

**Con il contributo non vincolante di**



**Relatore: Dr. Davide Terranova**

E' medico specialista in Cardiologia.  
Fondatore dell' Associazione Regionale  
Cardiologi Ambulatoriali del Veneto.  
Membro della Società Italiana di Nutrizione  
Umana, della Società Italiana per lo Studio  
della Aterosclerosi e della Società Italiana di  
Cardiologia.

E' giornalista e divulgatore scientifico. Autore dello  
Spettacolo del Cuore, progetto di divulgazione medica  
per la prevenzione e cura delle malattie cardiovascolari.

**Sede Congressuale**

Hotel Catullo  
Viale del Lavoro, 35/37  
San Martino Buon Albergo (VR)

**Iscrizione**

Corso a numero chiuso: 30 partecipanti  
L'iscrizione avverrà su invito diretto dello sponsor

**Accreditamento ECM**

**Evento N. 67-210875 ed 2- crediti N.4**

Verranno rilasciati crediti formativi ecm a medici  
specialisti in: Medicina generale (medici di base),  
Cardiologia, Medicina dello sport e Medicina del  
lavoro, Scienza dell'alimentazione

**Provider N 67 / Segreteria Organizzativa**

**Effe Emme sas di Anna Marsiaj & C**

Viale Trieste, 29/C - 36100 Vicenza  
Tel 0444 502849 Fax 0444 515824  
E.Mail: anna.marsiaj@gmail.com  
www.effeemmesas.it

**8 giugno 2018**



**CARDIOCHEF**  
**NUTRI IL TUO CUORE**

Progetto di educazione  
alimentare per la prevenzione  
e cura delle malattie  
cardiovascolari

**San Martino**  
**Buon Albergo (VR)**

*Hotel Catullo*

## Razionale

Evento formativo con il tema Cuore e Alimentazione. Nasce con l'intento di divulgare il principio che l'alimentazione è essenziale per lo stato di salute del cuore, e d'è strettamente correlata alle malattie cardiovascolari ed è possibile prevenire, curare e talvolta regredire dalle malattie cardiovascolari, semplicemente cambiando il tipo di alimentazione.

In Italia 140.000 persone in un anno, 270 al giorno, 11 ogni ora, sono colpite da infarto cardiaco. Le malattie cardiovascolari (infarto ed ictus cerebrale) sono in assoluto la prima causa di mortalità nel nostro paese.

L'evento ha come obiettivo divulgare ai medici ed operatori sanitari il concetto che esiste una chiara correlazione tra l'alimentazione e l'evoluzione delle malattie cardiovascolari, come concordano e suggeriscono le principali linee guida internazionali per la prevenzione dalle Malattie Cardiovascolari

## Programma Scientifico

**Relatore: Dr. Davide Terranova**

15.30 Registrazione dei partecipanti

### 16.00/18.00 1° Sessione

**Introduzione, presentazione**

**La consapevolezza del problema**

**Il Cuore e l'alimentazione**

**Il Cuore e gli acidi grassi**

**Dai grassi alle cellule**

**L'aterosclerosi 4.0**

L'infiammazione delle arterie: la disfunzione endoteliale.

L'elevato numero delle molecole LDL

**L'alimentazione preventiva.**

La Top Ten delle diete per la prevenzione delle malattie cardiovascolari

**Nutri il tuo cuore**

I cereali del Cuore

I legumi del Cuore

La verdura e la frutta del Cuore

La frutta secca e semi oleosi

L'olio extravergine d'oliva ed il Cuore

La carne ed il cuore

Il pesce ed il cuore

I prodotti lattiero-caseari ed il cuore

Le uova ed il cuore

Il vino ed il cuore

Il caffè ed il cuore

Il sale da cucina ed il cuore

**Gli antiossidante del Cuore**

La vitamina C ed il Cuore

La vitamina E ed il Cuore

La vitamina A ed i carotenoidi

Il Tè verde, il cioccolato fondente

**L'alimentazione dopo un infarto cardiaco o ictus cerebrale.**

Cosa dicono le attuali Linee Guida

La regressione della aterosclerosi è possibile?

18.00 Coffe break

### 18.30/20.00 II° Sessione

**L'integrazione per il Cuore**

La carnitina ed il Cuore

Gli omega-3 ed il Cuore

La vitamina D ed il Cuore

Il Coenzima Q10 ed Il Cuore

La Taurina ed il Cuore

La Tiamina (Vit.B1) ed il Cuore

Il Pycnogenolo ed il Cuore

La curcuma ed il Cuore

**La verifica dello stato di nutrizione e di salute del Cuore**

Esami per la valutazione delle LDL

Il rapporto ApoB/ApoA

ox LDL

Esami per la valutazione della disfunzione endoteliale

ADMA

V-CAM, I-CAM, E-SELECTINE

Endotelina

Omocisteina

Malonilaldeide

Esami per la valutazione dello stress ossidativo

d-ROMS

BAP TEST

**Conclusioni**

20.00/20.15 Verifica ECM

CARDIOCHEF NUTRI IL TUO CUORE

