

**Check up in quota per sensibilizzare gli escursionisti sui rischi dell'ipertensione**  
Postazioni per misurare la pressione arteriosa e contribuire alla ricerca scientifica sull'ipertensione in 16 rifugi italiani e svizzeri. In Alto Adige aderiscono i rifugi Martello, Bolzano e Vallon

**L'ipertensione arteriosa colpisce il 40 per cento della popolazione adulta occidentale ed è il principale fattore di rischio per malattie cardiovascolari. Oltre i 2500 metri di altitudine la pressione arteriosa sale in modo significativo, ma già a quota 1800 comincia a modificarsi. Per garantire un approccio sicuro alla montagna, domenica 23 luglio in 16 rifugi di montagna gli escursionisti potranno verificare la propria condizione di rischio e il modo in cui reagiscono all'esposizione all'alta quota. Gli esperti di medicina di emergenza in montagna di Eurac Research gestiranno la postazione informativa del rifugio Martello.**

Spesso chi ha valori della pressione elevati non ne è consapevole perché questo disturbo non presenta sintomi. I rischi collegati all'ipertensione, però, sono seri e salendo in alta montagna possono aggravarsi. Per prevenirli la Società Italiana dell'Ipertensione Arteriosa, il Club Alpino Italiano e la Società Italiana della Medicina di Montagna hanno promosso una campagna di sensibilizzazione rivolta agli escursionisti. Domenica 23 luglio in 16 rifugi sugli Appennini e sulle Alpi italiane e svizzere saranno allestite delle postazioni per misurare pressione arteriosa, frequenza cardiaca e saturazione di ossigeno nel sangue. Compilando un breve questionario anonimo gli escursionisti potranno verificare la propria condizione di rischio cardiovascolare e il modo in cui reagiscono all'esposizione a quote moderate o alte. I dati raccolti confluiranno anche in una ricerca scientifica sul comportamento della pressione arteriosa in montagna e serviranno per elaborare profili di rischio cardiovascolare.

“È importante che chi ha fattori di rischio per malattie cardiovascolari sappia come comportarsi in alta montagna. A volte è necessario rivedere le terapie che le persone stanno seguendo, in altri casi si tratta di prendere piccoli accorgimenti, come salire lentamente in quota evitando le seggiovie”, spiega Giacomo Strapazzon, medico di Eurac Research specializzato in medicina di emergenza in montagna.

In Alto Adige partecipano alla campagna i rifugi Martello (2610 mt), Bolzano (2457mt) e Vallon (2500 mt).

Bolzano, 21.07.2017

**Contatto:** Daniela Mezzena, [daniela.mezzena@eurac.edu](mailto:daniela.mezzena@eurac.edu), tel. 0471 055036, 335 7985598