti alla nostra vita, siamo in grado di ridurre il nostro rischio di malattie cardiache e ictus, migliorando la nostra qualità della vita e dando un buon esempio alle generazioni future.

L’80% delle morti premature da infarto potrebbero essere evitate se i quattro principali fattori di rischio quali l’uso di tabacco, la dieta non sana, l’inattività fisica e il consumo nocivo di alcol fossero controllati.

Il consumo di tabacco e l’esposizione al fumo passivo uccidono 6 milioni di persone l’anno e si stima che provocano quasi il 10% degli infarti.

Ogni anno, l’esposizione al fumo passivo uccide 600.000 persone (dati OMS): 28% di loro sono bambini. Entro due anni da quando si smette di fumare, il rischio di malattia coronarica è notevolmente ridotto. Entro 15 anni il rischio di un infarto ritorna pari a quello di un non fumatore.

Gli individui devono curare la propria salute, attuando tutti quei comportamenti e azioni preventive che riducano il loro rischio di eventi cardiaci letali.

In particolare nella settimana tra il 23 e il 30 settembre, verranno organizzati in molti territori degli incontri per contribuire alla crescita di una nuova cultura della prevenzione

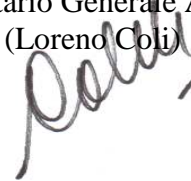
cardiovascolare su misura, per ogni persona e per ogni famiglia e verranno effettuati dei check-up gratuiti con medici e infermieri per le persone over 50.

**A tal fine invitiamo tutte le nostre strutture territoriali a promuovere le iniziative sulla prevenzione cardiovascolare programmate dalle diverse organizzazioni, coordinate dalla Fondazione Italiana per il Cuore.**

**Solo attraverso una buona campagna di prevenzione e promozione dell'invecchiamento attivo potremmo acquistare più anni di vita in buona salute.**

Cordiali saluti

Il Segretario Generale Aggiunto  
(Lorenzo Coli)

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'L. Coli', is written over the printed name of the Secretary General.