



Comunicato stampa

NEI RIFUGI MONTANI TORNA LA GIORNATA DELL'IPERTENSIONE ARTERIOSA

Sabato 8 e domenica 9 luglio i frequentatori di decine di rifugi alpini e appenninici potranno misurare la propria pressione arteriosa e rispondere a un questionario utile per la ricerca

L'iniziativa è promossa da Società Italiana dell'Ipertensione Arteriosa, Club Alpino Italiano e Società Italiana di Medicina di Montagna, con il sostegno dell'Istituto Auxologico Italiano di Milano e dell'Università di Milano-Bicocca

Milano, 4 luglio 2023

Una campagna di sensibilizzazione sull'**ipertensione arteriosa** e sugli **effetti cardiovascolari** causati da salite a quote moderate e alte, in programma **sabato 8 e domenica 9 luglio** in oltre **40 rifugi alpini** e appenninici di **16 regioni italiane** sopra i 2000 metri di quota.

Sono queste le caratteristiche dell'edizione 2023 della **Giornata dell'ipertensione arteriosa**, promossa dalla **Società Italiana dell'Ipertensione Arteriosa**, dalla **Commissione centrale medica del Club Alpino Italiano** e dalla **Società Italiana di Medicina di Montagna**, con il sostegno dell'**Istituto Auxologico Italiano di Milano** e dell'**Università di Milano-Bicocca**.

Il numero di persone, con o senza problemi cardiovascolari, che salgono in montagna durante l'estate è in costante crescita. Per questo motivo gli organizzatori ritengono doveroso promuovere la consapevolezza sulle **reazioni dell'apparato cardiovascolare** alle quote moderate e alte.

Nei rifugi aderenti all'iniziativa, i frequentatori potranno ricevere **informazioni sul rapporto tra pressione arteriosa e montagna**, e misurare la propria **pressione arteriosa, frequenza cardiaca e saturazione di ossigeno nel sangue**, verificando così la propria condizione di rischio cardiovascolare e la propria reazione alla esposizione alla quota.

Chi lo desidera potrà inoltre compilare in forma anonima un **breve questionario**, utile alla raccolta di dati per la ricerca scientifica sul comportamento della pressione arteriosa in quota e sul profilo individuale di rischio cardiovascolare tra gli escursionisti e gli alpinisti.

L'ipertensione arteriosa

L'ipertensione arteriosa, detta "il killer silenzioso" perché asintomatica, è ancora oggi il principale **fattore di rischio per malattie cardiovascolari** in tutto il mondo e colpisce **circa il 40%** della popolazione adulta occidentale.

La **Società Italiana dell'Ipertensione Arteriosa** riporta i dati più recenti, i quali confermano che **più del 30%** della popolazione italiana adulta è affetta da ipertensione arteriosa, con percentuali ampiamente superiori nelle fasce più avanzate di età. La prevalenza di ipertensione arteriosa è inoltre in aumento tra bambini, adolescenti e giovani e pari **a circa il 10%**.

Studi recenti dell'**Istituto Auxologico Italiano** e dell'**Università di Milano-Bicocca**, inoltre, hanno chiaramente dimostrato come la pressione arteriosa salga **in modo significativo** durante

l'esposizione ad alta quota (sopra i 2500 metri), iniziando a modificarsi anche in caso di salita ad altitudini moderate (attorno ai 1800-2000 metri). Questo si verifica sia nei **soggetti normali** che nei **soggetti affetti da ipertensione arteriosa**, sollevando così il problema di come mantenere sotto controllo la pressione anche quando si sale in quota, per garantire un approccio alla montagna sicuro e privo di rischi per l'apparato cardiovascolare.

Consapevolezza e sicurezza

«Questa iniziativa rispecchia pienamente la principale missione delle organizzazioni promotrici: aumentare la consapevolezza di tutti sui rischi legati all'ipertensione e promuovere la sicurezza in montagna», sottolineano il professor **Gianfranco Parati**, direttore del Dipartimento di Cardiologia di Auxologico San Luca a Milano, la dottoressa **Carla D'Angelo**, presidente della Commissione centrale medica del Cai, e la dottoressa **Lorenza Pratali**, presidente della Società Italiana di Medicina di Montagna.

La Giornata dell'ipertensione arteriosa nei rifugi è portata avanti dal 2016 grazie al contributo dei tanti operatori sanitari coinvolti e dei gestori dei rifugi che accolgono la manifestazione. In particolare, la Commissione centrale medica del Cai ringrazia i presidenti delle Commissioni mediche periferiche per la loro preziosa collaborazione.

In qualche rifugio la Giornata si terrà **in altre date**, programmate nei mesi di luglio e agosto.

Per tutti i dettagli: cai.it

Ufficio stampa Club Alpino Italiano

mob +39 366 4912550

tel. +39 051 8490100

Cervelli In Azione s.r.l.

Viale Antonio Silvani 6/C

40122 Bologna