



La Giornata mondiale per il cuore (World Heart Day) si celebra il 29 settembre di ogni anno. È una campagna mondiale di informazione e sensibilizzazione sulla prevenzione delle malattie cardio-cerebro vascolari, promossa in tutto il mondo dalla World Heart Federation attraverso una comunità di oltre 200 organizzazioni nazionali che, insieme, sostengono l'impegno della società medica e delle fondazioni per il cuore in oltre cento Paesi.

In Italia la Giornata è coordinata dall'Associazione Fondazione italiana per il cuore, membro nazionale della World Heart Federation, con l'obiettivo di informare e sensibilizzare le persone, le famiglie, le comunità e il mondo politico invitando tutti a promuovere iniziative e attività per adottare corretti stili di vita per ridurre i fattori di rischio cardiovascolare che sono la causa principale di queste patologie.

Le malattie cardio-cerebro vascolari sono a tutt'oggi in assoluto la prima causa di morte nel nostro come in moltissimi Paesi del mondo. Ogni anno sono responsabili di ben 17,5 milioni di morti premature e si prevede che nel 2030 saliranno a 23 milioni. In Italia ben 127.000 donne e 98.000 uomini muoiono ogni anno per le malattie cardio-cerebrovascolari e molte di queste morti si verificano in modo prematuro prima dei 60 anni di età.

Il fumo di sigaretta, elevati livelli di colesterolo e zuccheri nel sangue, ipertensione, alimentazione scorretta, peso e circonferenza addominale, sedentarietà, stress e condizioni di vita in ambienti non salutari sono i fattori di rischio modificabili responsabili per almeno l'80% delle morti premature causate dalle malattie cardio-cerebro vascolari, tra cui infarto, scompenso e ictus, che possono essere evitate.