

BRIANZA PER IL CUORE



News

Cara Gabriella,

IL CUORE DI GABRIELLA PER IL CUORE DI TUTTI

In questo spazio, oggi, non trovate il consueto "saluto del Presidente"; ho infatti rivendicato il mio ruolo di Direttore responsabile per poter ricordare, o meglio, testimoniare di Gabriella a nome anche dei tanti amici di Brianza per il Cuore che con lei hanno avuto il piacere di condividere gli importanti progetti dell'Associazione: la sua Associazione.

Sono uno degli amici di lunga data, felice di aver potuto condividere, fin dai lontani anni settanta, i suoi coinvolgenti entusiasmanti progetti di Educazione alla salute per la scuola.

Ricordo i primi corsi di RCP (il Superman di 'Anche tu puoi salvare una vita'), quelli sui vari fattori di rischio (il fumo con il mega puzzle de 'La Citta del Sole' per le scuole materne; l'alimentazione con il diario "GiornoperGiorno" per le scuole elementari e medie) fino alla istituzione degli affermati corsi per docenti, ormai una consuetudine di ogni inizio d'anno scolastico. Iniziative il cui successo ha superato i confini della Brianza assumendo una rilevanza dapprima regionale (la Regione Lombardia ha adottato e finanziato alcuni suoi corsi) e poi nazionale (la Heart Care Foundation ha adottato i suoi corsi per la diffusione a livello nazionale).

Non voglio elencare le meritorie e innumerevoli iniziative di Gabriella: sono tante, troppe e soprattutto travolgenti per la vulcanicità delle sue idee, l'originalità da lei pretesa nel proporle, la revisione continua alla ricerca della perfezione che per lei era sempre possibile e che, una volta raggiunta per me, per lei era sempre ancora più in là. Una persona così è un grande stimolo per tutti.

E'. Non: è stata! Perché un cuore grande come il suo non cessa mai di battere. Noi amici ben lo sappiamo: sentiamo la sua

(Segue a pagina 8)



Non ci hai lasciato: tu sei il motore, il cuore, la vita di Brianza per il Cuore.

Sentiamo la tua voce, la tua passione, il tuo entusiasmo, che col tuo sorriso è più che mai presente e ci accompagna nel quotidiano cammino.

Continua a guidarci e ad esserci accanto per realizzare tutti quei meravigliosi "progetti del Cuore" che sono stati e continueranno ad essere "la tua vita tra noi".

*Un costante abbraccio
da Brianza per il Cuore*



L'ADDIO A GABRIELLA VALAGUSSA "cuore di Brianza per il Cuore"

Donna capace, caparbia, costante, motore instancabile e tenace dell'Associazione Brianza per il Cuore da lei fondata col marito, il dottor Franco Valagussa, già primario di Cardiologia dell'Ospedale San Gerardo, nel 1995. Scopo di questo eccezionale connubio la diffusione dell'Educazione alla Salute tra i bambini, gli adulti, la popolazione tutta, oltre la promozione della Cardiocirurgia a Monza e l'istituzione di una delle prime reti italiane di defibrillazione precoce. Fin dagli inizi responsabile, grazie anche alle sue doti di insegnante, del Settore Scuola dell'Associazione Brianza per il Cuore, che sarà ora a lei intitolato, ha coordinato progetti innovativi e importanti quali: Alimentazione e stili di vita; A scuola con il corpo; Fumo? No grazie; www.muoviamocidipiù. Annualmente coordinava i Corsi di aggiornamento per dirigenti scolastici, insegnanti e operatori sanitari sui temi dell'Educazione alla salute. Suo impegno costante era anche il coordinamento del Progetto "Anche tu puoi salvare una vita" per la Rianimazione Cardiopolmonare che proponeva nella Scuola Superiore. Dal 1999 ha ideato e sperimentato il Progetto "Apprendere a portare soccorso" per la scuola dell'infanzia e di 1° grado, che ora è sfociato nello splendido volume che ha visto la luce proprio in questo mese e che verrà proposto alle scuole in occasione del Corso di aggiornamento di Carate del 6 settembre 2005.

PROGETTO SPORT DEL CUORE

RISULTATI E ANALISI DEI DATI



Educare i nostri ragazzi a prevenire i fattori di rischio di malattie cardiovascolari adottando un corretto stile di vita. La prevenzione fin dalla più tenera età è lo strumento veramente efficace per la lotta alle malattie cardiovascolari.

Il progetto LO SPORT DEL CUORE nasce con lo scopo di sensibilizzare sull'importanza della promozione della salute e della diagnosi precoce delle anomalie cardiache e prevenire i fattori di rischio proponendo l'adozione di stili di vita salutarì.

Educare alla prevenzione significa tutela-

re la salute del cuore e ridurre l'elevato impatto sociale causato da queste patologie.

Le malattie cardiovascolari, pur manifestandosi in età adulta, derivano da alterazioni delle arterie che hanno le loro basi in modificazioni molto precoci delle stesse, che iniziano in età giovanile.

PROMUOVERE UN CORRETTO STILE DI VITA SIN DALLA PIÙ GIOVANE ETÀ

Il progetto "Lo sport del cuore" si è rivolto ai ragazzi delle scuole medie perché questa età, la cosiddetta preadolescenza, rappresenta all'interno del percorso di vita un momento molto delicato. Come osserva il dottor A. Pellai, che con il dottor L. Bassoli ha coordinato il gruppo di ricerca sullo stile di vita dei preadolescenti in Brian-

za, in questa fase compare la prima forma di autonomia e autodeterminazione, che ha delle ricadute immediate anche sullo stile di vita e sulle scelte che devono essere giocate nella quotidianità. In questa fase il preadolescente "mette a punto" tutto ciò che ha appreso e sperimentato finora, decidendo cosa tenere e cosa scartare; abbraccia con entusiasmo nuove passioni, interessi e gruppi sociali di riferimento. Questa voglia di innovazione lo porta spesso ad intraprendere azioni che avranno durata e intensi significati nella e per la vita.

LA PROMOZIONE DELLA SALUTE ANCHE ATTRAVERSO UNA SANA E REGOLARE ATTIVITÀ FISICA

La promozione della salute anche attraverso una sana e regolare attività fisica è

LE AZIONI DEL PROGETTO Ciascun ragazzo ha avuto la possibilità di:

- essere visitato da un cardiologo** che ha rilevato i principali parametri antropometrici e ha effettuato un esame elettrocardiografico;
- partecipare ad una ricerca** realizzata su un campione di oltre 800 soggetti che ha consentito di definire un profilo attendibile dei comportamenti e delle abitudini associate all'attività motoria in tale campione selezionato;
- usufruire di tre incontri di educazione sanitaria** promossi con modalità attiva e partecipativa, basata sulla realizzazione di prodotti ed elaborati creativo-artistici, proiezione di spezzoni di film e relativa discussione collettiva, effettuazione di esperimenti scientifici con la guida di un esperto;
- partecipare alla realizzazione di una campagna di promozione** della salute attraverso la realizzazione di uno slogan o di un poster elaborato dai singoli studenti o da gruppi organizzati di studenti, con la guida di un docente della propria scuola.

Al termine del lavoro svolto preadolescenti ed educatori adulti hanno avuto la possibilità di condividere un'esperienza che dovrebbe averli aiutati a comprendere che:

a) il movimento è uno stile di vita che si deve adottare all'interno di una ricerca del benessere complessivo, inteso nelle sue accezioni organiche, psicologiche e relazionali;

b) lo sport per essere di aiuto alla crescita deve allontanarsi da alcuni degli stereotipi che lo connotano nel contesto socio-culturale attuale (esasperata ricerca dell'agonismo, della competizione e della vittoria ad ogni costo);

c) lo sport è parte di una complessa serie di fattori che nel loro interagire aiutano il soggetto a sentirsi bene e che non può trascurare aspetti associati all'alimentazione e alla salute emotiva del singolo e del suo gruppo di appartenenza.

ANALISI

In questo studio di popolazione, l'analisi di parametri biofisici, emodinamici ed elettrocardiografici ha permesso alcune osservazioni di particolare interesse.

La presenza di correlazione tra elevati livelli di BMI (indice di massa corporea) e CV (circonferenza vita) ed incidenza di ipertensione arteriosa è già stata riportata da alcuni Autori sulla popolazione adulta.

I nostri dati sembrano estendere tale evidenza anche a soggetti in età scolare.

I dati relativi al BMI e alla circonferenza vita sembrano confermare che la prevalenza di sovrappeso è particolarmente elevata anche tra i soggetti in età scolare; tale osservazione appare preoccupante, in particolare per quanto riguarda un possibile futuro incremento del rischio cardiovascolare per questi soggetti.

L'assenza di correlazione tra attività sportiva e migliori valori di BMI e CV non può attualmente dimostrare la scarsa efficacia dell'attività sportiva stessa nel mantenimento di un'adeguata forma fisica, in quanto non sono stati ancora confrontati i dati relativi alle abitudini alimentari dei soggetti stessi.

Infine, per mezzo di semplici registrazioni elettrocardiografiche a riposo, è stato possibile identificare in tre casi la presenza di alterazioni associate a significativo incremento del rischio di aritmie maggiori anche nel breve-medio periodo; in particolare, nel caso rilevato di pre-eccitazione ventricolare, il successivo approfondimento mediante studio elettrofisiologico trans-esofageo ha definito per il soggetto portatore un alto rischio di aritmie maggiori ed ha pertanto permesso di porre indicazione all'intervento di ablazione trans-catetere; negli altri due casi è in corso una stratificazione prognostica.

Anche secondo alcune recenti evidenze, lo screening elettrocardiografico ha verosimilmente conferito un beneficio clinico in termini di sopravvivenza.

	Maschi	Femmine
Peso (Kg)	50,2 ± 11,1	50,6 ± 10,7
Altezza (Cm)	157,3 ± 9,0	157,1 ± 7,5
Circonferenza vita	69,9 ± 10,5	69,9 ± 9,5
BMI	20,1 ± 3,3	20,4 ± 3,7

I valori medi distinti per sesso di peso corporeo, altezza, circonferenza vita e BMI

CONCLUSIONI

La prevalenza di peso corporeo eccessivo è elevata e si associa a valori superiori di pressione arteriosa, rappresentando verosimilmente un indicatore di aumentato rischio cardiovascolare; rimane da determinare se la correzione della condizione di sovrappeso determina una conseguente riduzione dei valori pressori. È pertanto fortemente indicato il mantenimento di un peso corporeo adeguato fino dall'età scolare mediante la pratica di discipline sportive, in particolare quelle associate ad una maggiore attività aerobica, associata ad una corretta educazione alimentare. I pediatri e i medici sul territorio, dovrebbero attivare strategie di sensibilizzazione verso la prevenzione del rischio cardiovascolare anche in età scolare.

L'esecuzione di un elettrocardiogramma basale a 12 derivazioni rappresenta un esame non invasivo, a basso costo e dotato di una significativa sensibilità per la diagnosi di importanti sindromi aritmiche non rare; è consigliabile l'inserimento di una registrazione elettrocardiografica tra i programmi di screening e prevenzione in età pediatrica e scolare.

La visita medica di idoneità sportiva rappresenta verosimilmente un'ulteriore occasione per la promozione della salute e di una corretta educazione alimentare, nonché per l'esecuzione dello screening elettrocardiografico.

diversa secondo le attitudini fisiche e psichiche individuali.

Essa svolge un importante ruolo perché aiuta i preadolescenti ad elaborare un'immagine funzionale e positiva del proprio corpo a livello intrapsichico e contrasta, per contro, la pressione sociale che intorno al corpo modella esclusivamente valori di natura estetica, spesso contrari alla salute (si pensi alla esaltazione del corpo anoressico proposto dalle riviste di moda). Lo sport diventa perciò un fattore di protezione che consente di diminuire l'adesione a molti comportamenti a rischio.

L'obiettivo del progetto è stato quindi quello di aiutare i preadolescenti e gli adulti con funzione educativa (genitori e docenti) a promuovere l'attività fisica, a potenziare competenze e attitudini motorie per il raggiungimento di obiettivi di salute a

medio e lungo termine.

COINVOLTI 802 ALUNNI DI SECONDA E TERZA MEDIA DI MONZA E BRIANZA

L'iniziativa è stata attivata coinvolgendo 802 alunni di seconda e terza media con i loro insegnanti presso 11 scuole di Monza e Brianza nei mesi tra gennaio e maggio dell'anno scolastico 2004-05.

Essa è stata strutturata in tre incontri di due ore per classe con la presenza di un medico dell'Istituto di Igiene, un medico cardiologo e un infermiere dell'Ospedale San Gerardo di Monza oltre che di una figura di coordinamento, due altri incontri centralizzati con i docenti coinvolti nel mese di dicembre, quando è stata consegnata una guida didattica e nel mese di maggio, quando sono stati consegnati i

dati raccolti.

Durante il primo incontro gli alunni a turno hanno sostenuto una visita medica e sono stati sottoposti ad elettrocardiogramma, poi, sotto la guida del medico e dell'insegnante, hanno compilato dei test, svolto attività creative finalizzate a raccogliere dati sulle loro abitudini motorie e alimentari, propensione al gioco di squadra inteso come occasione relazionale e non come attività agonistica, percezione della pro-



pria immagine corporea.

Durante il secondo incontro i ragazzi hanno assistito alla proiezione di spezzoni di film seguiti da dibattito e hanno discusso i risultati dei questionari. Sono stati anche consegnati gli esiti degli elettrocardiogrammi ed è stata donata a tutti una maglietta ricordo "Lo sport del cuore" Philips che ha sponsorizzato l'iniziativa svolta in collaborazione con l'Associazione Comocuore. Quindi sono stati premiati i migliori 5 poster realizzati dagli alunni per pubblicizzare lo sport.

Durante il terzo incontro infine gli studenti hanno discusso con un medico di alimentazione.

LA SQUADRA

La realizzazione del progetto è stata possibile grazie al supporto di Philips e all'Associazione Comocuore che ci hanno voluto coinvolgere.

L'Associazione Brianza per il Cuore si è avvalsa della collaborazione della Scuola di Specializzazione in Igiene e Medicina Preventiva dell'Università degli Studi di Milano con il coordinamento del Dr. Alberto Pellai e della Unità Operativa di Cardiologia dell'Azienda Ospedaliera San Gerardo con la consulenza del dott. Antonello Vincenti e la coordinazione della dott.ssa Laura Valagussa.

MATERIALI E METODI

L'indagine che presentiamo è centrata sullo stile di vita alimentare e sulla pratica sportiva dei ragazzi della Brianza ed è stata condotta nell'ambito di un progetto di ricerca-azione finalizzato alla promozione di comportamenti salutari nei giovani.

Gli obiettivi specifici della presente indagine consistono nella descrizione di un profilo comportamentale, quanto più possibile circostanziato, relativo alle abitudini alimentari dei preadolescenti, in modo da arrivare a definirne lo "stile alimentare" e a poter valutare gli eventuali comportamenti potenzialmente nocivi per la salute. In modo simile, si punta a definire il grado di attenzione dei preadolescenti verso l'attività fisica, arrivando a quantificare la presenza di ragazzi con stili di vita sedentari identificando almeno parte delle variabili personali ed ambientali connesse.

Lo strumento dell'indagine è un questionario costruito ad hoc, costituito da cinque sezioni:

- **la prima sezione con titolo "Dicci qualcosa di te"** rileva alcuni parametri auxologici e comincia a sondare alcuni aspetti delle abitudini alimentari e sportive degli intervistati;
- **la seconda sezione con titolo "Activity test"** vuole quantificare, con 8 quesiti a risposta multipla, l'attitudine all'attività sportiva dei ragazzi;
- **la terza sezione con titolo "A proposito di calcio"** è rappresentata da un breve quiz con anche una funzione di attivazione in cui si valutano le conoscenze dei preadolescenti sul contenuto di calcio degli alimenti;
- **la quarta sezione con titolo "Valuta il tuo stile alimentare"** si concentra invece, con altri 12 quesiti a risposta multipla, su una serie di punti chiave delle abitudini alimentari degli intervistati;
- **la quinta sezione riporta la scala corporea del Test di valutazione multidimensionale dell'autostima di Bracken**, un test psicometrico validato per misurare l'autostima corporea in età evolutiva;
- **la sesta sezione con titolo "Dal diario di Giovanni"** propone una situazione problematica relativa alla partecipazione sportiva alla quale il preadolescente è invitato a fornire una proposta di soluzione, tramite lettera da inviare al protagonista della storia.



I VINCITORI DEL CONCORSO "UNO SLOGAN PER LO SPORT"

Il 10 maggio in Villa Serena, aula H, si è tenuto l'incontro finale del progetto "Lo sport del cuore" con Philips in collaborazione con Assessorato all'Educazione del Comune di Monza e l'Ufficio Scolastico-CSA sede di Monza, per fare il bilancio di questa esperienza.

Nel corso di questo incontro è stato comunicato l'elenco dei vincitori del **Concorso "Uno slogan per lo sport"** premiati nel mese di aprile nelle loro scuole:

- Beretta Alice, Do Rosario D. Loribela, Prencja Albisa, Motta Francesca – *classe 2B, scuola media "P. Verri" Biasono;*



- Schiacchitano Daniela, Arienti Nicoletta, Pansardi Mauro – *classe 3F, scuola media "Don Milani" Seregno;*

- Moscatelli Anna, Magnoni Francesca, Serra Chiara, Barzagli Donatella, Maspero Francesca – *classe 3G, scuola media "Don Milani" Seregno;*

- Tegas Nancy, Sarcina Maria Roberta, Atteo Paola, Ielpo Luca, Falasco Greta – *classe 3B, scuola media "G. Leopardi" Macherio;*



- Motta Veronica – *classe 2A, scuola media "S. Pertini" Monza.*

Gli amici di "contrATTACCO CARDIACO"

CONSEGNA UFFICIALE DEI PRIMI MODULI

Mercoledì 18 maggio 2005 l'Associazione Brianza per il Cuore ha consegnato ufficialmente all'Ospedale San Gerardo di Monza il primo frutto del progetto "ContrAttacco Cardiaco": 4 moduli per la registrazione e l'invio dell'elettrocardiogramma direttamente dal posto in cui si soccorre un paziente con infarto. Si tratta di valigette delle dimensioni di circa 30 cm. per 40 contenenti un defibrillatore e l'apparecchio per l'elettrocardiogramma che poi viene trasmesso via antenna satellitare alla centrale operativa. I macchinari verranno posti sulle ambulanze di base della **Croce Bianca di Monza**, dell'**Avis di Meda**, della **Croce Bianca di Besana** e dei **Volontari del soccorso di Agrate, postazione di Vimercate**. La dott.ssa Rossi, coordinatrice dell'I.1.8., ha spiegato che queste sono le zone con maggior densità di popolazione e con maggiori problemi di viabilità per raggiungere rapidamente gli ospedali.

La centrale operativa dell'Ospedale S. Gerardo che riceve l'elettrocardiogramma avvisa subito la sua unità coronarica o quella più vicina all'evento fra gli ospedali di Desio e Vimercate, consentendo così al paziente che arriva di guadagnare circa mezz'ora di tempo e perciò di guarire senza conseguenze importanti.

Finora solo le 4 auto mediche avevano a bordo defibrillatore (per fermare il cuore e farlo ripartire con battito normale) ed elettrocardiografo. Ora le stesse operazioni potranno essere svolte anche dalle quattro ambulanze. Il costo di ogni apparecchiatura è stato di circa 16500 euro, offerti in parte dai **Rotary club Monza e Monza est, dalla Fondazione della Comunità di Monza e Brianza, da Lions Teodelinda, dalla Banca Popolare di Milano** (sede di Monza), da privati cittadini e dai soci di Brianza per il Cuore.

A presentare la consegna il vice presidente dell'Associazione Pino Guffanti che ha sostituito il presidente dott. Franco Valagussa colpito dalla perdita della moglie Gabriella Rota, anima di tante iniziative di Brianza per il Cuore. Anche il direttore dell'ospedale dott. Ambrogio Bertoglio ha ricordato con commozione la figura di Gabriella e l'impegno costante profuso anche in questa iniziativa che - ha detto - dobbiamo sostenere e promuovere.

Intanto continua la raccolta dei fondi per la copertura di tutta la Brianza con i moduli per la registrazione e l'invio di Ecg.



BANCA DI CREDITO COOPERATIVO DI CARATE: UN ESEMPIO DA IMITARE. DONATO IL 5° MODULO ECG.

La **Banca di Credito Cooperativo** ha donato un modulo Ecg 12 FO dedicandolo all'ambulanza che fa servizio nel territorio di **Carate** per potenziare il pronto intervento nell'area di sua principale presenza.

Questo gesto è tanto importante e significativo perché testimonia alla comunità, in cui opera, la validità del ruolo della Banca, che, quale Cooperativa locale, è sempre attenta e disponibile alle necessità emergenti nel territorio.

Si auspica che tali iniziative possano essere di modello per altri Istituti Bancari che vogliano fare un'azione di rilievo sociale nelle cittadine delle loro sedi.

BRIANZA PER IL CUORE E LA SCUOLA

Carate Brianza
6 settembre 2005
ore 7.30 • 17.30

Residenza "IL PARCO"
Centro delle attività sociali
Banco di Credito
Cooperativo
Via Garibaldi, 37
Carate Brianza (MI)

Monza
3-10-17-24 ottobre
ore 20.45 • 22.45

Aula Conferenze
"Villa Serena"
Ospedale San Gerardo
Via Donizetti, 106
Monza (MI)



SERATE DI APPROFONDIMENTO

Le serate completano la "full immersion" del giorno 6 settembre e danno modo agli insegnanti di sintonizzarsi meglio su problemi sempre attuali.

La prima serata vede la presenza della prof.ssa Piera Ottolina, direttore e coordinatore del CSA/sub provinciale di Monza, che tratterà del piano della sicurezza nel territorio di Monza e Brianza.

Nella seconda serata interverranno gli Istruttori di Brianza per il Cuore con simulazione e addestramento alla manovra salvavita e coinvolgimento del pubblico presente.

Nella terza serata Luca Basso, Istruttore di Brianza per il Cuore, parlerà del manuale "Apprendere a portare soccorso al cuore", un insieme di percorsi didattici per prendere confidenza con l'Emergenza del cuore, validati dopo 4 anni di sperimentazione sul campo. Seguirà l'iscrizione ai corsi per gli alunni delle classi 4 e 5 elementare e prima, seconda e terza media.

Nella quarta serata l'Istruttore di Brianza per il Cuore Silvio Alborghetti insegnerà cosa fare e cosa non fare nelle più comuni situazioni di emergenza, fornendo nozioni di primo soccorso.

Lunedì 3 ottobre

Il piano della sicurezza, la sua attuazione, la situazione a Monza e Brianza
prof.ssa Piera Ottolina

Lunedì 10 ottobre

Le manovre salvavita (simulazione e addestramento anche dei presenti) con Istruttori di Brianza per il Cuore

Lunedì 17 ottobre

"Apprendere a portare soccorso al cuore".
Iscrizione ai corsi per gli alunni delle classi 4 e 5 elementare e prima, seconda e terza media
Luca Basso

Lunedì 24 ottobre

Il primo soccorso (ustioni, traumi, folgorazione, soffocamento, annegamento)
Silvio Alborghetti

IL LICEO CLASSICO B. ZUCCHI SI FA PROMOTORE DEL NOSTRO PROGETTO PER LA SCUOLA "ANCHE TU PUOI SALVARE UNA VITA"

in collaborazione con la nostra **Associazione Brianza per il Cuore** rivolto all'addestramento dei Docenti dei Licei di Monza e Brianza alla **Rianimazione Cardio-polmonare**.

LA MOTIVAZIONE

E' importante che tutti noi cittadini sappiamo riconoscere una emergenza cardiaca e siamo coscienti della necessità di agire il più velocemente possibile.

In caso di morte improvvisa (arresto cardiaco) ci sono solo 4-5 minuti per soccorrere la vittima con il defibrillatore prima di conseguenze tragiche: è questa la sfida del Progetto Vita fortemente voluto dall'Associazione Brianza per il Cuore per la defibrillazione di comunità.

Tutti devono essere pronti ad allertare immediatamente l'1-1-8 sapere nell'attesa avviare la Rianimazione Cardio-polmonare e conoscere la grande potenzialità del defibrillatore semiautomatico.

Spesso l'ambulanza impiega più di 8 minuti per arrivare sul luogo, mentre il vigile urbano, il vigile del fuoco, il poliziotto, il carabiniere, l'addetto della protezione civile, allertati dall'1-1-8, possono giungere più velocemente e defibrillare la vittima in attesa del soccorso più avanzato. La morte improvvisa da arresto cardiaco è certamente l'emergenza più drammatica in termini di tempo a disposizione per resuscitare la vittima senza danno cerebrale residuo.

Si stima che le morti improvvise da arresto cardiaco siano 1 ogni 1000 abitanti per anno: oltre 40000 in Italia, 120 l'anno in una città come Monza, almeno 800 in Brianza. Spesso si tratta di persone nel pieno degli anni apparentemente sane, nelle quali la morte avviene entro un'ora dall'inizio dei primi disturbi, ma spesso è istantanea e coincide con il primo sentirsi male.

DELL'ARRESTO CARDIACO SAPPIAMO CHE:

- 1) è determinato quasi sempre da un attacco cardiaco/minaccia di infarto. Può però avvenire anche in seguito a trauma toracico, annegamento, soffocamento, intossicazione, avvelenamento da farmaci o droga, folgorazione elettrica;
- 2) è quasi sempre provocato da una aritmia letale, la fibrillazione ventricolare, che fa sì che la regolare azione di pompa del sangue da parte del cuore si trasformi in una vibrazione caotica che arresta istantaneamente la circolazione del sangue. La vittima perde coscienza, polso e respiro e cade a terra inanimata;
- 3) per circa 4 minuti l'organismo consuma la riserva di ossigeno di cui dispone, poi, se niente interviene a ripristinare la circolazione, gli organi entrano in sofferenza, primo il cervello. Iniziano così danni che diventano presto definitivi e oltre i 10 minuti si passa dalla morte apparente a quella definitiva;
- 4) è importante a questo punto poter contare sull'intervento di un Soccorritore addestrato alla Rianimazione Cardio-polmonare e all'utilizzo del Defibrillatore in attesa del soccorso più avanzato precedentemente allertato.

La Cena del Cuore al Circolo Tennis Monza

In occasione del **Torneo Internazionale "CHALLENGER ATP 2005"** la nostra Associazione è stata gentilmente invitata a essere presente allo spazio del no-profit ospite del **Circolo Tennis Monza**.

Lunedì 18 aprile il nostro Presidente, unitamente al Consiglio Direttivo, ha avuto il piacere di incontrare soci e amici alla **Cena del Cuore** presso il ristorante del Circolo.

E' stato un modo simpatico per conoscersi meglio, cenando, ascoltando buona musica e naturalmente aiutando con una grande tombolata le nostre iniziative.



Azienda
Ospedaliera
San Gerardo

OPEN DAY AL SAN GERARDO

Domenica 5 giugno siamo stati invitati con molte altre meritevoli associazioni alla tradizionale manifestazione

allestita all'ingresso dell'ospedale, ove era possibile sottoporsi gratuitamente a diversi esami di controllo. Grazie all'esperienza maturata con **"Le isole della salute"**, Brianza per il cuore è stata incaricata di gestire la consegna e il ritiro degli appositi moduli per la verifica complessiva dei fattori di rischio e la compilazione di un simpatico gioco test.

Un particolare ringraziamento alla direzione del San Gerardo e all'organizzatore della manifestazione Tiziano Arosio.

le Isole della Salute a Vimercate



Su iniziativa del locale Lions Club, presidente Emilio Brambilla, e con la collaborazione del Comune di Vimercate, nella persona dell'Assessore ai Servizi Sociali Marisa Vergani, l'Associazione Brianza per il Cuore ha "replicato" a Vimercate il **21-22 maggio 2005** la manifestazione **"LE ISOLE DELLA SALUTE"** che tanto successo di pubblico riscuote da diversi

anni.

Nelle sale dello splendido Palazzo Trotti i cittadini di Vimercate e dei paesi confinanti hanno potuto sottoporsi al **Test di Rischio Globale per la Prevenzione Cardiovascolare** con misurazione **gratuita** di Colesterolo e Glicemia, Pressione arteriosa, Peso e Indice di massa corporea, Spirometria e Monossido di carbonio (in collaborazione con centro Antifumo ASL3).

Durante il Convegno organizzato sabato 21 maggio alla presenza delle autorità locali il presidente dell'Associazione dott. Franco Valagussa ha presentato lo sviluppo del progetto in corso "ContrAttacco cardiaco" con particolare riferimento all'area di Vimercate.

30° FESTIVAL DELLO SPORT

Domenica 19 giugno all'Autodromo di Monza, presso il Pallone Geodetico dell'Area Rimesse, è stata riproposta l'**Isola della RCP** con prove di rianimazione cardiopolmonare su manichino e uso del defibrillatore da parte dei nostri istruttori: un grande successo di partecipazione.

All'interno del Pallone era inoltre possibile eseguire il **test su CD ROM "Rianima e defibrilla"** per la valutazione sull'apprendimento delle corrette procedure per eseguire le manovre RCP.

Un particolare ringraziamento al Presidente della USSM Dott. Mazza e al Segretario Dott. Poroli.



UNIONE SOCIETÀ
SPORTIVE MONZESI

costante presenza in ogni cosa che ci ritroviamo oggi a fare per la nostra Associazione, la sua guida sopra di noi che ci aiuta a non sbagliare, il suo sorriso che ci invita a trovare sempre qualcosa in più, non per esaltarci, ma per dare qualcosa in più agli altri, a tutti.

“Il cuore della Brianza per il cuore di tutti” recita lo slogan dell’Associazione; non rivendico qui la paternità di tale slogan perché sicuramente l’imput sarà stato di Gabriella. Sicuramente è invece mia la revisione di questo slogan, mission delle attività future della nostra associazione: “Il cuore di Gabriella per il cuore di tutti”.

Luigi Pintus

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

Comitato di Redazione: Clelia Farina, Giovanni Paltrinieri, Luigi Pintus, Franco Valagussa, Laura Valagussa

Progetto Grafico/editoriale: Puntolinea Advertising, Monza

E’ solo col vostro continuo aiuto e sostegno, con nuove idee e nuovi progetti da realizzare insieme, che potremo proseguire nelle nostre attività.

Il primo atto indispensabile e prezioso per continuare i nostri progetti è il vostro aiuto:

DIVENTATE SOCI

Utilizzate l’allegato bollettino postale o effettuate un bonifico sul **c/c n° 7220/08**

Banco Ambrosiano Veneto, piazza S. Paolo 1 Monza
ABI 3069 CAB 20408

Conservate la ricevuta, sia postale che bancaria, della donazione, con la prossima dichiarazione dei redditi potrete godere dei benefici fiscali previsti dalla legge. Per le donazioni tramite bonifico bancario l’estratto conto ha valore di ricevuta.

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 € 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 € 2.065,83 o al 2% del reddito d’impresa dichiarato (art. 100 comma 2 lettera h del D.P.R. 917/86).

Oppure: dedurre dal reddito d’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 Donizetti 106 - 20052 Monza
Tel. 039 2333487 Fax 039 2333223
Orario Segreteria: ore 10/12 lunedì - mercoledì - venerdì
www.brianzaperilcuore.org
info@brianzaperilcuore.org

AVVERTENZE

“Il bollettino deve essere compilato in ogni sua parte (con inchiostro nero o blu) e non deve recare abrasioni, 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.

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 consultare, modificare, opporsi al trattamento dei dati.