

# BRIANZA PER IL CUORE

## NEWS

DAL 1995 IL CUORE DELLA BRIANZA PER IL CUORE DI TUTTI

n. 1  
05/2015

### Editoriale

Non so per quale ragione, più o meno recondita, ma il solo nome 'Brianza per il cuore' mi fa venire in mente un pomeriggio dell'estate del 1995 alla sala convegni annessa al teatrino della Villa Reale. E' lì che Giancarlo Colombo e Franco Valagussa diedero vita a questa associazione: in realtà il primo e impellente obiettivo era quello di istituire a Monza e in Brianza il 118, ovvero il pronto intervento telefonico per le situazioni di emergenza sanitaria, in primis gli arresti cardiaci.

Venne poi la non meno impegnativa campagna per la realizzazione della cardiocirurgia al San Gerardo e via via tutte le altre iniziative. Per molteplici ragioni, anche di carattere personale, mi sono sentito e trovato ripetutamente coinvolto nella stessa storia di 'Brianza per il cuore' non fosse altro per la conoscenza e l'amicizia che mi hanno legato e mi legano a tutti i presidenti che si sono succeduti (oltre ai già citati, Giuseppe Fassina e Raffaele Cascella sino all'attuale, Laura Colombo). Ma quel che mi ha soprattutto spinto a sostenere a spada tratta questa associazione sono in fondo due grandi azioni svolte in tutti questi anni e che vengono prima e vanno oltre le stesse attività, le realizzazioni, gli interventi concreti e quanto è stato e viene fatto continuamente. Si tratta da un lato della grande mobilitazione e sensibilizzazione che è stata fatta con grande pazienza ma altrettanta determinazione nei confronti dell'opinione pubblica rispetto alla prevenzione delle malattie cardiovascolari. Dall'altro lato alla non meno importante e puntuale attività nelle scuole, a tutti i livelli, per diffondere soprattutto una educazione alla salute e diversi stili di vita. E a questo proposito non posso dimenticare di ricordare l'insostituibile e totale dedizione proprio a questo ambito di Gabriella, la moglie di Franco e sua prima sostenitrice e collaboratrice. Entrambi, purtroppo, e troppo prematuramente scomparsi.

Luigi Losa



## 20 ANNI DI ECCELLENZA

### Una storia di cui essere fieri

Ampia e varia partecipazione al "Guinness della RCP, Rianimazione Cardio Polmonare" a una recente Giornata Mondiale del Cuore

Questa notte ho fatto uno strano sogno, un sogno al contrario. Tutto ciò che di solito va male, andava bene e quello che va bene, andava male. Andava quasi tutto bene! La mia città era tra le più sicure d'Europa. Con un ospedale pubblico in grado di offrire servizi all'avanguardia e un personale formato secondo standard europei. Con medici che non si accontentano di curare l'emergenza, ma si danno da fare per diffondere la cultura della salute. Con cittadini che collaborano con firme e donazioni per creare la Centrale Operativa del 118 e il Reparto di Cardiocirurgia e dotarli di macchine all'avanguardia. Come le Ambulanze in Rete, mezzi

speciali in grado di trasmettere gli esami all'ospedale. Le Unità Speciali Grandi Emergenze, per la gestione di eventi eccezionali. L'Ecmo, la macchina che mantiene attiva la circolazione del paziente. Il controllo a distanza degli ECG per lo studio delle aritmie. Il sistema di compressione toracica automatica Lucas 2. Ma il mio sogno non finiva qui. Ho sognato una medicina che scendeva nelle strade. In caso di arresto cardiaco 5 sono i minuti prima che le cellule cerebrali inizino a comprometersi. Per questo nella mia città era stata creata una fitta rete di defibrillatori e molte persone erano state addestrate per usarli. I corpi di emergenza: Poli-

zia, Carabinieri, Vigili del Fuoco, Vigili Urbani, con il progetto First Responders. Gli addetti e gli utenti delle società sportive con Sport Cardioprotetto. I dirigenti scolastici, il corpo docente e quello ausiliario, con Scuola Cardioprotetta. Con Condominio Cardioprotetto, gli abitanti dei grandi complessi. Perché è in casa che avviene il 78% degli arresti cardiaci. E infine, con Monza Cardioprotetta, l'intera città, costellata da teche con defibrillatori all'avanguardia e istruita con i corsi gratuiti. E il sogno non era finito! Perché nel mio strano sogno ci si impegnava perfino a promuovere la Salute. Con corsi studiati per ogni ordine di scuola: dalla materna

alle superiori. Coinvolgendo i genitori. Addestrandoli gli insegnanti. E con campagne e manifestazioni per l'intera popolazione. Come le card per riconoscere i segni di arresto e ictus. Con gli incontri a tema per cittadini, degenti dell'ospedale e famigliari. Con le Isole della Salute e le Giornate del Cuore, giorni di festa, convegni e screening gratuiti. Con il Sito, i Social Network, la Newsletter e il Nuovo Giornale Associativo donato a tutta la città attraverso la lungimirante collaborazione con il Cittadino. Poi ho aperto gli occhi... è ho scoperto che il mio non era un sogno, ma una splendida realtà! Una realtà nata dall'utopia illuminata di

un medico, Franco Valagussa, e un industriale, Giancarlo Colombo. E se a loro si deve la nascita, 20 anni fa, dell'Associazione Brianza per il Cuore, sono centinaia, se non migliaia, le persone che hanno reso possibile, per una volta, raccontare una storia di eccellenza. La storia di un territorio che ha preso sul serio la lotta alle malattie cardiovascolari, ancora oggi la prima causa di morte del mondo occidentale. Di un territorio che ha un cuore che batte per il cuore di tutti. E allora buona festa Monza e Brianza e auguri per almeno altri 20 anni di incredibili successi!

Andrea Valagussa  
Consigliere  
Brianza per il Cuore

IL CUORE DELLA BRIANZA  
L'orgoglio di un territorio...

20anni  
CON IL CUORE

PER IL CUORE DI TUTTI  
...una storia che continua.

...dal 1995, una lunga e bella storia...



# PER UNA CITTÀ PIÙ SICURA



**MONZA** CITTÀ  
**CARDIOPROTETTA**



## LA PRIMA CITTÀ CARDIOPROTETTA IN EUROPA

**13 TOTEM DI SOCCORSO  
INSTALLATI NELLE STRADE CON  
DEFIBRILLATORE TELECONTROLLATO**

**CARDIOPROTEGGI IL TUO COMUNE CON  
Iredeem**ControlsYou****



Il primo sistema di telecontrollo del defibrillatore  
che **allerta il 118/112** e  
**verifica la funzionalità a distanza 24 ore su 24**

**contattaci per una dimostrazione**

**IREDEEM**   
*just in time*





SPECIALE



BRIANZA PER IL CUORE

A cura di SPM Monza Brianza

**Lo studio.** I dati riguardo i miglioramenti sulla gestione dell'arresto cardiaco nel nostro territorio

# Raddoppiata la sopravvivenza grazie al 118 Monza e Brianza

L'insieme delle azioni che portano ad un incremento della probabilità di sopravvivenza nell'arresto cardio circolatorio (ACC) prendono il nome di catena della sopravvivenza.

Con uno studio - pubblicato su una rivista medica internazionale (Resuscitation 85 /2014, 1240-1244) - condotto dal Dipartimento di Urgenza Emergenza dell'Ospedale San Gerardo di Monza in collaborazione con AAT 118 Monza Brianza, AREU Lombardia ed Università Bicocca di Milano - si è voluto verificare se l'introduzione di alcuni principi dettati da linee guida internazionali del 2005, avessero modificato la sopravvivenza dei cittadini colpiti da arresto cardiaco (ACC) sul territorio della provincia di Monza e Brianza.

I provvedimenti introdotti sono: equipaggiare ogni ambulanza sul territorio di defibrillatore, presenza di defibrillatori pubblici sul territorio, inizio di massaggio cardiaco da parte di una persona presente guidata telefonicamente da un operatore del 118, in ospedale mantenimento del paziente in ipotermia. Nel periodo di osservazione dello studio 2007-2011 sul territorio della provincia di Monza e Brianza sono stati osservati 461



L'inaugurazione della Centrale Operativa del 118 Monza Brianza. A destra la catena della sopravvivenza

pazienti la cui causa di ACC era primariamente cardiaca. 60 pazienti (13%) hanno avuto una ripresa della attività cardiaca. La sopravvivenza, ad un mese dall'evento, è stata di 51 pazienti (11%) e di questi 47 (9%) sono stati dimessi dall'ospedale senza aver riportato danni al cervello significativi, per cui svolgevano una normale vita di relazione e potevano autonomamente accudire ai propri bisogni personali. La sopravvivenza osservata in questo studio è sovrapponibile a quella riportata nella letteratura internazionale. Un precedente studio condotto nella stessa area Brianza fra il 2000 ed il 2003 aveva registrato una ripresa della attività cardiaca

nel 5,6%. L'introduzione quindi dei provvedimenti adottati ha consentito il raddoppio della ripresa della attività cardiaca, passando dal 5,6% al 13%. Dalla analisi statistica condotta durante lo studio è emerso come il maggior contributo ad un tale miglioramento sia stato dato dall'inizio del massaggio cardiaco condotto da una persona presente. Nonostante la continua introduzione di nuovi protocolli, la sopravvivenza riportata in letteratura per ACC si è assestata intorno al 8-10%. Numerose sono le ricerche condotte al fine di abbattere tale barriera, fra queste una meritevole di nota è l'utilizzo di una macchina extracorporea, che consente di

sostituire la funzione del cuore e dei polmoni, in una piccola parte, ben selezionata, della popolazione colta da ACC in cui le manovre di rianimazione convenzionali, seppur tempestive, non portano ad una ripresa della attività cardiaca. Tale metodica ha incrementato la sopravvivenza, in pazienti con specifiche caratteristiche, fino al 20/30%. Dal 2006 tale procedura viene eseguita presso il San Gerardo, grazie agli sforzi condotti dal servizio di Anestesia in collaborazione con l'Unità di Cardiochirurgia. La sopravvivenza dei pazienti trattati con extracorporea presso il San Gerardo è del 18%.

**Dott. Maurizio Migliari - Resp. AAT 118 Monza Brianza**

## La storia



## Il 118, come è nato e come funziona

Alle ore 0.00 del 1° agosto 1996 il 118 Brianza riceve la prima chiamata di soccorso e comincia a gestire l'emergenza sanitaria dei 750.000 abitanti della futura provincia di Monza Brianza. Tutto ha inizio dalla constatazione della necessità di una Centrale Operativa 118 per un territorio con esigenze e risorse sanitarie molto diverse da quelle del territorio metropolitano milanese. L'idea di convenzionare tra loro, per questo fine, gli otto ospedali di allora ha permesso da subito di mettere in rete i Pronto Soccorso e partire con un progetto di formazione comune sull'urgenza. Da quel momento è stato tutto un "aprire finestre" alle Associazioni ed Enti di Soccorso, ai medici di famiglia, agli altri enti pubblici che intervenivano nel soccorso (Vigili del Fuoco, Forze di Polizia, Protezione Civile), alle autorità locali, ai giornali e alle televisioni. Il gruppo del 118, molto unito e motivato, ha portato avanti progetti importanti per la comunità che negli anni hanno mostrato la loro efficacia.

Questi progetti, condivisi e sostenuti da Brianza per il Cuore, finalizzati alla creazione di una rete per la gestione e il trattamento preospedaliero dell'urgenza cardiovascolare non avrebbero potuto trovare terreno di sviluppo migliore di questo della Brianza che ha visto operatori della Sanità, Associazioni di Soccorso, privati di Club di Servizio ed Enti Pubblici fare "gruppo" e sensibilizzare i propri concittadini sul tema della salute e dell'urgenza. Attualmente la prima risposta alla richiesta di soccorso è gestita dal centralino del Numero Unico Europeo (112) che indirizza la chiamata alla Sala Operativa Regionale di Milano. La squadra del 118 Brianza, come Articolazione Aziendale Territoriale dell'Azienda Regionale Emergenza Urgenza (AREU), continua la sua attività di soccorso con le risorse, gli operatori, i sostenitori e con la stessa qualità e motivazione che ha raggiunto negli ultimi vent'anni.

**Gianpiera Rossi  
Comitato Scientifico  
Brianza per il Cuore**

R.C. PROFESSIONISTI area giuridica
R.C. PROFESSIONISTI area tecnica
MALPRACTICE MEDICA
AZIENDE
COMMERCANTI
ARTIGIANI

**Cesana BROKERS**  
ASSICURATORI

# TROVIAMO SEMPRE LA SOLUZIONE

Cesana Assicuratori è un'agenzia di brokeraggio assicurativo con esperienza pluriennale.

Via Matteotti, 10/a - 20851 - Lissone (MB)  
Tel. 039.484346 - info@cesanaassicuratori.it  
www.cesanaassicuratori.it

Noi sosteniamo i progetti di Brianza per il Cuore

PRIVATI
IMPRESE EDILI C.A.R. - POSTUMA
SALUTE
R.C. AUTO
FIDEIUSSIONI e CAUZIONI
POLIZZE DATA LOSS PREVENTION



SPECIALE



BRIANZA PER IL CUORE

A cura di SPM Monza Brianza

**Testimonianze.** Raccolti in un video i toccanti momenti di "ritorno alla vita" di quattro pazienti rianimati

# Sul sito le storie di chi ce l'ha fatta

C'è Giorgio, 67 anni e qualche capello bianco.

C'è Luigi, 76, e un parlare che palesa le chiare origini brianzole.

C'è Luca, 9 anni e l'unica urgenza accertata, quella di crescere.

E infine Daniela, 22, e il solo pensiero di fare un salto al mercato prima di andare al lavoro.

Quattro persone che apparentemente hanno in comune solo la residenza brianzola, ma che invece sono unite da un fatto ancora più straordinario dell'arresto cardiaco che le ha colpite. Tutti e quattro sono stati salvati!

Giorgio deve ringraziare la moglie Antonella, dentista, capace di infilare una dopo l'altra una serie di scelte corrette. In primo luogo non portare il marito al pronto soccorso dopo il malore, ma allertare immediatamente il 118. E poi sfruttare le sue conoscenze mediche per prestare i primi soccorsi.

Luigi, il cui cuore ha smesso di battere in aperta campagna, deve la vita al figlio Giuliano e al suo amico Carlo, ex volontario della Croce Rossa capace non solo di praticare le manovre per 18 lunghi minuti - il tempo necessario per l'arrivo dell'ambulanza - ma anche di farsi

aiutare da chi, come Giuliano, non aveva mai sperimentato le tecniche di rianimazione.

A salvare il piccolo Luca invece mamma Patrizia, che per prima si è accorta del suo malore, il fratello Andrea che, pur piccolo, ha saputo chiamare i soccorsi componendo correttamente il numero imparato in un corso fatto a scuola, e soprattutto il padre Antonio che, avendo frequentato un corso di Rianimazione al liceo, ha avuto il sangue freddo di riprodurre sul figlio le mosse imparate anni prima su un anonimo manichino.

E infine Daniela, salvata dalla prontezza dei commercianti che hanno immediatamente allertato i soccorsi e dal pronto intervento della sua anonima soccorritrice, una volontaria del 118 che Daniela ha potuto abbracciare e ringraziare una volta in ospedale.

Sono loro, salvati e salvatori, i veri testimonial della nostra Associazione. Uomini e donne che possono raccontare di aver sconfitto la morte. È proprio per raccontare storie come queste che Brianza per il Cuore opera da 20 anni sul territorio. Basta scrutare dentro i loro occhi pieni di riconoscenza e corag-

gio infatti, ascoltare le loro testimonianze così cariche di emozione, per comprendere che ne vale sempre la pena. È emozionante sentire Giorgio rompere il suo aplomb quasi britannico per confessare che si sente nato due volte e che se la prima volta è stato merito di mamma, per la seconda deve ringraziare la moglie. E quello del doppio compleanno è un concetto espresso anche dalla mamma di Luca che ammette che ora in casa si festeggiano due giorni speciali: nascita e rinascita. Impagabile anche l'emozione di Giuliano che, nonostante abbia salvato la vita al padre, si morde le mani per non aver frequentato prima un corso di rianimazione. E che dire di Daniela che con grande semplicità sostiene di essere l'esempio, per fortuna vivente, che a 22 anni e in una condizione di vita sana un arresto cardiaco può capitare a chiunque. Affidiamoci per chiudere alla pragmaticità di Antonio che consiglia a tutti di fare un corso: «Perché potrebbe non servire mai, meglio. Ma potrebbe anche servire e allora ancora meglio!».

**Andrea Valagussa - Consigliere Brianza per il Cuore**



Il video è visibile su [www.brianzaperilcuore.org](http://www.brianzaperilcuore.org)

## Where are U



## L'APP PER LA TUA SICUREZZA

Un passo in più per la sicurezza: basta premere sull'icona per essere localizzato in tempo reale. E' un'app, disponibile gratuitamente, che permette di effettuare una chiamata di emergenza e inviare contemporaneamente la posizione esatta delle chiamate al Numero Unico dell'Emergenza (NUE) 112 della Lombardia.

Utile nei casi in cui non si conosce o non si è in grado di fornire dati precisi sulla propria posizione. L'app rileva la posi-

zione tramite GPS e/o rete dati e la mostra sul telefono; al momento della chiamata la posizione viene trasmessa tramite rete dati o tramite SMS se la rete dati non è disponibile.

WHERE ARE U è disponibile su [www.areu.lombardia.it](http://www.areu.lombardia.it) oppure su Apple app store, Google Play store o Windows phone app store, cercando "112 Where ARE U".

Per ulteriori informazioni e per scaricare l'app: [www.where.areu.lombardia.it](http://www.where.areu.lombardia.it)



## BATTESIMI, COMUNIONI, CRESIME E RICORRENZE SPECIALI



Viale Lombardia, 76/78 • Monza (MB) • S.S.36 Milano - Lecco, usc. Monza centro, dir. Milano

Tel. 039.27.28.33.00 • [tavernadeisapori@ashotels.it](mailto:tavernadeisapori@ashotels.it) • [www.ashotelmonza.it](http://www.ashotelmonza.it)





**La storia.** Il percorso fatto dai fondatori nelle parole degli ultimi presidenti

# Due amici e un'idea Nasce Brianza per il Cuore

Il primo è stato Giancarlo Colombo, ed era il 1995. L'ultima, oggi, è Laura Colombo, sua figlia. Sono passati venti anni e sei presidenti. Allora gli stipendi degli italiani venivano pagati ancora in lire, Oscar Luigi Scalfaro stava al Quirinale, Lamberto Dini guidava il Governo e Aldo Molfiori era sindaco di Monza. Allora, nel 1995, chi si ammalava di cuore doveva andare a Milano o fuori regione. Il San Gerardo non aveva un reparto di cardiocirurgia e nemmeno una centrale del pronto intervento del 118. Furono due amici a pensare che qualcosa in città doveva cambiare, che la salute dei monzesi e dei brianzoli dovesse essere maggiormente tutelata. Franco Valagussa era primario del reparto di cardiologia, Giancarlo Colombo faceva l'imprenditore. Fu proprio Valagussa a suggerire all'amico di andare a Huston, in Texas, negli Stati Uniti, per affrontare un problema cardiaco che difficilmente in Italia e soprattutto a Monza avrebbe potuto risolvere. Là, oltreoceano, i due trovarono una realtà nuova e stimolante. Colombo non si fece operare, ma entrambi tornarono a casa con un sogno: portare quell'eccellenza americana, quella sinergia tra enti e quell'efficienza anche qui a casa nostra. Era il 1995 e nasceva Brianza per il Cuore.

«Raccogliere l'eredità dei presidenti che mi hanno preceduto è un compito molto impegnativo ma che mi inorgoglisce moltissimo e mi carica di grande entusiasmo - racconta Laura Colombo, da un anno a guida dell'associazione, dopo aver raccolto il testimone da Raffaele Cascella, presidente dal 2007 al 2014 -. Oggi la nostra associazione è in continua evoluzione, e portare a termine nel migliore dei modi tanti progetti che mettiamo in campo è una continua soddisfazione».

All'inizio, come si è detto, fu

Giancarlo Colombo a ricoprire per primo la carica di presidente della neonata associazione, dal 1995 e per i due anni seguenti. Poi fu la volta di Giuseppe Fasina, in carica fino al 2003, seguito da un altro fondatore, Franco Valagussa, presidente dal 2003 al 2006. Giuseppe Guffanti, vicepresidente durante l'incarico di Valagussa prese le redini di Brianza per il Cuore per qualche mese dopo la scomparsa del primario. Cascella guidò la onlus per sette anni prima di cedere l'incarico a Laura Colombo. Accanto ai presidenti ci sono però i volti, i nomi, l'entusiasmo e l'impegno dei tantissimi che hanno fatto grande l'associazione in questi venti anni. «La diffusione della prevenzione delle malattie cardiovascolari per noi è qualcosa di più che il solo motore costitutivo dell'associazione, è una sorta di missione, il desiderio di chiunque faccia parte di Brianza per il Cuore è quello di diffondere una cultura della salute che va dalla buona alimentazione, alla prevenzione fino all'insegnamento delle manovre fondamentali salvavita in caso di arresto cardiaco. Brianza per il Cuore davvero ha salvato moltissime vite in questi anni, e questa è il nostro festeggiamento più importante».

A condividere sfide e idee con i volontari di Brianza per il Cuore c'è Raffaele Cascella, che ricorda ancora con entusiasmo gli esordi dell'associazione e gli anni della sua presidenza. «La nascita della cardiocirurgia è stato l'avvio importante per la nostra associazione - racconta - un momento topico per Brianza per il Cuore che, nonostante fosse appena nata, è stata da subito riconosciuta come presidio territoriale importante per la difesa e la salute del Cuore della Brianza». Ma non c'è solo la cardiocirurgia nell'album dei ricordi di Cascella. «Dopo il reparto è arrivata al San Gerardo anche la centrale operativa del 118,



Raffaele Cascella e Laura Colombo Vago

un altro grandissimo successo per l'associazione. Fino a quel momento la centrale più vicina si trovava a Niguarda, poi anche Monza riuscì ad allestirne una nel suo ospedale». Sono tanti i successi arrivati in seguito, tutte sfide raggiunte grazie alla grande caparbia di chi non si è mai arreso di fronte alle difficoltà burocratiche né tantomeno a quelle economiche. «Abbiamo portato negli anni in reparto la telemedicina, informatizzando sia la cardiologia sia la cardiocirurgia, per permettere al personale medico e sanitario di poter accedere immediatamente a tutti i referti riguardanti il singolo paziente - continua Cascella -. Brianza

per il Cuore ha provveduto a completare l'informatizzazione dei reparti, poi abbiamo ideato i momenti di informazione con la città, come le isole della salute, e con i pazienti e i loro familiari, con incontri insieme ai medici, per spiegare come gestire il rientro a casa e il ritorno a una vita normale». Insomma, tante sfide, tanti traguardi e ancora tanta strada davanti. «Mi piacerebbe tanto che l'educazione alla salute, la prevenzione cardiologica e l'insegnamento delle manovre salvavita rientrassero a pieno titolo tra le materie curricolari», è l'augurio della presidente Colombo.

Sarah Valtolina

**Nel 1995.** Uno dei primi successi dell'associazione

## La cardiocirurgia un nuovo reparto per l'ospedale

Era un lunedì quel 7 giugno del 1999, quando Giovanni Paolini, oggi direttore della cardiocirurgia dell'ospedale San Gerardo, eseguì il primo intervento al cuore proprio nel nosocomio cittadino. Fu un successo, un traguardo sperato e tenacemente ricorso dall'associazione Brianza per il Cuore, allora guidata da Giuseppe Fasina, ma anche e soprattutto da un'intera città, che aspettava da tempo l'apertura di un reparto di cardiocirurgia. Un traguardo che da subito ha cambiato la vita delle centinaia di pazienti che vennero operati proprio qui. Alla fine di quel 1999 le operazioni al cuore erano già diventate una routine, un anno più tardi, al giro di boa del millennio, gli interventi avevano già superato quota trecento.

È una storia di solidarietà, collaborazione, coscienza civile e determinazione quella che ha portato a Monza un reparto oggi d'eccellenza a livello internazionale. Due anni prima, nel 1997, sfruttando la virtuosa collaborazione con il Cittadino, Brianza per il Cuore riuscì a raccogliere 12.000 firme tra i cittadini, per far conoscere ai dirigenti sanitari della Regione quale fosse la volontà degli abitanti della Brianza: realizzare una divisione di cardiocirurgia all'ospedale San Gerardo. Il desiderio popolare si scontrò ben presto con la lentezza burocratica, e soprattutto con la difficoltà di reperire fondi per realizzare il progetto. Il preventivo di spesa datato 1998, riportava cifre da capogiro: 2 miliardi e mezzo di lire solo per le opere murarie, 1 miliardo e 800 milioni per l'allestimento della terapia intensiva, quasi tre miliardi di vecchie lire per la realizzazione e l'allestimento del reparto operatorio di cardiocirurgia, per un preventivo di spesa totale di oltre 16 miliardi di lire. Che fare? In attesa dello sblocco dei fondi dalla Regione

ecco l'idea: una sottoscrizione pubblica, ancora una volta con l'aiuto e la partnership del Cittadino, fatta tra i cittadini comuni e le associazioni del territorio.

Bisognerà aspettare però il 2000 prima che il progetto esecutivo finisca il suo iter, per ricevere l'approvazione della Regione, e diventando così attuativo. Per quella data l'ospedale ha provveduto a trovare e formare il team di professionisti che avrebbe dato corpo e anima al nuovo reparto: cinque cardiocirurghi, sette infermieri professionali, tre rianimatori, una caposala per dieci posti letto. Una vera e propria rivoluzione per i pazienti cardiologici, costretti fino a quel momento a sottoporsi a lunghe attese per riuscire ad entrare in uno degli ospedali milanesi o a intraprendere viaggi fuori regione, alla ricerca di una clinica che potesse affrontare il loro problema clinico. «La cardiocirurgia a Monza è decollata bene», aveva commentato a caldo Paolini, al termine di quel primo storico intervento, realizzato su una donna di 61 anni, a cui erano stati impiantati due bypass. Grande soddisfazione anche per Franco Valagussa, allora primario del reparto di cardiologia, tra i fondatori di Brianza per il Cuore e strenuo difensore del progetto della cardiocirurgia a Monza. «Occorre sollecitare la direzione ospedaliera perché si arrivi nel più breve tempo possibile alla soluzione definitiva: la divisione da 600 o 800 interventi l'anno», aveva commentato all'indomani del primo intervento cardiocirurgico. Oggi le attività svolte dal reparto non riguardano solo l'aspetto chirurgico. Accanto al recupero fisico si lavora per conseguire anche un recupero psicologico nei pazienti colpiti da evento cardiovascolare e si educano i pazienti a un corretto stile di vita.

S.V.

ORTOPEDIA  
**LUCA**  
Tecnico Ortopedico

Convenzionato ASL - INAIL



20812 LIMBIATE (MB) - Viale Piave, 41  
Telefono 02.99.66.291 - Fax 02.99.69.30.00  
E-mail: ortop.luca@tiscali.it

- Dal 1980 al servizio del vostro benessere
- Laboratorio ortopedico in sede all'avanguardia
- Calzature e plantari per piede diabetico e reumatico
- Plantari su misura
- Tutori e scarpe su misura
- Corsetteria su misura (anche taglie forti)
- Vendita e noleggio carrozzine, comode e letti ortopedici



# PANNELLI METALLICI COIBENTATI

Noi sosteniamo i progetti di  
Brianza per il Cuore



## METTI UN TETTO AL RISPARMIO

La Profilcastello dal 1974 produce pannelli isolanti per coperture e tamponamenti.

Resistenti, leggeri, monolitici, semplici da montare, consentono realizzazioni perfettamente funzionali a costi decisamente interessanti. Prodotti in linea continua completamente automatica con controllo elettronico costante sulla piegatura della lamiera e sul contemporaneo accoppiamento della colata isolante, offrono un elevato standard qualitativo. Con i pannelli isothermici vengono forniti tutti gli accessori per il montaggio, lamiera grecate preverniciate ed elementi trasparenti.

GLARYTERM®, UNITERM®, STYLTERM®, TEMA®, TEMATERM®, UNITEMA®, UNIVETRO®, PROFILCOPPO® e PROFILONDA® sono marchi registrati PROFILCASTELLO.

**RISPARMIO ENERGETICO DETRAZIONE FISCALE 55%**

# profilcastello

Via del Pascolo 15 • 23884 Castello di Brianza (LC) • Tel. 039-5310428 • [profilcastello@profilcastello.it](mailto:profilcastello@profilcastello.it)

[www.profilcastello.it](http://www.profilcastello.it)





SPECIALE



BRIANZA PER IL CUORE

A cura di SPM Monza Brianza

**Qui Cardiochirurgia.** Riconoscere e curare un problema diffuso

# Valvola aortica e nuove tecnologie: ecco come funziona e si ripara

La valvola aortica, una delle quattro valvole del cuore, è una struttura estremamente delicata ed efficiente. La funzione delle valvole cardiache, e quindi anche della valvola aortica, è quella di permettere e garantire la circolazione del sangue che ha nel suo motore, il cuore, la sua forza propulsiva. Nella circolazione il sangue segue sempre lo stesso percorso nella medesima direzione. È per questo motivo che le valvole cardiache sono unidirezionali: aprendosi fanno passare il sangue ma ne impediscono il passaggio al contrario una volta chiuse. Se consegue che un loro cattivo funzionamento si riflette negativamente sulla circolazione in generale e sul cuore stesso.

La valvola aortica è posta tra il ventricolo sinistro, la camera cardiaca più "vigorosa", e l'aorta, la grossa arteria che porta il sangue attraverso le sue diramazioni a tutto l'organismo. Da qui si comprende quali importanti e pericolose conseguenze si possono avere quando questa valvola comincia a non funzionare come dovrebbe.

Le condizioni patologiche che ne impediscono il buon funzionamento sono due: la stenosi e l'insufficienza. Nel caso della stenosi si ha un irrigidimento delle tre cuspidi (i lembi a forma di nido di rondine di cui la valvola è costituita); nell'insufficienza le cuspidi non si chiudono come dovrebbero. Sia la stenosi che l'insufficienza possono essere presenti in maniera isolata, ma anche associate tra di loro (steno-insufficienza aortica); inoltre talora si combinano con patologie di altre strutture cardiache quali la valvola mitrale (come ad esempio avviene nella malattia reumatica).

Le malattie della valvola aortica possono essere di origine congenita (stenosi aortica congenita) o acquisita (stenosi degenerativa dell'anziano). La più frequente alterazione congenita è



La prevenzione inizia dalla scuola

la valvola aortica bicuspidale, ovvero con una malformazione strutturale delle cuspidi, presenti in numero di due invece che di tre, con maggiore tendenza alla degenerazione rispetto alle valvole normali. I sintomi più importanti dovuti al cattivo funzionamento della valvola aortica sono la dispnea (fiato corto), che si aggrava progressivamente con il progredire della stenosi o dell'insufficienza, l'angina pectoris e la sincope (più tipiche della stenosi). In ogni caso il cuore soffre quando la valvola aortica è malata: per questo motivo quando si presentano i sintomi sopra descritti, se cominciano a gonfiarsi le gambe e non si riesce più a dormire con un solo cuscino, bisogna sollecitamente consultare il cardiologo perché la valvola

aortica potrebbe essere malata e occorre porci rimedio prima di arrivare ad uno scompenso cardiaco importante. L'esame più importante per la valutazione del malfunzionamento della valvola aortica è l'ecocardiogramma, che può essere completato eventualmente con uno studio transesofageo se lo specialista lo ritiene opportuno. La terapia della valvulopatia aortica è essenzialmente chirurgica: all'Ospedale San Gerardo di Monza l'équipe di cardiochirurgia diretta dal professor Giovanni Paolini esegue regolarmente interventi di sostituzione e riparazione della valvola aortica. La sostituzione avviene posizionando una protesi al posto della valvola malata. Le protesi sono di tipo meccanico (costituite da leghe metalliche) o biologico (di

derivazione animale). Entrambe le protesi presentano vantaggi e svantaggi (legati alla necessità di assumere farmaci anticoagulanti o alla durata nel tempo) che possono, entro certi limiti, indirizzare la scelta e che vanno discussi con il cardiochirurgo. Inoltre oggi, per un numero limitato di persone (per lo più al di sopra degli ottanta anni), c'è la possibilità di impiantare una protesi inserendola attraverso l'arteria femorale (TAVI) senza ricorrere all'intervento chirurgico tradizionale. Questa possibilità va discussa con i cardiologi e i cardiochirurghi insieme, rimanendo comunque l'intervento chirurgico l'opzione terapeutica di prima scelta.

**Dott. Orazio Ferro,  
U.O. Cardiochirurgia  
Ospedale San Gerardo**

**Intervista.** Adriana Pittini del Gruppo Scuola, illustra i corsi dedicati agli studenti per educare i ragazzi alla salute

## Corpo sano in mente sana

Nel lontano 1982 mentre Zoff e Bearzot alzavano la Coppa del Mondo in Spagna davanti al presidente Pertini, nasceva il progetto "Vivere la nostra salute" vero brodo colturale da cui sorgerà poi Brianza per il Cuore. A organizzarlo chiaramente il dottor Valagussa, unitamente al dottor Crosti e ad alcuni temerari insegnanti interessati ad allargare la loro attività curricolare e a lavorare coi loro alunni sull'argomento "Salute". Tra loro anche Adriana Pittini, docente oggi in pensione, ma ancora molto attiva nel Gruppo Scuola della nostra Associazione. L'abbiamo incontrata per farci spiegare meglio le origini, il presente e anche il futuro dell'attività di prevenzione, uno dei capisaldi del nostro statuto.

**Come nasce l'idea di un progetto di prevenzione?**

Lo stimolo veniva da lontano. Dal contributo di due esperti di fama mondiale come Trefor Williams e Noreen Wetton. L'obiettivo non era curare e nemmeno prevenire, ma formare i docenti perché educassero i ragazzi a "vivere" secondo uno stile di vita corretto. Per questo il programma prevedeva e prevede uno svolgimento globale a spirale secondo gli ordini e i gradi della scuola.

**Quali le parole chiave?**

"Benessere" era ed è la parola chiave del vivere, inteso non solo come assenza di malattia, ma come lo stare bene con se stessi, con gli altri e con l'ambiente che ci circonda. Questi tre ambiti fondano il "triangolo della salute".

**Un approccio molto più ampio di semplici consigli medici e di dieta?**

Esatto. Tutta l'attività comprende in primo luogo la conoscenza di sé, a partire dalla percezione del proprio corpo e del proprio io per apprezzarsi e accettarsi, limiti compresi.

**In pratica avere stima di sé?**

Proprio così. Il concetto di autostima è fondamentale per acquisire capacità di scelta personale e responsabile e per mettersi in relazione con gli altri.

**E poi c'è l'ambiente?**

L'ambiente ha la sua importanza. Per stare bene occorre vivere in un ambiente sano, ma questo è possibile

solo se lo vogliamo.

**Quindi non un corso standard, ma proposte nuove e sempre diverse.**

All'inizio di ogni anno scolastico si incontra il corpo docente proponendo un argomento da sviluppare durante l'anno. Sono stati affrontati gli argomenti più ampi possibili, da quelli più strettamente cardiologici, alle problematiche alimentari, le dipendenze, i disagi relazionali, sentimentali e sessuali. Seguono poi serate di approfondimento guidate da esperti e rivolte anche ai genitori e, in alcuni casi, dei concorsi in cui stimolare tutti gli studenti.

**Ha parlato di esperti. Ce ne può citare qualcuno?**

Mi piace ricordare soprattutto il dottor Alberto Pellai, medico, ricercatore, autore di libri, rubriche e programmi radiofonici, vero vulcano di idee e stimoli sempre nuovi. Poi il dottor Morini, psicomotricista, ideatore di un'attività propedeutica al primo soccorso pensata per la scuola elementare e basata su giochi e attività organizzate in palestra e atte a far comprendere l'attenzione verso l'altro.

**E poi ci sono i corsi di rianimazione?**

Certo. Organizzati per ogni ordine e grado di scuola. Persino le materne. Anche se il vero e proprio corso di RCP è proposto alle classi seconde e terze superiori con una lezione teorica, seguita da una di pratica sui manichini. Corsi che tra l'altro sono sempre molto graditi come dimostrano i questionari compilati dai ragazzi.

**Il settore scuola è dedicato a Gabriella Rota Valagussa, chi è?**

Gabriella, oltre che moglie del dottor Valagussa, è una mia carissima amica d'infanzia e compagna di scuola. È stata proprio lei a coinvolgermi con l'entusiasmo e la professionalità che la contraddistinguevano. Insieme abbiamo vissuto momenti indimenticabili. Mai dedica fu più azzeccata. Gabriella, più di tutti, credeva fermamente che fosse fondamentale partire dalla base per educare e formare i ragazzi e che "vivere la nostra salute" non fosse materia di studio ma stile di vita, un vissuto quotidiano. Il suo ricordo mi resterà sempre nel cuore con affetto e riconoscenza.

**DONNA PIU'**

Siamo forti in taglie forti

Via San Fermo, 12 • SEVESO  
(Vicino alle Poste)

Tel. e Fax 0362.541510

www.donna-piu.com

E-mail: donnapiu1@gmail.com



Boutique da anni specializzata in taglie comode dalla 48 in su. Capi moda e trendy, selezionati tra i migliori marchi

**NUOVE COLLEZIONI  
PRIMAVERA/ESTATE**

Voglia di novità, Cerimonie?  
Hai cambiato taglia?  
Sei estrosa?

*Possiamo creare l'abito  
che hai sempre voluto.*

*Ti aspettiamo!*





SPECIALE



BRIANZA PER IL CUORE

A cura di SPM Monza Brianza

**Il percorso.** Storia di un cuore che si ammala e la sua ripresa

# In ospedale con l'infarto: qual è il percorso di guarigione

Macos'è veramente e cosa comporta l'infarto miocardico? È la perdita di cellule del tessuto cardiaco per un grave deficit di flusso sanguigno causato dall'occlusione di una coronaria (una delle arterie che ossigenano il cuore) per la formazione di un trombo.

Sintomo principale è il dolore, un forte peso allo sterno o allo stomaco che talvolta coinvolge il braccio sinistro, la gola e la mandibola e può essere accompagnato da una sudorazione fredda o da mancanza di respiro. La cura è la cosiddetta angioplastica, un palloncino gonfiato all'interno della coronaria con il rilascio di uno stent, una retina metallica che terrà aperta la coronaria garantendo al cuore il corretto apporto di sangue. Quanto più la rivascolarizzazione è rapida, tanto minore sarà il danno al muscolo cardiaco con conseguenze positive innanzitutto per il successivo decorso in ospedale (di solito in Unità Coronarica e in reparto di Cardiologia), mirato inizialmente alla stabilizzazione dei parametri vitali e alla corretta guarigione

del tessuto colpito e poi alla graduale ripresa della mobilitazione e al raggiungimento della terapia ottimale: se tutto va bene oggi in una settimana si può essere dimessi.

Anche la ripresa della vita quotidiana in assenza di una grave compromissione della funzionalità cardiaca, è di solito rapida e ottimale. Certo, lo stent va curato assumendo medicine specifiche (antiaggreganti piastrinici che ne prevengono la chiusura e farmaci che combattono il colesterolo che può depositarsi al suo interno) e il muscolo cardiaco va aiutato abbassando la pressione e la frequenza cardiaca e curando il diabete se presente. Ma le medicine da sole non bastano se non si associa un corretto stile di vita cessando di fumare, limitando l'apporto di grassi e zuccheri e iniziando a svolgere un'attività fisica di tipo aerobio. Tutto naturalmente sotto la guida di un cardiologo di fiducia, figura indispensabile per i controlli successivi.

dott.ssa

Elisabetta Montemerlo

U.O. Cardiologia A.O. San Gerardo



Nella foto il punto fumo per l'esame di uno dei più importanti fattori di rischio monitorati alle nostre Isole della Salute

**Prevenzione.** Un aiuto per smettere col vizio

## Un luogo comune da sfatare: il fumo non è un ansiolitico

Tra i luoghi comuni collegati al consumo di tabacco vi è la consapevolezza che la sigaretta sia un "ansiolitico". Tuttavia, se è vero che gli ansiosi fumano di più è altrettanto vero che il loro livello d'ansietà non diminuisce fumando, come riporta un interessante studio pubblicato nel 2014 da una prestigiosa rivista medica inglese (British Medical Journal). I risultati dello studio, che ha esaminato 26 differenti sperimentazioni cliniche sugli effetti della cessazione del fumo, dimostrano una riduzione significativa dei sintomi ansiogeni in coloro che hanno smesso di fumare per almeno sei mesi, rispetto a quanti hanno continuato, soprattutto se spinti dall'ansia. Gli autori dello studio concludono che smettere di fumare è associato con una riduzione dell'ansia, oltre che della depressione e dello stato di tensione (cioè dello stress). L'entità di questi miglioramenti è paragonabile a quelli ottenibili con un trattamento specifico per i disturbi dell'umore.

Nel 1996 è stato dimostrato che la nicotina è tra le droghe in grado di generare la maggiore di-

pendenza, in molti casi più della stessa eroina. Il grado di dipendenza si può misurare somministrando un questionario (detto test di Fagerström) che tramite un punteggio crescente ne quantifica l'entità. Inoltre si deve considerare che la dipendenza psicologica è molto più subdola ed è sostenuta dalla ritualità di gesti gratificanti quali il contatto con il pacchetto di sigarette, l'inebriarsi del profumo del tabacco incombusto o il piacere dato dal tenere tra le dita la sigaretta. Da quanto detto sopra risulta evidente l'importanza di un'adeguata prevenzione, associata con una valida attività d'informazione, attuata su ampia scala. Chi vuole smettere di fumare dovrebbe essere affiancato da personale specializzato operante in Centri qualificati in grado di fornire un reale e utile servizio al fumatore. Per quanto riguarda il territorio di Monza, un Centro Antifumo particolarmente attivo è quello diretto dal Dott. Biagio Tinghino:

Tel:039/3940294 - e-mail: tinghino.biagio@aslmb.it

dott. Luciano Licciardello

Comitato Scientifico

Brianza per il Cuore

# UN'AUTO? LA TUA AUTO

SONO INVITATI NEL NOSTRO SALONE  
TUTTI GLI APPASSIONATI DI BELLE AUTO E SUPERCAR  
PER PARLARNE, VEDERLE, TOCCARLE E...

Chiedila a

**Motors Monza**  
PERSONAL AUTOS & SUPERCARS

Via Borgazzi 13 a Monza • T.039 9156704 - T.039 9156696 • info@motorsmonza.it

www.motorsmonza.com

Noi sosteniamo i progetti di  
Brianza per il Cuore







**Prevenzione.** Perdere peso in tre mosse, i consigli del medico per ritrovare la salute

# Una vita attiva per un cuore sano

Il corretto stile di vita è fondamentale per ridurre il rischio di eventi cardiovascolari (ipertensione, cardiopatia ischemica, scompenso cardiaco, aritmie) e di tutte le patologie legate a obesità e sovrappeso (diabete, sindrome delle apnee notturne, neoplasie). Il primo passo è valutare l'indice di massa corporea (rapporto tra peso e altezza), che ci permette di capire se siamo normopeso, sovrappeso od obesi.

**Basta eseguire questo semplice calcolo:**

peso (kg)/altezza (cm)/altezza (cm).

- **Sottopeso** < 18.5
- **Normopeso** 18.5 - 24.9
- **Sovrappeso** 25 - 29.9
- **Obesità 1 grado** 30 - 34.9
- **Obesità 2 grado** 35 - 39.9
- **Obesità 3 grado** ≥ 40

L'altro parametro fondamentale è la misurazione della circonferenza addominale, misurata con un metro da sarta ad un centimetro dall'ombelico. Essa consente la valutazione del rischio di complicanze cardiovascolari: maggiore è il giro vita e tanto maggiore è il rischio di complicanze. Circonferenze maggiori di 102 cm nell'uomo e di 88 cm nella donna sono patologiche.

Una volta stabiliti questi para-

metri, cosa possiamo fare per mantenere sano il nostro cuore?

**Perdere peso in tre mosse...**

- **Non saltare mai pasti** (se non ci si nutre a sufficienza, inevitabilmente poi si mangerà di più)
- **Praticare attività fisica tutti i giorni:** è molto importante in quanto determina cambiamenti fisici e psicologici essenziali per la perdita del peso. L'esercizio fisico apporta benefici fisici significativi anche nel lungo termine: deve quindi diventare un' "abitudine" quotidiana; per ottenere benefici percepibili sono indicati 20' x 2volte/die. (la cosa più semplice è di lasciare la macchina ad un isolato prima del luogo di lavoro o se si usano i mezzi pubblici di scendere una fermata prima...meglio ancora andare a piedi o in bicicletta se il luogo di lavoro non è troppo distante)
- **Cambiare le modalità di cottura**

Per tutti: è importante consumare almeno 30 g di fibre, contenute in frutta e verdure, limitare l'uso del sale (6 g al giorno) Per chi è normopeso è importante seguire alcune regole come:

- utilizzare metodi di cottura semplici (vapore, piastra, microonde, pentole e tegami antiaderenti che è sufficiente un-



L'educazione a un corretto stile di vita anche nell'alimentazione è l'oggetto di varie indagini condotte dal nostro Gruppo Scuola. I dati raccolti e i contributi di medici ed esperti di nutrizione sono stati poi oggetto di corsi specifici per docenti.

gere; per aumentare il liquido di cottura usare latte scremato, acqua, brodo vegetale e vino bianco secco) ricorrendo liberamente all'uso di pomodoro, limone, aceto, aceto balsamico, erbe, spezie...;

- non utilizzare mai l'olio in cottura ed evitare i grassi animali come burro, lardo, strutto, margarina.
- evitare i fuori pasto (in caso di fame utilizzare verdure fibrose come sedano, carote, finocchi come spezzafame);
- evitare cibi precotti ed al alto

contenuto di grassi (primi piatti e verdure già conditi, insaccati, wurstel, frittore ....), spesso ricchi anche di sale, alcolici, bibite gassate dolci (si possono scegliere eventualmente bibite gassate a ridotto contenuto di zuccheri e calorie)

- Usare bicchieri alti e stretti per bere il vino (se ne versa circa il 10% in meno)

Per chi è sovrappeso/obeso, oltre a queste semplici regole si possono utilizzare alcuni altri semplici consigli come:

- utilizzare piatti piccoli per non

avere la sensazione che le porzioni siano scarse

- mangiare lentamente, seduti e masticando adeguatamente per aumentare il senso di sazietà
- andare a fare la spesa a stomaco pieno, preparare sempre la lista spesa per evitare di acquistare più alimenti di quelli che occorrono
- usare posate di portata più piccola della media (riduce il consumo di cibo del 14%)
- Mettere a tavola solo quello che è stato preparato per il pa-

sto (evitare piatti con formaggi, affettati se non previsti).

Con questi semplici consigli è facile mantenere il peso, nel caso fosse necessario perdere peso, non bisogna mai affidarsi a diete fai da te o prodotti da banco in farmacia o in erboristeria, ma consultare medici esperti in nutrizione.

**dott.ssa Cristina Rocco**  
Responsabile Centro Disturbi della Nutrizione  
Clinica Medica A.O. San Gerardo

## Sport Cardioprotetto



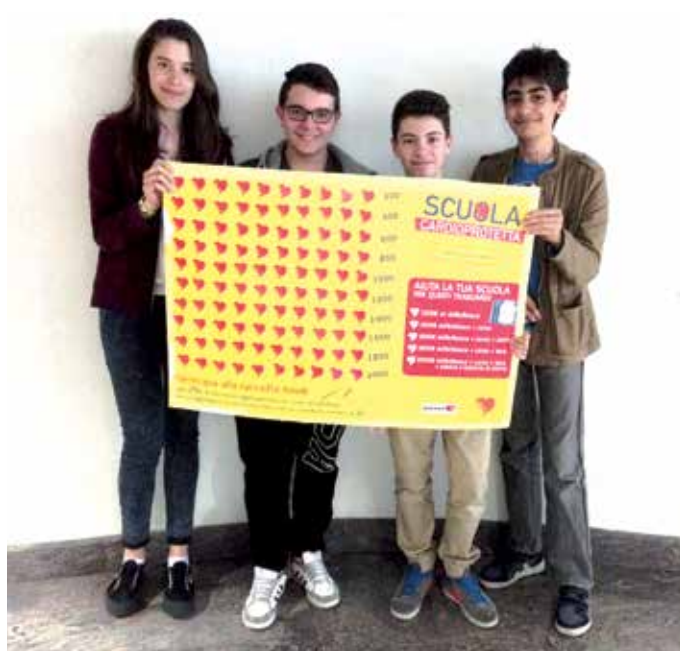
## MGM LESMO

SERVE UN DEFIBRILLATORE? DETTO, FATTO!

Le associazioni sportive hanno ormai l'obbligo per legge di dotarsi di defibrillatore.

La MGM di Lesmo, una importante struttura sportiva con campi di calcio utilizzati da centinaia di atleti e appassionati di tutte le età, si era vista inspiegabilmente esclusa dal programma di dotazione di defibrillatore che comune e privati avevano programmato sulla città. Fortunatamente l'idea/supporto di Brianza per il Cuore e la caparbietà di Angelo, uno degli istruttori, nella foto, hanno consentito la raccolta fondi necessaria per defibrillatore e corsi in meno di 3 settimane.

## Scuola Cardioprotetta



## PREZIOSINE

RACCOLTA RECORD PER UN DAE

Anche l'Istituto Preziosissimo Sangue di Monza si era trovato escluso dal programma di dotazione di DAE riservato alla scuola pubblica.

Grazie però alla formula proposta da Brianza per il Cuore il defibrillatore è oggi una realtà raggiunta in tempi record di solo qualche settimana.

L'idea? Coinvolgere tutti coloro che frequentano direttamente, scolari e docenti, o indirettamente, genitori, la scuola in una simpatica gara di raccolta fondi con un contributo minimo: bastano anche soli due euro a testa!

## Il Progetto



## LA SCUOLA, LA PALESTRA

CARDIOPROTETTE? COSA POSSIAMO FARE

Per quelle strutture private o di piccole dimensioni, escluse dai programmi pubblici di dotazione di defibrillatore, Brianza per il Cuore ha messo a punto un kit composto da tabellone e blocchetti di biglietti per dar vita a una simpatica gara di raccolta fondi che possa coinvolgere tutti gli utilizzatori e frequentatori della struttura.

Sembra incredibile ma basta un contributo minimo di due euro a persona per raggiungere in poco tempo l'obiettivo. Il kit è a disposizione gratuitamente presso la nostra segreteria 039 2333487 /info@brianzaperilcuore.org



# Shopping tra le vie di MEDA

**Negozio Storico**

Stile  
qualità  
prezzo e  
cortesia

BOUTIQUE  
BONELLI  
SPORT  
MEDA  
Via Orsini 15/A  
Tel. - Fax 0362 347001

Tradizione  
ed  
innovazione

Only the best!

**NF**

**NOBILI FERRAMENTA**  
20821 Meda (MB) - Italia Via Einaudi 59 / 61  
Tel. + 39 0362 72026 / 343410 - Fax + 39 0362 72040  
www.nobiliferramenta.it - info@nobiliferramenta.it

**NOBILISTORE**  
La tua ferramenta a portata di click  
www.nobilistore.it

**OSTERIA  
OSS BÜS**

VICOLO COMUNALE, 4 - 20821 MEDA (MB)  
TEL. 0362 1705528 - 345 8556144  
www.ossbus.com - info@ossbus.com  
facebook: OSTERIA OSS BUS MEDA  
cucina aperta fino alle ore 23.00  
chiuso martedì e sabato mezzogiorno

**Junior B.**

ORFICERIA  
OROLOGERIA  
ARGENTERIA  
OTTICA

CENTRO LENTI A CONTATTO

JUNIOR B è F.LLI BUZZI s.n.c. - Via Sordani, 2 - 20821 Meda (MB) - Tel. 0362 70083  
www.juniorb.com

**coren**

*Ama la tua casa*

- Biancheria per la casa, letto, bagno, pranzo, cucina, arredo, soggiorno
- tende in & outdoor e tendaggi su misura con posa in opera
- Tappeti moderni, orientali naturali e in pelle
- Letti e materassi
- Intimo, homewear e abbigliamento
- Teleria bimbo
- Oggettistica
- Consulenza architetti e di interni e di esterni
- Pavimenti

**REALIZZIAMO TUTTO SU MISURA**

- Lavaggio e restauro tappeti
- Area gioco bimbi
- Parcheggio

Via Piave 7 (ang. via Isonzo) - 20821 MEDA  
Tel. 0362.70002 • Fax 0362.340535 • negozi@coren.it • coren.it

**SUPER MERCATO**

**MEDESA**  
VIA DANTE, 40  
Tel. 0362.343269

**50° ANNIVERSARIO**

**MEDA**

**siema**

**CONSEGNA A DOMICILIO**

**irpa**

dal 1961

**PASSAMANERIE**

Via Orsini, 30 - 20821 Meda (MB)  
Tel. 0362.70100 - Fax 0362.72804  
info@irpa-meda.it

**MISTER  
BABY**

Abbigliamento 0-14

to be too aletta baby

catimini **Petrol**  
PETROL INDUSTRIES

Via Cadorna, 7 - 20821 MEDA (MB)

**LA FIORIERA**

Addobbi per ogni occasione  
Realizzazione e manutenzione  
giardini e terrazzi

**DISTRIBUTORE SELF 24/h 7 giorni su 7**

Via Roma, 26 - 20036 MEDA  
Tel. 0362 73909  
www.lafioriera.it

Nell'affascinante cornice del Centro Storico di Meda puoi trovare ancora piccole o grandi attività commerciali dove qualità e cortesia sono prerogativa di un servizio sempre impeccabile.

**IL COMMERCIO E LO SPORT APRONO LE PORTE ALL'ESTATE**





**La prevenzione.** Da ALICe Brianza le misure preventive adeguate contro l'ictus cardioembolico

# FA: una delle cause più frequenti di ictus

Da molti anni ALICe - Associazione per la Lotta all'Ictus Cerebrale - si occupa di prevenzione dell'ictus. ALICe è organizzata in rete su tutto il territorio nazionale, riconosce un coordinamento centrale - ALICeItalia - e un coordinamento regionale. Ci sono poi le sezioni territoriali e fra queste la nostra, ALICe Brianza, nata nel 2002. Le collaborazioni con altre associazioni di volontariato sono state numerose e fra queste assume particolare importanza quella con Brianza per il Cuore.

Le iniziative della Associazione sono prevalentemente orientate all'informazione della popolazione, come riconoscere l'ictus cerebrale, quali sono le cure possibili, come prevenirlo modificando le proprie abitudini di vita e conoscendo i fattori di rischio, come gestire il malato nel post-ictus fronteggiando le numerose difficoltà che questo comporta. In occasione del mese di aprile dedicato alla prevenzione e in occasione della giornata mondiale dell'ictus, a ottobre, ALICe organizza incontri pubblici durante i quali vengono svolte conferenze didattiche e viene coinvolta la cittadinanza per una valutazione diretta dei fattori di rischio.

La presenza di fattori di rischio comuni a tutte le malattie cardiovascolari e una evidente affinità di intenti ha reso facile lo sviluppo di sinergie con Brianza per il Cuore: questo si è tradotto nella partecipazione di ALICe alle Isole della Salute, alla compilazione

congiunta di una card con il comportamento da seguire davanti all'insorgenza di un infarto di cuore o di un ictus, a frequenti contatti fra le rispettive segreterie per iniziative di comune interesse.

L'argomento dell'anno, condiviso con una organizzazione gemella titolare della campagna "Stop all'Ictus", è quello della fibrillazione atriale (FA): fra i tanti fattori di rischio esistenti ed in grado di provocare un ictus di natura ischemica (ipertensione, diabete, fumo, ipercolesterolemia, sedentarietà, sovrappeso), quello delle cardiopatie e in particolare della FA è fra i meno considerati. La FA può favorire all'interno delle cavità del cuore la formazione di piccoli coaguli che seguendo la corrente sanguigna vanno ad ostruire le arterie del cervello determinando un'ischemia spesso grave, con parestie, paralisi di arti, o in casi ancor più gravi morte. Si parla comunemente di ictus cardioembolico.

La FA è una delle cause più frequenti di ictus ed è spesso misconosciuta: si tratta di una alterazione del ritmo cardiaco che colpisce 1 milione di persone nel nostro paese ed si associa ad un rischio globale di ictus 5 volte maggiore rispetto alla popolazione che non ne soffre. Il rischio aumenta poi in modo esponenziale con il progredire dell'età, con tutte le conseguenze prevedibili. Dei 200 mila casi di ictus mediamente stimati ogni anno in Italia 30 - 36 mila sarebbero im-



**Fattori di rischio comuni fra ictus e malattie cardiovascolari determinano sinergie, fra le onlus Alice e Brianza per il Cuore, sviluppate negli eventi "Le Isole della Salute" per l'educazione e la prevenzione.**

putabili alla FA. E' quindi fondamentale che la popolazione sia consapevole di dover adottare misure preventive adeguate: i termini del problema sono esaurientemente esposti nell'articolo a firma del dott. Rovaris che compare in questo numero. Una costante profilassi farmacologica con gli anticoagulanti è la chiave del successo: se in passato essa presentava qualche difficoltà di gestione come la necessità di frequenti controlli per il dosaggio dei dicumarolici (farmaci tuttora in uso e non sempre sostituibili), oggi esiste un'alternativa, quella dei cosiddetti nuovi anticoagu-

lanti, decisamente più maneggevoli e con buone garanzie di sicurezza. Un compito importante per ALICe Brianza e Brianza per il Cuore è quello di proseguire nella campagna perché la FA venga conosciuta e venga individuata quando non ancora nota nelle singole persone; a questo scopo possono essere usati durante le operazioni di screening strumenti che accanto alla misurazione della pressione arteriosa forniscono una informazione preliminare riguardo l'esistenza di una FA, da poi meglio verificare con lo specialista cardiologo.

**dott. Vittorio Crespi**  
**Neurologo, ALICe Brianza Onlus**

## Un aiuto per l'emergenza



## La Card per riconoscere i sintomi dell'attacco cardiaco o dell'ictus

Il tempo è tutto in caso di attacco cardiaco, e di ictus. Per questo Brianza per il Cuore, in collaborazione con i Rotary Club della provincia di Monza e Brianza, ha promosso questa campagna di informazione che porta come slogan "Riconosci l'emergenza e allerta l'1.1.8" rivolta a tutti i cittadini.

Questa card può aiutare in caso d'emergenza per attacco cardiaco e ictus, insegnando a riconoscere i segnali d'allarme e ad allertare l'1.1.8. La card è gratuita e la si può trovare in dispenser presso le farmacie, i medici di base, oppure può essere richiesta direttamente a Brianza per il Cuore Onlus.

**Intervista.** Il dottor Giovanni Rovaris, della Cardiologia dell'Ospedale San Gerardo, ci illustra una patologia insidiosa

# La fibrillazione atriale, un problema in crescita

Gli studi non lasciano spazio a dubbi: l'aritmia che più frequentemente affligge la popolazione mondiale è la fibrillazione atriale (FA). Ne soffre circa una persona su 4. Una percentuale destinata tra l'altro a crescere sensibilmente negli anni a venire a causa dell'invecchiamento della popolazione. Ne abbiamo parlato con il dottor Rovaris, cardiologo dell'Ospedale San Gerardo.

## Partiamo dal principio, come si presenta la Fibrillazione Atriale?

La FA si presenta nella maggior parte dei casi come un battito cardiaco disordinato, non regolare, spesso veloce, che può essere accompagnato da sensazioni di malessere caratterizzate da mancanza di fiato o senso di affaticamento anche per sforzi minimi o addirittura a riposo.

## È un'aritmia insidiosa?

Purtroppo sì. Ad essa è correlato l'aumentato rischio di svi-

luppate trombi (piccoli coaguli di sangue) all'interno delle camere cardiache che possono essere veicolati alla testa, occludere i vasi sanguigni del cervello e provocare ictus con tutte le conseguenze correlate (paralisi, limitazioni funzionali, morte). Per questo motivo chi soffre di FA deve prendere farmaci anticoagulanti come Coumadin, Sintrom o i nuovi anticoagulanti orali (NAO), mentre aspirina ed altri antiaggreganti non sono sufficienti.

## Come ci si accorge di soffrirne?

Sfortunatamente non sempre la fibrillazione atriale fa sentire la propria presenza: così una parte della popolazione, non accorgendosi di averla, è maggiormente esposta al rischio di formare trombi. Dato il largo uso nella popolazione di dispositivi automatici per la misurazione della pressione, è importante sapere che essi sono in grado di segnalare quando la frequenza del cuore non è rit-

mica: in tali casi è consigliabile rivolgersi rapidamente al proprio medico per un controllo.

## Da cosa dipende la fibrillazione atriale? E come si cura?

La FA nasce dall'atrio di sinistra e più precisamente nella zona dove si trovano le vene polmonari, i vasi che portano al cuore il sangue ossigenato dai polmoni. È un'aritmia che non guarisce: inizialmente si presenta in modo intermittente, va e viene, dura poco (ore, non giorni), ma poi evolve perché modifica l'ambiente in cui "abita" dilatandolo e cercando di sostituire il tessuto normale con uno modificato. Così facendo crea le condizioni per rimanere sempre più a lungo. In questa seconda fase l'aritmia non si interrompe da sola ed è necessario eseguire una cardioversione farmacologica (iniettare un farmaco in grado di interromperla) o, quando questa non funziona, la cardioversione elettrica: si addormenta la persona per qualche minuto

per dare una scossa elettrica che interrompe l'aritmia. Alla fine i cambiamenti imposti dall'aritmia procedono a tal punto da diventare irreversibili e il ritmo di fibrillazione atriale sostituirà totalmente quello normale; in questa terza fase non c'è più niente che si possa fare per riportare il normale ritmo del cuore.

## Quali sono le armi in possesso del medico per combatterla?

In verità non molte. Inizialmente l'unica strada era quella dei farmaci: bisogna però sottolineare come i farmaci per la fibrillazione atriale (chiamati antiaritmici), vecchi e nuovi, abbiano fallito. Essi infatti non curano la causa e sono efficaci nel limitarne il ritorno solo nel 40-50% dei casi. Da qualche tempo si è fatta avanti però una nuova opportunità: l'ablazione transcateretere, un'ablazione della fibrillazione atriale per isolamento elettrico delle vene polmonari.

## Chi può sottoporsi all'ablazione transcateretere?

L'ablazione è attualmente dedicata a quella parte della popolazione relativamente giovane (età inferiore a 70-75 anni) che avverte i sintomi dell'aritmia e che ha un cuore ancora non molto modificato. In questa popolazione l'efficacia dell'ablazione, espressa dai maggiori lavori scientifici mondiali, è del 75% (molto superiore ai farmaci). Il centro di elettrofisiologia dell'Ospedale San Gerardo, del quale faccio parte, è un centro ad alto volume di procedure ablative e si occupa di fibrillazione atriale da molti anni. Dalla fine degli anni '90 abbiamo istituito un ambulatorio dedicato alla FA e seguiamo i pazienti nel loro percorso dapprima con i farmaci, valutandone l'efficacia, poi con l'ablazione, controllando il risultato di tale operazione anche mediante tecnologie di controllo a distanza ("home monitoring").

## Un centro all'avanguardia dunque?

Siamo andati di pari passo con l'evoluzione delle tecniche ablative fin dal loro esordio, arrivando attualmente ad avere a disposizione le più moderne tecnologie per eseguire operazioni nel modo più rapido, efficace e sicuro. E che il lavoro svolto dalla nostra équipe elettrofisiologica (medici, infermieri e tecnici di elettrofisiologia) sia di primo ordine lo dimostra il fatto che, in termini di efficacia, abbiamo raggiunto nell'ablazione della fibrillazione atriale le stesse percentuali di efficacia dei maggiori centri mondiali.

## E per il futuro?

L'evoluzione tecnologica nel campo dei sistemi per il trattamento delle aritmie procede spedita. Noi non ci faremo trovare impreparati quando sarà il momento di applicarla, nella speranza un giorno di risolvere questa aritmia pericolosa ed invalidante.



SPECIALE



BRIANZA PER IL CUORE

A cura di SPM Monza Brianza

**Prevenzione.** La cardiologia del San Gerardo incontra degenti del reparto con i loro familiari e cittadini

# RIPARTE IL PROGETTO "PENSACI"

## Incontri di educazione sanitaria sulla cardiopatia ischemica

"Guarire talvolta, alleviare spesso, confortare sempre".

Questo "motto", attribuito ad un anonimo del XVI secolo, continua ad essere attuale anche in un'epoca come la nostra, caratterizzata da un grande contenuto tecnologico della Medicina ed in particolare della Cardiologia.

I Pazienti cardiopatici ischemici infatti, sono a tutti gli effetti malati "cronici" (l'aterosclerosi è una patologia degenerativa) in cui, i grandi progressi ottenuti (pensiamo alla terapia dell'infarto miocardico acuto con angioplastica od alla possibilità di sostituire le valvole cardiache senza apertura del torace sino alla terapia chirurgica delle aritmie) paradossalmente richiedono una assistenza ed una attenzione maggiore dopo la fase acuta per mantenere i risultati ottenuti.

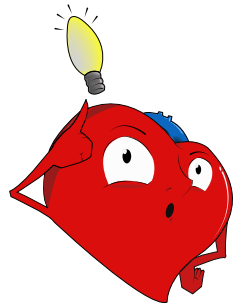
Si capisce perciò perché l'educazione sanitaria sia uno strumento sempre più importante per promuovere la salute ed attuare modifiche sullo stile di vita e sui modelli di comportamento per attuare una prevenzione (anche dopo un evento acuto) efficace.

**Non è un caso che il progetto "PENSACI" nasce, nel lontano 2006, dalla passione e dalla pro-**

**fessionalità di un gruppo di infermieri dell'Unità Coronarica del nostro Ospedale.**

Si voleva produrre materiale informativo da distribuire ai pazienti colpiti da infarto miocardico, per aiutarli a capire la malattia ed a correggere i fattori di rischio ad essa correlati.

Si è trattato di un lavoro gratuito, fatto con passione, nei ritagli di



PENSACI

tempo o la sera, che è diventato realtà grazie alla grande motivazione delle persone.

Così Vera, Daniela ed Alberto iniziarono a raccogliere materiale, che una volta pronto aveva più le dimensioni di un trattato di Cardiologia che di un opuscolo informativo.

Vennero coinvolti altri: Michele e Manuela oltre ad alcuni medici

convinti della necessità di fornire informazioni scritte al paziente e con lavoro d'equipe il "trattato" venne revisionato, modificato, tagliato e ritornò ad essere un opuscolo.

E qui, senza l'opera di Brianza per il Cuore, che accettò di accollarsi l'onere e l'onore dei costi per la stampa tutto si sarebbe potuto fermare.

Invece molto rapidamente si arrivò al formato stampato: bellissimo e soprattutto per i tempi assolutamente innovativo.

A quel punto si discusse su come utilizzarlo, non bastava consegnarlo ai pazienti, ci si accorse della necessità di avere uno spazio dedicato a loro.

Nacquero così degli incontri serali mensili, con i Pazienti e le loro famiglie (la malattia infatti non è mai solo un evento individuale!) per spiegare ed ascoltare insieme. Un "faccia a faccia", un dedicarsi del tempo (cosa spesso difficile in ospedale) per raccontare la patologia, la cardiopatia ischemica, per dare risposte alle domande e per cercare di chiarire i dubbi e le perplessità che accompagnano sempre l'insorgenza di una malattia.

L'incontro aveva un "format" pre-



Gli incontri di Pensaci sono tenuti da cardiologi e infermieri presso la sala riunioni della U.O. di Cardiologia del San Gerardo. (4° piano, settore C) Prossimo incontro: 27 Maggio, h. 21,00

ciso, via via adeguato all'esperienza: una, due relazioni iniziali supportate da diapositive, con schemi e disegni esplicativi, sui fattori di rischio, lo stile di vita e sui diversi aspetti della malattia, poi via libera alle domande, alle esperienze ed anche (più spesso di quanto si creda) ai "consigli" dei pazienti.

Anche il gruppo di lavoro si è allargato ad altri infermieri Morena, Viviana, Emanuela S e Medici. Di recente si è sentita la necessità di una rivisitazione completa del

materiale: in 10 anni tante cose sono cambiate (farmaci, tecniche, durata e tipologie di degenza etc) ed anche la malattia è cambiata! Torno a sottolineare il carattere assolutamente libero e gratuito dell'iniziativa!

**Gli incontri, le cui date sono sempre indicate sul sito dell'Associazione Brianza per il Cuore, sono sempre momenti utilissimi e semplici, una possibilità di rapporto vero.** Il nuovo opuscolo è ormai giunto in dirittura d'arrivo, e contiene pagine utili circa la cor-

rezione dello stile di vita, la dieta, l'attività fisica e lavorativa, l'azione dei farmaci e il tipo di tecniche e di terapia che noi quotidianamente usiamo.

Ritornando al motto dell'anonimo del seicento potremmo dire:

**"Guarire talvolta, alleviare spesso, confortare ed educare sempre".**

Vi aspettiamo ai "Pensaci"! Per tutta la Cardiologia del San Gerardo

**Dott. Felice Achilli - Primario U.O. Cardiologia A.O. San Gerardo**

Jeep, con



## JEEP. LA GAMMA SUV PIÙ PREMIATA DI SEMPRE.

€ 499  
AL MESE€ 199  
AL MESE€ 349  
AL MESE€ 349  
AL MESE

SCOPRILA DURANTE I JEEP FREEDOM DAYS: SOLO A MAGGIO SU TUTTA LA GAMMA JEEP. 4 ANNI DI FINANZIAMENTO E 4 ANNI DI GARANZIA E MANUTENZIONE INCLUSI NEL PREZZO. TI ASPETTIAMO ANCHE SABATO 16 E DOMENICA 17.

# Jeep

Esempio di finanziamento con JEEP EXCELLENCE - RENEGADE LONGITUDE 1.6 MULTI-JET 120CV Prezzo Base € 22.216 (I.P.T. e contributo IPU esclusi), anticipo € 8.200, 48 mesi - 48 rate mensili di € 199 - Valore Garanzia Futuro pari alla Rate Finanziaria Residua € 10.187 (da pagare solo se il Cliente intende tenere la vettura). Importo Tot. del Credito € 12.322 (incluso 2 anni di garanzia commerciale aggiuntiva facoltativa € 1.765, 4 anni/80.000km di manutenzione programmata su omologhi, SaverCity, € 200, Prorata Provvista Distributiva € 924,25, spese pratica € 300 + bolli € 161, interessi € 2.339,50). Importo Tot. dovuto € 19.765, spesa iniziale SCPA € 3,5€ e rata, prima rata € 0€ e 3 per anno. TAN fisso 9,51% TRECC 5,42%. Salvo approvazione JEEP FINANCING, iniziativa valida fino al 31 Maggio 2015 (con il contributo dei concessionari Jeep). Documentazione precontrattuale in Concessionaria. Messaggio pubblicitario a scopo promozionale. Jeep è un marchio registrato di FCA US LLC. Gamma Jeep: consumi ciclo combinato da 8 a 14,0 l/100km. Emissioni CO<sub>2</sub> da 120 a 227 g/km.

# Autolocatelli

www.locatelligroup.eu

VEDANO AL LAMBRO  
CINISELLO BALSAMO  
CERNUSCO SUL NAVIGLIO

Via Cesare Battisti, 143  
Via Dei Partigiani, 101/105  
Via Strada Padana Superiore, 28

Tel. 039.222161  
Tel. 02.2400185  
Tel. 02.92148223



SPECIALE



BRIANZA PER IL CUORE

A cura di SPM Monza Brianza

### Condominio cardioprotetto.

Un progetto all'avanguardia, in collaborazione con ANACI, per installare un defibrillatore in ogni palazzo

# Il 78% degli arresti cardiaci avviene in casa

Succede 78 volte su 100. Il cuore si ferma e mentre ci si accascia sul pavimento c'è qualcuno accanto che non sa cosa fare. Le statistiche raccolte da Brianza per il Cuore raccontano storie al di là dei numeri. Storie di quel 78% di persone che viene colpita da un arresto cardiaco proprio mentre è in casa. Difficile mantenere la calma quando si assiste all'infarto in diretta di qualcuno, praticamente impossibile quando a star male è un genitore, una moglie, un marito o un figlio. Difficile ma non impossibile. Occorre fermezza, lucidità e soprattutto rapidità. Ma prima di tutto è indispensabile avere le attrezzature necessarie a far ripartire il cuore e soprattutto sapere come metterle in funzione.

Sono nati così i progetti di scuola cardioprotetta e di sport cardioprotetto. Ma non basta. Ecco allora la nuova sfida: portare il defibrillatore nell'androne dei condomini, per aiutare a strappare alla

morte quel 78% di persone colpite da arresto cardiaco mentre si trovano in casa. Per il momento sono due i condomini che hanno aderito all'iniziativa promossa da Brianza per il cuore: uno in via Bellini 40 e un altro in via Monte Cervino 28 a Monza. Inizieranno il corso di rianimazione entro giugno e subito dopo sarà installata il defibrillatore negli spazi comuni dell'ingresso.

«Ci piacerebbe che anche altri decidessero di tutelare la propria salute frequentando i corsi di rianimazione e installando un defibrillatore - spiega Laura Colombo, presidente di Brianza per il Cuore -. La spesa è certamente accessibile, poco più del prezzo di un Ipad. Per prendersi cura della propria salute credo ne valga la pena».

Chiunque fosse interessato al progetto Condominio cardioprotetto può contattare direttamente la sede dell'associazione o sul sito: [brianzaperilcuore.net](http://brianzaperilcuore.net).



Nella foto i nostri istruttori, certificati AREU, e i neo Cittadini Salvacuore in uno degli ultimi Corsi BLS/D al Binario 7

### Il corso gratuito

## ANCHE TU CITTADINO SALVACUORE

L'Associazione Brianza per il Cuore onlus da tempo ha avviato una campagna su Monza e Brianza per aumentare il numero di defibrillatori presenti sul territorio e per formare il più ampio numero di persone in grado di usarli. Il progetto di diffusione del defibrillatore DAE, destinato all'uso da parte dei laici o "first responder" cioè personale non medico, è nato nell'anno 2000 grazie alle donazioni di tanti cittadini sensibili, di altre Associazioni Onlus, di Imprenditori, di Club di Servizio e ha consentito l'acquisto di diversi defibrillatori, collocati sia sui mezzi base di soccorso, che sui mezzi delle Forze dell'Ordine, che in molte scuole e società sportive.

Nell'ottica però di riuscire ad avere dei defibrillatori disponibili 24 ore su 24, e facilmente raggiungibili grazie ad adeguate segnaletiche è nato il Progetto MONZA CARDIOPROTETTA: Brianza per il Cuore, su indicazione dell'118 di Monza e Brianza e con la collaborazione del Comune di Monza, ha individuato 13 postazioni strategiche (8 nella città e 5 nel Parco Reale) dove sono

stati collocati i defibrillatori telecontrollati di ultimissima generazione.

Tutto questo è accompagnato dalla possibilità, data a tutti i cittadini di Monza, di seguire un corso gratuito di addestramento della durata di cinque ore, che li abiliterà come "first responders". Per diventare un CITTADINO SALVACUORE, basta compilare il form di iscrizione (disponibile sul sito [www.brianzaperilcuore.org](http://www.brianzaperilcuore.org)) al corso gratuito di addestramento che vi abiliterà come "FIRST RESPONDER". I corsi, durata 5 ore, si tengono di sabato al Binario 7 di via Turati a Monza secondo il calendario presente sul sito. Il corso è riservato esclusivamente ai cittadini di Monza e Brianza che non siano dirigenti, allenatori e collaboratori di società sportive.

Fino ad oggi sono 2926 i FIRST RESPONDER addestrati nei nostri corsi: 22 corsi BLS/D per cittadini Salvacuore, 768 addestrati - 32 corsi BLS/D per Società Sportive, 1159 addestrati - 16 corsi BLS/D per le Scuole, 346 addestrati - 29 corsi BLS/D per le Aziende, 408 addestrati - 24 corsi BLS/D per laici, 245 addestrati.



# STUDIO DENTISTICO DR. FILIBERTO VAGO

Noi sosteniamo i progetti di Brianza per il Cuore



“Curiamo le malattie della bocca e dei denti, il trascorrere del tempo sul viso, la bellezza del sorriso”

dal 1991  
Dentista  
in Monza

IGIENE E PROFILASSI | ESTETICA | TERAPIA CONSERVATIVA | ENDODONZIA  
PROTESI | CHIRURGIA | IMPLANTOLOGIA | ORTODONZIA | DERMATOLOGIA

Via Anita Garibaldi, 1 - 20900 Monza - Tel 039 386654/55 Fax 039 386725 - [info@vago.it](mailto:info@vago.it) - [www.vago.it](http://www.vago.it)





SPECIALE



BRIANZA PER IL CUORE

A cura di SPM Monza Brianza

Domenica 27 settembre 2015

# Tutti al parco, alla "Cascina San Fedele", per la Giornata Mondiale del Cuore

Anche quest'anno vogliamo richiamare l'attenzione di tutti sulla Giornata mondiale del Cuore che si celebra in Italia e nel mondo l'ultima settimana di settembre.

Nei nostri "Vent'anni con il Cuore", con delega della Fondazione Italiana per il Cuore per l'area Monza e Brianza, abbiamo sempre organizzato l'evento nel centro di Monza, all'Arengario.

Quest'anno, con l'obiettivo di far conoscere le nostre iniziative a sempre più gente, ci trasferiamo in una sede più ampia e accogliente, il Parco di Monza alla Cascina San Fedele, che per le varie iniziative organizzate per tutta la domenica diventa "La Cascina del Cuore".

Si comincia subito al MATTINO DALLE 9,00, per chi sceglie l'attività fisica, con BRIANZA PER IL CUORE RUN, una marcia non competitiva organizzata grazie alla collaborazione di Monza Marathon Team (MTM)

Mentre è in corso la marcia, chi è in visita alla cascina può accedere alle "Isole della salute", dalle 9,00 alle 11,30 e monitorare gratuitamente i propri fattori di rischio cardiovascolare: Glicemia e Colesterolo - Pressione - Controllo circonferenza addominale - eventuale ECG se necessario - analisi antifumo - prevenzione ictus. Alla fine del percorso un



medico analizzerà globalmente i dati di rischio rilevati.

Durante la mattinata ci sarà varie di supporter della nostra associazione e il gazebo informativo di Brianza per il Cuore con gadget, news, materiale divulgativo dell'Associazione ecc e possibilità di affiliazione o donazioni. Ampio il programma di intrattenimento per i bambini per tutta la giornata: dal muro per arrampicata dei Vigili del Fuoco, a percorsi educativi su "il corpo umano" oppure "la circolazione sanguigna", coinvolgimento artistico per realiz-

zare piccole e grandi "opere d'arte" con il gruppo StreetArtPiù. Presenza di ambulanza attrezzata visibile e altro materiale medico in mostra mezzi dei Vigili del Fuoco Per garantire una giornata piena, con tutta la famiglia al Parco, daremo la possibilità di una convenzione a prezzo speciale per la PAUSA PRANZO con le strutture vicine alla Cascina S. Fedele, in particolare per chi si presenta con il pettorale della gara. La Giornata del Cuore riprende al POMERIGGIO DALLE 14.00. Ci sarà una parte PRATICA D RCP gestita dai

nostri istruttori BLS/D su manichini, una CULTURALE/SANITARIA gestita dai cardiologi e SVAGO/INTRATTENIMENTO gestita da volontari e StreetArtPiù.

Si potrà far visita al CORNER CARDIOLOGICO "I percorsi del cuore" con presenza di personale medico e infermieristico dei reparti di cardiologia, cardiocirurgia e 118 nel quale ci saranno 3-4 eventi sui seguenti argomenti: l'infarto dal territorio all'ospedale - quando il cuore diventa insufficiente - le cardiopatie del bambino - le nuove frontiere della

cardiologia.

Si potrà inoltre far visita al CORNER NUTRIZIONISTA, a quello per le strategie ANTIFUMO E al CORNER PREVENZIONE ICTUS in collaborazione con ALICE Brianza Onlus.

## "BRIANZA PER IL CUORE RUN"

Marcia non competitiva di 5 Km, organizzata in collaborazione con Monza Marathon Team (MMT) Per gli atleti che volessero cimentarsi in modo più impegnativo sarà possibile il doppio giro per un totale di 10 Km. E' prevista una classifica a parte

per medici e infermieri.

Ritrovo per ultime iscrizioni in loco alle ore 9,00 Cascina San Fedele, Parco di Monza. La partenza prevista per le ore 10,30.

Iscrizioni on line sul sito OTC con link dal sito MMT. Il costo dell'iscrizione di € 10 + donazione libera. Iscrizione gratuita per i concorrenti under 18 (+ donazione libera).

Il pettorale sarà personalizzato con logo Brianza per il Cuore e darà diritto a particolari convenzioni per pausa pranzo. Pacco Gara per tutti i partecipanti con simpatici gadget.



**SAVE THE DATE**  
Domenica 27 settembre 2015  
PARCO DI MONZA (Cascina San Fedele)



**BRIANZA PER IL CUORE RUN**



Iscrizioni su [www.otc-srl.it](http://www.otc-srl.it) • [www.brianzaperilcuore.org](http://www.brianzaperilcuore.org) • [www.monzamarathonteam.it](http://www.monzamarathonteam.it)

## Diventa socio



## LA SPECIAL CARD SOSTIENE I NOSTRI PROGETTI

Condividi e sostieni le nostre iniziative e scopri i vantaggi per i soci grazie alla CARD che da diritto a usufruire delle speciali iniziative ed agevolazioni, per la cura del tuo cuore.

Sono previste convenzioni con:

- Farmacie • CAM Centro Analisi Monza • Palestre e associazioni sportive per l'attività fisica • Pirola Sanitari Monza • Cesana Assicuratori • Ottica Riga

• Priorità di accesso ad eventi organizzati dall'Associazione Verifica le agevolazioni in vigore al momento dell'utilizzo: sono visibili su [www.brianzaperilcuore.org/soci](http://www.brianzaperilcuore.org/soci) o si possono richiedere in segreteria. Tel 039 2333487

## La segreteria



## RINNOVATA LA NOSTRA SEDE. VI ASPETTIAMO

"Vent'anni con il Cuore" sigla tutte le iniziative organizzate per il nostro anniversario.

Vent'anni di vari avvicendamenti di persone e fatti che ci hanno portato agli attuali traguardi. Costante di questi anni la nostra sede storica, al secondo piano di Villa Serena all'interno del San Gerardo

Certo vent'anni avevano lasciato il segno anche sulla nostra sede e per adeguarla al progresso dei nostri progetti si è fatto un restyling di colore e arredamento per renderla più funzionale per chi vi lavora e più accogliente per chi ci fa visita. E voi? Quando passate in sede?

## L'attività fisica



## MONZA RESEGONE ALLA PARTENZA ANCHE I NOSTRI ISTRUTTORI

I nostri istruttori che abitualmente tengono i nostri corsi BLS/D conoscono, ovviamente, i benefici di una buona attività fisica. Beppe Molteni, vigile del fuoco e nostro istruttore, ha già vissuto l'esperienza di portare i colori di Brianza per il Cuore nella mitica corsa podistica Monza Resegone.

Quest'anno, in team con Sergio Lamperti e con una rappresentante del gentil sesso, rinnoveranno la sfida sempre sotto i nostri colori.

Allora portiamo in piazza "il cuore della brianza" per sostenere i nostri istruttori: l'appuntamento è all'Arengario per sabato 20 giugno, a partire dalle h. 20.



SPECIALE



BRIANZA PER IL CUORE

A cura di SPM Monza Brianza

**La giornata del cuore.** Prossimi appuntamenti in Brianza

# Controlla i tuoi fattori di rischio Cardiologico e impara a modificarli

Grande successo hanno sempre in Brianza "LE ISOLE DELLA SALUTE", da anni organizzate da Brianza per il Cuore in stretta collaborazione con le Avis locali della Brianza. Per molti è diventato l'appuntamento annuale per conoscere, gratuitamente, i propri valori di rischio cardiovascolare. Ma per rendere ancora più partecipe una maggior fascia di pubblico, il Comitato Scientifico di Brianza per il Cuore ha proposto dallo scorso anno una nuova formula. L'occasione nasce dal **Progetto 25by25 della OMS** sostenuto in Italia dalla Fondazione Italiana del Cuore, gli organizzatori della Giornata Mondiale del Cuore, che delega la nostra Associazione per l'area Brianza. Il progetto nasce per consolidare le basi che portino ad una riduzione del 25% della mortalità per le malattie cardiovascolari entro il 2025. "25by25" è un ambizioso ma possibile traguardo indicato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità. Ecco quindi la manifestazione "LA GIORNATA DEL CUORE". Prevede iniziative rivolte a un pubblico più ampio e possibilmente più giovane coinvolto in momenti educativi e ludici, esami, dimostrazioni BLS; tutto nel collaudato stile "Giornata Mondiale del Cuore". Quindi non più una sola mattinata di

esami ma, nella settimana dell'evento si organizzeranno:

- CONVEGNO EDUCATIVO/FORMATIVO PER LA POPOLAZIONE - Incontro di educazione, prevenzione, emergenza e testimonianze rivolta alla popolazione.
- COINVOLGIMENTO DELLE SCUOLE - Evento formativo precedente alla manifestazione finalizzato alla prevenzione, a sensibilizzare ad uno stile di vita sano e al coinvolgimento dei ragazzi così da portarli alle Isole con i genitori.
- LE ISOLE DELLA SALUTE - Mattina dedicata alla valutazione rischio globale di eventi cardiovascolari nei prossimi 10 anni sulla base delle nuove carte del rischio europee 2013. Target 40-70 aa. ECG (elettrocardiogramma) su campioni selezionati in base a criteri tipo rischio cardiovascolare elevato oppure fasce di età.
- RACCOLTA DATI - Informatizzata e finalizzata allo "studio", con nuova analisi fattore di rischio.
- POMERIGGIO DI PREVENZIONE - Dedicato ad attività educazionali per bimbi e ragazzi
  - RCP (Rianimazione Cardio Polmonare) su Mini Anne Kit - Dimostrazioni di BLS e uso del defibrillatore
  - Possibili tornei/gare di RCP o di attività per bimbi più piccoli.

**LA GIORNATA del CUORE**  
Interventi con convegni, esami e iniziative rivolte ad adulti e bambini

**OBIETTIVO WHF ENTRO IL 2025**  
RIDUZIONE DEL **25%**  
DELLA MORTALITÀ PREMATURA DOVUTA A MALATTIE CARDIOVASCOLARI

**PROSSIMI APPUNTAMENTI IN BRIANZA**  
13 settembre 2015 • ARCORE  
11 ottobre 2015 • NOVA MILANESE  
18 ottobre 2015 • SOVICO

Aggiornamenti e programmi su [www.brianzaperilcuore.org](http://www.brianzaperilcuore.org)

**Donazione.** Un lettoergometro per la cardiologia



## Diagnosi più accurate nei test sottosforzo

Il "lettoergometro", donato da Brianza per il Cuore al reparto di Cardiologia, è un apparecchio che permette la diagnosi di malattia coronarica attraverso la valutazione congiunta dell'elettrocardiogramma e dell'ecocardiocolor-doppler mentre il paziente effettua un esercizio di pedalata. La macchina è strutturata con un lettino basculante che termina con pedali, così che permetta di praticare l'esercizio da sdraiati (o angolati secondo necessità) mentre il medico, con la sonda ecocardiografica appoggiata sul torace, valuta come si comporta il cuore in

modo diretto, ovvero assistendo alla contrazione e potendo riconoscere eventuali deficit prodotti dallo sforzo ("ischemia"). In tal senso il lettoergometro potenzia di molto la capacità diagnostica in pazienti che, pur avendo una malattia coronarica, non ne mostrano segni significativi durante un test da sforzo tradizionale. Un ulteriore importante utilizzo è poi quello di valutare la funzione delle valvole e delle pressioni del cuore durante l'esercizio fisiologico con diagnosi molto più accurate nel paziente con malattia valvolare o ipertensione polmonare.

# SANTAMBROGIO TENDE

**ARQUATI**  
SUNCOLOR

## TENDAGGI - TENDE DA SOLE - ZANZARIERE

### PREVENTIVI GRATUITI

PREZZI PARTICOLARI PER CONDOMINI E COMUNITÀ

**Cesano Maderno**  
Via Molino Arese, 8  
Tel. 0362 551446  
Fax 0362 503475

**Cormano (Ospitaletto)**  
Strada Naz. dei Giovi  
(ang. Via XXIV Maggio, 2)  
Tel. 02 6150104 - Fax 0362 503475

[santambrogiotende@gmail.com](mailto:santambrogiotende@gmail.com) - [www.santambrogiotende.com](http://www.santambrogiotende.com)






[www.kia.com](http://www.kia.com)

## Maggio, mese del GPL Kia. 7 anni di garanzia, zero interessi.



The Power to Surprise

Solo a maggio la gamma Kia GPL può essere tua a interessi zero<sup>1</sup>, TAEG 3,27%, 7 anni di garanzia e costo per un pieno a partire da 18 euro.

Scopri-la anche sabato 16 e domenica 17.



**Limitazioni garanzia\* e dettagli offerta promozionale valida fino al 31.05.2015<sup>1</sup>**

\*Garanzia 7 anni/150.000 km escluso parti e/o componenti che hanno un limite naturale legato alla loro deperibilità temporale come: batterie (2 anni), sistemi audio, navigazione e intrattenimento audio/video (3 anni), pellicole (2 anni). Dettagli, limitazioni e condizioni su [www.kia.com](http://www.kia.com) e nelle concessionarie. Consumo combinato (l/100 km): Picanto da 4,2 a 6,2 - Venga da 4,2 a 6,0 - cee'd da 3,7 a 8,5. Emissioni CO<sub>2</sub> (g/km): Picanto da 99 a 110 - Venga da 110 a 140 - cee'd da 97 a 149. Annuncio pubblicitario con finalità promozionale. <sup>1</sup>Esempio rappresentativo di finanziamento *Join*Kia Picanto 1.0 ECO-GPL Glam: Prezzo € 10.700 (con incentivo Kia di € 1.500 + € 500 di premio targa per vetture immatricolate ed acquistate dal 01.05.2015 al 31.05.2015. I.P.T. e contributo pneumatici Fuori Uso (PFU) ex DM n.82/2011 esclusi); anticipo € 1.150, importo totale del credito € 9.550, da restituire in 36 rate mensili ognuna di € 275, importo totale dovuto dal consumatore € 10.034. TAN 0,00% (tasso fisso) - **TAEG 3,27%** (tasso fisso). Spese comprese nel costo totale del credito: interessi € 0, istruttoria € 350, incasso rata € 3 cad. a mezzo SDD, produzione e invio lettera conferma contratto € 1; comunicazione periodica annuale € 3 cad. (bolli inclusi); imposta di bollo € 16. Eventuali contratti relativi a uno o più servizi accessori (es. polizza assicurativa) sono facoltativi. Offerta valida dal 01.05.2015 al 31.05.2015. Condizioni contrattuali ed economiche nelle "Informazioni europee di base sul credito ai consumatori" presso le concessionarie. Salvo approvazione di Santander Consumer Bank. Offerta valida per contratti stipulati e vetture immatricolate dal 01.05.2015 al 31.05.2015, non cumulabile con altre iniziative in corso. Le foto sono inserite a titolo di riferimento.

Vieni a scoprire la gamma GPL da:

CONCESSIONARIA UFFICIALE KIA  
**F.LLI NOVARA** S.R.L.

Esposizione e Vendita: Via Milano, 115 - Seregno - Tel. 0362.235968 - [kia@fllinovara.it](mailto:kia@fllinovara.it)  
Assistenza e Magazzino Ricambi: Via Gramsci, 12 - Seregno - Tel. 0362.235968