



Direttore Editoriale e Direttore Responsabile: Luigi Pintus
Editore: Associazione Brianza per il Cuore
Consulente Editoriale: Antonello Sanvito
Registrazione Tribunale di Monza: n.1313 del 11/12/97
Stampa: Puntolinea s.a.s. Monza
Redattori e collaboratori: Clelia Farina, Giovanni Paltrinieri, Luigi Pintus
Progetto Grafico/editoriale: Puntolinea Advertising, Monza

N.3 Anno XI - Dicembre 2008

Periodico dell'Associazione Brianza per il Cuore • Reg. presso il Trib. di Monza col numero 1313 del 11/12/97

Poste Italiane Spa
 Spedizione in abbonamento postale
 D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n. 46)
 art. 1, comma2, DCB Milano

BRIANZA PER IL CUORE

News

Brianza per il Cuore e ASL3 alleati contro il fattore di rischio FUMO

GIOVANNI PALTRINIERI INTERVISTA IL DOTT. BIAGIO TINGHINO, NEO PRESIDENTE NAZIONALE DELLA SOCIETA ITALIANA DI TABACCOLOGIA.

Il tabagismo costituisce, secondo l'OMS, la prima causa di morte evitabile nei paesi occidentali e riguarda 12 milioni di italiani. Da qui l'interesse che chi si occupa di prevenzione e di benessere del cuore investa su questo tema. Brianza per il Cuore vanta un impegno più che decennale su questo argomento ed una collaborazione costante con l'ASL, in particolare col responsabile del Centro per il Trattamento del Tabagismo di Monza, il Dr. Tinghino. L'elezione del Dr. Tinghino alla presidenza nazionale della Società Italiana di Tabacologia rappresenta un chiaro riconoscimento ai risultati clinici e di ricerca ottenuti dal centro.

tutta Italia con un congresso tenutosi a Carate Brianza. In quell'occasione si consolidò l'alleanza con la Società de Tabacologie francese.

Paltrinieri: *L'alleanza con Brianza per il Cuore è stata fondamentale...*

Tinghino: Abbiamo avuto un ruolo sinergico. In particolare sulla prevenzione, attraverso la predisposizione di materiale didattico (grazie anche ad Enrica Cazzaniga e Gabriella Valagussa), la sperimentazione di programmi, il contributo alla Commissione Regionale per il Tabagismo. Alcuni dei progetti oggi diffusi dal Ministero- CCM sono nati da noi.

Paltrinieri: *Che ruolo ha avuto l'esperienza monzese nel panorama nazionale di lavoro sul tabagismo?*

Paltrinieri: *Come possono gli operatori sanitari affrontare in modo incisivo il problema del tabagismo coi loro pazienti?*

Tinghino: Sicuramente determinante. Il Centro per il Trattamento del Tabagismo ha mosso i suoi primi passi nel 1996, anno nel quale si svolse uno dei primi convegni sul fumo di sigaretta a Lissone, organizzato insieme a Franco e Gabriella Valagussa. Siamo stati tra i primi in Italia a strutturare un centro di terapia e nel 2000 a richiamare l'attenzione degli esperti di

Continua a pag. 14

PENSACI rappresenta il piccolo e prezioso frutto del lavoro di tanti che hanno deciso di mettere a disposizione, senza riserve, il loro entusiasmo umano e le loro competenze specifiche, contagiati dall'operosa professionalità del dottor Franco Valagussa e dal gusto creativo di sua moglie Gabriella. A loro, che nello spirito di questa iniziativa tanto si possono ritrovare, è dedicato questo ulteriore progetto educativo per i nostri malati cardiologici.



Questo Natale regalati l'Associazione

Puoi effettuare il versamento tramite il bollettino postale allegato o direttamente sul **C/C bancario N. 7220/08** Banco Ambrosiano Veneto, piazza S. Paolo 1 Monza. ABI 3069 CAB 20408.

Grazie di Cuore

Idea regalo utile per tutta la famiglia? Mini Anne Kit

E tutta la famiglia riunita, in meno di 30 minuti, impara l'indispensabile manovra salvavita di RCP. Richiedilo in segreteria: è disponibile a fronte di una offerta di soli € 35,00.

DA QUESTO NATALE IMPARA ANCHE TU A SALVARE UNA VITA.

Le noci del Cuore per la prevenzione e la ricerca sulle malattie cardiovascolari

Anche quest'anno in molte città d'Italia viene organizzata la campagna raccolta fondi per la prevenzione e la ricerca sulle malattie cardiovascolari.

A Monza "Brianza per il Cuore" collabora alla raccolta di fondi organizzata da Conacuore, Federazione Italiana di Cardiologia, Fondazione italiana per il cuore sotto l'egida del Ministero del Lavoro, Salute e Politiche sociali.

Un simpatico sacchetto di noci unito ad un volantino con ricette e indicazioni sui valori nutrizionali delle Noci del Cuore viene dato a quanti vorranno contribuire a tale iniziativa con una donazione di 5 euro. I sacchetti di noci saranno reperibili tutte le mattine presso la nostra segreteria o presso il mercatino organizzato in occasione delle nostre prossime manifestazioni.

Le noci: aspetti nutrizionali e salutistici

Un consumo regolare di noci, nell'ambito di una dieta a basso tenore lipidico, può ridurre il rischio cardiovascolare. Le noci infatti sono particolarmente ricche di grassi polinsaturi, composti in grado di svolgere un'importante azione di controllo dei livelli dei trigliceridi, di prevenzione delle irregolarità del battito cardiaco e di miglioramento del tono dell'umore.

Altrettanto importanti sono le loro proteine, in particolare l'arginina è essenziale per la salute delle nostre arterie perché le mantiene "elastiche" e le aiuta a dilatarsi. Importanti studi epidemiologici hanno mostrato come coloro che consumano quantità adeguate di noci (circa 30 grammi un paio di volte la settimana) abbiano una minore probabilità di incorrere nell'infarto e una probabilità quasi dimezzata di morte improvvisa.

DEDICATO A CHI SEGUE LE RAGIONI DEL CUORE

Seguire le ragioni del cuore fa bene allo spirito. E anche al portafoglio. Perché i contributi alle Onlus (Organizzazioni non lucrative di utilità sociale) danno diritto a uno sconto Irpef.

Per le Onlus il contribuente può scegliere tra:

1. la deducibilità dei contributi versati fino al 10% del reddito e con un tetto massimo di spesa di 70.000 euro. La spesa va indicata nella sezione II del quadro E al rigo E27, codice 3.
2. la detrazione, con aliquota del 19%, entro un limite massimo di 2.065,93 euro. Sezione I del quadro E, righe E19/E21 codice 20.

In genere è conveniente approfittare della deduzione perché il risparmio che si consegue è maggiore, soprattutto nei confronti del regime della detrazione previsto per le Onlus. E il guadagno è tanto maggiore quanto più elevato è il reddito. Ad esempio con un reddito lordo di 40.000 euro chi ne versa 2.000 ad una Onlus, con la detrazione, ha diritto a uno sconto Irpef di soli 380 euro. Con il regime della deduzione ne risparmia 760 (il 38%, aliquota che si paga su un reddito di 40.000 euro, di 2.000 euro). Va anche ricordato che la deduzione consente di ridurre la base imponibile delle addizionali regionali e comunali (che non subiscono alcun taglio per effetto della detrazione d'imposta).

Il versamento deve essere effettuato con sistemi di pagamento trasparenti: bonifico bancario, bollettino postale, assegno, carta di credito o di debito, mentre non è consentito il versamento in contanti. [...]

19%
 Il risparmio, come minor Irpef, grazie agli oneri detraibili

Dal Corriere Economia 7/04/08

Conservate la ricevuta, sia postale che bancaria, della vostra donazione, con la prossima dichiarazione dei redditi potrete godere dei benefici fiscali previsti dalla legge.

La nostra è una Associazione ONLUS: ogni vostra donazione comporta dei vantaggi fiscali.

Le persone fisiche: possono detrarre dall'imposta lorda il 19% dell'importo donato a favore delle ONLUS fino ad un massimo di E 2.065,83 (art. 15 comma 1 lettera i-bis del D.P.R. 917/86).

Oppure: dedurre dal proprio reddito le donazioni a favore delle ONG, per un importo non superiore al 2% del reddito complessivo dichiarato (art. 10 comma 1 lettera g del D.P.R. 917/86).

Le imprese: possono dedurre le donazioni a favore delle ONLUS per un importo non superiore a E 2.065,83 o al 2% del reddito di impresa dichiarato (art. 100 comma 2 lettera h del D.P.R. 917/86).

Oppure: dedurre dal reddito di impresa le donazioni a favore delle ONG, per un importo non superiore al 2% del reddito d'impresa dichiarato (art. 100 comma 2 lettera a del D.P.R. 917/86).

Brianza per il Cuore Onlus
 Villa Serena, via Pergolesi 33 - 20052 Monza

Tel 0392333487 - Fax 0392333223 - orari: 9.00/12.00
 info@brianzaperilcuore.org - www.brianzaperilcuore.org

Il saluto del Presidente

L'impegno di tante persone nel volontariato non conosce soste. Lo confermano anche le risposte, sempre sollecite, alle nostre iniziative. Dopo la dotazione di defibrillatori e ECG ai mezzi di soccorso, Brianza per il cuore ha puntato, quest'anno, principalmente su progetti per diffondere alla popolazione la conoscenza delle malattie cardio-vascolari, dei fattori di rischio e la conseguente adozione di uno stile di vita salutare: gli incontri organizzati col Progetto Pensaci sono stati un successo. Prosegue con buon ritmo la diffusione del Mini Anne Kit per la rianimazione cardiopolmonare, non solo tra le scuole (pioniere in questo), ma anche alle società sportive e alla popolazione in genere. Sono indicazioni certamente confortanti per chi è consapevole che, in questo ambito di educazione/informazione, la strada da percorrere è ancora lunga. Quasi la metà delle persone colpite da infarto arriva in pronto soccorso con mezzi propri! Con l'inevitabile effetto di ritardare cure che vanno somministrate invece al più presto e che il nostro ContrattaccoCardiaco ha messo a disposizione sulle ambulanze del 118 Brianza. E qui vorrei richiamare un punto d'orgoglio per Brianza per il Cuore: abbiamo avviato ContrattaccoCardiaco nel 2000 e oggi è utilizzato in Italia e in Europa. L'analogo progetto Prometeo debutterà a Milano solo nelle prossime settimane. Chiudo con un ringraziamento sentito alle autorità che patrocinano le nostre iniziative, ai club di servizio Rotary e Lions, alla Fondazione di Comunità, agli istituti bancari, ai volontari, ai soci, a tutti coloro che ci seguono con simpatia e un augurio di buon Natale e felice Anno Nuovo. Aggiungo un ricordo del socio fondatore Enrico Pagani, recentemente scomparso.

Raffaele Cascella





Continuano l'intervista al dott. Tinghino

E' da sfatare l'idea che ci sia un farmaco "magico" o una ricetta uguale per tutti. Risultati seri si possono ottenere solamente con una formazione adeguata da parte degli operatori, medici in prima istanza. Vista la complessità della materia si deve trattare di proposte ad approccio multidisciplinare, con esperti del settore, che prevedano anche attività cliniche guidate. Stiamo, per esempio, concludendo un percorso di formazione sul counselling per il tabagismo nel distretto socio-sanitario di Desio, della durata di circa 6 mesi, che ha previsto esperienze cliniche guidate, supervisione, training. Gli operatori sono molto soddisfatti. In qualsiasi caso una domanda sul fumo dovrebbe essere presente nella cartella clinica e il dato sempre aggiornato. I medici dovrebbero indicare esplicitamente la necessità di curare il tabagismo e farne menzione nei documenti clinici.

Paltrinieri: Che strategie intende portare avanti come presidente della società italiana di tabaccologia?

Tinghino: Dobbiamo puntare sulla formazione, sulle alleanze, su azioni di lobbying rispetto ai decisori. Far smettere di fumare è un intervento dotato di un rapporto costo/beneficio molto più favorevole di tante terapie farmacologiche che oggi vengono rimborsate dal SSN. Non si capisce il perché di una così scarsa attenzione al problema. Dobbiamo quindi agire nell'ottica di una rete capace di sensibilizzare gli operatori sanitari sulla necessità di questi interventi, comunicare ai decisori i dati che dovrebbero spingerli ad adottare strategie adeguate. Per fare questo abbiamo bisogno di allearci (il concetto di rete presuppone le alleanze). Tra le priorità c'è il bisogno di strutturare accordi con i cardiologi ospedalieri e del territorio, con gli pneumologi, i chirurghi, i servizi per le dipendenze, con i medici di medicina generale. La Società Italiana di Tabaccologia darà il suo contributo su tutto il territorio per la formazione, l'informazione scientifica e la ricerca. Abbiamo fatto molte cose, ma c'è ancora molto da fare.

Centro Antifumo ASL3
Ospedale Vecchio S. Gerardo
Via Solferino 16 - Monza
Tel. 039.2384744
039.2384711
039.2384740

L'1.1.8. Brianza fa scuola

Convegno regionale dei 118 Lombardia all'Autodromo

Il Convegno ha evidenziato le situazioni specifiche delle diverse province lombarde (Brescia, Como, Cremona; Lecco, Mantova, Milano, Monza, Pavia, Varese), ha illustrato i singoli protocolli nei casi di arresto cardiaco, estendendo la discussione alla terapia in caso di edema polmonare acuto, alla rete di soccorso per pazienti con Stroke, all'intervento di angioplastica extra-ospedaliera e alla terapia fibrinolitica. Per noi parla la dott.ssa **Giampiera Rossi**, responsabile del "118" Monza e Brianza:

“ Buono il ritratto emerso del "118" di Monza e Brianza: oltre 90 mila le chiamate che ogni anno arrivano al centralino, metà delle quali, poi, si trasformano in soccorsi. Purtroppo, a distanza di circa dieci anni dalla costituzione del servizio e nonostante la perfetta efficienza del sistema, i cittadini non hanno ancora imparato a chiamare il "118" in caso di reale necessità di soccorso. Il 46,2% delle persone colpite da ictus o infarto arriva al pronto soccorso con mezzi propri. Ciò è allarmante, anche perchè, nel caso di infarto miocardico acuto o di ictus, più l'intervento di soccorso è tempestivo, più si salvano cuore e cervello. Di conseguenza bisogna ancora lavorare sul territorio affinché la gente conosca il nostro servizio e chiami il "118" immediatamente. I dati parlano chiaro: chi arriva in pronto soccorso con i mezzi propri in genere riceve il trattamento di angioplastica dopo 76 minuti dall'evento (door to balloon time), mentre per chi arriva con i mezzi del "118", il tempo si abbassa a 26 minuti. Peculiarità della rete di soccorso di Monza e Brianza è il fatto di avere tutti i mezzi di soccorso avanzato dotati di apparecchio per l'elettrocardiogramma: così il 42,3% dei pazienti colpiti da infarto e soccorsi tra giugno 2007 e giugno 2008 è stato sottoposto a elettrocardiogramma direttamente sul mezzo di soccorso. L'esame è stato inviato subito all'unità coronarica e al momento dell'arrivo in ospedale i cardiologi avevano già un quadro completo della situazione. Molto buoni anche i tempi di risposta alla chiamata: un mezzo di soccorso arriva entro 6 minuti e 47 secondi dalla chiamata e dopo 21 minuti il risultato dell'elettrocardiogramma è già in unità coronarica. ”

Il 46,2% delle persone colpite da ictus o infarto arriva al pronto soccorso con mezzi propri.

Un mezzo di soccorso arriva entro 6,47 minuti dalla chiamata

La toccante testimonianza di Marino Righetto, due volte vittima di un infarto.

“ Tutto è accaduto quattro anni fa. Ero al parco in bicicletta con mio figlio di 10 anni quando, improvvisamente, mi sono sentito male e sono caduto nel prato. Mio figlio immediatamente ha telefonato al "118". A quel punto non ricordo più nulla, se non quando per la prima volta aprii gli occhi e vidi il soffitto dell'ospedale. ”

E' seguita la degenza presso l'Unità Coronarica del San Gerardo e poi una lenta ripresa fino a quando, a distanza di appena quattro mesi dal primo episodio, Marino Righetto è stato vittima di un secondo infarto, ugualmente e felicemente risolto grazie al veloce intervento del "118" di nuovo tempestivamente chiamato.



Lo scorso anno è stato trattato con terapia fibrinolitica sul mezzo di soccorso il 28,9% dei pazienti, mentre l'11,5% ha ricevuto la terapia "salvacuore" in ospedale.

Il modello Monza e Brianza, sviluppato anche grazie al contributo dell'Associazione Brianza per il cuore, funziona molto bene ed ora fa scuola anche in altre province.

Infatti sulla nostra collaudata esperienza (2000-2008) anche a Milano dalle prossime settimane partirà il progetto Prometeo sviluppato proprio per dotare tutti i mezzi di soccorso di un apparecchio per eseguire l'elettrocardiogramma durante il tragitto e trasmetterlo in ospedale.

Aggiunge la dott. Rossi: **“ La testimonianza di Marino Righetto, da lui stesso raccontata nel box, è l'emblema del perfetto funzionamento del nostro sistema, dell'immediato arrivo sul posto dei soccorsi, della rianimazione e defibrillazione del paziente prima dell'arrivo dell'automedica. ”**

Le Isole della Salute a Monza nella Giornata Mondiale del Cuore

Brianza per il Cuore», due giorni di salute, un fine settimana dedicato al cuore e a chi si prende a cuore la salute dei monzesi. Grande successo sabato e domenica per l'evento promosso da «Brianza per il Cuore» in Arengario. Con due giorni di sensibilizzazione delle problematiche cardiovascolari e dei corretti stili di vita per prevenire l'infarto. In molti hanno aderito (soprattutto over 60) all'iniziativa «Isole della salute», con la misurazione gratuita della pressione arteriosa, del colesterolo, dell'indice di massa corporea e del monossido di carbonio. Inoltre, grande interesse per le dimostrazioni dal vivo delle manovre di primo soccorso a cura delle ragazze del Sanda Volley sui manichini del Mini Anne Kit.

Domenica la tradizionale relazione della dott.ssa Giampiera Rossi, responsabile del «118» del San Gerardo, che ha elogiato il grande lavoro svolto dall'associazione.

Infine il presidente Raffaele Cascella ha consegnato targhe di riconoscimento ai carabinieri di Monza (nella persona del colonnello Giuseppe Spina), di Desio (al capitano Vincenzo Barbato) e di Seregno (al capitano Luigi Spenga) e alle Polizie locali di Lesmo e Burago.

(GIORNALE DI MONZA 30/09/08)

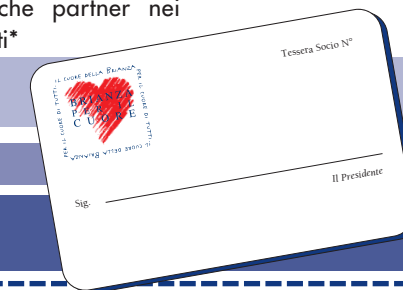


E' pronta la tessera per l'anno 2009

Aderendo alla nostra Associazione:

- ♥ potrai contribuire alla realizzazione dei nostri progetti migliorando la salute dei "Cuori della nostra Brianza"
- ♥ potrai ricevere Brianza per il Cuore News
- ♥ potrai avere la misurazione gratuita della pressione arteriosa presso tutte le farmacie dell'area Brianza*
- ♥ potrai usufruire di vantaggiose condizioni di c/c presso banche partner nei nostri progetti*

*elenco disponibile in segreteria



Domande a raffica ai cardiologi dell'ospedale

Dall'angina al by-pass, dal rapporto tra ansia e coronarie al numero di battiti cardiaci al minuto. Tante e varie, sabato pomeriggio, le domande che i monzesi hanno rivolto ai cardiologi del San Gerardo, a partire da Antonio Grieco, primario di cardiologia, Davide Corsi e Vera Gianfranchi, ideatrice del progetto Pensaci, specialisti che, sotto i portici dell'Arengario, hanno presentato PENSACI: un progetto di educazione sanitaria ai cardiopatici ischemici e risposto alle curiosità dei cittadini.

"Il progetto -ha spiegato Grieco- è nato con l'intenzione di sensibilizzare i cittadini in un'ottica preventiva, modificandone gli stili di vita che espongono a rischio di insorgenza o di aggravamento delle malattie cardiovascolari". Si tratta, nella pratica, di incontri rivolti ai pazienti e ai loro famigliari, pazienti ancora ricoverati o pazienti già dimessi. Incontri finalizzati all'identificazione precoce dei sintomi, alla gestione domiciliare dei farmaci, alla conoscenza delle principali indagini cardiologiche. Incontri destinati anche alla cittadinanza. Incontri in cui gli esperti ribadiscono l'importanza, nel caso di arresto cardiaco, di chiamare il 118: "Il dato allarmante -sottolinea Vera Gianfranchi- è che in Brianza solo il 40% delle persone colpite da infarto chiama il 118. Gli altri giungono in ospedale con i propri mezzi. L'intervento degli Specialisti è invece essenziale nei primi momenti della crisi cardiaca".

Un dato da migliorare anche attraverso l'informazione. Rassicurante, tuttavia, che il dato brianzolo superi la media nazionale: in Italia solo il 20% dei pazienti chiama il 118 per il soccorso in ospedale.

(IL CITTADINO 02/10/08)