

Comunicato stampa

SPORT, CALDO E SALUTE DEL CUORE IRC: PIU' FORMAZIONE SUL PRIMO SOCCORSO E DEFIBRILLATORI NEI CENTRI SPORTIVI

Oltre 20 milioni di persone in Italia praticano sport in piscine, palestre, campi di calcio e tennis. Per la salute del cuore sono fondamentali la prevenzione e la visita d'idoneità sportiva

“È essenziale favorire la formazione sul primo soccorso e la diffusione dei defibrillatori negli impianti sportivi come prevede la nuova legge italiana” sottolinea IRC, Italian Resuscitation Council, società scientifica che riunisce medici, infermieri e operatori esperti in rianimazione cardiopolmonare

Bologna, 6 luglio 2022 – In Italia le persone che praticano sport in modo continuativo o saltuario sono oltre **20 milioni** e oltre **190.000** gli impianti sportivi, tra piscine, palestre, campi di calcetto, tennis ecc. Per chi fa sport, il caldo intenso di queste settimane rappresenta un elemento di rischio perché può scatenare problemi cardiovascolari in grado di causare improvvisamente un arresto cardiaco, uno dei 60.000 che ogni anno si verificano in Italia. La legge italiana entrata in vigore nel 2021 ha introdotto elementi a sostegno del primo soccorso, come **l'insegnamento a scuola** delle manovre di rianimazione cardiopolmonare e **l'obbligo di installare i DAE (Defibrillatori Automatici Esterni) in centri sportivi, palestre e piscine** gestiti dalle oltre 120.000 società e associazioni sportive professionistiche e dilettantistiche italiane.*

*“E' fondamentale che tutte le persone che praticano sport, anche se a livello amatoriale, in modo saltuario e al di fuori di circoli e associazioni sportive, si sottopongano a una visita di idoneità sportiva, per far emergere eventuali patologie cardiache che mettono a rischio la salute” osserva **Silvia Scelsi, presidente di Italian Resuscitation Council**, società scientifica senza scopo di lucro e accreditata al Ministero della Salute che riunisce medici, infermieri e operatori esperti in rianimazione cardiopolmonare.*

*“E' altrettanto importante che, per una rapida gestione delle emergenze, quante più persone possibile seguano un corso **BLSD (Basic Life Support Defibrillation)**, per apprendere le manovre di rianimazione cardiopolmonare e l'uso del defibrillatore, e che i centri sportivi siano dotati di un **Defibrillatore Automatico Esterno (DAE)**” conclude **Silvia Scelsi**.*

La legge italiana sul primo soccorso approvata ed entrata in vigore nel 2021 ha introdotto **l'obbligo per i centri sportivi, le palestre, le piscine** gestiti da società e associazioni sportive professionistiche e dilettantistiche, di **avere a disposizione i DAE (defibrillatori automatici esterni)**, durante gli allenamenti e le competizioni. Molti degli impianti sportivi italiani, frequentati da tutti (e non solo dagli sportivi professionisti), sono gestiti proprio dalle oltre **120.000** società e associazioni sportive professionistiche e dilettantistiche presenti **nel nostro Paese**. In queste strutture, pertanto, devono già essere presenti e messi a disposizione di tutti i DAE. La legge prevede inoltre che i DAE installati siano segnalati e registrati alla centrale operativa del sistema di emergenza sanitaria 118.

La prevenzione. Sebbene non ci sia una dimostrata correlazione di causa-effetto tra caldo e problemi cardiovascolari, alcuni aspetti correlati alle alte temperature e allo svolgimento dell'attività sportiva, come la disidratazione, la **perdita di sali minerali**, insieme alla diminuzione della pressione arteriosa e al rischio di colpo di calore, possono rappresentare un potenziale rischio per il cuore.

La **corretta assunzione di liquidi** e la scelta di uscire e dedicarsi allo sport nelle ore più fresche del giorno restano consigli utili e di “buon senso”. Inoltre, quando l'organismo è sotto pressione per l'eccessiva fatica, il caldo manda dei segnali che è opportuno riconoscere. Capogiri, mal di pancia, nausea e crampi dicono che è necessario interrompere lo sforzo.

In generale lo strumento più importante per la prevenzione e la salute del cuore, insieme a un corretto stile di vita, è la **visita cardiologica di controllo che è raccomandata per tutti oltre i 40 anni** ed è da effettuare almeno una volta ogni 5 anni. In presenza di fattori di rischio come alti livelli di colesterolo, ipertensione, obesità, tabagismo, vita sedentaria e altri famigliari con disturbi cardiovascolari, è raccomandato eseguire la visita con maggiore frequenza.

Per chi pratica sport, anche a livello amatoriale e sporadico, **la visita di idoneità non agonistica** è preziosa in quanto fa emergere eventuali patologie cardiache che, anche in assenza di sintomi pregressi, possono causare problemi cardiovascolari.

Ogni anno in Europa si verificano circa **400.000 arresti cardiaci (60.000 in Italia)** e si stima che solo nel 58% dei casi chi assiste intervenga con le manovre salvavita (massaggio cardiaco, ventilazioni) e nel 28% dei casi con il defibrillatore. Per migliorare le probabilità di sopravvivenza, è essenziale che chi assiste a un arresto cardiaco, lo sappia riconoscere, chiami il **numero unico di emergenza 112** e, guidato dagli operatori della centrale operativa, inizi le manovre di rianimazione cardiopolmonare, come il massaggio cardiaco e, se disponibile, utilizzi un DAE per procedere con la defibrillazione il prima possibile, in attesa dell'arrivo dei soccorsi. Tutte queste operazioni sono oggetto di specifici corsi che hanno l'obiettivo di insegnare ai comuni cittadini le semplici, ma decisive e vitali operazioni di primo soccorso.

IRC (Italian Resuscitation Council) – Gruppo italiano per la Rianimazione Cardiopolmonare, nasce nell'ottobre del 1994 con lo scopo primario di diffondere la cultura e l'organizzazione della rianimazione cardiopolmonare in Italia. L'Associazione coinvolge medici di diverse discipline e infermieri attivamente impegnati nel settore della rianimazione cardiopolmonare intra ed extra ospedaliera. L'attività di IRC si integra con quella di analoghe associazioni italiane e straniere e in modo particolare con quella di European Resuscitation Council. Italian Resuscitation Council, in media organizza ogni anno 10.000 corsi BLS (Basic Life Support/Defibrillation) formando oltre 120.000 persone. Dal 2019 fa parte dell'elenco delle società scientifiche accreditate presso il Ministero della Salute. www.ircouncil.it

***Fonti**

- “Fattori di rischio per la salute: fumo, obesità, alcol e sedentarietà – ISTAT – anno 2021”
- “Quale futuro per lo sport?” Deloitte – dicembre 2020
- “Survival after out-of-hospital cardiac arrest in Europe - Results of the EuReCa TWO study”
- “I numeri dello sport 2019” – CONI

Relazioni con i media

SEC Newgate – via Ferrante Aporti, 8, Milano

Laura Arghittu – 335 485106 – arghittu@secnewgate.it

Daniele Murgia – 338 4330031 – murgia@secnewgate.it