

**DIVENTA UN EROE DEL CUORE**



**FAI LE PROMESSE AL TUO CUORE!**



**Intervista al Dr. Giuseppe Ciancamerla, cardiologo e Presidente di dell'associazione CONACUORE. CONACUORE rappresenta e sostiene i pazienti cardiopatici in Italia ed è stato nominato EROE DEL CUORE 2019.**

CONACUORE, Coordinamento nazionale delle associazioni di volontariato dei cardiopatici presenti in Italia, è nato nel 1997 per rendere omogenee e quindi più efficaci le innumerevoli iniziative di prevenzione primaria e secondaria, di aggiornamento di cardiologi e infermieri, di lotta alla morte improvvisa.

Per la prevenzione primaria le nostre associazioni sono presenti sul territorio con "giornate del cuore" dedicate principalmente a controlli della pressione e del colesterolo, a consigli dietetici e di stili di vita. A livello nazionale siamo partner del ministero della salute per iniziative di sensibilizzazione della popolazione.

Per la prevenzione secondaria le nostre associazioni organizzano corsi di ginnastica di mantenimento post-riabilitazione e attività sportive all'aperto. A livello nazionale collaboriamo con la Fondazione Italiana per il Cuore per progetti dedicati a migliorare l'aderenza alla terapia nei pazienti infartuati, in particolare per la cura delle dislipidemie.

Per l'aggiornamento di giovani cardiologi e infermieri che collaborano con le nostre associazioni organizziamo una raccolta fondi con le "noci del cuore", che ci permette di iscriverli ai principali congressi di cardiologia. Questo personale qualificato restituirà l'esperienza durante le iniziative delle singole associazioni rivolte alla popolazione.

Per la lotta alla morte improvvisa le nostre associazioni organizzano corsi di rianimazione per studenti e corsi di abilitazione all'uso dei defibrillatori, oltre che farne

dono e metterli a disposizione nel territorio di competenza. A livello nazionale abbiamo sostenuto l'approvazione della legge che regola l'utilizzo dei defibrillatori al di fuori degli ospedali e stiamo seguendo l'iter per renderli ancora più disponibili. Inoltre abbiamo realizzato una serie di video divulgativi sulle manovre di rianimazione, visibili sul sito [www.conacuore.it](http://www.conacuore.it), e una tabella con i modelli di defibrillatori approvati dall'FDA per una scelta appropriata e ragionata da parte di chiunque la consulti.

Per tutto questo e per quello che verrà i volontari delle nostre associazioni, che dedicano tempo e risorse a queste attività, sono da considerare i veri "eroi del cuore" ed io sono orgoglioso di esserne il presidente.

Parlando di miglioramento della salute del cuore, i cardiologi in effetti hanno abbattuto la mortalità ospedaliera per cardiopatia ischemica e l'industria farmaceutica ha realizzato farmaci sempre più incisivi sulle cardiopatie, che tuttavia rimangono ancora la principale causa di morte. I cardiologi dovrebbero adesso aumentare la possibilità di accesso ad una fase di riabilitazione ambulatoriale post-acuta per migliorare la prevenzione secondaria. I medici di famiglia dovrebbero sottoporre i propri assistiti a regolari controlli dei fattori di rischio. I politici dovrebbero permettere l'accesso per tutti alle migliori cure possibili ospedaliere e potenziare un'adeguata assistenza territoriale.

Personalmente ho lavorato in cardiologia e mi sono occupato di volontariato da oltre 30 anni, sono un ex fumatore da 35 anni, confesso un fattore di rischio rimediabile con la buona volontà (peso). Come presidente di Conacuore mi impegnerò perché questo coordinamento coinvolga sempre più associazioni, perché solo "uniti si vince".

In conclusione, è la prevenzione primaria la principale soluzione del problema, per non arrivare alla malattia. Quindi, la promessa che dobbiamo fare al nostro cuore, cercando di mantenerla, è che se la salute è un diritto garantito dalla costituzione, è un dovere di ognuno di noi eliminare i propri fattori di rischio e migliorare i propri stili di vita.

