

COMUNICATO STAMPA

**“Amici del cuore.
Come allenare l’atleta che ci batte nel petto”
Atena in circolo nei centri sportivi di Roma.**

**Roma 2 ottobre 2018
Due Ponti Sporting Club**

E’ il cuore il protagonista del terzo incontro di *Atena in circolo*, serie di appuntamenti organizzati dalla *Fondazione Atena Onlus* nei circoli sportivi della Capitale e dedicati a un pubblico di non addetti ai lavori, per diffondere messaggi legati agli stili di vita corretti. Se ne parlerà il 2 ottobre alle ore 18 al Due Ponti Sporting Club. Il cuore può diventare un atleta e bisogna imparare ad allenarlo e proteggerlo per metterlo in condizione di farci funzionare al meglio, tenendo a mente che la prevenzione è l’arma più potente contro le malattie cardiovascolari, prima causa di morte in Italia. I principali fattori di rischio sono obesità, colesterolo alto, abitudine al tabacco in tutte le sue forme, sedentarietà. L’attività fisica può fare la differenza, anche se di breve durata ma costante.

Il cuore femminile sarà al centro dell’attenzione: dopo una certa età rischia di più rispetto a quello degli uomini. Sono in molti ancora a sottovalutare questo problema, a cominciare dalle donne. L’infarto diventa una minaccia negli anni post-menopausa, quando viene a cadere il supporto degli ormoni protettivi che circolano nell’età fertile. I segni premonitori sono più ambigui e spesso sottovalutati. Non solo, il recupero della funzione cardiaca nelle donne è meno brillante.

Ad *Amici del cuore-Come allenare l’atleta che ci batte nel petto*, titolo dell’incontro, interviene il prof Antonio Rebuzzi, Direttore di Cardiologia Intensiva presso il Policlinico Universitario Agostino Gemelli. Testimonial dell’incontro Mariangela Perrupato, campionessa di nuoto sincronizzato, che porterà la sua esperienza di atleta. Modera Margherita De Bac, giornalista del Corriere della Sera.

Prevenzione e consigli su dieta e esercizio fisico sono alcuni degli argomenti. Il pubblico avrà modo di rivolgere domande ai relatori. E’ questo infatti l’obiettivo primario di questa iniziativa della *Fondazione Atena*: portare alcuni dei migliori specialisti in ambienti nuovi, proprio per metterli in contatto diretto con chi ha “a cuore” la salute e non sa a chi rivolgersi.

Lo sport è uno dei farmaci naturali più indicati per prevenire e a volte curare.

Fondazione Atena onlus

Ricerca per le terapie neurochirurgiche avanzate
Via Panama, 86 - 00198 Roma -Tel/Fax +39 06 45442785
email: fondazione@atenaonlus.it - atenaonlus@gmail.com
www.atenaonlus.org