

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

A Legnano la prevenzione cardiovascolare parte dalle scuole con “Un cuore protetto è una comunità più forte”

Gea Somazzi · Saturday, October 17th, 2026

Promuovere la salute del cuore partendo dai giovani, per costruire una comunità più consapevole e attenta alla prevenzione. È questo l'obiettivo del progetto “Un cuore protetto è una comunità più forte”, presentato questa mattina, sabato 17 ottobre, nella Sala Previati del Castello Visconteo di Legnano, nell'ambito della Settimana internazionale della rianimazione cardiovascolare “Viva! 2026”. L'iniziativa, promossa dall'associazione 60MILA Vite da Salvare Altomilanese ODV, punta a diffondere la cultura della prevenzione cardiovascolare attraverso un percorso che coinvolgerà inizialmente gli studenti delle scuole secondarie di secondo grado di Legnano, con l'obiettivo di estendersi progressivamente a tutto l'Altomilanese. A presenziare l'assessore **Mario Brambilla con Germano Di Credico** direttore dell'Unità Operativa Complessa di Cardiocirurgia e del Dipartimento Cardioracovascolare dell'ASST Ovest Milanese con **Valentino Lembo** è il Direttore Sanitario dell'ASST Ovest Milanese. Tra gli altri anche il colonello **Pietro Laghezza** a capo della Compagnia Carabinieri di Legnano.

Sono stati poi consegnati i riconoscimenti “Due mani per un cuore” al vice brigadiere **Vincenzo Catalano** e all'appuntato scelto qualifica speciale **Roberto Antonio La Vigna**. **Premiati anche Alessia Chiatti e Loredana Podda**. Tutti loro hanno soccorso persone colpite da arresto cardiaco praticando le manovre di rianimazione e utilizzando il dae prima dell'arrivo del personale del 118.

La prevenzione cardiovascolare entra nelle scuole

Come ha spiegato **Cantarella presidente dell'associazione 60MILA Vite da Salvare Altomilanese ODV** il progetto nasce dalla volontà di intervenire prima dell'emergenza, sensibilizzando soprattutto le nuove generazioni sull'importanza di adottare stili di vita sani. Alimentazione equilibrata, attività fisica, contrasto alla sedentarietà e gestione dello stress saranno i temi al centro degli incontri con gli studenti, guidati da un gruppo multidisciplinare di professionisti. «L'obiettivo – precisa Cantarella – è fornire ai ragazzi strumenti concreti per riconoscere e prevenire i principali fattori di rischio cardiovascolare, favorendo comportamenti consapevoli fin dalla giovane età. Il percorso nelle scuole è il primo passo di un progetto più ampio, che punta a coinvolgere progressivamente istituzioni, medici, associazioni e cittadini, creando una rete territoriale dedicata alla prevenzione».



Al Castello di Legnano medici ed esperti a confronto

Dopo la presentazione del progetto si sono susseguiti diversi interventi moderati da Cristina Masetti. Davanti a un partecipato pubblico hanno preso la parola i professionisti del gruppo multidisciplinare che accompagnerà il progetto nelle scuole: **Vanessa Lomazzi**, biologa nutrizionista e direttrice scientifica del Centro IGEA, lo chef **Maurizio Bosotti**, il chinesiologo **Mattia Fridegotto**, lo psicologo **Marco Cribioli** e il medico rianimatore **Alessandro Calzolari**. Ognuno di loro ha spiegato come sia possibile fare prevenzione passando per piccole azioni quotidiane. **Lomazzi per esempio ha sottolineato il ruolo dell'alimentazione e del movimento nella prevenzione cardiovascolare**, due aspetti fondamentali per ridurre i fattori di rischio e promuovere il benessere nel tempo. Dal canto suo lo chef Bosotti ha sottolineato l'importanza del cibo, perchè alimentarsi con pietanze cucinate in casa e realizzate con prodotti genuini e non prefabbricati può fare la differenza. Da non dimenticare poi che la salute come ha ricordato Cribioli, passa anche dallo stato mentale. Dal canto suo il dottor **Calzolari ha parlato anche di come intervenire in caso di necessità.**

Quelli illustrati sono stati i temi che verranno portati tra i banchi di scuola.



Durante l'incontro sono intervenuti i professionisti dell'**ASST Ovest Milanese**, con un approfondimento dedicato alla catena della sopravvivenza e agli interventi sanitari in caso di arresto cardiaco. Tra i temi affrontati, il soccorso extraospedaliero, le tecniche avanzate di rianimazione come l'ECMO e il percorso che dalla cardiocirurgia conduce alla riabilitazione. Spazio quindi al **dottor Stefano Colombo, coni medici Alessandro Calzolari, Manuela Irace e il noto Di Credico cardiocirurgo di Legnano**. **La salute del cuore, quindi, non si tutela soltanto quando si verifica un'emergenza, ma anche attraverso le scelte quotidiane.** «La sfida – ha sottolineato Cantarella – non è soltanto salvare una vita quando il cuore si ferma, ma fare tutto il possibile perché quel cuore continui a battere in salute».

This entry was posted on Saturday, October 17th, 2026 at 4:12 pm and is filed under [Legnano](#), [Salute](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.