

# FESTE & PATRONI

Maggio 2011  
Anno 05, n. 33

*All'interno del giornale trovi gli speciali!*

 **C.R.I. News**  
Notizie dal mondo della Croce Rossa  
e del volontariato in provincia di Pavia

*Beauty & Doc*  
SALUTE, BENESSERE, MODA E NUOVE TENDENZE

 **ComuniChiamo**  
La voce di Comuni, Enti ed Istituzioni

## EVENTI

Cori a S.Giuetta e violini a Vigevano per la rassegna "Sulle note di Feste&Patroni"  
Tutto il programma della 629esima Sensia di Voghera  
Vinitaly, bilancio positivo per Torrevilla ed il vino oltrepadano

## SAGRE & TRADIZIONI

Ticino protagonista con canottaggio  
e motonautica internazionale  
Raduno di Ferrari a Voghera e in giro in Oltrepò in auto d'epoca  
Fiera dei profumi e dei sapori a Dorno

## FUORI PORTA

Corteo storico e rievocazione della battaglia di Grazzano Visconti  
Serata benefica con Fiorello al Teatro della Luna di Assago  
Assaggiando i sapori e i saperi di Tortona

## I NOSTRI VIAGGI

A Roma con il Frecciarossa per la festa della Repubblica  
Allo Stadio Meazza per Aida e Notre Dame de Paris  
Pellegrinaggio a Medjugorie a fine Giugno

## Rose di Maggio all'Orto Botanico

*A Pavia collezioni antiche e moderne, accanto alla riapertura dell'Archivio di Stato, danno l'idea del patrimonio naturale e storico che possiamo vantare in città in questa bella stagione dell'anno*



### L'ipertensione arteriosa

L'ipertensione arteriosa consiste nell'aumento della pressione che il sangue esercita sulla parete delle arterie del corpo. I valori limite sono 140 millimetri di mercurio per i valori sistolici, la cosiddetta pressione massima, e di 90 millimetri di mercurio per i valori diastolici, la pressione minima. Sicuramente nello svilupparsi dell'ipertensione arteriosa entrano in gioco sia fattori genetici (quindi anche fattori ereditati dai genitori, come alcuni meccanismi biochimici cellulari, una particolare reattività di certi sistemi neurologici e endocrini, la produzione di alcuni ormoni anomali, l'alterata funzione dei tubuli renali), sia fattori ambientali come le abitudini alimentari e motorie, l'uso di farmaci come i contraccettivi orali o certi antiinfiammatori o antidepressivi, il fumo, lo stress. Alcune condizioni quali l'obesità, il diabete mellito, le dislipidemie sono spesso associate ad uno stato ipertensivo. L'ipertensione è uno dei più importanti fattori di rischio cardiovascolare ed è strettamente associata alla comparsa di malattie cardiache come l'angina pectoris, l'infarto miocardico, lo scompenso cardiaco e vascolari come l'ictus cerebrale ischemico o emorragico, l'arteriopatia ostruttiva degli arti inferiori, gli aneurismi aortici. E' anche causa di gravi danni a altri organi "bersaglio", quali i reni (insufficienza renale cronica fino alla dialisi e aggravamento dell'ipertensione stessa) e gli occhi (retinopatia ipertensiva). Per prevenire l'ipertensione è di estrema importanza un corretto stile di vita che comprenda una dieta equilibrata a scarso tenore di sali, una regolare attività fisica aerobica, l'astensione dal fumo, un peso forma. La terapia dell'ipertensione, che si può avvalere di molte opportunità farmacologiche scelte dal medico, deve essere proseguita a tempo indeterminato.

**Dr. Arturo Raisaro - Cardiologo**  
Responsabile US Diagnostica cardiologica ambulatoriale e di ricovero  
Dipartimento cardiovascolare - Unità di Cardiologia  
Fondazione IRCCS Policlinico San Matteo - Pavia