

Scopri i tuoi fattori di rischio e modifica le tue abitudini

Alle persone che presentano uno o più fattori di rischio (aumento di peso, ipertensione arteriosa, diabete, fumo, sedentarietà, ipercolesterolemia, ecc.) verranno consigliati dei “percorsi di salute”.

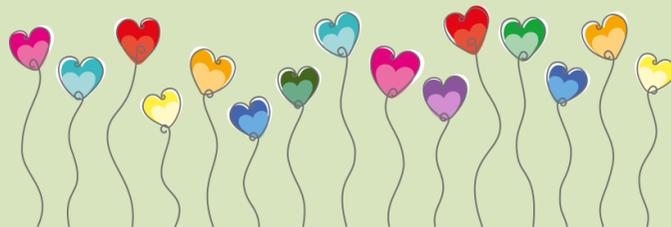
Infatti, qualora se ne evidenziasse la necessità, verranno proposti in maniera del tutto gratuita:

-  incontri con esperti di alimentazione
-  incontri con esperti per smettere di fumare
-  iniziative per incrementare l'attività fisica

Il personale esperto della ASL insieme al tuo medico di famiglia individuerà il percorso più adatto a te e sarà a tua disposizione per aiutarti a ridurre o eliminare i fattori di rischio.



*Se desideri ricevere maggiori informazioni su come partecipare al Programma puoi rivolgerti al tuo medico di famiglia o al personale sanitario del Dipartimento di Prevenzione della ASL TA telefonando al numero **0997786503** dal lunedì al venerdì (dalle ore 9.00 alle ore 13.00) oppure scrivendo al seguente indirizzo di posta elettronica **diprev.educazionesalute@asl.taranto.it***



Regione Puglia



ASL TA



Programma di Prevenzione del Rischio Cardiovascolare e di Salute Respiratoria

Programma condotto dal Dipartimento di Prevenzione della ASL TA in collaborazione con i Medici di Medicina Generale di Taranto e Statte



Cento Salute Ambiente Puglia

IL RISCHIO CARDIOVASCOLARE: l'importanza della Prevenzione

Le malattie cardiovascolari, come *l'infarto del miocardio* e *l'ictus cerebrale*, unitamente ad alcune patologie respiratorie croniche, sono la causa più frequente di morte e invalidità.

E' possibile prevenire queste malattie agendo precocemente su alcuni dei principali FATTORI DI RISCHIO, come:

- ***aumento di peso***
- ***ipercolesterolemia***
- ***pressione arteriosa alta***
- ***diabete***
- ***fumo di sigaretta***
- ***sedentarietà, ecc.***

Considerando l'elevata probabilità di riscontrare questi fattori di rischio nella popolazione, il Dipartimento di Prevenzione della ASL di Taranto e i Medici di Famiglia, hanno avviato un **Programma di Prevenzione del Rischio Cardiovascolare e di Salute Respiratoria**.

A cosa serve questo Programma di Prevenzione?

Il Programma ha l'obiettivo di individuare coloro che sono esposti al rischio di malattie cardiovascolari (ma sono ancora apparentemente in buona salute) al fine di aiutarli a ridurre o eliminare pericolosi fattori di rischio, prima che determinino la comparsa della malattia.

Nel caso di malattie respiratorie croniche, una diagnosi tempestiva ne potrà rallentare il decorso attraverso provvedimenti terapeutici adeguati.

A chi è rivolto?

Il Programma, in questa fase, è rivolto ai cittadini che non presentano patologie cardiache e respiratorie, residenti nei quartieri Tamburi, Città Vecchia/Borgo e Paolo VI, della città di Taranto e nel comune di Statte.



In cosa consiste il Programma?

Riceverai un invito da parte della ASL per effettuare una visita presso l'ambulatorio dedicato, dove troverai un Assistente Sanitario che ti eseguirà alcuni esami utili per individuare eventuali fattori di rischio:

- controllo della **pressione arteriosa**
- misurazione della **glicemia**
- misurazione del **peso** e della **circonferenza addominale**
- calcolo del **BMI**
- **misurazione del colesterolo tot.**

Nel corso della visita sarà effettuata anche una **Spirometria** per valutare la funzionalità respiratoria. Attraverso questo esame si potrà individuare precocemente una *Broncopneumopatia cronica*, che si può verificare in seguito all'inalazione di inquinanti e di sostanze nocive (contenute anche nel tabacco).

La visita e gli esami sono completamente gratuiti e non necessitano di impegnativa medica.