**SCHEDA ALLEGATA**

**La campagna di informazione e comunicazione**

Agli appuntamenti nelle piazze la Regione aggiunge anche una **campagna informativa**, che sarà declinata sia digitalmente che in opuscoli a disposizione del pubblico oltre che nelle sedi dell’iniziativa anche nei luoghi di cura, a partire dalle Case della salute, con alcune semplici regole per ridurre i rischi cardiovascolari.

Prima di tutto, è importante effettuare semplici **controlli a cadenza regolare** su pressione arteriosa, valore di glicemia, colesterolo LDL (il cosiddetto colesterolo “cattivo”) o un peso corporeo superiore a quello previsto in base a età a statura.

C’è poi il tema delle **abitudini** e dei **comportamenti**: oltre a **evitare il fumo**, sono importanti una **dieta sana** e uno **stile di vita non sedentario**. Per quanto riguarda l’alimentazione, i consigli della sanità regionale vanno dalla riduzione dell’uso del sale alla predilezione per pesce e carni bianche, passando per l’uso dell’olio extravergine e la moderazione del consumo di alcolici. Dal punto di vista del movimento, si va dall’esercizio fisico per 30 minuti almeno al giorno alle buone pratiche come preferire le scale all’ascensore o la bici all’auto per i piccoli spostamenti.

**Alcuni dati informativi sul fenomeno**

Nel 2019 sono stati registrati in Emilia-Romagna **più di 250.000 soggetti** possessori di esenzione ticket per **ipertensione arteriosa** ma la patologia è molto più diffusa arrivando a colpire fino un terzo della popolazione; inoltre, più di **65.000** sono i portatori di **cardiopatia ischemica** e circa **20.000** i pazienti **con scompenso cardiaco**. Il 2% della popolazione poi soffre di fibrillazione atriale asintomatica, una turba del ritmo cardiaco spesso non diagnosticata.

In Italia la prevalenza di cittadini affetti da invalidità cardiovascolare è pari al 4,4 per mille (dati Istat). Il **23,5% della spesa farmaceutica italiana** (pari all'1,34 del prodotto interno lordo), è destinata a farmaci per il **sistema cardiovascolare** (Relazione sullo stato di salute del Paese, 2000). In Italia, i **costi diretti sanitari** per le malattie cardiovascolari sono stati stimati pari a circa **16 miliardi di euro** a cui si devono aggiungere oltre 5 miliardi sostenuti in termini di costi indiretti. A tutto questo si devono aggiungere i giorni di lavoro (e di produttività) persi dopo l'evento cardiovascolare: è stimato che mediamente nell'anno successivo ad un evento cardiaco acuto i pazienti cardiopatici perdono 59 giorni di lavoro per un costo stimato dall'Inps di circa 755 milioni di euro.