

# **CONCORSO “ADERIRE PER VINCERE”**

**Periodo di svolgimento:** 1° aprile 2024 – 30 novembre 2025

## **Premessa**

L’associazione “**Gruppo Cuore Nuovo**”, Organizzazione di Volontariato (O.D.V.), ha come finalità la **prevenzione e la cura delle malattie cardiovascolari**, promuovendo la sensibilizzazione della popolazione attraverso **iniziativa di informazione, educazione sanitaria e riabilitazione a lungo termine**.

Particolare attenzione è rivolta a coloro che hanno già sperimentato un evento cardiaco acuto, ai quali vengono proposti percorsi di sostegno e reinserimento, volti a favorire la ripresa di uno stile di vita attivo e consapevole, nel segno della prevenzione secondaria e della socialità tra persone con esperienze simili.

---

## **L’iniziativa “Il cardiologo al tuo fianco”**

Tra le attività più significative del Gruppo Cuore Nuovo si distingue l’iniziativa mensile “**Il cardiologo al tuo fianco**”, un ciclo di incontri rivolti ai pazienti cardiopatici dimessi dall’ospedale e ai loro familiari che si sono tenuti mensilmente, l’ultimo mercoledì del mese, dal 24 aprile 2024 al 26 novembre 2025.

→ Ad ogni incontro hanno partecipato circa 30/40 persone (n. 20 incontri in totale).

→ Gli inviti sono stati diffusi tramite il gruppo Wapp che consta di circa 120 iscritti, e tramite e la pagina Facebook dell’Associazione Gruppo Cuore Nuovo, seguita da n. 317 membri, e della pagina Facebook della Fondazione Italiana per il Cuore, seguita da circa n. 2.100 followers

Durante tali incontri, i **medici cardiologi** forniscono informazioni e consigli su:

- corretti comportamenti di vita quotidiana
- alimentazione e dieta

- aderenza terapeutica e continuità delle cure
- gestione delle emergenze cardiovascolari

L'iniziativa rappresenta un chiaro esempio di **collaborazione tra personale sanitario e associazione di pazienti**, rispondendo pienamente ai criteri del concorso:

- la promozione è **co-organizzata da un'associazione di pazienti** e non solo dal personale medico;
- lo scopo è **educativo e motivazionale**, volto a favorire una maggiore consapevolezza e aderenza terapeutica, e non semplicemente informativo o clinico.

In sintesi, si tratta di un **momento di educazione sanitaria e di empowerment** condiviso tra specialisti e pazienti, centrato sul tema della **continuità delle cure e dell'aderenza terapeutica**.

---

## **Collaborazioni istituzionali**

Gli Enti pubblici ospedalieri di Milano che partecipano alla promozione del progetto sono:

- **Fondazione IRCCS Ca' Granda – Ospedale Maggiore Policlinico**, Divisione di Cardiologia diretta dal Prof. **Stefano Carugo**.
- **ASST Santi Paolo e Carlo**, Divisione di Cardiologia – Presidi Ospedalieri:
  - Ospedale San Paolo diretta dal Prof. **Marco Guazzi**.
  - Ospedale San Carlo, diretta dal Prof. **Stefano Lucrezotti**

---

## **Attività realizzate nel periodo dal 24/4/2024 al 26/11/2025.**

Nel corso del biennio, presso la sede del **Gruppo Cuore Nuovo O.D.V.** di Milano, si sono tenuti **incontri mensili** condotti dai cardiologi del Presidio Ospedaliero San Paolo, aperti a cittadini, pazienti e familiari.

A titolo esemplificativo, gli argomenti trattati nel 2025 sono stati:

- **Febbraio:** *L'ablazione come cura delle aritmie.*
  - **Marzo:** *Mi manca il fiato. Solo colpa delle sigarette? La dispnea e le sue cause.*
  - **Aprile:** *Ho un forte dolore al petto. Sarà un infarto? La gestione della cardiopatia ischemica acuta.*
  - **Maggio:** *Che sport posso fare alla mia età? Cuore e attività fisica.*
  - **Giugno:** *Aiuto! Devo chiamare il 112 o il 118? Gestione delle emergenze sanitarie.*
  - **Settembre:** *Il mio muscolo cardiaco si è infettato. Da chi e perché? Le miocarditi.*
  - **Ottobre:** *Si è riempito di liquido il sacco che avvolge il cuore. Da cosa dipende e come si può curare? Le pericarditi.*
  - **Novembre:** *Devo fare un test provocativo dopo l'infarto ma non riesco a pedalare: cosa mi consiglia lo specialista? Eco-stress e affini.*
- 

## **PREVENZIONE, PROMOZIONE DELLO STILE DI VITA SANO E ADERNZA ALLE TERAPIE.**

Durante tutte le manifestazioni pubbliche promosse dal Gruppo Cuore Nuovo ODV, in collaborazione con i cardiologi, vengono svolte attività di **prevenzione cardiovascolare** attraverso:

- esami del sangue specifici
- misurazione della pressione arteriosa
- consulenze dietologiche
- indicazioni personalizzate su stili di vita salutari
- indicazioni sull'importanza dell'aderenza alle terapie

L'obiettivo è **diffondere la cultura della prevenzione e dell'aderenza terapeutica**, rendendo il cittadino protagonista attivo della propria salute.

---

## **Comunicazione e messaggi chiave**

Ai pazienti cardiopatici viene costantemente ricordato che, **dopo un infarto, il cuore ha bisogno di cure costanti per tornare a battere forte.** **Sospendere le terapie può mettere a rischio la vita; seguirle con continuità significa mantenere il ritmo del cuore e della vita.**

Gli slogan diffusi nelle campagne informativo-educative dell'Associazione sono:

- “Il cuore si cura ogni giorno.”
  - “Non fermare le cure, mantieni il ritmo della vita.”
  - “Le tue cure sono la forza del tuo cuore.”
  - “Continua a prenderti cura di te: il cuore ti ringrazierà.”
  - “Le cure non si interrompono: sono la continuità della vita.”
- 

## **Finalità del progetto**

L'attività informativa e motivazionale post-ricovero del Gruppo Cuore Nuovo O.D.V. mira a:

- **rafforzare la consapevolezza** dei pazienti sulla necessità di non interrompere le terapie prescritte;
- **favorire la continuità delle cure** come atto di responsabilità e di amore verso sé stessi;
- **ridurre il rischio di recidive cardiache**, promuovendo stili di vita sani e aderenti alle indicazioni mediche.

In conclusione, il progetto – **attivo da oltre dieci anni e tuttora in corso** – rappresenta un modello consolidato di collaborazione tra **sanità pubblica e volontariato** per la **promozione dell'aderenza terapeutica e della salute cardiovascolare**.

IL PRESIDENTE

Luisa Cattaneo