



BRIANZA PER IL CUORE

Brianza per il Cuore Run: chiamata alla salute!

Tanti i percorsi della Brianza per il Cuore Run: due saranno per i runner, uno per i bambini e gli accompagnatori, ma non solo. Brianza per il Cuore allestirà l'area 'I percorsi del Cuore' dedicata a tutte le persone che passeranno dalla Cascina San Fedele del Parco di Monza domenica 6 ottobre.

Brianza per il Cuore è una delle Onlus più attive della Brianza e, tra le numerose iniziative, è **capofila della Giornata Mondiale del Cuore per la Lombardia**: quale occasione migliore per studiare a fondo tutte le tematiche connesse alla salute del cuore? Oltre ad essere il simbolo dell'Associazione, il Cuore è anche uno degli organi più importanti di tutto il nostro corpo.

Durante tutta la giornata, saranno allestiti quattro stand principali presso i quali sarà possibile dedicare qualche minuto alla propria salute, senza bisogno di andare dal medico. A presidiarli sarà il personale medico e infermieristico. Ecco quali saranno:

STAND NUTRIZIONISTA. Il Centro Disturbi della Nutrizione ASST San Gerardo fornirà consigli per una dieta sana ed uno stile di vita cardioprotetto, all'insegna della prevenzione.

STAND ANTIFUMO. La Società Italiana di TABaccologia si occuperà di spiegare gli effetti del fumo sul corpo, sottolineando l'importanza di uno stile di vita a prova di tabacco.

STAND PREVENZIONE ICTUS. La Onlus Alice Brianza erogherà preziosi consigli su come prevenire l'ictus.

STAND CITTADINO SALVACUORE. Tra gli stand anche l'area pratica di RCP (Rianimazione Cardio Polmonare) con gli istruttori salvacuore della Onlus che mostreranno le manovre BLS sui manichini. Visita guidata da personale di soccorso ad una unità di soccorso della Croceverde Lissone

Oltre agli stand specifici, la Onlus offrirà la possibilità di effettuare screening gratuiti dei fattori di rischio cardiovascolare tra cui glicemia, colesterolo, pressione, controllo del peso, controllo dell'indice di massa corporea, ECG a campione e screening carotideo. Tutte le prestazioni saranno gratuite. I soci di Brianza per il Cuore avranno la priorità di accesso, in caso di coda.

Tra le iniziative dedicate alla salute, la squadra di professionisti del **CAM Medical Fitness (Synlab CAM Polidiagnostico)** sarà a disposizione dei podisti iscritti alla Brianza per il Cuore Run per offrire gratuitamente informazioni, test e valutazioni medico-sportive.

Non vi siete ancora iscritti? Avete tempo per farlo fino a giovedì 3 ottobre. Vi ricordiamo che è possibile farlo dal portale ([clicca qui](#)) oppure da uno dei negozi aderenti:

VILLASANTA: Affari&Sport, via Confalonieri 103

MONZA: Carnelli 1893, via Italia 36

MONZA: Cruciani, via C. Alberto 42

MONZA: Foto Torchio, via Manzoni 11

MONZA: Ottica Riga, via Manzoni 18

MONZA: Studio Dott. Vago, via A. Garibaldi 1

LISSONE: Dorelanbed. Viale della Repubblica 105

MUGGIO': Orsenigo, via San Rocco 37

VIMERCATE: Shop Time, via Torri Bianche 3M

[Clicca qui per leggere tutti gli aggiornamenti dedicati alla Brianza per il Cuore Run.](#)