



## PROGETTO "SCUOLA LAVORO"

### Stile di vita sano e alimentazione corretta: la lezione di cuore agli studenti dell'Itis Viola

La macchina più efficiente è il corpo umano. A dirlo è stato l'ingegner Adrian Newey, genio dei motori in Formula Uno, ma a prenderla in prestito è stato il dottor **Loris Roncon, direttore del reparto di cardiologia degli ospedali di Rovigo e Trecenta** e relatore del terzo incontro nell'ambito del progetto "Scuola-Lavoro", che venerdì 26 marzo 2015 ha fatto tappa all'Itis Viola di Rovigo. **Il tema è stato "Cuore motore della vita" e hanno partecipato gli studenti delle classi seconde e terze dell'istituto.**

"Prevenzione è la parola d'ordine del nostro progetto di quest'anno ha chiarito **Paolo Pizzardo, console provinciale della Federazione dei Maestri del lavoro, organizzatori dell'iniziativa insieme alla Consigliera di parità** -. E' assodato che le nuove dipendenze, cioè quelle che non implicano l'intervento di alcuna sostanza chimica e che sfociano in comportamenti ritenuti leciti e socialmente accettati, producono invece effetti molto gravi a livello emotivo, fisico, lavorativo ed economico. Di qui – ha concluso – l'importanza di una presa di coscienza da parte dei giovani, per non lasciarsi condizionare".

**"Pensate che il cuore è considerato l'organo principale del nostro corpo da non molto tempo, tutto sommato: prima si pensava fosse il fegato"**, ha spiegato il dottor Loris Roncon, ricordando che a fare questa scoperta è stato il ricercatore britannico William Harvey, durante un soggiorno di studio all'Università di Padova, nel 1602.

"Se un'auto ha bisogno di continui controlli per evitare danni, cosa si può fare per prevenire quelli di una macchina pur efficientissima come il corpo umano?" ha chiesto il relatore ai ragazzi. Una domanda tanto più importante se si pensa che **la prima causa di morte in Italia sono malattie cardiovascolari di vari generi. I fattori di rischio sono ben chiari: alimentazione sbagliata, obesità, alcol, fumo, diabete, pressione alta, situazione psicosociale.** "Certo – ha spiegato Roncon – anche uno stile di vita sano non garantisce l'immunità dalle malattie cardiovascolari che a volte dipendono da fattori soggettivi ed ereditari, per questo è necessario controllare valori come la glicemia e la pressione arteriosa, e fare accertamenti, come un elettrocardiogramma ogni tanto, ad esempio".