

BRIANZA PER IL CUORE

News

DAL 1995 IL CUORE DELLA BRIANZA PER IL CUORE DI TUTTI

N°12
06/2021

Questo speciale è stato curato dalla concessionaria di Editoriale il Cittadino srl, se anche voi volete essere presenti sui nostri inserti contattateci a direzione.vendite.monza@ilcittadinomb.it o chiamare il numero **039.2961511** | Il Direttore Commerciale Fabio Latella

IL SALUTO DEL PRESIDENTE

Cari amici, dopo questo anno drammatico, segnato da una terribile pandemia, si sta finalmente riaccendendo la speranza di tornare a quella normalità e quotidianità che da più di un anno abbiamo perso ma che dobbiamo riconquistare.

Sono certa che ne usciremo tutti più forti ed entusiasti.

Brianza per il Cuore ha dovuto interrompere tutte le attività di contatto diretto sul territorio ma con il migliorare della situazione siamo già pronti a riprendere riprogrammando e pianificando i diversi progetti interrotti dalla pandemia.

Se quest'anno lo abbiamo dedicato soprattutto all'emergenza covid 19, aiutando l'Ospedale con grosse raccolte fondi e donazioni di apparecchiature, nel prossimo futuro saremo proiettati verso tutte le persone fragili e impossibilitate a raggiungere l'ospedale di persona.

Ci fa piacere poter sostenere l'iniziativa del gruppo "Infermieri di Famiglia e Comunità" che è volto ad aiutare chiunque sia in difficoltà e abbia bisogno di cure a domicilio. Persone sole con problemi cardiaci e di salute in generale.

Una bella iniziativa da sostenere visto l'importanza e l'utilità non solo medica ma anche umana.

Siamo stati inoltre attenti ai problemi neurologici, soprattutto per quanto riguarda l'Ictus che, come nel caso dell'arresto cardiaco, richiede un tempestivo intervento. Sono entrambe due patologie vascolari che richiedono terapie molto simili tra loro.

È importante anche ricordare che spesso in questo ultimo anno la paura del virus ha fatto dimenticare l'importanza della prevenzione. I controlli non devono essere mai rimandati.

Per questo motivo ci stiamo avvicinando ancora di più ai giovani per educarli alla salute ed essere così dei futuri adulti sani.

Partiranno anche i tanto richiesti corsi di disostruzione pediatrica.

Una ripresa lenta ma piena di nuove iniziative che saranno possibili grazie a tutti voi che da sempre credete in Brianza per il Cuore.

Il vostro 5x1000 è per noi l'aiuto più grande e importante.

Una semplice firma può salvare una vita!

Laura Colombo Vago

Interventi d'eccellenza

VINCERE L'ICTUS, ORA SI PUÒ FARE

L'ictus è una patologia improvvisa e invalidante causata prevalentemente dall'occlusione di un vaso cerebrale e dal conseguente danno alle cellule nervose per mancanza di sangue ossigenato. Dal 2015 vi è una nuova cura: un intervento effettuabile per via endovascolare da medici ultraspecializzati nelle prime ore dall'esordio dei sintomi, che può far regredire o ridurre il deficit neurologico; questa innovativa terapia si è affiancata a quella farmacologica, praticata da

molti anni negli ospedali dotati di stroke unit. Qui, accanto al neurologo vi è 24 ore su 24 il neuroradiologo interventista, capace di "riaprire" il condotto cerebrale chiuso navigando all'interno dei vasi, e rimuovendo il coagulo occludente. Abbiamo intervistato il direttore f.f. della Neuroradiologia Interventistica di Monza, dott. Paolo Remida.

(Segue a pag. 5)



RICOSTRUIRE LA VALVOLA AORTICA

Più di una persona su otto oltre i 75 anni soffre di una valvulopatia cardiaca moderata o severa e, considerato il progressivo invecchiamento della popolazione, questa condizione costituisce un importante problema di salute pubblica. Tra queste la più frequente è la stenosi aortica cioè l'ostruzione della valvola con diminuzione della quantità di san-

gue pompata dal cuore. La procedura è stata messa a punto dal prof. Shigeyuki Ozaki cardiocirurgo giapponese dell'Università di Tokyo e si serve del pericardio del paziente per creare una nuova valvola aortica senza ricorrere all'impianto di protesi biologiche o meccaniche.

(Segue a pag. 9)

PREVENZIONE

Impariamo a curarci

APAG



INNOVAZIONE

Intervento "Valve-in-valve"

APAG



DONAZIONE

Un aiuto a "Infermieri di Famiglia e Comunità"

APAG



Dona il tuo
5xmille
AI PROGETTI DI
BRIANZA PER IL CUORE

BRIANZA PER IL CUORE
Grazie di Cuore

Inserisci il nostro codice fiscale
94553920151

ricordalo per la tua dichiarazione dei redditi

nel primo riquadro in alto a sinistra nei modelli:

> CUD > 730 > UNICO

www.brianzaperilcuorenet/5xmille

Riconoscere l'ictus subito

FACCIAMO PRESTO PER SALVARE IL CERVELLO

Il soggetto con sintomi sospetti per ictus ischemico ("stroke" in inglese, da qui la terminologia "Stroke Unit" per indicare il reparto di Unità Cura Cerebrovascolare) deve essere condotto prontamente in ospedale! Da anni sono attive numerose campagne di sensibilizzazione rivolte alla popolazione per il precoce riconoscimento dei **segnali di allarme** sospetti per ictus che sono: **comparsa improvvisa di deviazione della rima orale; debolezza o perdita di sensibilità di un braccio o di una gamba; mancata capacità di esprimersi correttamente**.

Se questi sintomi/segnali vengono riconosciuti, il soggetto deve essere condotto il più velocemente possibile in Pronto Soccorso alertando il 112 (attivazione di Codice Ictus)(fig1). La terapia acuta dell'ictus ischemico in Italia è una realtà consolidata da almeno 20 anni: nelle prime quattro ore e mezza dall'insorgenza dei sintomi può essere effettuata (in un ospedale ove vi sia una Stroke Unit)

la trombolisi endovenosa, ossia iniettare in vena un farmaco che scioglie il coagulo che impedisce al sangue di arrivare al cervello. Nel caso vi sia l'occlusione di un'arteria di grosso calibro può essere effettuata in pazienti selezionati a da personale esperto (Neuroradiologi Interventisti) la TROMBECTOMIA meccanica (rimozione per via endovascolare del trombo).

Dunque è essenziale portare la persona in Pronto Soccorso di un ospedale specializzato (presenza di Stroke Unit) dove è presente un Neurologo che in urgenza faccia la diagnosi di ictus ischemico attraverso la visita, gli esami ematochimici e la TC encefalo (per capire se l'ictus è stato determinato da un'ischemia o da un'emorragia) allo scopo di iniziare una terapia adeguata per riaprire il vaso chiuso. (fig 2). Negli ultimi anni, grazie alla disponibilità delle tecniche della Neuroradiologia Interventistica, si esegue in urgenza l'angiografia cerebrale e se si conferma la presenza del

trombo, si pratica la manovra di TROMBECTOMIA meccanica. In pratica si rimuove il coagulo che occlude il vaso cerebrale, attraverso l'uso particolari cateteri che navigano nelle arterie e arrivano al cervello per via endovascolare.

È mandatorio agire entro le prime ore al massimo dall'esordio dei sintomi, "time is brain" ossia il tempo è cervello; prima si riapre il vaso, più tessuto cerebrale si può salvare.

Per i Neurologi e Neuroradiologi la sfida futura è migliorare la selezione dei casi da trattare in acuto e sollecitare la popolazione a riconoscere prontamente i segni e i sintomi dell'ictus, al fine di poter curare un maggior numero di soggetti e diminuire gli effetti di una patologia come l'ictus dalle conseguenze spesso altamente invalidanti.

dr.ssa Marialuisa Piatti
U O Neurologia
Ospedale San Gerardo

COME RICONOSCERE UN ICTUS PER ALLERTARE SUBITO I SOCCORSI
RICORDA: AGIRE VELOCEMENTE È ESSENZIALE



Bocca storta

Incapacità di muovere il braccio o la gamba

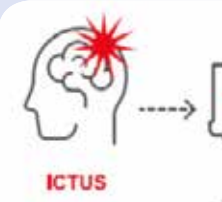


Difficoltà a parlare



Chiama SUBITO il 112

Disegni Ilaria Govari



ICTUS



Trasporto in ospedale



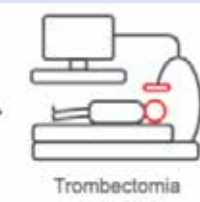
Arrivo in ospedale



TAC



Trombolisi endovenosa



Trombectomia meccanica



STUDIO DENTISTICO DOTT. FILIBERTO VAGO

FONDATA NEL 1991

FESTEGGIA

30 ANNI DI ATTIVITÀ

UN TRAGUARDO SIGNIFICATIVO CHE CI RIEMPIE DI ORGOGLIO
E CI STIMOLA AD AFFRONTARE NUOVE SFIDE PER IL FUTURO
CON LA SERIETÀ E PROFESSIONALITÀ CHE CI CONTRADDISTINGUONO

MONZA - VIA ANITA GARIBALDI 1- TEL.039/386654-55

Noi sosteniamo i progetti di
Brianza per il Cuore



Impariamo a curarci

COSA SIGNIFICA ISCHEMIA?

Molte patologie gravi sono causate dall'ischemia: così è per l'infarto miocardico, per l'ictus cerebrale, per la gangrena di tessuti periferici magari a portare alla necessità di amputazione. Ischemie, danni che lasciano un segno sul territorio corporeo interessato indelebile, grave, invalidante.

La parola ischemia deriva dal greco e significa "fermare il sangue". Sappiamo che tutti i nostri organi, fatti di cellule viventi, richiedono nutrimento per sopravvivere e sopperire alle loro funzioni: come un prato che richiede di essere innaffiato anche gli organi chiedono che il sangue arrivi attraverso canali, trasportando l'ossigeno necessario alla vita cellulare. Come per un prato, le arterie rappresentano nel nostro corpo il sistema di irrigazione.

Tutte le arterie, in particolare quelle che portano alte quantità di sangue agli organi più importanti, sono soggette ad una malattia universale che colpisce uo-

mini e donne di tutti i continenti e tutte le età: l'aterosclerosi, a formare placche che riducono il calibro dei tubi di questo sistema di irrigazione. I molti studi effettuati dagli anni '40 del secolo scorso hanno ben compreso quello che ora è cultura generale: si ammala maggiormente di aterosclerosi chi è affetto da ipertensione arteriosa, diabete mellito, ipercolesterolemia, obesità; chi è fumatore, chi ha familiarità per infarto o ictus.

Tornando al sistema di irrigazione del nostro "prato" (cuore, cervello, rene, etc...), potrebbe capitare (soprattutto a chi è più soggetto ai fattori di rischio sopra elencati) che un tubo si chiuda, un giorno all'improvviso. Ciò che chiude il tubo è nella maggior parte dei casi un coagulo di sangue che si forma sopra una placca aterosclerotica "attivata" (ovvero che si è infiammata e rotta), ma il risultato è sempre lo stesso: l'erba del prato comincia a soffrire, ad appassire. E se non riapriamo il tubo presto, a mori-

re. Il tempo necessario per riaprire il tubo può essere poco (se si riconosce il sintomo correlato e si corre in ospedale per "riaprire" il tubo, cioè l'arteria interessata). Tutto quello che segue dipende strettamente, per entità del danno e possibili complicanze, da questo tempo.

Come sul nostro prato, riaprendo subito l'arteria "l'erba appassita" tornerà verde, ma se aspettiamo troppo sicuramente un tratto piccolo o grande di prato (cellule in sofferenza) lascerà il posto a una cicatrice, ovvero a terra bruciata. Comprendere questo sui primi sintomi di infarto o ictus è il primo passo per contrastare queste gravi malattie, giungendo alle cure in ospedale con un grande vantaggio.

Dott. Davide Corsi
UO Cardiologia
Ospedale san Gerardo

LA PREVENZIONE PIU' EFFICACE: RICONOSCERE I SINTOMI ALLARME E CHIAMARE IL 112



Qual è il timore più condiviso in questo momento di pandemia, quando non stiamo bene? Temere di andare in ospedale ed entrare in contatto con il Covid-19. La realtà non è questa. Al San Gerardo di Monza è stato dedicato un percorso separato che permette di non venire a contatto con il virus e allo stesso tempo agire precocemente e rapidamente sull'Ictus Cerebrale. Ogni secondo è prezioso e attivare la corretta procedura permette di intervenire nel modo più

efficace possibile ed evitare l'aggravarsi delle complicanze.

A.L.I.Ce. MONZA ONLUS si associa ai neurologi dell'Ospedale San Gerardo nel ripercorre tutti i passi fondamentali di riconoscimento dei sintomi allarme. C'è una sola regola:

AGISCI IN FRETTA, L'ICTUS NON ASPETTA.

Chiama il 112, non recarti da solo al più vicino ospedale perché è fondamentale che nella struttura ospedaliera sia presente un'Unità Stroke. L'utilizzo dell'ambulanza permette ai sanitari di allertare preventivamente il pronto soccorso di riferimento e attivare i canali più veloci ed appropriati.

A.L.I.Ce. MONZA ONLUS si propone in ogni fase della malattia di supportare pazienti e familiari nel lungo percorso che li vedrà coinvolti offrendo ascolto, conforto e informazioni pratiche sulla gestione spesso difficile dei postumi dell'Ictus. Non solo, A.L.I.Ce. Monza Onlus è anche prevenzione e formazione sul territorio e nella scuola attraverso l'impegno prezioso dei volontari

dr.ssa Camellini Marta

Per informazioni contattare il numero 391.490.7676 oppure email info@monza.aliceitalia.org

RESTA IN CONTATTO CON NOI



Seguici su

www.brianzaperilcuore.net

Rinnovato nei contenuti e nelle sue funzionalità.



SCONTO

FINO AL 30 GIUGNO

40%

SU LETTO ALBORE
E MATERASSO LUCE

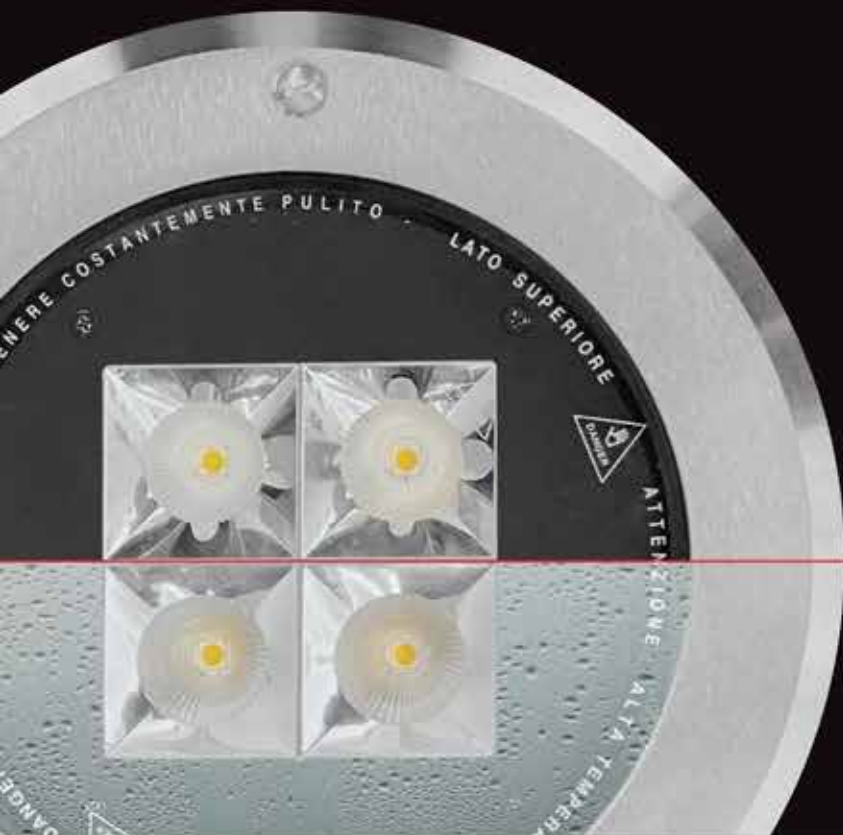
WWW.DORELAN.IT



VERSO



SPOT 70



OLODUM RULED

LOCKsystem
MAI PIÙ PROBLEMI DI CONDENSA

ATMOSFERA NOTTURNA
STILE E FUNZIONALITÀ **MADE IN ITALY**

SIDE[®]

WWW.SIDESP.A.IT

*Noi sosteniamo i progetti di
Brianza per il Cuore*



Interventi d'eccellenza

VINCERE L'ICTUS, ORA SI PUÒ FARE

INTERVISTA AL DOTT. PAOLO REMIDA, DIRETTORE F.F. NEURORADIOLOGIA OSPEDALE SAN GERARDO
Che cosa è cambiato negli ultimi anni nella cura dell'ictus ischemico cerebrale?

Dal 2015 in poi il trattamento dell'ictus ha subito una sostanziale rivoluzione, poiché una serie di studi internazionali hanno dimostrato che la tempestiva rimozione meccanica del coagulo che occlude l'arteria cerebrale, attraverso un intervento endovascolare eseguito dal medico neurointerventista, permette di ottenere ottimi risultati in molti pazienti.

Che cosa si intende per "ottimi risultati"?

L'ictus ischemico è causato dall'improvvisa occlusione di un vaso cerebrale e dal conseguente danno alle cellule nervose dovuto alla mancanza di sangue ossigenato. Il danno produce sintomi tipici come la perdita improvvisa di forza o sensibilità a un braccio o a una gamba, di difficoltà nel parlare o nel vedere da un lato. Il trattamento tempestivo consente di

impedire che i disturbi diventino irreversibili, evitando a un buon numero di pazienti menomazioni permanenti.

Come si chiama e in cosa consiste l'intervento di rimozione meccanica del coagulo?

Si chiama trombectomia meccanica o tromboaspirazione, a seconda della tecnica utilizzata, e viene effettuata da noi, neuroradiologi interventisti o più semplicemente neurointerventisti, introducendo attraverso l'arteria femorale all'inguine piccoli cateteri (cioè piccoli tubi cavi molto flessibili), con cui risaliamo "navigando" all'interno dei vasi sanguigni, fino a raggiungere l'arteria cerebrale occlusa. Poi il coagulo viene rimosso per aspirazione o dopo essere stato "agganciato" con stent appositi, ed estratto dal corpo del paziente. Se la distruzione dell'arteria avviene entro poche ore dall'esordio dei sintomi, il paziente può sperimentare già sul lettino operatorio il miglioramento, almeno parziale, dei sintomi.

Quali sono le figure profes-

ionali coinvolte nel trattamento?

Il personale di PS e poi il neurologo seguono il paziente con ictus nel suo percorso dall'ingresso in ospedale. Il paziente viene poi accompagnato alla TAC per essere sottoposto a protocolli dedicati di studio che consentono al neuroradiologo di stabilire con precisione la sede del vaso occluso e il volume di tessuto cerebrale potenzialmente salvabile. Se vi sono i criteri per procedere alla terapia, il neurologo somministra il farmaco trombolitico per via endovenosa per favorire lo scioglimento del coagulo e poi invia il paziente alla sala angiografica, dove il neurointerventista esegue la procedura di distruzione meccanica, assistito dall'anestesista e dall'equipe di sala (infermiere e tecnico di radiologia).

Come è cambiata l'organizzazione territoriale negli ultimi anni?

Negli ultimi anni gli sforzi organizzativi a livello nazionale si sono concentrati sulla messa a punto di "reti ictus" secondo il sistema hub&spoke, che consentano al



Il dott. Remida al centro dell'equipe di Neuroradiologia Interventistica

maggior numero di pazienti colpiti da ictus e candidabili al trattamento endovascolare di raggiungere le strutture di riferimento (cosiddette "hub"), come l'Ospedale San Gerardo. In queste strutture altamente specializzate la presenza di equipe di neuroradiologia interventistica operative 24 ore su 24 ha consentito di trattare efficacemente un numero sempre crescente di pazienti.

Quali sono le prospettive future?

Ci sono ampi margini di miglioramento, soprattutto perché una

percentuale ancora consistente di pazienti non giunge in tempo per essere trattato. Certamente va potenziata la rete dei trasporti che in emergenza consentano di trasferire in breve tempo i pazienti dagli ospedali più piccoli (cosiddetti "spoke") ai centri di riferimento. Ma va portata avanti anche una campagna di informazione e sensibilizzazione tra la popolazione, perché una maggiore consapevolezza della malattia e delle possibilità di cura potrà garantire nel prossimo futuro risultati ancora migliori.

COME SOSTENERE I NOSTRI PROGETTI...

BONIFICO BANCARIO

Intestato a Brianza per il Cuore onlus
CREDITO VALTELLINESE via Zucchi 16, Monza
IBAN IT23D 05216 20404 000000010520

DONAZIONE ON LINE

Con carta di credito, in totale sicurezza utilizzando Paypal su www.brianzaperilcuore.net

CONTO CORRENTE CCP

N.34363200 ASSOCIAZIONE BRIANZA PER IL CUORE VIA PERGOLESI 33, MONZA

... E PERCHÉ

Le Onlus e le Organizzazioni di volontariato possono dare l'opportunità ai propri donatori di ottenere un risparmio d'imposta, nei limiti e alle condizioni previste dal Codice del Terzo Settore.

Il disposto dell'articolo n. 83 del D.lgs 117/2017 - Codice del Terzo Settore, al comma 1 prevede che siano detraibili dall'imposta lorda per un importo pari al 30% del loro ammontare fino a un massimo di 30.000 euro, le erogazioni liberali in denaro o in natura effettuate da persone fisiche a favore di enti del terzo settore non commerciali. La percentuale è innalzata al 35% qualora la donazione sia a favore di organizzazioni di volontariato.

Possono essere alternativamente deducibili nel limite del 10% del proprio reddito complessivo dichiarato, le erogazioni liberali in denaro o in natura effettuati da persone fisiche, enti e società, secondo il disposto dell'art. 83 comma 2 D.lgs. 117/2017. Qualora tale importo fosse di ammontare superiore al reddito complessivo dichiarato, diminuito di tutte le deduzioni, l'eccedenza può essere portata in deduzione dal reddito complessivo dei periodi di imposta successivi, fino al quarto anno e fino a concorrenza del suo ammontare.

Al fine di poter beneficiare del risparmio fiscale le donazioni devono necessariamente essere effettuate tramite un mezzo di pagamento considerato tracciabile, quindi banca o conto corrente postale, o con assegni, carte di debito, carte di credito. La donazione in contanti non consente al donatore di beneficiare di alcuna agevolazione.



...PER IL CUORE DI TUTTI

DOVE TROVO IL DEFIBRILLATORE DI MONZA CARDIOPROTETTA?



Allo scopo di informare gli utenti del parco e della città sulla posizione strategica delle varie colonnine di defibrillatori installati Brianza per il Cuore ha realizzato un pieghevole con piantina del parco e indicazione, anche fotografica, della loro posizione.

Lo potete richiedere gratuitamente all'Info point di Porta Monza o alla Pro Monza in città o direttamente alla nostra segreteria.

E' bene però ricordare che "Tutti possiamo salvare una vita, se sappiamo come fare!".

L'invito è quindi di iscriversi al corso BLS-D che abilita all'uso corretto del DAE.

info su

www.brianzaperilcuore.net



PROUD to be **WHERE**
OUR CUSTOMERS ARE



FONTANA GRUPPO
FASTENING THE FUTURE

www.grupfontana.it

La salute a tavola

NUTRIZIONE E COVID 19: SUGGERIMENTI PER I PAZIENTI GUARITI DALL'INFEZIONE

La pandemia da Covid 19 ha portato ad una forzata permanenza nelle case con cambiamento delle abitudini alimentari. Chi di noi non ha impastato pane o pizze o torte oppure ha cucinato piatti più elaborati o mangiato snack durante la giornata per passare il tempo o ingannare la noia? La conseguenza di questo, assieme ad una drastica riduzione dell'attività fisica, è stata per molti un aumento del peso.

Anche i pazienti che hanno contratto l'infezione da virus Covid 19 hanno modificato le loro abitudini di vita, soprattutto per l'allettamento o l'ospedalizzazione, ma anche perchè due dei sintomi più frequenti del Covid 19 sono la modificazione (disgeusia) o perdita del gusto (ageusia) e dell'olfatto (ipo-anosmia) che può verificarsi anche nel 50% dei pazienti.

Tale sintomatologia sembra risolvibile entro 1-2 mesi dalla guarigione, ma, dagli ultimi dati, il 10% dei pazienti non recupera le alterazioni di gusto e/o olfatto anche dopo questo periodo. La difficoltà di distinguere aromi come salato, dolce, amaro può portare ad un'alimentazione scorretta, assumendo cibi più



elaborati o conditi sperando di migliorarne la palatabilità o, al contrario, riducendo o rinunciando all'assunzione di cibo ed arrivando ad una situazione di malnutrizione con gravi conseguenze per l'organismo ed un rallentamento della guarigione.

E' fondamentale quindi, soprattutto per pazienti che hanno contratto l'infezione e che sono in via di guarigione, un apporto equilibrato di alimenti, prediligendo soprattutto quelli che promuovono una riduzione dello stato infiammatorio e potenziano il sistema immunitario mediante un'azione antiossidante a ridurre i radicali liberi (alcuni tipi di verdura, frutti come mirtillo o uva nera, alcune spezie..)

Per tale motivo, il Centro Disturbi della Nutrizione ha deciso di supportare questi pazienti con approccio multidisciplinare personalizzato (medico, dietistico, psicologico, infermieristico e strumentale). Viene valutata la situazione clinica del paziente, somministrato un questionario sulle abitudini alimentari, eseguito lo studio della composizione corporea per valutare eventuali stati di sarcopenia ed esame calorimetrico per studio del metabolismo basale, raccolta l'anamnesi alimentare, fornito supporto psicologico mirato ad elaborare eventuali alterazioni di gusto e olfatto che possano incidere sull'alimentazione e sulla vita sociale. Viene quindi consegnato piano nutrizionale con particolari indicazioni degli alimenti antiossidanti e pianificati appuntamenti successivi di controllo.

Dr.ssa M. Cristina Rocco
Responsabile Centro Disturbi Nutrizione,
Ospedale San Gerardo

Dona il tuo
5xmille

AI PROGETTI DI
BRIANZA PER IL CUORE

BRIANZA
PER IL
CUORE

Grazie
di Cuore

Inserisci il nostro codice fiscale
94553920151

ricordalo per la tua dichiarazione dei redditi

nel primo riquadro in alto a sinistra nei modelli:

> CUD > 730 > UNICO

www.brianzaperilcuorenet/5xmille

Un rimedio naturale

IL BERGAMOTTO DI REGGIO CALABRIA: UN OTTIMO ALLEATO ALLA LOTTA CONTRO IL COLESTEROLO

Benché numerosi tentativi siano stati effettuati in diverse aree agrumarie del mondo (dagli Stati Uniti d'America in Florida e California, all'Africa del Nord, al Sud America) per ottenere l'acclimatazione di questa pianta, ancor oggi si può affermare che la quasi totalità della produzione mondiale (il 90%) si trova concentrata nella provincia di Reggio Calabria, nell'estrema punta della Regione in un'area collinare a ridosso della costa marina che si estende per una lunghezza di 100 chilometri, così come individuata nel decreto della U.E. istitutivo della D.O.P. (Denominazione di Origine Protetta).

Con tale decreto, nel 2001 è stata istituita la D.O.P. "Bergamotto di Reggio Calabria - olio essenziale". Il bergamotto di Reggio Calabria raccoglie in sé tutti i profumi e i colori di quella terra trasformandoli in un prodotto unico e con caratteristiche organolettiche

ben definite.

Ma non solo, vi sono ormai parecchi studi scientifici che confermano quanto la tradizione aveva già intuito: il bergamotto di Reggio Calabria ha parecchie proprietà benefiche e contiene molte sostanze dai comprovati effetti salutari sull'organismo umano. Primo fra tutti agisce come anticollesterolo.

Nel 2009 il Journal of Natural Products ha pubblicato una ricerca scientifica che dimostra come i flavonoidi contenuti nel bergamotto di Reggio Calabria abbiano un'azione molto simile a quella delle statine di sintesi, ovvero bloccare gli enzimi della sintesi del colesterolo. Altri studi effettuati su pazienti con colesterolo alto dimostrano come l'utilizzo di succo di bergamotto di Reggio Calabria contribuisca anche a ridurre i livelli di LDL, colesterolo "cattivo", e ad alzare i livelli di HDL, colesterolo "buono".



IPOGLICEMIZZANTE La Naringenina, polifenolo contenuto nel succo di bergamotto di Reggio Calabria, oltre all'attività "anticolesterolo" appena vista, aumenta l'assimilazione di glucosio nei muscoli e nel fegato pertanto contribuisce a diminuire i livelli di glucosio nel sangue e a migliorare l'attività dell'insulina.

ANTI RADICALI LIBERI Le proprietà antiossidanti del succo di bergamotto di Reggio Calabria si devono ai flavonoidi in esso contenuti, che aumentano l'attività degli enzimi con azione antiossidante.

VITAMINIZZANTE Dato l'elevato contenuto di vitamina C, B1, B2, che migliorano l'assorbimento del ferro, il succo di bergamotto di Reggio Calabria è utile nel supporto alle terapie per le anemie.

Primavera, tempo di muoversi

AVVICINIAMOCI AL GOLF

Il golf è uno sport che si pratica all'aria aperta in cui un giocatore colpisce una pallina con vari bastoni da una serie di punti di partenza (tee grounds) in una serie di buche che costituiscono un percorso. Il giocatore che buca la sua palla nel minor numero di colpi vince. Le origini del gioco sono difficili da accertare, anche se quella del golf moderno è risalente alla Scozia nel XV secolo. Una parola simile a "golf" fu menzionata per la prima volta in uno scritto del 1457 in una Lista degli Atti del Parlamento di Scozia sui giochi proibiti, definiti "gouf", nome a sua volta probabilmente derivato dalla parola scozzese "goulf" che significa "colpire o schiaffeggiare". Tale divieto potrebbe essere derivato da uno analogo del 1452, quando Re Giacomo II di Scozia vietò il gioco in quanto distraeva i suoi sudditi dalla loro pratica di arcieri.

Le prime partite di golf non venivano giocate su veri e propri percorsi, bensì su parchi pubblici nei quali i giocatori si mischiavano a persone impegnate in altre attività.



La figura del caddie nasceva proprio in funzione dell'esigenza di creare "varchi" ai giocatori e garantire la sicurezza necessaria. Tuttavia, ben presto, con la diffusione del gioco promossa dalla casa reale, si trovarono aree più idonee alla pratica di questo sport.

Oggi, che anche il golf è notevolmente influenzato dalla tecnologia, risulta assai difficile immaginare che i primi "architetti" dei campi verdi furono le pecore e che gli ostacoli di sabbia (bunker) non erano altro che delle profonde buche scavate dalle stesse per ripararsi dal forte vento

che soffiava dal mare. I giocatori di golf colpivano le proprie palline su e giù attraverso distese di prato di altezza variabile, evitando le zone di erba più alte, quelle lontane dal pascolo delle pecore. Fu solo nel 1764 che venne stabilito in 18 il numero delle buche che dovevano costituire il percorso di golf.

I BENEFICI DELLA SALUTE PER CHI GIOCA A GOLF

È uno sport che può essere anche praticato dall'età di 14 anni. Si può giocare all'aria aperta in grandi spazi verdi. Permette ai golfisti

di godere di una forma di esercizio fisico, oltre a stimolare il loro benessere mentale in un ambiente sociale. Anche seguire i tuoi amici e parenti camminando sul campo da golf fa bene.

Il golf, come attività fisica, può aiutare a prevenire e curare 40 importanti malattie croniche, tra cui il diabete, l'infarto, l'ictus, il cancro al seno e al colon, la depressione e la demenza. Altri studi hanno evidenziato che i fattori di rischio per malattie cardiache e ictus, come il colesterolo e la pressione sanguigna, sono ridotti nelle popolazioni che giocano a golf. Inoltre, molti studi hanno dimostrato che i golfisti vivono fino a cinque anni più a lungo delle persone che non lo praticano. Un giocatore di golf in media cammina tra gli 8 e 10 km al giorno con una spesa media di 1.000 calorie.

GOLF A MONZA

Il Golf Club Milano è situato nella bellissima cornice del parco di Monza ed è stato inaugurato l'8 Maggio 1928 grazie alla visione del Senatore Giuseppe Bevione. Nella primavera

del 1958, l'allora presidente Gianni Albertini, promosse la costruzione dell'attuale club house, una delle più belle d'Europa, e del terzo percorso portando così il campo a 27 buche. Attualmente il campo è considerato tra i 10 più belli d'Italia.

Il Golf Club Milano è stata sede di numerose competizioni internazionali e ha ospitato 9 volte il prestigioso Open d'Italia tra cui le edizioni del 2015, 16, 17. Grazie a questi eventi internazionali, ogni anno, numerosi spettatori e giocatori vengono a visitare Monza e la Brianza.

Il Golf Club Milano è un perfetto esempio di sviluppo di una struttura di alto livello all'interno di un'area protetta. L'area è caratterizzata da un parco arboreo di rilievo che viene mantenuto e sviluppato grazie all'abile cura della squadra di manutenzione del campo da golf, creando un'oasi di pace e tranquillità unica nel suo genere destinata a durare per le generazioni future.

Sebastiano Galeppini
Segretario Sportivo



LABORATORIO ANALISI DI BASE

con sezioni specializzate in
biochimica clinica e tossicologia,
microbiologia e virologia

Prelievi **tutte le mattine**
senza prenotazione e senza obbligo di
prescrizione medica, dalle **7.00 alle 10.00**

Referti disponibili online **in serata**

Si effettuano esami e tamponi **Covid19**

ARCORE

Via A. Casati, 147

PADERNO D.NO

Via Buozzi, 48/a

info@glabanlisi.it
039.9210202



Direttore Dott. Paolo Godina

Interventi d'eccellenza

RICOSTRUIRE LA VALVOLA AORTICA

(segue da pag. 1)

...Dopo aver prelevato il pericardio stesso del paziente questa sottile membrana che avvolge il cuore viene sottoposta ad un attento processo di pulizia e stabilizzazione.

Successivamente si misurano le dimensioni delle tre cuspidi aortiche e si procede a ritagliare dal pericardio del paziente tre nuovi lembi e ad impiantarli sull'anulus aortico.

L'intervento si adatta alle caratteristiche anatomiche del paziente, la neo-valvola è come un abito su misura cucito appositamente per il paziente. La Tecnica Ozaki presenta numerosi benefici per il paziente: la protesi creata con il pericardio autologo ha una maggiore durata nel tempo rispetto

alle protesi biologiche e, essendo costruita a partire da tessuto del paziente, non presenta rischi di reazioni da parte del sistema immunitario. L'intervento di Ozaki, inoltre, non richiede terapia anticoagulante neanche per un breve periodo post operatorio.

La tecnica di Ozaki si adatta particolarmente ai casi di bicuspidia aortica, una malformazione congenita presente in circa il 3% della popolazione e che provoca una rapida degenerazione della valvola cardiaca, e a tutti quei pazienti che per stile di vita o problemi clinici non possono o non vogliono assumere terapia anticoagulante.

Dott. Orazio Ferro
Direttore F.F. Cardiocirurgia
Ospedale San Gerardo



WHERE ARE U • la nuova APP 112 di AREU

Un passo in più per la sicurezza: basta premere sull'icona per essere localizzato in tempo reale.

WHERE ARE U - E' un'app per l'emergenza che permette di effettuare una chiamata di emergenza e inviare contemporaneamente la posizione esatta del chiamante alla Centrali del 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.

Come funziona l'app? - L'app rileva la posizione 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. Il doppio canale di trasmissione assicura sempre l'invio della posizione ogniqualvolta sia possibile effettuare una telefonata.



Come faccio ad averla? - WHERE ARE U è disponibile gratuitamente per IOS, ANDROID e WINDOWS PHONE. La trovi su www.areu.lombardia.it oppure su Apple app store, Google Play store o Windows phone app store, cercando "112 Where ARE U".

Chiamando con l'app perdo tempo? - No. La telefonata avviene negli stessi tempi e inoltre l'uso dell'app per la chiamata riduce complessivamente i tempi consentendo una puntuale e rapida localizzare dell'utente.

Per ulteriori informazioni e per scaricare l'app: www.where.areu.lombardia.it

LA TECNICA "VALVE-IN-VALVE" PER IL TRATTAMENTO DELLE BIOPROTESI VALVOLARI CARDIACHE MALFUNZIONANTI.

Negli ultimi anni la tecnica di riparazione delle valvole cardiache, in particolare della valvola aortica (intervento di TAVI), mediante cateteri avanzati dai vasi sanguigni, ha conosciuto uno sviluppo straordinario e ha inaugurato l'era della cardiologia interventistica "strutturale". I limiti tecnici delle prime valvole per TAVI e la necessità di gestire le complicanze durante l'impianto hanno stimolato la ricerca continua di soluzioni innovative per un ampio spettro di malattie valvolari cardiache.

Ne è un esempio l'intervento di "Valve-in-Valve" (ViV) nella quale una nuova valvola viene impiantata all'interno di un'altra impiantata in precedenza. I primi interventi Valve-in Valve sono stati eseguiti

come manovra di salvataggio durante gli interventi di TAVI quando gli operatori erano costretti a impiantare una seconda valvola all'interno della prima in caso di fallimento o malposizionamento del primo rilascio. Queste prime esperienze hanno aperto la strada all'impianto intenzionale di valvole cardiache all'interno di protesi valvolari già inserite in precedenza anche per via chirurgica. La durata delle valvole cardiache artificiali nel tempo è infatti un problema che ha accompagnato da sempre l'evoluzione della chirurgia valvolare.

A presentare il maggior rischio di logorio nel tempo sono le valvole biologiche, costruite con lembi di pericardio di origine animale montati su intelaiature di materiale

metallico o plastico.

Con la tecnica ViV è oggi possibile "riparare" valvole chirurgiche biologiche degenerate sia in posizione aortica che mitralica. Non è invece possibile utilizzare questa tecnica per riparare valvole cardiache artificiali meccaniche. La tipologia di pazienti che possono beneficiare di questo intervento è molto eterogenea esistendo molti tipi di valvole artificiali con caratteristiche molto differenti tra loro e diverse cause di malfunzionamento (restringimento progressivo dell'orifizio valvolare o problemi di tenuta dei lembi nella fase di chiusura della valvola). Ogni caso va quindi studiato singolarmente e discusso con cardiologi e cardiocirurghi tenendo conto

anche della possibilità di sostituire la valvola malfunzionante con una nuova mediante un intervento chirurgico tradizionale. La nuova tecnica ViV è un esempio di come in medicina cardiovascolare le necessità di soluzioni a problemi clinici imprevedibili stimolano gli avanzamenti tecnologici e ne orientano l'evoluzione e di quanto sia necessario che i medici siano disposti a cercare nuove vie di approccio alle cure. Si può dare ragione ad Albert Einstein che diceva "Al futuro non penso mai perché il futuro arriva sempre prima".

Dott. Pietro Vandoni
Direttore S.C. di Emodinamica
Ospedale San Gerardo

Ultima ora

UN SOSTEGNO AL GRUPPO "INFERMIERI DI FAMIGLIA E COMUNITÀ"

Primi pazienti fragili presi in carico a Monza. È diventato operativo da fine marzo il Servizio dell'Infermiere di Famiglia e di Comunità (IdFC), il professionista che riveste il ruolo di collegamento tra la persona assistita e la sua famiglia, in sinergia con il Medico di Medicina Generale e gli operatori della rete ospedaliera e territoriale. L'attività del Servizio IdFC si svolge nel contesto di vita quotidiana della persona presa in carico e comprende l'attuazione di interventi personalizzati, il rafforzamento dell'aderenza terapeutica ed il monitoraggio dello stato di salute mediante visite domiciliari, cercando così di evitare il ricorso improprio al Pronto Soccorso o a nuovi ricoveri. Questo nuovo servizio, destinato ai cittadini residenti nell'ambito di competenza dell'ASST di Monza (Monza, Brugherio, Villasanta) è attivo otto ore al giorno dal lunedì al venerdì.

"Ci fa piacere - dichiara Laura Colombo Vago - poter rispondere alla richiesta di sostegno a favore del gruppo IdFC, Infermieri di Famiglia e Comunità, il cui servizio è volto ad aiutare chiunque sia in difficoltà e abbia bisogno di cure a domicilio, spesso persone sole con problemi cardiaci e di salute in generale"

Come funziona il servizio - In questa prima fase di attuazione del progetto il paziente viene segnalato dall'IdFC attraverso il Servizio Ospedaliero di Dimissioni Protette per l'attivazione dell'assistenza al domicilio. La valutazione, in reparto, dell'IdFC dà quindi avvio ad una presa in carico dell'assistito. Il



Medico di Medicina Generale viene contattato dall'IdFC per informarlo della volontà di prendere in carico la persona e per offrirgli la collaborazione nella gestione del caso. Successivamente, viene effettuata dall'IdFC la prima valutazione al domicilio attraverso colloquio conoscitivo anche della sua rete familiare a seguito del quale vengono identificati gli interventi più appropriati. Una successiva fase di sviluppo del servizio potrà prevedere l'attivazione anche ad opera del Medico di Medicina Generale, con una partenza, quindi, dal livello territoriale.

"Questo nuovo modello assistenziale di ti-

po infermieristico, adottato dall'ASST Monza - specifica il Direttore Generale Mario Alparone - ha una valenza professionale importante in quanto consentirà alla persona "fragile" di essere assistita con continuità al proprio domicilio, e agli IdFC di esercitare la professione sul Territorio, in una delle sue forme più avanzate e moderne. Questo nuovo modello organizzativo si inserisce nell'attuale contesto caratterizzato da un invecchiamento progressivo della popolazione che genera fragilità e cronicità, così come da un'esperienza epidemica, ancora presente, che ha evidenziato l'importanza delle cure primarie territoriali".

ULTIMA ORA

SONDAGGIO CON CUORE VIVI CON UN DEFIBRILLATORE CARDIOVERTER IMPIANTABILE (ICD)? PARTECIPA A QUESTO SONDAGGIO!

Segnaliamo il sondaggio promosso da CONACUORE (Coordinamento Nazionale Associazioni del Cuore)

L'Associazione Europea di Aritmologia (EHRA), sta conducendo un sondaggio rivolto ai pazienti che vivono con un defibrillatore impiantabile (ICD). L'indagine ha l'obiettivo di approfondire le attuali esigenze dei pazienti in merito alle informazioni sul dispositivo.

Il sondaggio terminerà il 30 giugno 2021 ed i risultati dello studio saranno pubblicati sulla rivista Europace.

Condividi la tua opinione e la tua esperienza così da aiutare i medici a comprendere meglio le tue esigenze come paziente con ICD.

Per partecipare clicca il link: https://www.surveymonkey.com/r/ICD_Italy

La partecipazione è anonima e tutte le informazioni fornite per questo studio saranno trattate in maniera confidenziale rispettando il Regolamento europeo sulla protezione dei dati (GDPR) 2016/679.

Il libro del cuore

LEGGERE: FORMIDABILE ANTISTRESS

Stando a uno studio dell'Università del Sussex (UK), leggere un libro o un giornale in silenzio per soli sei minuti rallenta la frequenza cardiaca e la tensione muscolare, abbassando i livelli di stress del 68%, superando in questo altre attività, come passeggiare (42%), sorseggiare un tè (54%) o ascoltare musica (61%).

Quando la redazione mi ha chiesto di consigliare un libro per la nuova rubrica del News di Brianza per il Cuore sono iniziate a passarmi davanti agli occhi centinaia di copertine, ma un solo nome continuava a rimbombarmi nelle orecchie... Kent Haruf!

Tutti i suoi libri sono ambientati in una fantasiosa cittadina di nome Holt, resa celebre dalla famosa "trilogia di Holt". Ma c'è una storia in questa città che vale la pena conoscere, perché è una storia che sicuramente arriva a coinvolgere subito il lettore nel mondo complicato dei sentimenti.

Il libro che voglio consigliarvi si chiama "Le nostre anime di notte" ed è un libro che parla di amore, amicizia e complicità tra un uomo e una donna di terza età. Due "amanti" che cercano di colmare la loro solitudine combattendo contro i pregiudizi dei pettegolezzi di paese e le critiche famigliari.



È un libro malinconico che arriva in punta di piedi al CUORE, ma dove la cattiveria e l'egoismo delle persone colpiscono come un pugno allo stomaco.

È una storia originale che consiglio ai romantici, che sicuramente farà bene al CUORE e che vi aprirà le porte della città di Holt.

Potete anche ascoltare e leggere l'incipit del libro cercandolo sulla mia pagina face book INIZIOALEGERTI.

Buona lettura e arrivederci al prossimo libro del CUORE.

I vantaggi della Special CARD

La CARD di socio dà diritto a usufruire delle speciali iniziative ed agevolazioni e priorità di accesso ad eventi organizzati dall'Associazione per la salute del tuo cuore e, inoltre, al socio è riservato un corso gratuito BLSDA.

socio 2021



Le agevolazioni in vigore al momento dell'utilizzo sono visibili su www.brianzaperilcuorenet/soci o si possono richiedere in segreteria tel 039 2333487

"DIVENTA CITTADINO SALVACUORE"
CORSO GRATUITO BLSDA PER I SOCI

Impara in poche ore le manovre salvavita di Rianimazione CardioPolmonare e l'uso del Defibrillatore



Inquadra e vai al dettaglio delle convenzioni

REGISTRATI SUBITO ALLA NEWSLETTER SU WWW.BRIANZAPERILCUORE.ORG POTREMMO INFORMARTI SUI PROGETTI IN CORSO

Sosterrai così grandi progetti per tutti... con grandi vantaggi per te.

Associazione Brianza per il Cuore Onlus - Villa Serena via Pergolesi, 33 Monza - Tel 039 2333487 • brianzaperilcuore@asst-monza.it

IL CUORE DELLA BRIANZA PER IL CUORE DI TUTTI

LA GIORNATA del CUORE

Conosci i tuoi valori di rischio cardiovascolare

OBBIETTIVO WHF
ENTRO IL 2025

RIDUZIONE DEL

25%

DELLA MORTALITÀ
PREMATURA DOVUTA
A MALATTIE
CARDIOVASCOLARI



**PER I PROSSIMI
APPUNTAMENTI 2021
SEGUICI SU
www.brianzaperilcuore.net**



IL PRINCIPE DEGLI AGRUMI

COLESTEROLO LDL
IL RIMEDIO NATURALE
PER ABBASSARLO

www.lorodelmonastero.com

L'oro del Monastero [Loro_del_monastero](https://www.instagram.com/Loro_del_monastero)



100% succo di **BERGAMOTTO**
di Reggio Calabria

sostiene i progetti di



In segreteria - Tel.039 2333487
tutte le informazioni,
contributo e modalità per avere per tempo
questi regali di cuore.

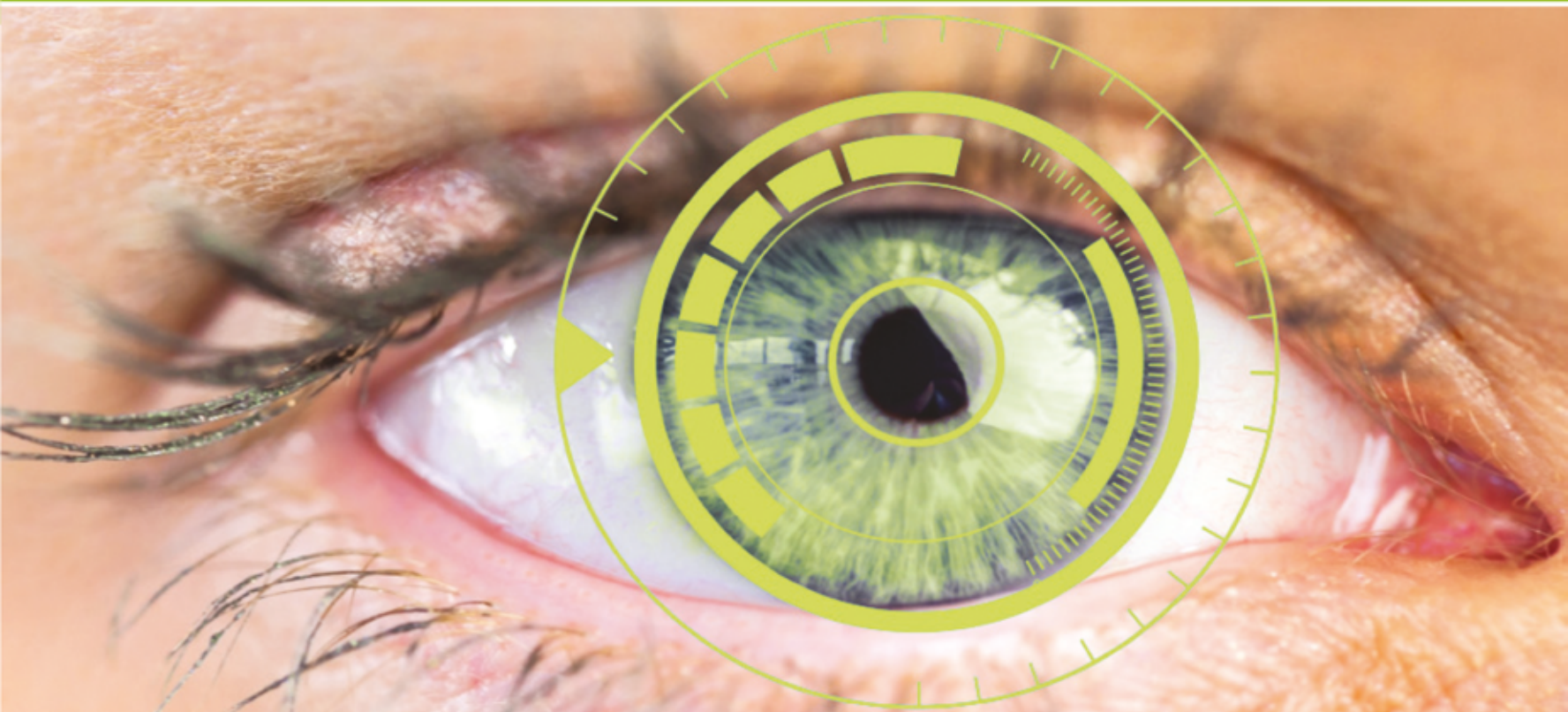


PIOVELLA
GLOBAL CENTER
FOR
OPHTHALMOLOGY

2 5 Y E A R S O F E X C E L L E N C E

CATARATTA

Torna a leggere e guidare senza dipendere dagli occhiali



**CHIRURGIA DELLA CATARATTA CON
IMPIANTO DI CRISTALLINI TRIFOCALI**

**INTERVENTI LASER PER LA
CORREZIONE DELLA MIOPIA**

**TERAPIA DELLA MACULOPATIA
INIEZIONI INTRAVITREALI**

**TRATTAMENTI BLEPHEX
E LIPIFLOW PER LA GESTIONE
DELL' OCCHIO SECCO**

**IL CENTRO OCULISTICO È SEMPRE OPERATIVO NEL
RISPETTO DELLE INDICAZIONI DELLA SOCIETÀ
OFTALMOLOGICA ITALIANA A TUTELA DEI
PAZIENTI PER IMPEDIRE IL CONTAGIO DA COVID-19**

Al Global Center for Ophthalmology, diretto dal dottor Matteo Piovela, l'intervento di cataratta con l'inserimento di cristallini artificiali tecnologicamente avanzati permette di cancellare i difetti di vista e la presbiopia per vedere la televisione, lavorare al computer e leggere un libro senza la necessità di indossare un occhiale. Il Centro garantisce l'acquisizione e l'utilizzo di apparecchiature tecnologicamente avanzate dato l'impegno per sostenere una chirurgia oftalmica indipendentemente da limiti organizzativi e di risparmio di spesa.

Nel Global Center for Ophthalmology sono attivi un sistema chirurgico di visualizzazione digitale che rende superati i tradizionali microscopi, un sistema computerizzato per l'esecuzione della capsuloressi, un sistema meccanico avanzato di divisione della cataratta, cristallini artificiali personalizzati su misura, Blephex e Lipiflow per il trattamento dell'occhio secco.

Tecnologie economicamente impegnative ma che vengono applicate nel 100% dei casi.

