

# Mariotti, domenica giornata contro l'ipertensione

» **Corniglio** Sabato e domenica, in una trentina di rifugi del Club alpino italiano verrà organizzata una campagna di sensibilizzazione sull'ipertensione arteriosa e sugli effetti cardiovascolari dell'ascesa a quote moderate - alte, promossa dalla Società Italiana dell'Ipertensione Arteriosa (Siia), dal Club alpino italiano (Commissione centrale medica Cai) e dalla Società Italiana della medicina di montagna (Simem).

Per prevenire il verificarsi di eventi cardiaci e cerebrali, occorre prestare attenzione al comportamento della pressione arteriosa in diverse condizioni della nostra vita quotidiana.

E' dimostrato come la pressione arteriosa salga in modo significativo durante esposizione ad alta quota (sopra i 2500 metri), iniziando a modificarsi anche in ca-

so di salita ad altitudini moderate (attorno ai 1800-2000 metri).

Nonostante la bassa quota, per sensibilizzare comunque gli escursionisti sul tema e per garantire un approccio alla montagna il più possibile sicuro, l'iniziativa viene proposta domenica presso il Rifugio Mariotti al Lago Santo, promossa dalla Sezione Cai di Parma in collaborazione con l'Associazione dei diabetici della provincia di Parma.

Gli escursionisti potranno ricevere informazioni sul rapporto tra pressione arteriosa e montagna, misurare la propria pressione, frequenza cardiaca e saturazione di ossigeno nel sangue, e compilare un breve questionario non solo contribuendo alla ricerca scientifica (in modo anonimo),

ma anche verificando in modo semplice e rapido la propria condizione di rischio cardiovascolare.



## Lago Santo

L'appuntamento è domenica al rifugio Mariotti del Cai.



Peso:12%