



Disposizioni per la sicurezza del gruppo del cuore

Contenuto

Le Disposizioni per la sicurezza del gruppo del cuore regolano l'ammissione dei partecipanti al programma d'attività fisica e le condizioni quadro per l'allenamento nel gruppo del cuore.

Lo stato di salute dei partecipanti al gruppo del cuore e la sua evoluzione vengono rilevati al momento dell'adesione al gruppo del cuore, al fine di garantire che le condizioni fisiche e specialmente cardiovascolari dei membri* ne permettano la partecipazione all'allenamento nel gruppo del cuore.

Ammissione dei partecipanti e controllo continuo

In linea di principio il programma d'attività fisica è aperto a tutti i pazienti cardiovascolari o che hanno subito un infarto cardiaco oppure sono affetti da patologie multiple. Inoltre è rivolto ai pazienti con ad esempio insufficienza cardiaca o problemi polmonari oppure che hanno subito un attacco cerebrovascolare lieve o che presentano obesità, diabete, ecc. (se attuabile a livello organizzativo). Devono essere soddisfatte le seguenti condizioni:

1. Il partecipante ha concluso con profitto una riabilitazione ambulatoriale o stazionaria di fase II.
2. Il partecipante ha fatto compilare dal proprio medico curante la scheda dei dati del paziente messa a disposizione dalla Fondazione Svizzera di Cardiologia. Il medico conferma con la sua firma che le condizioni cliniche del paziente gli permettono di partecipare alle attività di allenamento svolte nel gruppo del cuore.
3. La scheda dei dati del paziente debitamente compilata e contenente le informazioni mediche necessarie e l'indicazione di eventuali fattori di rischio cardiovascolari è a disposizione del terapeuta responsabile.
4. Il partecipante fa controllare la scheda con i suoi dati dal proprio medico curante una volta all'anno o secondo accordi individuali e, se ci sono stati cambiamenti, consegna al responsabile del gruppo del cuore una nuova scheda (con una nuova firma e la data attuale).

Condizioni quadro per le attività nel gruppo del cuore

1. Tutte le attività proposte dal gruppo del cuore in base al programma vengono verificate e seguite dal responsabile del gruppo del cuore*.
2. Il responsabile del gruppo del cuore e tutti i terapeuti responsabili conoscono bene le Disposizioni per la sicurezza del gruppo del cuore e le Disposizioni per le emergenze del gruppo del cuore. Hanno assolto una formazione valida in «Basic Life Support BLS» e «Defibrillazione automatica esterna DAE» riconosciuta dal «Swiss Resuscitation Council SRC».



3. I terapeuti hanno a portata di mano la lista aggiornata dei nomi e dei numeri telefonici dei partecipanti e tutti i numeri di soccorso. Sono inoltre dotati di un telefono cordless e/o di un cellulare.
4. I terapeuti delle attività proposte sono a conoscenza del contenuto delle schede dei dati del paziente di tutti i partecipanti.
5. All'inizio dell'attività, tramite contatti personali il terapeuta di fa un'idea dello stato di salute attuale dei partecipanti.
6. Il gruppo del cuore dispone di un defibrillatore automatico esterno DAE. L'apparecchio DAE viene sempre portato dove si svolge ogni attività. Inoltre viene mantenuto e controllato secondo le istruzioni d'uso. Tutti i terapeuti sono istruiti sul corretto impiego del DAE.
7. Equipaggiamento raccomandato per le attività del gruppo del cuore che si tengono al di fuori della sala dei corsi del gruppo del cuore:

Terapisti del gruppo del cuore

- Per le attività al di fuori di una rete telefonica (gite in montagna, ecc.) il terapeuta porta con sé un mezzo di comunicazione mobile o una batteria esterna mobile completamente carica (powerbank).
- È obbligatorio portare un defibrillatore automatico esterno DAE.
- Su raccomandazione del medico possono venire portati medicinali per le emergenze.
- Se necessario occorre portare acqua e cibo.

Partecipanti al gruppo del cuore

- I partecipanti indossano vestiti e scarpe adatti alle condizioni meteo e portano con sé una protezione dalla pioggia e dal sole (cappellino, occhiali da sole).
- Se necessario portano con sé i medicinali personali, crema solare e prodotti per proteggersi dagli insetti.

8. Il programma del gruppo del cuore con le attività proposte, i luoghi dove si svolgono ed eventualmente i percorsi, ecc. devono essere resi noti al medico del gruppo del cuore oppure all'ospedale competente o al reparto della clinica.
9. La validità delle Disposizioni per la sicurezza viene controllata periodicamente. I nomi delle persone responsabili e i loro dati di contatto devono sempre essere aggiornati.
10. Il responsabile del gruppo del cuore si assicura che tutti i partecipanti quando aderiscono al gruppo del cuore ricevono le Disposizioni per le emergenze del gruppo del cuore nonché «Comportamento corretto in caso d'emergenza – chiamare il 144» e l'opuscolo della Fondazione Svizzera di Cardiologia «HELP in caso d'emergenza cardiaca e cerebrale: agire correttamente, salvare vite».

Approvate a dicembre 2019:
Swiss Working Group for Cardiovascular Prevention, Rehabilitation and Sports Cardiology SCPRS
Swiss Cardio Therapists SCT

* La forma grammaticale maschile vale anche per il femminile



Persone responsabili

Responsabile gruppo del cuore

Nome	Cognome
Indirizzo	NPA/Loc.
Telefono	E-Mail

Terapista del cuore 1

Nome	Cognome
Indirizzo	NPA/Loc.
Telefono	E-Mail

Terapista del cuore 2

Nome	Cognome
Indirizzo	NPA/Loc.
Telefono	E-Mail

Terapista del cuore 3

Nome	Cognome
Indirizzo	NPA/Loc.
Telefono	E-Mail

Medico (persona di riferimento)

Nome	Cognome
Indirizzo	NPA/Loc.
Telefono	E-Mail

Indirizzo gruppo del cuore

Indirizzo	NPA/Località
E-Mail	Telefono