

PENSIAMOCI PRIMA

Salita a piedi del Duomo nella giornata del cuore

Sabato e domenica anche controlli del colesterolo

- MILANO -

GAMBE in spalla fino alle guglie del Duomo di Milano, per godere gratis del panorama dalla Madonnina e mettere alla prova la propria forma fisica. Per il sesto anno torna nel capoluogo lombardo «Cuore e salite», iniziativa promossa dall'Associazione «Per il Policlinico» onlus. L'appuntamento è per domani, vigilia della Giornata mondiale per il cuore 2008, dalle 10 alle 16. «Un'occasione quasi unica per valutare le condizioni di salute di un ampio e variegato campione di cittadini e turisti, anno dopo anno», spiega Fabio Magrini, responsabile Unità operativa Medicina interna a indirizzo cardiovascolare del Policlinico. «I battiti del cuore - ricorda Claudia Buccellati, presidente dell'onlus "Per il Policlinico" - verranno misurati dai medici prima e dopo la salita dei 201 gradini. Incrociando i dati relativi a età, peso, altezza e pra-

tica sportiva, i medici sapranno dare tutti i consigli utili a più salutarie stili di vita e, in caso di necessità, suggerire una visita medica più approfondita». A cimentarsi con la scalata del Duomo, anche politici e vip.

MA LA GIORNATA del cuore prevede anche il test del colesterolo gratis a Milano, in piazza e al supermarket. Obiettivo: sensibilizzare la popolazione femminile sul fatto che le cardiopatie non sono «cose da uomini», ma anche un killer in rosa. In occasione della Giornata mondiale per il cuore che si celebrerà domenica, la Pro-activ offrirà controlli dei livelli di colesterolo in piazza Argentina (dalle 10 alle 19, domani e domenica) e in alcuni punti vendita Esselunga (domani e sabato 26 e 27 settembre). Un'ini-

ziativa rivolta in particolare alle donne dai 45 anni in su. Dopo la menopausa il 38% delle italiane ha il colesterolo alto. In piazza Argentina tre medici saranno a disposizione per eseguire test che, grazie a una piccola goccia di sangue prelevata da un polpastrello, rileveranno i livelli di colesterolo totale, colesterolo cattivo (Ldl), colesterolo buono (Hdl) e trigliceridi. Gli esperti dispenseranno consigli utili su stile di vita sano e dieta equilibrata, fondamentali per tenere sotto controllo i fattori di rischio cardiovascolare. Pro-activ sosterrà infine il Centro cardiologico Monzino, a Ponte Lambro, periferia est della città, che domenica aprirà le porte a tutti con un programma di conferenze pubbliche, test cardiovascolari gratuiti e un percorso guidato.

Enrico Fovanna

VISITE

**Due tipi di test gratuiti
nel weekend della salute
per spingere i milanesi
a monitorare la forma**

