



Schweizerische Herzstiftung  
Fondation Suisse de Cardiologie  
Fondazione Svizzera di Cardiologia

Comunicato ai media - Berna, 9 settembre 2024

## **Frequenti problemi psichici nei pazienti cardiaci – un nuovo opuscolo aiuta**

***Dopo un infarto o un altro evento cardiaco, la fiducia nel proprio corpo spesso vacilla. Molte persone colpite soffrono di ansia, depressione, forte stress e disturbi del sonno. Un nuovo opuscolo della Fondazione Svizzera di Cardiologia mostra come recuperare la fiducia nella vita.***

Un infarto cardiaco, un arresto cardiocircolatorio non letale o un intervento al cuore di notevole entità intaccano l'integrità fisica, scuotendo improvvisamente il senso di sicurezza della persona colpita. «Per i pazienti e i loro familiari questi eventi comportano spesso un notevole stress psichico», spiega la PD Dott.ssa Mary Princip, psicocardiologa presso l'Ospedale Universitario di Zurigo. Circa il 20-40% delle persone colpite soffre di disturbi psichici nel periodo successivo. Spesso si tratta di disturbi del sonno, ansia o preoccupazioni eccessive, umore depresso e forte stress. «I disturbi non solo riducono la qualità della vita, ma fanno anche peggiorare la diagnosi riguardo alla cardiopatia», spiega Princip. Le interazioni tra disturbi psichici e malattie cardiovascolari sono ormai ben documentate.

### **L'opuscolo affronta il tema dei disturbi psichici**

La salute psichica è una componente importante del processo di guarigione dopo un evento. Le persone colpite devono imparare a integrare la malattia cardiaca nella loro vita attuale e futura. Come supporto, c'è il nuovo opuscolo «Cuore e psiche» della Fondazione Svizzera di Cardiologia, redatto in collaborazione con Mary Princip e la Società Svizzera di Cardiologia. L'opuscolo introduce all'argomento i pazienti e i loro familiari, aiutandoli a recuperare la fiducia nel proprio cuore. Può rappresentare anche un primo passo verso una terapia psicocardiologica. «In genere siamo in grado di gestire bene i disturbi psichici in relazione a una malattia cardiaca», spiega Mary Princip, secondo la quale una terapia non solo aumenta il benessere, ma ha anche effetti positivi sulla salute cardiaca.

**Disponibile gratuitamente in tre lingue**

L'opuscolo «Cuore e psiche – Più benessere con una cardiopatia», di 32 pagine, si rivolge alle persone colpite da una malattia cardiaca e ai loro familiari. Oltre a informazioni essenziali, contiene anche numerosi consigli ed esercizi. L'opuscolo può essere richiesto gratuitamente in lingua italiana, francese e tedesca alla Fondazione Svizzera di Cardiologia: [www.swissheart.ch/loshop](http://www.swissheart.ch/loshop)

**Avvertenza per gli addetti ai media**

*Immagini e testo possono essere scaricati da [www.swissheart.ch/media](http://www.swissheart.ch/media)*

**Persona di riferimento**

*Peter Ferloni, responsabile Comunicazione*

*Fondazione Svizzera di Cardiologia*

*Dufourstrasse 30*

*Casella postale*

*3000 Berna 14*

*Telefono 031 388 80 85*

*ferloni@swissheart.ch*

*[www.swissheart.ch](http://www.swissheart.ch)*

**Venga a trovarci su:**

[www.facebook.com/schweizerischeherzstiftung](https://www.facebook.com/schweizerischeherzstiftung)

[www.instagram.com/herzstiftung\\_ch](https://www.instagram.com/herzstiftung_ch)

[www.youtube.com/herzstiftung](https://www.youtube.com/herzstiftung)

[www.x.com/HerzstiftungCH](https://www.x.com/HerzstiftungCH)

**Con impegno contro le cardiopatie e l'ictus cerebrale**

Promuovendo la ricerca e con un ampio lavoro di informazione la Fondazione Svizzera di Cardiologia si impegna affinché diminuisca il numero di persone affette da malattie cardiovascolari, si evitino le menomazioni o le morti premature causate da infarto cardiaco o ictus cerebrale e, per le persone colpite, la vita rimanga degna di essere vissuta. La Fondazione Svizzera di Cardiologia, fondata nel 1967, è un'organizzazione di pubblica utilità, indipendente e certificata dalla fondazione ZEWO, che si finanzia principalmente attraverso le donazioni.