

## Un nuovo modello per la Prevenzione cardiovascolare: il Monzino parte da Ponte Lambro

«**M**eno pazienti, più prevenzione. Solo la prevenzione può far diminuire i malati e quindi i costi della sanità sia pubblica che privata, aumentare il benessere della popolazione e consentire l'incremento del budget di spesa per l'innovazione tecnologica». Queste sono le parole dette a Quattro lo scorso ottobre dal dottor Pablo Werba, responsabile dell'Unità Prevenzione Aterosclerosi del Centro Cardiologico Monzino. Tali parole si sono concretizzate in **ProSALUTE**, un Programma innovativo di Prevenzione Cardiovascolare che prenderà il via nel corso delle prossime settimane nel quartiere di Ponte Lambro. **ProSALUTE** è ideato e organizzato dalla Direzione Scientifica del Centro Cardiologico Monzino, e ha il patrocinio del Consiglio di Zona 4 del Comune di Milano.

Abbiamo chiesto al dottor Werba alcune informazioni più dettagliate sull'iniziativa.

### A che cosa serve ProSALUTE?

«L'obiettivo di ProSALUTE è coinvolgere gli abitanti di Ponte Lambro in azioni individuali e in attività pubbliche volte al miglioramento della salute cardiovascolare. Per quanto riguarda le prime, ProSALUTE convoca gradualmente i cittadini del quartiere per partecipare ad un incontro con il suo team presso il **Monzino 2**, nuova sede del Centro Cardiologico Monzino in via Serrati Menotti 12. L'incontro è mirato a conoscere lo stile e le condizioni di vita della persona (alimentazione, stress, tipo di lavoro, attività fisica, fumo), rilevare attraverso un prelievo di sangue e opportune misurazioni (pressione arteriosa, battiti cardiaci, peso, altezza, circonferenza addominale) eventuali condizioni fisiche di rischio cardiovascolare (colesterolo alto, obesità, ipertensione, diabete) e a pianificare, insieme al partecipante, un percorso personalizzato ("su misura") di prevenzione cardiovascolare».

**Tra i circa 4000 residenti a Ponte Lambro, chi inviterete**

**per primi e come lo farete?**  
«Nei prossimi mesi contatteremo 600 residenti di età adulta facendo pervenire direttamente alle loro case delle lettere nominali, scritte sia in Italiano che in altre lingue, tenendo conto dell'alto numero di immigrati che abitano a Ponte Lambro, nelle quali verrà chiaramente indicato come prenotarsi per l'incontro».

### Che cosa significa creare un percorso "su misura" per ogni cittadino?

«Vuol dire che in funzione dei riscontri individuali si offriranno semplici consigli per il mantenimento di una buona salute e/o la possibilità di consultare e trovare il supporto da uno o più degli specialisti del team ProSALUTE (nutrizionista, medico, psicologo, in-

sura» condotte da un team dedicato di esperti in prevenzione porteranno ad un risparmio in termini di malati, di vite e anche di denaro pubblico».

**È noto che per prevenire problemi al cuore è fondamentale un sano stile di vita. Come intendete incoraggiare nei cittadini l'adozione e il mantenimento dei vostri buoni consigli, visto quanto sia facile dimenticarli un volta usciti dalla visita col medico?**

«ProSALUTE introduce una novità nel campo della Salute Pubblica, poiché crea uno stretto legame (in pratica una rete) tra l'ospedale e le molteplici risorse fisiche e professionali esistenti nel territorio che possono aiutare il cittadino ad adottare e mante-



fermiere specializzato, esperto anti-fumo)».

### Quanto costerà al cittadino fare questi esami e ricevere l'appoggio professionale?

«Nulla. Il Programma nasce come progetto di ricerca e, come regola, i partecipanti alle ricerche non devono pagare niente. Invece, sarà importante per noi, come ricercatori, calcolare i costi finali del Programma, ma anche valutare l'adesione dei cittadini e l'efficacia del programma, per capire quale sia la trasferibilità di questo nuovo modello gestionale di prevenzione cardiovascolare ad altri contesti sociali e geografici dell'Italia e forse anche all'estero. Siamo fiduciosi di poter dimostrare ai cosiddetti *policy-makers* (gli amministratori della spesa sanitaria), che azioni "su mi-

nere buone abitudini di vita (ad es. corsi, palestre, supporti, ecc...). In termini pratici, stabiliamo accordi con queste risorse e favoriamo l'accesso ad esse da parte dei cittadini. Infine, collaboriamo con altre Istituzioni e soggetti locali nello sviluppo di nuove azioni pubbliche (gruppi di cammino o di sport, maratone, incontri di cucina sana, ecc...), finalizzate a influenzare positivamente la norma sociale, cioè, lo stile di vita seguito dalla maggioranza della popolazione. Il fine ultimo di ProSALUTE è costruire una visione e un sentimento condivisi fra le Istituzioni e i cittadini: *il Benessere e la Salute sono beni preziosi che si trovano dentro di noi ed in tutto quello che ogni giorno ci circonda*».

CLS

