

21 volte donna

- 21 giorni, 21 città, 21 chilometri a tappa per la difesa (del cuore) delle donne -

Milano, marzo 2013 - Percorrere l'Italia di corsa in 21 giorni, dal Trentino-Alto Adige alla Sicilia, per dimostrare alle donne che con la loro forza possono arrivare lontano. E' il progetto di Ivana Di Martino, 42 anni, che il 7 Aprile partirà da Milano per attraversare la Penisola in 21 tappe di 21 Kilometri ciascuna. Accanto a lei in quest'avventura ci saranno il Centro Cardiologico Monzino di Milano e la Fondazione Italiana per il Cuore.

Ivana corre dall'età di 11 anni, non ha mai smesso nonostante il passare degli anni, il lavoro, tre figli da crescere, una casa da gestire, e neppure dopo due piccoli interventi al cuore. Il Centro Cardiologico Monzino, l'istituto dove è stata curata, la accompagnerà in ogni momento: un'equipe di medici, in tempo reale da Milano, terrà sotto controllo le sue condizioni di salute attraverso i più moderni strumenti di Telemedicina. "Negli ultimi tre anni al Monzino si sono presi cura di me: avevo due problemi cardiaci e mi sono rivolta a loro, trovando grandi professionisti ad ascoltarmi. Per questo, quando ho deciso di lanciarmi in questa avventura, ho chiesto se volevano aiutarmi e con grande entusiasmo i medici del Monzino hanno deciso di seguirmi. Hanno svolto approfonditi controlli per verificare il mio stato di salute prima che l'avventura avesse inizio, e durante i giorni del mio viaggio correrò con un apparecchio che si chiama V-Patch che permetterà loro di monitorare le mie condizioni fisiche a distanza, tappa per tappa", spiega Ivana.

"Storicamente, soprattutto in Italia, le malattie cardiovascolari sono considerate un problema maschile, ma i dati ci dicono che non è affatto così. Fino alla menopausa le donne sono aiutate dalla protezione ormonale, ma dopo, passato un periodo di esposizione che si aggira intorno ai 10-15 anni, vengono colpite addirittura più degli uomini da eventi cardiovascolari. Bisogna invertire questa tendenza e, almeno in parte, lo si può fare mantenendo uno stile di vita sano, vale a dire non fumare, alimentarsi correttamente e fare attività fisica", commenta la Prof.ssa Elena Tremoli, Direttore Scientifico del Centro Cardiologico Monzino e Presidente della Fondazione Italiana per il Cuore che dal 1990 si impegna nella lotta e prevenzione delle malattie cardiovascolari, prima causa di morte in Italia e nel Mondo.

Come confermano i medici del Monzino, in seguito a un intervento cardiaco è possibile continuare a praticare sport, basta fare i dovuti controlli; Ivana ne è la prova: "Credo che noi donne abbiamo un'energia, una forza e una determinazione straordinaria: se lo vogliamo, possiamo essere imbattibili. Con questo progetto vorrei dire a tutte che se ci hanno rubato i nostri sogni, o se li abbiamo semplicemente dimenticati, se siamo in difficoltà, si può sempre correre verso nuovi obiettivi."

L'iniziativa nasce dopo un periodo difficile sul lavoro, nelle risorse umane: "L'ambiente non mi piaceva e quella professione non faceva per me, così decisi di tornare a fare quello che amavo veramente: assistere alla comunicazione una ragazza non udente, come già facevo in passato. Un giorno, poco tempo dopo la mia decisione, ero in montagna con in braccio mia figlia più piccola e mentre la guardavo dormire ho pensato che dovevo trovare il modo di dire alle donne che non

devono rinunciare a realizzare i propri sogni. La corsa, fatta di fatica, impegno, sacrificio, ma anche di libertà, esprime perfettamente tutto questo.”

Il “Viaggio” partirà da Milano, dove Ivana vive, in concomitanza dell’annuale City Marathon cittadina e attraverserà tutti i capoluoghi delle regioni italiane con tre varianti: in Emilia-Romagna farà tappa a Medolla, epicentro del terremoto che ha sconvolto l’Emilia, in Puglia a Brindisi, per ricordare la tragedia all’Istituto “Morvillo Falcone” in cui perse la vita una ragazza, e in Liguria percorrerà le Cinque terre, devastate dall’alluvione nell’ottobre 2011. L’avventura si concluderà il 27 Aprile: “In ogni tappa mi piacerebbe trovare un piccolo gruppo di donne pronte a correre con me”, racconta Ivana che ogni giorno, dopo la corsa, allestirà un gazebo per distribuire informazioni sull’associazione “*Doppia difesa*”, fondata da Michelle Hunziker e Giulia Bongiorno, con l’obiettivo di aiutare chi ha subito, sul lavoro o fra le mura domestiche, discriminazioni, violenze e abusi ma non ha la possibilità, la forza o gli strumenti per intraprendere un percorso di denuncia.

Per informazioni - Ufficio stampa Centro Cardiologico Monzino
02 89075019 – 335 6150331
donata.francese@dfpress.it
francesca.massimino@dfpress.it