



## CLUB ALPINO ITALIANO

### Comunicato Stampa

## **MONTAGNA E CUORE: IN 34 RIFUGI ALPINI E APPENNINICI LA GIORNATA CONTRO L'IPERTENSIONE ARTERIOSA**

*Tra il 13 luglio e il 4 agosto escursionisti e alpinisti potranno ricevere informazioni sull'ipertensione arteriosa, sui suoi rischi e sul comportamento della pressione arteriosa in montagna. Tutti potranno inoltre misurarla.*

*Organizzano Società Italiana dell'Ipertensione Arteriosa, Club alpino italiano e Società italiana di medicina di montagna.*

*Milano, 9 luglio 2019*

Far conoscere il **comportamento della pressione arteriosa quando si sale in quota** per prevenire i **rischi dell'ipertensione arteriosa**. È questo l'obiettivo della **“Giornata contro l'ipertensione arteriosa in montagna”**, iniziativa organizzata dalla **Società Italiana dell'Ipertensione Arteriosa (SIIA)** in collaborazione con il **Club alpino italiano (CAI)** e la **Società italiana di medicina di montagna (SIMeM)** nei fine settimana **tra il 13 luglio e il 4 agosto in 34 rifugi alpini e appenninici di dieci regioni**.

Escursionisti e alpinisti potranno ricevere **informazioni sull'ipertensione arteriosa e i suoi rischi**, oltre che sul **comportamento della pressione arteriosa in montagna**. Tutti potranno inoltre **misurare la propria pressione arteriosa**.

“Intendiamo sensibilizzare i frequentatori della montagna a **prestare attenzione all'effetto dell'ipossia in alta quota su eventuali patologie cardiovascolari**, in particolare per quanto riguarda **l'ipertensione arteriosa**”, affermano **Gianfranco Parati** (presidente Fondazione SIIA), **Claudio Ferri** (presidente SIIA), **Luigi Festi** (presidente Commissione centrale medica del CAI) e **Lorenza Pratali** (presidente SIMeM). “Ad ogni soggetto, dopo la misurazione della pressione, verrà richiesto di **compilare un semplice e breve questionario di autovalutazione sulla consapevolezza di questi problemi** che, in modalità del tutto anonima, sarà utile agli studiosi per **migliorare ulteriormente le campagne di informazione e prevenzione sull'ipertensione arteriosa**. Inoltre, ove possibile, verrà anche misurata in modo non invasivo e registrata **la percentuale di ossigeno nel sangue**, per valutare eventuali stati di iniziale ipossia e la loro relazione con la pressione arteriosa. Si tratta dunque di **un evento a valore sia educativo sia scientifico, di sicura utilità per alpinisti ed escursionisti**”.

**Tra sabato 13 e domenica 14 luglio** si potrà misurare la propria pressione **in tre rifugi tra Lombardia e Friuli (Casati a Valfurva, Baroni al Brunone a Valbondione e Celso Gilberti a Tarvisio)**. La maggioranza degli altri rifugi, sparsi **in tutte le regioni dell'arco alpino, in Abruzzo e in Calabria**, aderiranno **il fine settimana successivo (20-21 luglio)**, mentre **al Rinaldi (Terminillo) e all'Orto di Donna (Minucciano)** si potrà partecipare, rispettivamente, **il 24 luglio e il 4 agosto**.

L'iniziativa si basa sui **risultati recenti della ricerca sugli effetti cardiovascolari della esposizione acuta all'alta quota**, in gran parte basati su una serie di studi effettuati nell'ambito dei **progetti Highcare sull'Everest, sulle Ande e sulle Alpi dall'Istituto Auxologico Italiano di Milano e dall'Università Milano-**

**Bicocca.** Studi che hanno portato per la prima volta nel mondo a pubblicare **raccomandazioni internazionali per un'ascesa sicura in montagna di soggetti con precedenti episodi cardiovascolari.** Inoltre hanno dimostrato che **l'esposizione acuta all'ipossia** (ridotta disponibilità di ossigeno) che caratterizza l'alta quota può **far salire la pressione arteriosa in modo significativo**, sia in chi solitamente ha una pressione normale, sia nei soggetti che già soffrono di ipertensione arteriosa a livello del mare, con differenze legate ad alcune caratteristiche individuali tra cui l'età.

**“Conoscere il comportamento della pressione in quota** può pertanto consentire a chi ama la montagna di **effettuare ascensioni con maggiore sicurezza**, mettendo in atto **semplici ma adeguate misure protettive** in collaborazione con il proprio medico e/o grazie alla consultazione di ambulatori specializzati in medicina di montagna coordinati da SIIA, CAI e SIMeM”, concludono Parati, Ferri, Festi e Pratali.

La “Giornata contro l'ipertensione arteriosa in montagna” è organizzata con la collaborazione di **Istituto Auxologico Italiano, IRCCS, Università degli Studi di Milano- Bicocca, Università dell'Aquila, Università dell'Insubria e il CNR di Pisa**, che si sono impegnati a mettere a disposizione medici, infermieri e attrezzature. Gode inoltre del patrocinio del **World Hypertension League** (organo ufficiale dell'Organizzazione Mondiale della Sanità), nell'ambito delle attività relative alla **Giornata Mondiale di Lotta all'Ipertensione Arteriosa del 17 maggio 2019.**

Per maggiori informazioni: [siia.it](http://siia.it)

#### **Ufficio stampa Club Alpino Italiano**

Luca Calzolari - Responsabile Ufficio Stampa CAI  
mob. +39 335 43 2870 [calzolari@cervelliinazione.it](mailto:calzolari@cervelliinazione.it)

Stefano Mandelli - Addetto Stampa CAI  
mob.+39 338 6958339 [mandelli@cervelliinazione.it](mailto:mandelli@cervelliinazione.it)  
tel. + 390518490100

Lorenzo Arduini - Addetto Stampa CAI  
mob +39 3664912550 [arduini@cervelliinazione.it](mailto:arduini@cervelliinazione.it)  
tel. + 390518490100

**Cervelli In Azione – Bologna**