



CARDIOLOGIA PREVENTIVA E RIABILITATIVA



La Cardiologia riabilitativa ha come obiettivo quello di favorire **nel paziente cardiopatico la piena ripresa dell'attività fisica e lavorativa**, migliorare la qualità della vita ed incidere favorevolmente sul successivo decorso clinico riducendo la probabilità di nuovi eventi (prevenzione secondaria della malattia cardiovascolare).

E' un processo multifattoriale, attivo e dinamico che ha il fine di favorire la stabilità clinica, ridurre le disabilità conseguenti alla malattia e supportare al mantenimento e alla ripresa di un ruolo attivo nella società con l'obiettivo di ridurre il rischio di successivi eventi cardiovascolari, di migliorare la qualità della vita e di incidere complessivamente in modo positivo sulla sopravvivenza

(definizione dell' Organizzazione Mondiale della Sanità).

All' Ospedale Niguarda il percorso cardiologico riabilitativo viene svolto in regime **ambulatoriale MAC** (Macroattività Ambulatoriale Complessa) con un impegno giornaliero di circa 2-3 ore nella mattina.

La durata complessiva del percorso è di circa **4-5 settimane**, al termine del quale viene rilasciata una relazione clinica contenente anche indicazioni sul programma di attività fisica e follow-up successivi.

L'obiettivo generale dell'intervento riabilitativo è indirizzare e motivare il paziente ad un **modificato e più favorevole stile di vita**.

Questo si ottiene attraverso:

- l'acquisizione di corrette informazioni sulla malattia cardiovascolare nelle sue principali manifestazioni cliniche, con particolare attenzione al ruolo dei cosiddetti fattori di rischio cardiovascolare ed ai possibili interventi correttivi
- una regolare ed adeguata attività fisica e motoria
- una più corretta pratica alimentare
- un atteggiamento più consapevole e positivo rispetto ai problemi cardiovascolari ed una migliore gestione dello stress..

CARDIOLOGIA 4

Prenotazioni

Numero Verde di
Prenotazione Regionale

☎ 800.638.638

🕒 lun-sab: 8.00-20.00

Sportello Prenotazione di
Niguarda

Area Sud, Blocco Sud

🕒 lun-ven: 8.00-19.30
sab: 8.00-13.00

Area Privata

☎ 02 6444.2409

🕒 lun-ven: 8.30-19.30
sab: 8.30-13.00

Segreteria 02 64447791

cardio4@ospedaleniguarda.it



Il percorso riabilitativo si avvale di diverse figure professionali che operano in sinergia: **Cardiologo (coordinatore), Infermiere, Fisioterapista, Dietologo, Dietista, Psicologo.**

Il percorso prevede :

- Colloquio e valutazione iniziale con inquadramento clinico, definizione del quadro morfo-funzionale e stratificazione del rischio cardiovascolare
- Ottimizzazione della terapia farmacologica
- Assistenza e monitoraggio clinico con counselling medico ed infermieristico sulla malattia cardiovascolare
- Valutazione con esami strumentali diagnostici e funzionali
- Impostazione di un programma personalizzato di training fisico costituito da sedute di allenamento alla cyclette e di esercizi a corpo libero in palestra
- Valutazione dietologica
- Colloquio psicologico individuale e counselling psicologico di gruppo volti a supportare la motivazione al cambiamento dello stile ed igiene di vita e l'aderenza al programma di attività motoria
- Riunioni interattive di educazione sanitaria ed alimentare
- Consegna di materiale illustrativo a scopo educativo ed una brochure relativa agli esercizi fisici da mantenere dopo la dimissione.

È stato inoltre attivato un programma cardioreabilitativo dedicato alla prevenzione **primaria** delle malattie cardio-vascolari, dedicato a pazienti con rischio clinico particolarmente elevato, così come previsto dalle regole regionali. Lo scopo è quello di prevenire la manifestazione di malattia aterosclerotica controllando favorevolmente i fattori di rischio e modificando lo stile di vita, in particolare mediante l'avvio di un programma personalizzato di attività fisica da mantenere poi nel tempo.

CARDIOLOGIA 4

Prenotazioni

Numero Verde di
Prenotazione Regionale

☎ 800.638.638

🕒 lun-sab: 8.00-20.00

Sportello Prenotazione di Niguarda

Area Sud, Blocco Sud

🕒 lun-ven: 8.00-19.30
sab: 8.00-13.00

Area Privata

☎ 02 6444.2409

🕒 lun-ven: 8.30-19.30
sab: 8.30-13.00

Segreteria 02 64447791

cardio4@ospedaleniguarda.it

IL CUORE

OPUSCOLO INFORMATIVO PER I PAZIENTI ED I FAMILIARI



CARDIOLOGIA RIABILITATIVA

A.O. Ospedale Niguarda Ca' Granda Milano

