

BRIANZA PER IL CUORE



News

LODEVOLLE INIZIATIVA DELLA CIRCOSCRIZIONE 2:
"IL DEFIBRILLATORE SCENDE IN CAMPO E NELLA SCUOLA"

Defibrillatori in dono alla Scuola Bellani e al Centro Pia Grande

Il saluto del Presidente

Un documento elaborato dalle Nazioni Unite (Human Development Report, 1990) così recitava: "Ogni percorso di sviluppo non può che partire da tre livelli essenziali":

- una vita più lunga e più sana possibile;
- una acculturazione costante e progressiva;
- la disponibilità delle risorse minime che garantiscano uno standard di vita accettabile.

Sono tre punti fondamentali, che mettono al primo posto le opportunità di migliorare le condizioni di salute quale presupposto essenziale per un corretto ed equilibrato sviluppo umano.

Come "Brianza per il Cuore" non possiamo che prendere atto con molta soddisfazione che almeno uno degli obiettivi che da anni vengono assunti a livello internazionale, come vie privilegiate, è senza dubbio la nostra azione di servizio, finalizzata proprio a metter in continua evidenza la necessità di prevenire e intervenire tempestivamente a favore di questa risorsa preziosa che è la salute.

E' questo il nostro impegno, è questo peraltro il nostro scopo istituzionale definito all'atto della costituzione dell'Associazione nell'ormai lontano 1995.

Da allora molte iniziative sono state messe in atto: i nostri soci e i nostri lettori lo sanno.

Andiamo avanti con rinnovato entusiasmo. Nelle pagine di questo numero sono riportate le nostre nuove attività. Confidiamo sempre nell'apprezzamento e nella condivisione di chi ci è vicino, ed anche di coloro che non hanno avuto modo di conoscerci ed ai quali cercheremo di far pervenire i nostri messaggi, nella consapevolezza di svolgere un ruolo utile per la società.

Raffaele Cascella

Mercoledì 11 Febbraio 2009 nelle sale dell'Urban Center si è svolta la cerimonia di consegna di due defibrillatori donati dalla Circoscrizione 2 in collaborazione con l'associazione Brianza per il Cuore alla scuola media Bellani e al Centro Natatorio Pia Grande di sant'Albino. Erano presenti, in rappresentanza del Comune di Monza il vicesindaco e assessore allo sport Dario Allevi e l'assessore al Decentramento Lucia Arizzi, il direttore sanitario dell'ospedale S.Gerardo di Monza dott. Gianluca Lecchi, il presidente dell'associazione Brianza per il Cuore dott. Raffaele Cascella, il preside della scuola media Bellani Massimo Granata, Fabio Brambilla per la Circoscrizione 2 e Luca Tremolada, responsabile del Centro Natatorio Pia Grande di sant'Albino.

Il progetto è stato fortemente voluto dalla Commissione Sport della Circoscrizione 2, coordinata da Fabio

Brambilla per poter intervenire, in caso di arresto cardiaco e in attesa dell'intervento medico, in modo corretto e con tempestività grazie ad uno strumento in grado di salvare la vita.

Nel mese di gennaio era infatti stato attivato un corso per volontari da parte del personale del 118 e della CRI di Monza per addestrare alla RCP (rianimazione cardiopolmonare) e all'uso del DAE (defibrillatore).

Vi avevano partecipato in prima persona il preside della scuola Bellani, prof. Massimo Granata con personale del suo istituto, tra cui il custode stesso della palestra Carlo Pesenti, che di fatto è sempre presente, poi i responsa-

Continua a pag. 2

L'intervento del Preside: **FATTI NON PAROLE**

[...] ho voluto rimarcare la valenza educativa contenuta in un apparecchio che viene messo a disposizione della scuola e delle società sportive che utilizzano la palestra per salvare, in situazione di emergenza, una vita umana. Il DAE è prezioso non solo perché può salvare una vita, ma perché testimonia l'attenzione di persone, aggregate e organizzate, nei confronti della vita umana, attenzione che si concentra, in questo caso, sulla prevenzione delle malattie cardiovascolari.

Il DAE racchiude in sé i valori di una comuni-

tà viva, partecipe, solidale, che vuole testimoniare con gesti concreti questa consapevolezza, non rinunciando a misurarsi con il mondo giovanile che pare oggi inavvicinabile o disinteressato alle proposte impegnative. Diffondere questi valori di cittadinanza attiva solidale è certo compito della scuola, ma oggi più che mai non possiamo limitarci a trasmettere parole, dobbiamo accompagnarle con testimonianze appassionate di persone che



Continua a pag. 2



Ipertensione arteriosa

CHE COS'E' LA PRESSIONE ARTERIOSA

La pressione arteriosa è la forza del sangue contro le pareti delle arterie durante le fasi di contrazione (sistole) o rilassamento (diastole) del cuore; si misura in mm/Hg.

IPERTENSIONE QUANDO?

Se la **PRESSIONE SISTOLICA** (o massima) è > a 140 mm/Hg

E/O

se la **PRESSIONE DIASTOLICA** (o minima) è > a 90 mm/Hg.

L'ipertensione è spesso asintomatica.

PERCHE' E' PERICOLOSA?

Gli alti valori pressori:

- costringono il cuore a lavorare di più
- contribuiscono allo sviluppo dell'aterosclerosi, patologia che provoca un indurimento delle arterie.

COSA SI PUO FARE?

- ridurre il consumo di sale
- ridurre il peso corporeo
- ridurre il consumo di caffè e alcolici
- praticare regolarmente attività fisica
- consultare il medico per l'assunzione di una terapia adeguata

Se sei iperteso ricorda:

- i valori pressori si modificano ogni istante
- controlla regolarmente i tuoi valori pressori
- assumi sempre la terapia che ti è stata indicata (sono dannose le modifiche "personali" del dosaggio dei farmaci antiipertensivi)



Continua da pag. 1

bili e il personale del centro natatorio Pia Grande con gli allenatori del Nuoto Club di Monza, la GSO Pallavolo, la Polisportiva Cantalupo, lo Sharks Monza e il personale della Circoscrizione 2.

L'augurio, come ha detto il dott. Cascella, è che l'esempio sia imitato da tutte le circoscrizioni cittadine per i risultati positivi che può produrre, non ultima la sensibilizzazione dei cittadini verso queste problematiche. E' intervenuto anche il preside Granata e il responsabile del centro natatorio di san'Albino, che hanno sottolineato l'importanza della dotazione salvavita che diverrà sempre più importante per il numero elevato di persone di cui sarà a disposizione: studenti, società sportive, cittadini stessi. Il vicesindaco Dario Allevi (nella foto sotto col preside Granata) ha ricordato come questi 2 defibrillatori si vanno ad aggiungere ad altri 6 già disponibili nelle strutture pubbliche della città: presso Sanda Volley, Golf Club, Tennis Club e Forti e Liberi.

SEGNALETICA "SALVAVITA"



Questo cartello segnaletico identifica in modo immediato la postazione del defibrillatore. Ideato con Laerdal Italia e realizzato da Brianza per il Cuore viene donato con un apposito supporto per rendere visibile e facilmente accessibile il defibrillatore. Imparate a riconoscerlo. Vicino a questo cartello c'è chi può intervenire per salvare una vita. Lo trovate già al Circolo Tennis Monza (vedi foto Pagina seguente), alla Forti e Liberi, alla scuola media Ardigò-Bellani, al Centro Pia Grande, alla Banca di Credito Cooperativo di Barlassina...e in tanti altri luoghi pubblici (elenco aggiornato su www.brianzaperilcuore.org).

Continua da pag. 1 - L'intervento del Preside FATTI NON PAROLE

sanno dare concretezza ai loro convincimenti e mettono a disposizione tempo e risorse, anche economiche. [...] Chi scrive, insieme a due docenti e una assistente amministrativa, ha partecipato al corso di addestramento



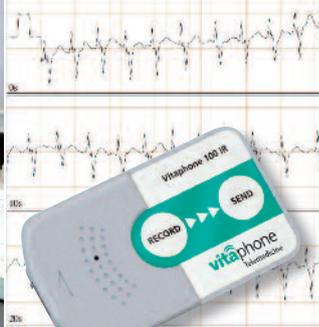
RCP e all'uso del defibrillatore conseguendo l'attestato. [...]

Continueremo nei prossimi mesi e anni a mantenere salda la collaborazione con l'impegno di promuovere iniziative stimolanti e arricchenti per le giovani generazioni.

Mi fa piacere ricordare in questo contesto la traduzione italiana del motto di Don Milani 'I care': mi sta a cuore. A Brianza per il Cuore, agli amministratori, agli educatori, agli adulti tutti, il compito di avere a cuore la salute, gli entusiasmi, gli interessi dei più giovani.

Massimo Granata

Dirigente Scolastico
Scuola Media "Ardigò-Bellani" Monza



Tratto dal manuale
PENSACI



La telemedicina in cardiologia: realtà e prospettive

La Telemedicina riguarda la possibilità di trasmissione a distanza di informazioni, immagini, segnali, correlati con la diagnosi e la cura dei pazienti. L'introduzione delle metodiche di telemedicina non è recente anche in Cardiologia, ma non vi è dubbio che l'avanzamento tecnologico nel campo delle trasmissioni via cavo e via etere ha consentito e consentirà enormi vantaggi ed avanzamenti in questo campo. Sono passati più di vent'anni da quando, dopo un soggiorno presso un grosso centro di impianto pacemaker nei pressi di New York, riuscii ad introdurre la trasmissione via telefono dell'elettrocardiogramma per il controllo a distanza del pacemaker in persone inabilite a venire ad eseguire il controllo in ospedale. Oggi gli esempi di trasmissione dei dati a distanza, particolarmente dell'elettrocardiogramma, sono molteplici: pensiamo solo a come i tracciati elettrocardiografici vengano trasmessi dai vari ospedali collegati al San Gerardo, per la refertazione unificata presso il centro di Elettrocardiografia; oppure consideriamo come, con un sistema che è altamente efficiente, il tracciato ecg, registrato dall'equipaggio del 118 a domicilio del paziente con attacco cardiaco, o sull'ambulanza, venga attualmente trasmesso al medico dell'Unità Coronarica, che può quindi predisporre il trattamento più indicato, disponendo in caso di infarto la esecuzione della trombolisi preospedaliera o approntando senza indugi la sala di emodinamica per l'angioplastica primaria.

LA REALTA' Al San Gerardo, nell'ambito dell'ambulatorio che segue i portatori di defibrillatore impiantabile (ICD), abbiamo iniziato l'anno scorso l'esperienza di controllo a distanza dei device impiantati, che comporta la trasmissione a cadenze fisse, ed in caso di necessità, di tutte le informazioni connesse con il funzionamento dell'apparecchio, e gli episodi, comprensivi di traccia elettrocardiografica, in cui il device è intervenuto a trattare un'aritmia. Le informazioni vengono inviate attraverso la via telefonica fissa o mobile ad un sito Web, sul quale il Centro di controllo rileva poi tutte le informazioni trasmesse. Il sistema è sicuramente destinato ad affermarsi e diventerà la modalità principale di controllo di questi device nel futuro, anche considerando che l'aumento iperbolico degli impianti sta cominciando a creare problemi organizzativi per i controlli in ospedale. Da quest'anno tale modalità di controllo a distanza dovrebbe essere utilizzata anche per alcuni tipi di pacemaker, e per i cosiddetti "loop recorder" o "event recorder" impiantabili, piccoli strumenti che si applicano sottopelle e che registrano l'elettrocardiogramma in continuo, "fissando" parti dello stesso in occasione di sintomi: tali parti di elettrocardiogramma potranno ora essere trasmessi via etere al Centro di ascolto, senza obbligare l'utente a recarsi in Ospedale.

LE PROSPETTIVE Il Centro di Elettrofisiologia delle Aritmie, che al San Gerardo si occupa di tutti i problemi connessi con le Aritmie cardiache, avrebbe in progetto di riprendere, con nuovi macchinari, l'utilizzo degli "event recorder" esterni: se una persona accusa sintomi non frequenti (batticuore, lipotimia, sincope), il classico ECG dinamico (conosciuto come Holter) ha scarse probabilità di registrare l'elettrocardiogramma durante il sintomo. Ecco che allora sono disponibili dei piccoli registratori, delle dimensioni di una carta di credito, che appoggiati semplicemente sul torace, sono in grado di registrare il tracciato elettrocardiografico "a domanda", nel momento cioè dell'insorgenza del sintomo. Tale tracciato può essere poi inviato al Centro di ascolto per una valutazione sulla natura dell'episodio stesso.

UN PROGETTO CON BRIANZA PER IL CUORE Il Centro di Elettrofisiologia delle Aritmie intenderebbe acquisire un numero congruo di tali registratori, e la relativa apparecchiatura per l'ascolto delle registrazioni, con

Ipercolesterolemia

COS'E' IL COLESTEROLO?

Il colesterolo è un grasso presente nel nostro sangue. In parte viene prodotto dalle cellule del fegato, in parte lo introduciamo con gli alimenti.

E' una sostanza fondamentale per il nostro organismo, purchè mantenuta entro determinati limiti.

Il **colesterolo HDL ("BUONO")** non si accumula nell'organismo ma viene per lo più impiegato per produrre energia.

Il **colesterolo LDL ("CATTIVO")** e i **TRIGLICERIDI** sono i grassi che rimangono in circolo e se in eccesso, si depositano sulle pareti delle arterie.

IPERCOLESTEROLEMIA QUANDO?

COLESTEROLO TOTALE > 200 mg/dl

I valori ottimali sono:

COLESTEROLO HDL ("BUONO") > 40 mg/dl

COLESTEROLO LDL ("CATTIVO") < 130 mg/dl
(meno è, meglio è!)

TRIGLICERIDI < 150 mg/dl

PERCHE' E' PERICOLOSA?

Il colesterolo in eccesso si deposita sulle pareti dei vasi arteriosi, comprese le coronarie, riducendone il calibro favorisce l'insorgenza di alcune patologie quali: angina, infarto, ictus, insufficienza renale...

COSA SI PUO' FARE?

• **CORRETTA ALIMENTAZIONE:** ridurre o abolire tutti gli alimenti che sono ricchi di colesterolo, come i grassi di origine animale (burro e strutto), i dolci contenenti panna o creme a base di burro, i condimenti grassi, il grasso della carne o degli insaccati, i formaggi grassi.

Ridurre il consumo di carne "rossa" a favore delle carni "bianche".

Favorire il consumo di pesce azzurro, che contiene un particolare tipo di grassi (omega 3 ed EPA) che aumentano la produzione di colesterolo "buono".

Pane, pasta e riso sono privi di colesterolo, per cui possono essere assunti liberamente ma con moderazione (soprattutto se si è in sovrappeso).

E' anche consigliabile fare uso di latte solo scremato, di formaggi magri, di frutta e verdura.

• **RIDURRE IL PESO CORPOREO**

• **PRATICARE REGOLARMENTE ATTIVITA' FISICA**

• **ASSUMERE CORRETTAMENTE LA TERAPIA**, se prescritta.

www.brianzaperilcuore.org



Sedentarietà

Svolgere regolarmente un'attività fisica diminuisce significativamente il rischio cardiovascolare sia nella prevenzione primaria, cioè nell'evitare un primo infarto, sia nella prevenzione secondaria, cioè nell'evitare una recidiva.

PERCHÈ È IMPORTANTE UN'ATTIVITÀ FISICA REGOLARE?

- Riduce la frequenza cardiaca e la pressione arteriosa, con conseguente risparmio del consumo di ossigeno del muscolo cardiaco
- Facilita il controllo del peso corporeo
- Riduce i livelli di colesterolo cattivo LDL e dei trigliceridi nel sangue
- Aumenta la produzione di colesterolo buono HDL

QUALE ATTIVITÀ È CONSIGLIATA?

- **Iniziare gradualmente con gli sforzi senza eccedere**
- **Pianificare per esempio 30 minuti di attività fisica per 3-4 volte alla settimana**
- **Limitare l'uso dell'auto e dell'ascensore**
- **Privilegiare comunque un'attività di tipo aerobico cioè con uno sforzo non particolarmente intenso ma piuttosto prolungato come: camminare a passo veloce, nuotare, andare in bicicletta, praticare sci di fondo, corsa lenta.**

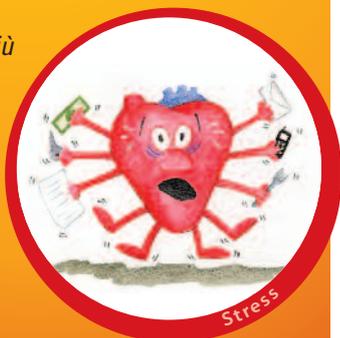
Stress

COME SI MANIFESTA?

Non esistono veri e propri elementi comuni e specifici.

I sintomi psicologici più comuni dello stress sono:

- nervosismo
- irritabilità
- cattivo umore
- ansia
- facilità al pianto
- stanchezza e insonnia.



SUGGERIMENTI

Possiamo suggerirvi sette semplici consigli generali per combatterlo:

- semplifica la tua vita
- stabilisci delle priorità
- pensi che la salute viene prima di tutto
- ritaglia ogni giorno del tempo per te
- impara a porti dei limiti
- chiedi aiuto/impara a delegare
- confrontati con altre persone che stanno vivendo la tua stessa situazione.



Continua da pag. 3

NUOVO PROGETTO "TELEMEDICINA"



l'intendimento di completare in tale modo la diagnostica non invasiva per quanto concerne le aritmie cardiache. Questo nuovo "Progetto Telemedicina" è in attesa ed in cerca di un finanziamento: vero è che non esiste al momento un Servizio di questo tipo sul nostro territorio, e questo comporta da una parte spreco di esami non esattamente efficienti in questo ambito, e d'altra parte una certa quota di diagnosi non fatte.

Antonio Vincenti

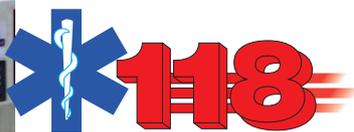
Responsabile Unità Operativa Semplice di Elettrofisiologia e Cardioritmiologia
Unità Complessa di Cardiologia - Dipartimento Cardio-toraco-vascolare
Ospedale San Gerardo - Monza

Giuseppe Brambilla, → dal'esperienza "1.1.8. Brianza" al coordinamento AREU

Coordinatore fin dalla sua istituzione del Servizio Sanitario SSUEm 118 Brianza e stretto collaboratore della dott.ssa Giampiera Rossi, responsabile del servizio, oggi è chiamato ad operare in AREU con il compito di portare la sua esperienza del "Modello Brianza" nella nuova attività a contatto con le altre realtà presenti nella Regione Lombardia. L'Areu è un'Azienda regionale attivata dalla Giunta regionale il 2 aprile 2008. Il compito principale è quello di promuovere l'evoluzione del sistema di emergenza e urgenza sanitaria sviluppando l'integrazione a rete dell'assistenza intra ed extraospedaliera e fornendo valore aggiunto alla gestione delle patologie acute e complesse (infarto del miocardio, ictus, trauma cranico,...). La sua mission è quella di garantire, implementare e rendere omogeneo, nel territorio della Regione, il soccorso sanitario di emergenza urgenza, anche in caso di maxiemergenze; ha inoltre il compito di coordinare il trasporto di persone, organi e tessuti, le attività trasfusionali, di scambio e compensazione di sangue ed emocomponenti.

Brianza per il Cuore ...dei bambini

Brianza per il Cuore ha aderito al progetto "Cuore e respiro in età evolutiva" promosso dall'U.O. di Neonatologia, Pediatria e Adolescentologia dell'A.O. "Ospedale Civile" di Vimercate per migliorare le capacità preventivo-diagnostico-terapeutiche nelle malattie cardio-respiratorie dell'età evolutiva. Su richiesta del Direttore, **Dr. Gianfilippo Rondanini**, la nostra associazione, nota per la sensibilità nei confronti dei malati, in particolare i bambini ricoverati, ha risposto positivamente all'appello. Con l'aiuto di sponsors, ugualmente sensibili al problema, si è dichiarata disponibile a donare le apparecchiature elettromedicali necessarie per attivare un Ambulatorio di Ergometria Pediatrica. Per migliorare l'offerta diagnostica e il monitoraggio terapeutico in campo cardiologico e pneumologico pediatrico servono: complesso Tapi roulant e Cicloergometro, completi di Unità Centrale Pc, apparecchio ECG grafico a 12 derivazioni, Kit stress testing e Rest ECG, Spirometro con misurazione consumo O2, Co2 esalata, resistenze vie aeree, misuratore dell'ossido nitrico esalato, sostituzione dell'attuale ecografo neonatale con modello ecocardio/colordoppler e relativa sonda. La mission dell'associazione continua, anzi si espande sempre più: "Il Cuore della Brianza per il Cuore dei bambini".



All'AREU afferiscono:

- nell'area del soccorso 12 Articolazioni Aziendali territoriali (AAT) che per ogni ambito di riferimento (di norma il territorio provinciale) ricomprendono: La Centrale Operativa dell'Emergenza Urgenza (Coeu) - Il sistema di postazioni di soccorso presenti sul territorio afferente alla singola Coeu di riferimento (Bergamo, Brescia, Como, Cremona, Lecco, Lodi, Mantova, Milano, Monza, Pavia, Sondrio, Varese).
- nell'area trasfusionale, 15 Dipartimenti di Medicina Trasfusionale ed Ematologia (uno per ogni provincia più 4 dell'area della provincia di Milano). Il personale che opera nelle Articolazioni Aziendali territoriali riceve indicazioni operative, obiettivi e disposizioni organizzative dalla Direzione dell'AREU, pur rimanendo dipendente dall'Azienda ospedaliera di riferimento. L'AREU organizza e coordina il soccorso sanitario in urgenza ed emergenza sull'intero territorio regionale anche attraverso il servizio di Elisoccorso, con cinque basi: Bergamo, Brescia, Como, Milano e Sondrio



Presentati al convegno ANMCO "Ritardo Evitabile" i positivi risultati della rete di telemedicina dell'area di Monza e Brianza finalizzata alla diagnosi precoce e alla terapia tempestiva dell'infarto miocardico acuto.

1.1.8. Brianza: punto di riferimento a livello nazionale

Sabato 21 febbraio nel corso del convegno dell'ANMCO (Associazione Nazionale Medici Cardiologi Ospedalieri) dedicato al "Ritardo Evitabile" sono stati presentati e valutati i risultati della rete di telemedicina dell'area di Monza e Brianza finalizzata alla diagnosi precoce e alla terapia tempestiva dell'infarto miocardico acuto.

Il **Modello Brianza**, cresciuto grazie al progetto **Contrattacco Cardiaco** di Brianza per il Cuore, è stato citato anche da cardiologi di altre realtà regionali come esempio non solo di rete di soccorso evoluto, ma anche di collegamento tra 1.1.8. e cardiologie del territorio.

I risultati, presentati dalla **dott.ssa Giampiera Rossi responsabile SSUeM 1.1.8. Brianza**, sono stati eccellenti nella diagnosi dell'infarto (21 minuti dalla chiamata del paziente alla diagnosi elettrocardiografica eseguita dal cardiologo) e nella tempistica di riperfusione del miocardio.

I dati raccolti relativi all'esecuzione dell'elettrocardiogramma prima dell'arrivo in ospedale mostrano che quasi 500 pazienti hanno beneficiato della "diagnosi precoce" guadagnando almeno un'ora sui tempi di trattamento dell'infarto e anticipando, nei casi in cui vi era indicazione, la riperfusione cardiaca con la trombolisi prima dell'arrivo in ospedale.

La criticità delle reti di telemedicina e soccorso dell'infarto, che è emersa nel corso della giornata, rimane quella della percentuale di pazienti che in caso di dolore toracico chiamano l'1.1.8.

Dai dati del nostro territorio solo il 40% degli infarti ha potuto trarre beneficio dal soccorso integrato tra 1.1.8. e cardiologie.

L'obiettivo dei prossimi anni è quello di far conoscere al maggior numero di persone la possibilità di poter usufruire, in caso di infarto, di una rete così efficace riducendo il numero di pazienti (ben il 60%!) che raggiungono l'ospedale con i propri mezzi.

Obesità

PERCHÈ È PERICOLOSA?

L'obesità si accompagna frequentemente a:

- un aumento della pressione arteriosa, che sottopone il cuore ad un eccesso di lavoro
- un aumento del livello dei grassi nel sangue (aumento dei trigliceridi e diminuzione dell'HDL cioè del colesterolo buono)
- un'alterazione del metabolismo degli zuccheri

L' OBESITÀ E UNA CIRCONFERENZA ADDOMINALE OLTRE I LIMITI, RADDOPPIA L'INCIDENZA DI CARDIOPATIA ISCHEMICA ED IL RISCHIO SI TRIPLICA SE L'OBESITÀ SI ACCOMPAGNA AD IPERCOLESTEROLEMIA O IPERTENSIONE.

COSA SI PUÒ FARE?

- **Praticare regolarmente attività fisica**
- **Controllare l'alimentazione.**
E' consigliato frazionare il cibo in più pasti in modo che l'organismo riesca a bruciare più facilmente le calorie.
E' sconsigliato "saltare un pasto" per evitare l'attivazione di quei meccanismi che portano ad una maggiore introduzione di cibo nel pasto successivo.
- **Rivolgersi a specialisti** in scienza dell'alimentazione per una dieta equilibrata e su misura.

PARAMETRI CIRCONFERENZA ADDOMINALE rischio di complicanze metaboliche

	NORMALE	MEDIO RISCHIO	ALTO RISCHIO
UOMINI	fino a 94 cm	fino a 102 cm	oltre 102 cm
DONNE	fino a 80 cm	fino a 88 cm	oltre 88 cm



Settore Scuola *Gabriella Rota*



PROSSIMI APPUNTAMENTI 2009

Quest'anno fiore all'occhiello di Brianza per il Cuore è "MINI ANNE", un "personal" manichino su cui acquisire le manovre salvavita accompagnato da un DVD della durata di trenta minuti che ne spiega le varie fasi.

Obiettivo dell'utilizzo del **MINI ANNE KIT** è raggiungere il maggior numero di persone e renderle capaci di portare soccorso in caso di emergenza.

I target individuati e raggiunti da Brianza per il Cuore sono:

- le scuole superiori, attualmente con un totale di mille studenti
- la popolazione, attualmente con un totale di 200 partecipanti
- le persone dimesse dall'U.O. di cardiologia, attualmente per un totale di 50

Il corso comprendente una parte teorica e una parte pratica, ha la durata di circa due ore; alla fine del corso viene rilasciato l'attestato di "CITTADINO SALVACUORE".

Anche quest'anno il corso "APPRENDERE A PORTARE SOCCORSO AL CUORE" vede partecipi scuole elementari e medie attualmente con un totale di 500 alunni.

Scuole, società sportive e aziende richiedono sempre più numerose Corsi di Formazione e Addestramento su l'utilizzo del defibrillatore che permette a soccorritori laici di intervenire in caso di arresto cardiocircolatorio.

Aspettiamo entro il 10 aprile i lavori delle scuole che hanno aderito al concorso "DIAMO CUORE ALLA CITTÀ".

La giuria composta da persone rappresentative nell'ambito dell'istruzione apprezzerà l'attività di ogni classe e valuterà secondo i meriti per la premiazione.

Il Teatro Manzoni la mattina di sabato 9 maggio ospiterà tutti i partecipanti al concorso per l'assegnazione dei premi.

Dirigenti, docenti, operatori socio sanitari e genitori sono invitati al consueto **Corso di aggiornamento** che si terrà a Carate Brianza presso la residenza IL PARCO che probabilmente avrà come argomento i fattori di protezione e altrettanti di rischio che i legami interpersonali rappresentano per gli adolescenti. I dettagli del programma perverranno a breve a tutti gli interessati e saranno consultabili anche sul sito di Brianza per il Cuore www.brianzaperilcuore.org. Data l'importanza dell'argomento che tocca ragazzi, scuola e famiglia ci auguriamo che l'interesse e la partecipazione siano altrettanto importanti.



Noci per il cuore

Una ricerca condotta recentemente ha dimostrato come 3 noci, o nocciole o mandorle, al giorno unitamente ad una dieta mediterranea ricca di frutta verdura e pesce aiuta a ridurre i fattori di rischio dei disturbi cardiaci.

Noci, nocciole e mandorle sono infatti ricche di fibre, antiossidanti (vitamina E) e grassi insaturi... molto meglio di qualsiasi snack! Non a caso Brianza per il Cuore ha aderito all'iniziativa "Le Noci del Cuore" organizzata da Conacuore, Federazione Italiana di Cardiologia, Fondazione italiana per il cuore sotto l'egida del Ministero del Lavoro, Salute e Politiche sociali.



7 marzo, Barlassina ore 10,00. Nel corso della mattinata, nell'ambito dell'incontro sul tema "L'emergenza medica sul territorio" presso la Sala Longoni (Corso Milano 49) avverrà la consegna del defibrillatore, donato dalla Banca di Credito Cooperativo di Barlassina alla Polizia Locale

18 marzo, Villasanta ore 21,00. Brianza per il Cuore ONLUS, in collaborazione con A.O. San Gerardo, AREU 118 Lombardia, AVIS Comunale Villasanta e AIDO incontrano i cittadini per informare su: **MINI ANNE KIT** - impara in poco tempo le procedure di rianimazione per salvare una vita - presso il **Centro di Chinesiologia "Nuova Ginnastica"** via Galileo Galilei 34. Segue la presentazione del Progetto PENSACI di educazione sanitaria per la prevenzione della malattie cardiovascolari.

19 marzo, Agrate Brianza ore 20,30. **Auditorium**. Brianza per il Cuore ONLUS, AVIS Comunale Agrate Brianza e AIDO, in collaborazione con il dottor Angelo Rovati, A.O. San Gerardo incontrano i cittadini per informare su: "I comportamenti corretti per prevenire e curare le malattie del cuore".

Segue la presentazione dei programmi PENSACI - Progetto di educazione sanitaria per la prevenzione della malattie cardiovascolari e MINI ANNE KIT: Impara in poco tempo le procedure di rianimazione per salvare una vita.

4 aprile, Seregno ore 11,00: Presso la **Scuola "PRIMO LEVI"** di Seregno avverrà la **consegna del defibrillatore** donato dal LIONS CLUB SEREGNO BRIANZA, all'I.T.G.C. e P.A.C.I.E. "PRIMO LEVI" oltre che degli attestati di partecipazione al corso per l'utilizzo del defibrillatore.

19 Aprile, Verano Brianza ore 8.30/12.30 - 14,00/17,00 "Le Isole della Salute" in collaborazione con AVIS comunale e il patrocinio del Comune. Verranno effettuate in collaborazione con Roche e con AND misurazioni di colesterolo, glicemia, pressione e peso con valutazione del rischio globale.

22 Aprile, Monza ore 18.00 **Assemblea dei Soci** e rinnovo cariche sociali presso lo **Sporting Club di Monza**. Tutti i soci, in regola col pagamento della quota annuale, sono invitati a partecipare.

9 Maggio, Monza, Teatro Manzoni Spettacolo di premiazione per tutti i partecipanti al concorso per la scuola "Diamo cuore alla Città".

17 Maggio, Arcore frazione Cascina del Bruno ore 8.00/12.00 "Le Isole della Salute" in collaborazione con AVIS comunale Arcore, Lions Club Vimercate ed il Comune. Verranno effettuate misurazioni di colesterolo, glicemia, pressione e peso con valutazione del rischio globale.

2 Giugno, Monza Viale Libertà Gazebo "Le Isole della Salute" con dimostrazione pratica su un manichino di Manovre RCP Rianimazione Cardio-Polmonare.

20-21 Giugno, Monza Autodromo 34° Festival dello Sport. L'associazione propone l'Isola della Rianimazione Cardio-Polmonare e della defibrillazione con dimostrazioni per i visitatori nell'ambito del programma "Il defibrillatore scende in campo".

5-6 Settembre, Arcore ore 8.00/12.00 **Parco Comunale "Le Isole della Salute"**. Anche quest'anno viene ripetuta la manifestazione in collaborazione con AVIS comunale Arcore, Lions Club di Vimercate ed il Comune. Verranno effettuate in collaborazione con Roche e con AND misurazioni di colesterolo, glicemia, pressione e peso con valutazione del rischio globale.

26-27 Settembre, Monza Arengario "La Giornata Mondiale del Cuore a Monza" Nel salone dell'Arengario saranno allestite le "Isole della salute" per la misurazione di colesterolo e glicemia con ROCHE, per la misurazione della pressione con AND by Intermed, per la misurazione del monossido di carbonio con il centro Antifumo dell'ASL3, per la misurazione dell'indice di massa corporea e la valutazione finale del rischio globale.

In data da definire:

Maggio, Vimercate Palazzo Trotti "Le Isole della Salute" Anche quest'anno viene ripetuta la manifestazione in collaborazione con Lions Club Vimercate ed il Comune.
Settembre, Carate Brianza Residenza il Parco Annuale Corso di Aggiornamento per Dirigenti Scolastici, Docenti delle scuole di ogni ordine e grado ed Operatori socio sanitari.

Ottobre, Meda "Le Isole della Salute". Su richiesta di ASPECON viene proposta la manifestazione in collaborazione con AVIS comunale Meda ed il Comune.

visualizza l'elenco completo degli appuntamenti sul sito www.brianzaperilcuore.org

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

Redazione: Clelia Farina, Giovanni Paltrinieri, Luigi Pintus, Adriana Pittini, Antonio Vincenti

Progetto Grafico/editoriale: Puntolinea Advertising, Monza

un Aiuto di Cuore

Caro Socio

questo tuo recapito è presente nel nostro "archivio abbonati" del News Brianza per il Cuore.

Al fine di ottimizzare le spedizioni, evitando invii non desiderati o doppi, gradiremmo ricevere una risposta da parte tua. Non sappiamo, ad esempio, se il News è pervenuto o meno, visto che alcuni non hanno provveduto al

rinnovo iscrizione

Nel caso in cui tu abbia già provveduto, ritieni nullo questo messaggio, altrimenti ti preghiamo di contattarci al nostro indirizzo:

Villa Serena, via Pergolesi 33 - 20052 Monza
Tel. 039 2333487 Fax 039 2333223

Orario Segreteria: 09.00 / 12.00

info@brianzaperilcuore.org

Puoi sempre utilizzare l'allegato

BOLLETTINO DI CONTO CORRENTE POSTALE.

Per noi è un segno di rinnovata stima e fiducia.

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).



www.brianzaperilcuore.org

Grazie di Cuore

AVVERTENZE

"Il bollettino deve essere compilato in ogni sua parte (con incollastro nero o blu) e non deve recare abrusioni, correzioni o cancellature. La casuale è obbligatoria per i versamenti a favore delle Pubbliche Amministrazioni. Le informazioni richieste vanno riportate in modo identico in ciascuna delle parti di cui si compone il bollettino."

Questo tagliando va conservato per la dichiarazione dei redditi. L'Associazione Brianza per il Cuore è Onlus (Organizzazione Non Lucrativa di Utilità Sociale). Iscritta al Registro Generale Regionale del Volontariato al foglio N° 545 progr. 2174 Sezione A) Sociale-Regione Lombardia. La presente offerta è per tanto deducibile ai sensi dell'art. 13 del D.LGS 4/12/97 n° 460.

Nel rispetto della legge 675/96 sulla tutela dei dati personali, si informa che i dati anagrafici del versante verranno inseriti nella banca dati dell'Associazione Brianza per il Cuore che ne sarà l'unico utilizzatore. Il versante, in ogni momento, potrà rivolgersi all'Associazione Brianza per il Cuore per consultata, modificare, opporsi al trattamento dei dati.