****

**GIORNATE EUROPEE DELLO SCOMPENSO CARDIACO 2019:**

**A MAGGIO, ambulatori aperti ed eventi dedicati alla salute**

**del cuore su tutto il territorio nazionale**

*L’iniziativa vede protagonisti 70 Centri di Cardiologia italiani in cui specialisti e personale infermieristico saranno a disposizione per informare e sensibilizzare i cittadini su una patologia cardiaca ancora oggi poco conosciuta e sotto diagnosticata che, però, solo in Italia interessa 1 milione*

*di persone ed è causa di 165.000 ospedalizzazioni ogni anno, 500 ogni giorno.*

**Milano, 9 maggio 2019** – Scompenso Cardiaco questo sconosciuto. Nonostante i numeri di questa patologia, definita dagli esperti la vera epidemia del nostro secolo in quanto più comune di molti tumori maligni e, spesso, caratterizzata da una prognosi peggiore, **lo scompenso cardiaco resta, tra le malattie cardiovascolari, quella meno nota e, per questo, ancora pericolosamente sottovalutata dalla popolazione**. Eppure, in Italia, è una condizione che **interessa 1 milione di persone**, è più frequente negli anziani, ma non risparmia i giovani ed **è causa di 500 ricoveri ospedalieri ogni giorno**, con numeri decisamente in crescita, tanto che gli esperti ne stimano – entro il 2030 – addirittura un raddoppio dei casi.

Informare, sensibilizzare sui sintomi e sui rischi ad essi correlati, ma anche prevenire in maniera efficace questa patologia, grazie soprattutto all’adozione di stili di vita sani, è l’obiettivo delle **GIORNATE EUROPEE DELLO SCOMPENSO CARDIACO**, iniziativa di sensibilizzazione promossa, nel mese di maggio, dalla **Società Europea di Cardiologia** (ESC) e che, nel nostro Paese, è sostenuta dall’**Associazione Nazionale Medici Cardiologi Ospedalieri** (ANMC0),dalla **Società Italiana di Cardiologia** (SIC) e dal **Gruppo italiano di Cardiologia Riabilitativa** (GICR), e realizzata con il supporto non condizionato di **Novartis**, **Vifor Pharma** e **Rete Farmacisti Preparatori**.

Per questa sesta edizione italiana, partono da Piacenza – capofila anche per il 2019 – una serie una serie di iniziative dedicate alla corretta informazione e prevenzione dello scompenso cardiaco che, su tutto il territorio nazionale, vedranno coinvolti, per tutto il mese di maggio, **70 Centri di riferimento** per il trattamento di questa patologia. Da Alessandria a Mazzara del Vallo, da Roma a Napoli, Milano e Catania sono previste cardiologie aperte, iniziative di piazza, incontri pubblici anche con counselling infermieristico per dare alla popolazione generale, ma anche a pazienti e care-giver, tutte le informazioni utili per conoscere e non sottovalutare lo scompenso cardiaco che resta la principale causa di morte e di ricovero in ospedale dopo il parto. Con un focus particolare anche sulla corretta prevenzione e, quindi, sull’adozione di abitudini di vita sane che permettano di prevenire i **fattori di rischio cardiovascolare**, quali **sovrappeso**, **diabete**, **ipertensione** e **colesterolo alto**.

«*La prevenzione è l’arma più efficace per eludere l’80% di tutte le patologie cardiovascolari –* dichiara il **Dott. Massimo Piepoli**, **Membro del Board di Heart Failure Association (HFA) della Società Europea di Cardiologia (ESC)** – *a cominciare dallo scompenso o insufficienza cardiaca, condizione caratterizzata dalla ridotta capacità del cuore di pompare la quantità di sangue adeguata ad ossigenare gli organi e permetterne il corretto funzionamento. Inoltre, stili di vita sani e attivi sono raccomandati anche ai pazienti che hanno già avuto una diagnosi di scompenso, basti pensare all’importanza di un’attività fisica moderata ma costante e alla dieta iposodica. Oltre alla prevenzione, anche la diagnosi tempestiva della patologia, attraverso l’individuazione precoce dei fattori di rischio, quali come la malattia coronarica (infarto del miocardio), l’ipertensione arteriosa, ma anche diabete e iperattività della ghiandola tiroidea, oppure abitudini nocive come l’abuso di alcol e fumo, permette di rallentare il decorso della patologia. Inoltre, grazie all’innovazione, noi specialisti oggi possiamo disporre di nuove terapie farmacologiche in grado di migliorare la sopravvivenza dei nostri pazienti. Rendendo lo scompenso non più solo una patologia dalla pessima prognosi, ma una condizione che – se precocemente diagnosticata e opportunamente trattata – può consentire di ritrovare una qualità di vita soddisfacente».*

**Riconoscere tempestivamente lo scompenso cardiaco è, quindi, un primo passo importante**, ma la patologia deve essere, poi, gestita correttamente da pazienti, care-giver e clinici: «*lo scompenso cardiaco è un importante problema di salute pubblica* – sottolinea il **Dottor Luca Baldino, direttore generale Ausl Piacenza**, **da sempre capofila italiana delle Giornate Europee dello Scompenso Cardiaco** in Italia – *e lo diventerà sempre più per l’invecchiamento della popolazione e il progresso del trattamento delle malattie cardiovascolari (coronaropatie e valvulopatie). Proprio perché è una patologia a elevata morbilità e mortalità, essa genera una spesa totale di circa 3 miliardi €/anno. Basti pensare che la durata media di un ricovero per scompenso cardiaco è di 10 giorni, per un totale di 1.650.000 giornate ogni anno. L’ospedalizzazione dei pazienti ‘acuti’ assorbe, inoltre, circa il 70% dei costi globalmente sostenuti per questa malattia che, ad oggi, interessa l’1,7% della popolazione italiana. Per questo è fondamentale continuare a investire nella corretta informazione e sensibilizzazione della popolazione, ai fini, non solo della corretta prevenzione dello scompenso cardiaco, rendendoli anche consapevoli dei sintomi precoci, dell’importanza dei fattori predisponenti e della gravità della malattia».*

Nella gestione quotidiana del paziente scompensato **è fondamentale**, oltre a quello dei clinici, **il ruolo del care-giver**. La collaborazione del partner, dei figli o di chi assiste il paziente (come una badante) è importante per gestire i cambiamenti e per **non sottovalutare ‘campanelli d’allarme’** come un improvviso aumento ponderale che potrebbe essere spia di un pericoloso accumulo di liquidi. Per questo, condividere semplici attività, come fare una breve passeggiata ogni giorno, dosare il sale e controllare il peso regolarmente, possono aiutare nella gestione quotidiana della malattia, sempre sotto controllo medico.

**lo scompenso cardiaco: cos’è e come si manifesta**

Lo scompenso cardiaco è una patologia fortemente invalidante la cui **incidenza è in forte ascesa** soprattutto a causa del deterioramento dello stile di vita, oltre che all’invecchiamento della popolazione generale e all’aumento del tasso di sopravvivenza dopo un infarto – ricorda il **Dott. Stefano Urbinati, Presidente Federazione Italiana di Cardiologia**. Con lo scompenso cardiaco il cuore, indebolito e troppo rigido, non riesce a pompare sangue nella quantità adeguata a soddisfare i fabbisogni dell’organismo. Ne consegue il danneggiamento dei principali organi, tanto che oggi la **metà dei pazienti con scompenso cardiaco muore entro 5 anni dalla diagnosi**.

Si tratta di una patologia subdola e insidiosa che **progredisce nel tempo**, spesso senza presentare eventi acuti e sintomi evidenti, che rischiano di non essere riconosciuti o sottovalutati. **Tra i primi campanelli d’allarme si può avvertire un senso di stanchezza e debolezza, unito a difficoltà di respiro e mancanza di fiato, anche dopo un leggero sforzo fisico.** Nelle sue fasi più avanzate, questo affaticamento e difficoltà di respirazione si possono accusare anche con semplici attività, come vestirsi o camminare in casa, fino a disturbare il riposo notturno, per cui il paziente sente la necessità di alzarsi dal letto per cercare di respirare meglio.

«*ANMCO ha sempre lavorato molto per migliorare le conoscenze su questa malattia* – sottolinea il **Dott. Massimo Iacoviello, Area Scompenso dell’Associazione Nazionale Medici Cardiologi Ospedalieri** - *soprattutto attraverso l’implementazione di registri a livello nazionale che hanno permesso di conoscere come gli ospedali italiani curano lo scompenso cardiaco e come sono acquisite tutte le nuove terapie e indagini diagnostiche».*

«*SIC aderisce da anni alla campagna con molti suoi centri* – **aggiunge Savina Nodari, Gruppo di studio Insufficienza Cardiaca della Società Italiana di Cardiologia** – *promuovendo eventi di sensibilizzazione che hanno l’obiettivo di favorire una maggiore consapevolezza sullo scompenso cardiaco, informando sui possibili sintomi, l’importanza di una diagnosi precoce e di un trattamento adeguato, ma soprattutto sul controllo dei fattori di rischio attraverso un corretto stile di vita. In particolare, continuiamo a lavorare per sensibilizzare anche bambini e ragazzi in età scolastica, perché possano sviluppare fin dall’infanzia una cultura della prevenzione. Vogliamo poi rivolgere un invito anche alla popolazione femminile: non sempre le donne sono consapevoli di essere a rischio di malattie cardiovascolari quanto gli uomini, soprattutto dopo la menopausa, per questo non devono trascurare prevenzione e diagnosi corrette».*

«*La Cardiologia riabilitativa e preventiva, la cui efficacia nella cura dell’insufficienza cardiaca è dimostrata* – conclude il **Dott. Roberto Pedretti, presidente GICR** – *si deve porre come una delle naturali aree di intervento nella gestione del paziente scompensato attraverso tutti i setting clinici che le appartengono*».