



**Società Italiana dell'Ipertensione Arteriosa**  
**Legg Italiana contro l'Ipertensione Arteriosa**



per la ricerca sull'Ipertensione Arteriosa,  
le patologie correlate e la  
prevenzione cardiovascolare



**Club Alpino Italiano – Commissione Centrale Medica**



**Società Italiana Medicina di Montagna**

Montagna e Cuore: conoscere il comportamento della pressione arteriosa quando si sale in quota per prevenire i rischi dell'ipertensione arteriosa

Domenica 29 luglio e domenica 12 agosto (Rifugio Casati), giornata di sensibilizzazione su pressione arteriosa e montagna.

L'iniziativa è organizzata dalla Società Italiana dell'Ipertensione Arteriosa, dalla Commissione Medica del Club Alpino Italiano in collaborazione con la Società Italiana di Medicina di Montagna

Milano, 20 luglio 2018

Sensibilizzare i frequentatori della montagna rispetto all'effetto dell'ipossia in alta quota su eventuali patologie cardiovascolari, in particolare per quanto riguarda l'ipertensione arteriosa. È questo l'obiettivo dell'iniziativa organizzata da Club Alpino Italiano e Società Italiana dell'Ipertensione Arteriosa nella giornata di domenica 29 luglio e domenica 12 agosto in 16 rifugi, dove per l'occasione escursionisti e alpinisti potranno misurare la pressione arteriosa dalle ore 10 alle ore 17. Per ogni singola misurazione verrà compilato un questionario e, ove possibile, verrà inserita la percentuale di ossigeno nel sangue, in modo non invasivo, per valutare eventuali stati di iniziale ipossia.

L'iniziativa si basa sui risultati recenti della ricerca sugli effetti cardiovascolari della esposizione acuta all'alta quota, in gran parte basati su una serie di studi effettuati nell'ambito dei progetti HIGHCARE sull'Everest, sulle Ande e sulle Alpi dall'Istituto Auxologico Italiano di Milano e dall'Università Milano-Bicocca. Questi studi hanno dimostrato che l'esposizione acuta alla ipossia (ridotta disponibilità di ossigeno) che caratterizza l'alta quota può far salire la pressione arteriosa in modo significativo, sia in chi solitamente ha una pressione normale, sia nei soggetti che già soffrono di ipertensione arteriosa, con differenze legate ad alcune caratteristiche individuali tra cui l'età. Conoscere il comportamento della pressione in quota può pertanto consentire a chi ama la montagna di effettuare ascensioni con maggiore sicurezza, mettendo in atto semplici misure protettive adeguate in collaborazione con il proprio medico e/o presso ambulatori specializzati coordinati da SIIA e CAI.

La prestigiosa collaborazione tra la Commissione Medica del CAI e la Società Italiana dell'Ipertensione Arteriosa offre la possibilità di organizzare un evento a valore sia educativo sia scientifico, di sicura utilità per alpinisti ed escursionisti.

I rifugi coinvolti saranno:

Domenica 29 luglio

- Rifugio Città di Mantova (Località Garstelet, Gressoney-La-Trinité - AO)
- Rifugio Teodulo (Località Breuil Cervinia, Valtournenche - AO) Sezione CAI di Torino
- Rifugio Torino (Località Courmayeur - AO) Sezione CAI di Torino
- Saletta Comunale PILA 2000 (Località Pila Gressan – AO)
- Rifugio Città di Chivasso (Località Colle del Nivolet, Ceresole Reale – TO)
- Rifugio Bolzano al Monte Pez (Località Fiè allo Sciliar - BZ) Sezione CAI di Bolzano
- Rifugio Franz Kostner al Vallon (Località Vallor, Corvara - BZ) Sezione CAI di Bolzano
- Rifugio Segantini (Località Malga Vallina d'Amola, Val Rendena, Giustino - TN)
- Rifugio Vioz Mantova (Località Peio – Val di Sole – TN)
- Rifugio Berti (Località Vallon Popera, Comelico Superiore, Casamazzagno – BL)
- Rifugio Gherardi (Località Pizzino, Val Taleggio - BG) Sezione CAI di Bergamo
- Rifugio Albani (Località Colere, Valle di Scalve - BG) Sezione CAI di Bergamo
- Rifugio Franchetti (Località Prati di Tivo, Pietracamela, Gran Sasso - TE) Sezione CAI di Roma
- Rifugio Duca Degli Abruzzi (Località Campo Imperatore, Gran Sasso - AQ) Sezione CAI di Roma
- Rifugio Massimo Rinaldi (Località Micigliano, Monte Terminilletto – RI) Sezione CAI di Rieti

Domenica 12 agosto

- Rifugio Casati (Località Passo Cevedale, Valfurva - SO)

Prof. Claudio Ferri  
Presidente  
Società Italiana dell'Ipertensione Arteriosa

Prof. Gianfranco Parati  
Presidente Fondazione SIIA