COMUNICATO STAMPA

**Al via ‘STORIE IN ASCOLTO’: mindfulness e lettura per migliorare il benessere psico-fisico delle persone affette da BPCO e dei loro familiari**

Milano, 4 aprile 2022 – I pazienti affetti da broncopneumopatia cronica ostruttiva (BPCO) vivono ogni giorno non soltanto i **disagi e i condizionamenti causati dai sintomi della malattia** – in primis la mancanza di respiro – ma anche **disturbi piscologici come stress, ansia e depressione**, che in molti casi si ripercuotono anche sui familiari che li assistono.

Per aiutare pazienti e caregivers ad affrontare la malattia con maggiore serenità, è nata **“Storie in ascolto”**, l’iniziativa promossa dall’associazione **Cartastraccia** in collaborazione con l’**Associazione Italiana Pazienti BPCO** e con il supporto incondizionato di **Neopharmed Gentili**, che offre **percorsi di mindfulness abbinati alla lettura per migliorare il benessere psico-fisico**. Il progetto si sviluppa attraverso una serie di incontri online gratuiti che, oltre a dare **strumenti personali per gestire lo stress legato alla malattia e promuovere il proprio benessere** propongono **letture appositamente selezionate per favorire la condivisione dei vissuti personali e il riconoscimento e l'accettazione delle proprie emozioni**.

L’iniziativa nasce dalla volontà di creare una **rete tra associazioni, pazienti, familiari** e **strutture** volta a migliorare il benessere psico-fisico dei pazienti con BPCO e dei loro familiari. A tal fine, il progetto promuove **momenti di aggregazione e condivisione finalizzati a contrastare l'isolamento sociale** che spesso caratterizza la vita delle persone che soffrono di BPCO, tra le patologie respiratorie croniche più diffuse, che solo in Italia interessa **oltre 3,5 milioni di persone**.

*“Dedicare del tempo a un'attività sociale volta al benessere emotivo e psichico e alla condivisione è stato dimostrato essere efficace nel miglioramento della qualità della vita di persone affette da malattie croniche invalidanti come la BPCO. Per questi pazienti, che in molti casi hanno scarse interazioni sociali, specialmente a seguito alla diffusione del COVID-19, avere occasioni di aggregazione e condivisione durature nel tempo rappresenta un supporto fondamentale nel processo di accettazione e corretta gestione della malattia”,* spiega **Orsola Longhini** dell’Associazione Cartastraccia.

*“La BPCO è una patologia molto diffusa ma spesso sottovalutata e mal diagnosticata, progressiva e causa di problemi fisici e psicologici per pazienti e familiari. Gli interventi basati sulla mindfulness aiutano a ridurre i fattori di stress e le ricadute psicologiche della malattia e soprattutto a rivolgersi alle proprie risorse di benessere, a sviluppare strategie salutari per fare fronte alle difficoltà e aumentare il proprio livello di qualità di vita. Il nostro motto è:* “*Vivere in modo più sano è possibile, qualunque sia la nostra condizione fisica”,* commenta **Anna Rossi** del Consiglio Direttivo Associazione Italiana BPCO.

*“Questo progetto riflette la volontà di Neopharmed Gentili di essere al fianco dei pazienti affetti da patologie respiratorie e dei loro familiari per aiutarli ad affrontare con serenità la propria malattia nella vita di tutti i giorni”,* dichiara **Ottavia Landi**, Direttore Relazioni Esterne ed Affari Istituzionali di Neopharmed Gentili. *“Per questo motivo abbiamo voluto dare il nostro sostegno all’iniziativa promossa da Cartastraccia e dall’Associazione Pazienti con BPCO che, attraverso due strumenti potentissimi, la lettura e la condivisione, persegue l’obiettivo di far sentire le persone meno sole, con ricadute positive anche sul miglioramento dello stato di salute”.*

Per maggiori informazioni sul progetto “Storie in ascolto”:

<https://associazionecartastraccia.blogspot.com/2022/03/storie-in-ascolto-incontri-di.html>

**###**

**Per maggiori informazioni:**

**Ufficio stampa Neopharmed Gentili**

**Value Relations**

*Angela Del Giudice*

Mob. 392.6858392 | a.delgiudice@vrelations.it

*Chiara Farroni*

Mob. 331.4997375 | c.farroni@vrelations.it