

Associazioni: Sweet Heart – Dolce Cuore O.d.V. – Trieste

Il nostro motto: “Meglio prevenire che curare”

Intervista a Domenico Bonifacio, Presidente dell'Associazione Sweet Heart – Dolce Cuore O.d.V. – Trieste



Domenico Bonifacio
foto fornita da Domiziana Avanzini

1) Ci parli dell'Associazione, quando è nata e con quali finalità?

L'Associazione Sweet Heart – Dolce Cuore O.d.V. è stata costituita il 4 marzo 1978 presso la sede del “Centro per la riabilitazione funzionale” dell'allora Ospedale Maddalena di Trieste, come primo Circolo Cardiopatici d'Italia, per volontà di un gruppo di medici e persone che avevano provato le conseguenze della malattia cardiaca.

Oggi, a distanza di 46 anni, l'Associazione continua ad operare sul territorio cittadino e provinciale promuovendo la conoscenza e la divulgazione delle metodologie per la prevenzione delle malattie cardiovascolari e sostenendo psicologicamente tramite l'azione di volontari coloro che, una volta usciti dalle strutture cardiologiche ospedaliere, si trovano a dover riaffrontare le problematiche della vita.

Tra le finalità dell'Associazione vi sono:

1. riunire i cardiopatici della Provincia di Trieste per mettere a disposizione degli organi sanitari la loro esperienza personale, in un quadro organico e razionale, quale strumento di lotta contro le malattie cardiovascolari;
2. promuovere, in collaborazione con le strutture delle Aziende Sanitarie specializzate nella lotta contro le malattie cardiovascolari,

tutte quelle iniziative atte ad assicurare e diffondere la prevenzione e riabilitazione del cardiopatico;

3. contribuire con ogni possibile mezzo a sensibilizzare tutta la popolazione cittadina a considerare le cardiopatie come “malattia sociale”;
4. promuovere ed organizzare per i propri soci attività di tipo assistenziale, ricreativo e culturale;
5. istituire premi “di riconoscimento” nei confronti di persone, Enti o Associazioni che si siano distinti in attività di collaborazione nei confronti dell'Associazione;
6. promuovere, organizzare e gestire con i propri soci e simpatizzanti attività di tipo ginnico sportivo nell'ambito dei metodi di riabilitazione indicati dagli organi sanitari.

2) Quali sono le principali attività che svolgete?

Premesso che, le malattie cardiovascolari rappresentano la prima causa di morte, appare evidente che la patologia costituisce una delle malattie a più ampia diffusione, con un forte ed indiscusso impatto sociale.

Se da un lato, secondo gli ultimi dati, sembrerebbe che la situazione di mortalità stia migliorando, aumentano tuttavia i soggetti con complicazioni che necessitano di continui controlli, cure e trattamenti ma, soprattutto, come indicato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, con la necessità di una costante azione d'educazione motoria, per tutto il rimanente periodo di vita del cardiopatico.

La nostra O.d.V. si occupa del reinserimento di tali soggetti nella vita sociale. Prioritario, quindi, è l'impegno all'educazione motoria. A tale scopo:

1. organizziamo corsi di ginnastica riabilitativa (tre giorni alla settimana) guidati da personale specializzato che conosce bene le esigenze ed i limiti dei cardiopatici;
2. partecipiamo a tutte le manifestazioni motorie non competitive, passeggiate collettive in Carso;
3. effettuiamo il costante controllo, offerto anche a non associati, della

pressione su base settimanale e dei valori ematici (colesterolo, trigliceridi, glicemia) su base mensile;

4. organizziamo incontri conviviali: alcuni storici come quelli di fine corso ginnico (ma se ne fanno anche altre durante l'anno), l'Ottobrata, la Festa sotto l'albero (di Natale); altri nati più recentemente quale la stagionale Castagnata;
5. promuoviamo la divulgazione della problematica cardiaca a mezzo del nostro bollettino informativo (“l'Informatore”), conferenze ed incontri.

3) Quale è l'età media delle persone che si rivolgono a voi e che seguite? In prevalenza ci sono più uomini o donne?

L'età delle persone che si rivolgono a noi possono variare dai 50 anni ad oltre gli 80 anni, i primi perché interessati da patologie cardiache precoci, gli ultimi perché nostri assidui frequentatori nel corso del tempo.

La fascia più consistente di iscritti ai corsi di ginnastica è compresa fra i 60 e 70 anni, fra i quali ci sono molte coppie sposate, mentre la complessiva presenza femminile si aggira intorno al 30/35% del totale.

4) Quali sono i fattori di rischio che possono portare ad avere patologie cardiache?

I principali fattori di rischio, oltre le sempre possibili e magari sconosciute anomalie congenite che ognuno di noi potrebbe avere, sono l'inattività fisica, la sedentarietà, l'obesità, il fumo, l'errata alimentazione, il diabete, l'alta pressione, lo stress, gli elevati valori di colesterolo e dei trigliceridi.

5) Quale è la ricorrenza più significativa che avete festeggiato?

La celebrazione del 40° Anniversario della nostra Associazione il 17 aprile 2018 presso la Sala Generali del MIB al Ferdinando di Trieste alla presenza del prof. Fulvio Camerini, decano della Cardiologia triestina, del prof. Gianfranco Sinagra responsabile del Polo Cardiologico di Cattinara, del prof. Andrea di Lenarda responsabile del

Centro Cardiovascolare del Maggiore e del prof. Sabino Scardi.

In occasione dell'evento la dott.ssa Sara Doimo è stata premiata con una borsa di studio per onorare la memoria del nostro socio fondatore Pierpaolo Gori. Il premio è stato ricevuto dalle mani dei suoi familiari.

6) Come vede il futuro dell'Associazione?

Lo vedo molto positivo, anche perché il numero degli iscritti ai nostri corsi di ginnastica continua, seppur lentamente, ad aumentare raggiungendo così il numero totale precedente al periodo pandemico.

Segnalo, inoltre, la fattiva collaborazione con il Polo Cardiologico dell'Ospedale di Cattinara retto dal prof. Gianfranco Sinagra e l'Area Cardiologica - Riabilitazione del Cardiopatico dell'Ospedale Maggiore retta dalla dott.ssa Antonella Cherubini che invitano i loro pazienti, una volta dimessi, a mettersi in contatto con la nostra associazione.

Riscontro, inoltre, un'alta partecipazione alle nostre iniziative culturali che ci ha permesso di programmare recentemente due visite guidate, per complessive 40 persone, alla mostra su Antonio Ligabue, una visita guidata di 25 persone alla mostra Gli Istri in Istria e ben tre visite guidate, per complessive 60 persone, alla mostra su Vincent Van Gogh.

Molto partecipate sono anche le iniziative conviviali come la Festa di fine corsi a maggio, l'Ottobrata alla ripresa dei corsi di ginnastica, la Castagnata per San Martino e la Festa di Natale anche quest'anno svoltasi al Savoia Excelsior con circa 130 persone presenti fra soci, familiari ed invitati.

Ci trovate in:

via M. D'Azeglio 21/c – Trieste

Tel. 040-7606490

www.dolcecuoretrieste.it

Domiziana Avanzini