



Fondazione italiana per il cuore

Associazione senza scopo di lucro  
Riconoscimento giuridico n. 14.12.649

Comunicato stampa

## **Rischio cardiovascolare: 1 italiano su 2 dice di fare qualcosa per prevenirlo, ma è ancora poca la consapevolezza e tanti gli ostacoli da superare per intervenire attivamente sullo stile di vita**

*È la prima causa di morte, eppure solo la metà degli italiani ne conosce il rischio, dichiarandosi in difficoltà a modificare i propri stili vita, anche se è forte il desiderio di essere informati e motivati dal proprio medico. È questa la fotografia emersa dall'indagine condotta da IQVIA promossa dalla Fondazione Italiana Per il Cuore sulla consapevolezza e i comportamenti degli italiani sullo stato di salute del cuore*

Milano, 28 settembre 2023 – Quanto sono realmente consapevoli gli italiani del rischio cardiovascolare? Non abbastanza, come confermano i risultati dell'indagine conoscitiva sulla consapevolezza e i comportamenti degli italiani nell'ambito della prevenzione cardiovascolare, condotta da IQVIA per la Fondazione Italiana Per il Cuore, con il contributo non condizionante di Armolipid, e realizzata a settembre in occasione della Giornata Mondiale per il Cuore.

L'indagine ha interessato 3000 cittadini che hanno fornito 180.000 risposte via web che costituiscono un campione rappresentativo della popolazione italiana per i principali parametri sociodemografici e geografici, suddivisi per sesso, fascia di età, scolarità, area geografica di residenza, livello di rischio cardiovascolare e familiarità per patologie cardiovascolari. Sono stati indagati aspetti informativi/conoscitivi (conoscenze/sapere cosa fare), aspetti emozionali (vissuti esperienziali, credenze/timori) e aspetti relazionali (supporto, monitoraggio, comunicazione con medici).

*“È sorprendente che nonostante il rischio cardiovascolare sia la principale causa di morte in Italia, solo la metà degli italiani ne sia effettivamente consapevole. Questo indica una lacuna significativa nell'informazione e nella sensibilizzazione dei cittadini riguardo ad un problema così importante per la salute pubblica. La difficoltà a modificare i propri stili di vita nonostante vi sia la consapevolezza della necessità di farlo è un reale campanello d'allarme che richiede un intervento. La prevenzione delle malattie cardiovascolari - precisa **Emanuela FOLCO**, Presidente della Fondazione Italiana Per il Cuore (FIPC) – richiede un impegno e una responsabilità prima di tutto individuale, ma anche un fondamentale supporto informativo e motivazionale da parte dei professionisti della salute che prestano cura e assistenza. Il valore aggiunto di questi risultati è nella capacità di fornirci una approfondita comprensione dei comportamenti di prevenzione del cittadino, delle barriere esistenti e delle possibili leve che possiamo utilizzare per educare la popolazione all'importanza della prevenzione cardiovascolare.”*

### **IL 54% PENSA DI NON ESSERE A RISCHIO CARDIOVASCOLARE ANCHE SE NON È COSÌ**

Solo la metà degli italiani sa che le **malattie cardiovascolari** sono la prima causa di morte in Italia. Il 54% ritiene di non essere a rischio e fra questi la metà ha, in realtà, un elevato livello di rischio cardiovascolare. Ad essere meno consapevoli sono le **donne e le fasce più giovani**.

Poco rassicurante la fotografia dello stato di salute degli italiani: il 70% degli italiani convive con almeno una **condizione cronica**, il 54% è a **medio-alto rischio cardiovascolare**, il 70% ha stili di vita a rischio, il 45% è in **sovrappeso/obeso**.

Lunga la lista dei comportamenti a rischio: quasi 1 su 2 **consuma alcool** in modo eccessivo, 1 su 4 **fuma, segue un'alimentazione non salutare e non svolge attività fisica** regolarmente.

Diffusa anche la percezione di malessere psico-fisico: quasi la metà degli italiani (46%) **non si sente in buona salute**, oltre un quarto (28%) **dorme male** e quasi 1 su 4 afferma di vivere costantemente sotto **stress**. **Insonnia** e stress sono maggiormente riportati dalle donne e dai rispondenti nella fascia 35-55 anni.

### **AZIONI PREVENTIVE SU ALIMENTAZIONE (50%), MOVIMENTO (39%) E CONTROLLI (18%)**

Solo 1 italiano su 2 dichiara di fare qualcosa per la **prevenzione cardiovascolare** (solo 1 su 10 ritiene di fare molto), concentrandosi sull'alimentazione (50%), sul movimento e sull'attività fisica (39%). A effettuare controlli ed esami medici regolari è il 18% e solo l'11% dichiara d'impegnarsi a ridurre il fumo.





Fondazione italiana per il cuore

Associazione senza scopo di lucro  
Riconoscimento giuridico n. 14.12.649

Sono ancora molti gli ostacoli che rallentano le azioni preventive, dovute alla difficoltà di modificare lo stile di vita (39%), alla scarsa consapevolezza del rischio (33%), alla mancanza di informazioni su cosa fare per la prevenzione (27%) e la scarsa comunicazione/supporto da parte del medico (21%).

*“Scegliere un percorso di vita sano è un passo fondamentale per prendersi cura del nostro benessere, in particolare della salute del nostro cuore. Queste pratiche quotidiane possono fare una differenza notevole nella nostra salute generale. Semplici comportamenti, evitando di fumare, seguendo una dieta corretta evitando cibi ultra-processati, svolgere una regolare attività fisica, limitare il consumo di alcool e bevande zuccherate - continua **FOLCO** – senza aspettare che i problemi si manifestino; possiamo prendere il controllo della nostra salute fin da ora attraverso scelte di vita consapevoli e salutari.*

### **ALFABETIZZAZIONE SANITARIA: 63% DAL MEDICO, A PARI MERITO WEB E FARMACISTA**

L'indagine mette in evidenza come sia sempre più importante attivare dei processi di alfabetizzazione sanitaria sul rischio cardiovascolare e sull'importanza della prevenzione anche e soprattutto oggi che il cittadino reperisce informazioni/nozioni sul web, purtroppo spesso non attendibili.

Oltre l'80% degli italiani è **interessato a ricevere maggiori informazioni** sulla prevenzione del rischio cardiovascolare e il **medico di medicina generale** (63%) e **lo specialista** (31%) sono considerate le principali fonti da cui ci si aspetta di essere informati. Importanti, tuttavia, anche la farmacia attraverso il consiglio del farmacista (26%) e i materiali/brochure disponibili in farmacia (28%), la consultazione del web ossia i siti dedicati alla salute (26%), i portali di centri di cura e gli altri media (programmi dedicati alla salute su radio e TV). Il 72% degli intervistati ritiene che non si parli abbastanza di rischio e di prevenzione cardiovascolare. Si ritiene che il medico in 2 casi su 3, non informi in modo chiaro e comprensibile sui rischi cardiovascolari e su come prevenirli.

*“Pertanto, è fondamentale sviluppare un piano di comunicazione rivolto ai cittadini capace di fornire informazioni chiare e comprensibili utilizzando in modo sinergico tutti i canali di informazione (media, siti web, informazioni in farmacia) adeguando toni - conclude **FOLCO** - contenuti e format, in modo da poter raggiungere le diverse fasce della popolazione. Formare il medico (medico di medicina generale e specialista) sull'importanza della comunicazione efficace con il paziente e coinvolgere il farmacista valorizzando il ruolo sempre più importante della farmacia come presidio di salute di prossimità per il cittadino, luogo di informazione ed empowerment ma anche di facile accesso per screening ed esami - sono strumenti che rivestono un ruolo cruciale nel motivare il paziente ad adottare i giusti comportamenti di prevenzione e spiegare l'eventuale percorso di cura e assistenza”.*

### **FONDAZIONE ITALIANA PER IL CUORE**

La **Fondazione Italiana Per il Cuore (FIPC)** è un ente senza scopo di lucro legalmente riconosciuto in Italia che opera a livello nazionale e internazionale da oltre 30 anni con una visione chiara e ambiziosa che è quella di **promuovere la cultura della prevenzione come valore per la Salute individuale e pubblica**. Il ruolo della Fondazione è fungere da facilitatore e fare da tramite tra gli attori del mondo salute: cittadini, pazienti, operatori sanitari e Istituzioni a tutti i livelli, come si evince dagli obiettivi che si propone:

- Sviluppare consapevolezza da parte del cittadino nella difesa della propria salute
- Facilitare un'interazione fruttuosa tra il mondo medico-scientifico ed l'opinione pubblica
- Includere partner autorevoli e competenti come Istituzioni pubbliche e private
- Diffondere conoscenza tramite studi e ricerche per contribuire allo sviluppo delle conoscenze in campo cardiovascolare

La Fondazione promuove iniziative e progettualità con lo scopo di aumentare conoscenza e consapevolezza sull'importanza della gestione dei fattori di rischio, della prevenzione e della cura delle malattie cardio-cerebrovascolari e metaboliche, e delle patologie collegate (diabete, BPCO, obesità e danni collegati a stili di vita non salutari, ictus cerebrale e scompenso cardiaco). Opera trasversalmente, rivestendo l'importante ruolo di garante della conoscenza, diffondendola ai cittadini/pazienti, nella comunità scientifica e nelle Istituzioni. La Fondazione rappresenta l'Italia nella World Heart Federation di Ginevra ed è membro attivo dello European Heart Network con sede a Bruxelles. Insieme alla World Heart Federation la Fondazione partecipa alle attività del “NCD Alliance” (Non Communicable Disease), un network di oltre 2000 organizzazioni rappresentanti la società civile presenti in oltre 170 paesi e in Italia collabora attivamente alle iniziative dell'Alleanza italiana per le Malattie Cardio-Cerebrovascolari del Ministero della Salute.

Per maggiori informazioni sulle attività promosse e sviluppate dalla Fondazione italiana per il cuore collegarsi al sito: <http://www.fondazionecuore.it>

