

<http://www.iltamtam.it/2014/05/13/ipertensione-un-killer-silenzioso/>

LETTERE E INTERVENTI PDF RIVISTA NOTIZIE UTILI AREA RISERVATA IL MERCATINO
Editore | Redazione | Pubblicità | Collabora

mercoledì 14 maggio 2014

iltamtam.it

quotidiano online e mensile freepress

TI REGALIAMO L'ESTATE!
fino AL 31 AGOSTO **37€** al mese
all inclusive
PANTALLA DI TODI (PG)
INFO 075.898.676

AMBIENTE E TERRITORIO CRONACA CULTURA ECONOMIA E LAVORO POLITICA **SALUTE** SPORT TURISMO
COLLAZZONE DERUTA FRATTA TODINA MARSCIANO MASSA MARTANA MONTE CASTELLO DI VIBIO SAN VENANZO TODI UMBRIA

Home > Generali > Salute > Ipertensione, un killer silenzioso

■ SALUTE ■ UMBRIA

Ipertensione, un killer silenzioso

di Redazione | 13/05/2014

L'ipertensione arteriosa danneggia le arterie e gli organi, in particolare cuore, cervello, reni e occhi, fino a provocare gravi conseguenze per la salute. Molte persone (in Italia circa 10mila adulti) ne soffrono senza saperlo. Infatti, l'ipertensione arteriosa può essere presente anche senza provocare alcun sintomo; questo ne rende ancora più insidioso il decorso e può provocare malattie cardiovascolari, come ictus ed infarto miocardico, due tra le principali cause di morte nella popolazione adulta, anche senza preavviso.

Per stimolare la conoscenza, la consapevolezza e l'adozione di corretti stili di vita e alimentari per prevenire questa condizione e le sue complicanze, ogni anno la World Hypertension League promuove una giornata di informazione e sensibilizzazione. In Italia le iniziative della Giornata sono coordinate dalla SIIA (Società Italiana dell'Ipertensione Arteriosa).

E così, in occasione della decima giornata mondiale contro l'ipertensione arteriosa, sabato 17 maggio 2014, dalle ore 9 alle ore 15, il Centro dell'Ipertensione della struttura di Medicina Interna dell'Azienda ospedaliero-universitaria "S.Maria" di Terni allestisce presso il padiglione centrale dell'ospedale una postazione dove i cittadini potranno misurare gratuitamente la pressione arteriosa e ricevere informazioni.

In concomitanza con la X Giornata Mondiale contro l'ipertensione Arteriosa, il Gruppo Giovani della SIIA lancerà lo studio "i-Game", una ricerca epidemiologica interamente progettata e sviluppata da ricercatori under 35 per valutare la prevalenza dell'ipertensione nei soggetti di età compresa tra 18 e 35 anni. Per sensibilizzare i giovani sul problema verrà diffuso su media e social network un video creato per l'occasione.

"Certamente l'ipertensione arteriosa rappresenta uno dei principali fattori di rischio per le malattie cardiovascolari - spiega il professor Giuseppe Schillaci, direttore della struttura di Medicina Interna del S.Maria di Terni - specialmente se associata ad elevati valori di colesterolo e di glicemia ed al fumo.

Nel caso in cui un individuo riscontri in più occasioni valori di pressione arteriosa superiori a 140/90 mmHg, è opportuno che si sottoponga ad accertamenti diagnostici e terapeutici.

Dal punto di vista nutrizionale la quantità di sale nella dieta è direttamente proporzionale all'aumento della pressione arteriosa: più sale introduciamo, più alti saranno i valori della pressione arteriosa, più rigidi saranno i vasi, più sarà favorita la disfunzione endoteliale. Oltre alla riduzione del sale, tra le semplici regole da adottare per il controllo dell'ipertensione arteriosa è importante ridurre al minimo anche l'assunzione di alcolici, contrastare il sovrappeso, smettere di fumare, praticare una leggera ma regolare attività fisica".

Avviso Elezioni Amministrative 25 maggio 2014

La testata giornalistica Tamtam è disponibile ad ospitare **MESSAGGI POLITICI ELETTORALI A PAGAMENTO.**

Flash News

- Todinmente in campo a fianco di Todifiorita
- Consiglio comunale di Todi con un solo punto su pari opportunità e rappresentanza di genere
- Internazionali di Tennis dell'Umbria: mostra presentazione a Saragano
- Cantine aperte a Todi e Torgiano
- Dieci imprenditori di successo si raccontano a Perugia

ZURICH
Because change happens.
Ursini Assicurazioni - TODI
Tel. 075.8942690 - info@ursiniassicurazioni.it

Spazio Sposi

La lista nozze

Spazio in Cucina

La Festa di San Giuseppe a

Spazio Casa

Mutui prima casa garantiti: Perugia

Spazio Azienda

La Elcom System S.p.A. combatte

NPN ENERGY
TODI - info@npenenergy.com

UTILITÀ, DISTRIBUTORI E FARMACIE DI TURNO

Farmacia Le Fornaci
Parco Commerciale Le Fornaci
via F.lli Brattarelli, 17
Marsciano (PG)
Tel. 075 8749453
farmaciulefornaci@gmail.com

tamtam
mensile freepress e quotidiano online
Scarica il pdf della rivista di TamTam di Aprile 2014

DOMENICA POMERIGGIO APERTO

www.calzature4p.it
Seguici su facebook
COLLEPEPE (PG) - Tel. 075.8789343

Ufficio Stampa TGC Eventi – www.tgceventi.it - e-mail: ufficiostampa@tgceventi.it
Via Maddalena, 3 - 06038 Spello (PG) Tel. +39 0742-651772 - Fax +39 0742-651867 / Via della Circonvallazione Clodia, 167 00195 Roma