ASSOCIAZIONE - ONLUS
GRUPPO CUORE NUOVO
MILANO - SONDALO

Pubblicazione dell'Associazione ONLUS **"GRUPPO CUORE NUOVO"** di Milano
Sede legale presso la Divisione Riabilitazione Cardiologica - Azienda Ospedaliera "E. Morelli" - Sondalo
NOTIZIARIO INFORMATIVO PER I SOCI - NON IN VENDITA - Composizione, stampa e diffusione in proprio.

ANNO XVII - N. 1
2009

"ADOTTA UNA CLASSE PROGETTO MINI ANNE": ...COMO INIZIA ...MILANO CONTINUA IN LOMBARDIA

Dott. Loredana Frattini

L'associazione Comocuore ha iniziato nel maggio 2007, ha raccolto l'adesione di 20 scuole sparse nella provincia di Como e prevede di addestrare alla manovra della rianimazione cardiopolmonare, grazie all'ausilio del Mini Anne Kit, 5000 studenti delle seconde classi superiori. Ad oggi gli studenti formati sono circa 2000, undici le scuole e 100 le classi coinvolte.

Nell'aprile 2008 la nostra Presidente sig. Luisa Cattaneo ed io abbiamo assistito alla presentazione del progetto durante l'assemblea nazionale di CONACUORE. Abbiamo contattato i responsabili di Como, per iniziare una collaborazione fattiva.

La nostra associazione inizia ad ottobre con la formazione IREF della nostra Presidente, e della nostra segretaria sig.a Marisa (Pinuccia) Bondioli. In tale occasione, veniamo contattati direttamente da alcune scuole milanesi, tutte le altre vengono da noi contattate via mail.

…..Milano continua così il progetto in Lombardia : otteniamo il patrocinio dell'Ordine dei Medici di Milano e della SIC-Lombardia. Siamo in contatto con la Regio-ne e il Comune di Milano, e inoltre speriamo di iniziare una proficua collaborazione anche con la FIGC, soprattutto per i giovanissimi. Ad oggi

sono state contate circa 160 vittime sui campi di calcio dei tornei minori, una vera tragedia, se si pensa che bastano pochi gesti ben coordinati per salvare una vita.

Grazie alle nostre iniziative e alla generosità di nostri sostenitori abbiamo acquistato i kit Mini Anne e abbiamo proposto alle varie scuole di addestrare una media di 3 classi a scuola (50-60 ragazzi più i docenti). Dopo una mia breve presentazione con slides sulla morte improvvisa, distribuiamo i kit e iniziamo subito le esercitazioni. Ogni mese i professori ripropongono l'esercitazione ai ragazzi. E' stata elaborata anche una scheda anonima di valutazione del progetto che i ragazzi e i docenti devono compilare.

Quest'anno a Modena all'assemblea di CONACUORE abbiamo presentato la nostra esperienza che è stata molto apprezzata.

Ad oggi abbiamo già formato 17 classi (da Milano a Bormio). Da settembre ricominciamo con il nuovo anno scolastico a Milano, a Lecco, a Lodi, a Tirano. Quello che noi ci auguriamo è riuscire, attraverso le istituzioni contattate, a far adottare il mini Anne come libro di testo alle scuole superiori e creare così una nuova generazione di operatori laici della rianimazione cardiopolmonare.

Dott.ssa Loredana Frattini

TOCCARE IL CUORE: L'ESPE

dott. Alberto Lomuscio

Alberto Lomuscio

"La mistica inglese Giuliana di Norwich (1342-1416) ebbe una visione in cui Dio le mostrava una piccola cosa, grande come una nocciola.
'Che cosa può essere? Domandò.' E le fu risposto: 'E' tutto ciò che è creato.'"
(Claudio Lamparelli)

ABSTRACT

Touching the heart is to understand, to feel, to be aware of it: in order to obtain a complete knoweldge of the emperor of human organs it is necessary to pass from materic aspects (linked to the body) to functional ones (linked to dynamic energy of heart), to reach the knoweledge of the heart as a psychologic, realtional, esistential organ, and finally reaching an holystic view, which can comprehend its developing during the whole lifetime, understanding its reality made of thousands of isolated and apparently casual brief events, likewise the flowing of images evolving in a metaphor: the heart is a river flowing troughout the destiny of life, and we can see and touch any moment of this river at the same time, with a unique glance alla embracing, like an eagle flying over a river, an eagle watching the whole extension of the river in a single act, from the source to the outpuring.

KEY WORDS: Heart, To Touch, Symbol, River

RIASSUNTO

Toccare il cuore è percepire, sentire, conoscere il cuore: e per ottenere una conoscenza globale dell'organo imperatore del corpo umano è opportuno passare dagli aspetti più materici, legati alla carne, a quelli più funzionali, espressione dell'energia dinamica del cuore, per salire poi alla conoscenza del cuore fondata sugli aspetti psicologici, relazionali, esistenziali, fino a raggiungere una visione olistica capace di inglobare anche il suo sviluppo nel tempo della vita, leggendone la realtà fatta di mille attimi ed eventi isolati e apparentemente casuali come un fluire di immagini che si fondono in una metafora: il cuore come fiume che, nella sua completa estensione, vede sdipanarsi nelle anse sinuose e accidentate del suo percorso un destino di vita osservabile, toccabile in ogni istante contemporaneamente, con un unico colpo d'occhio che tutto abbraccia, come un'aquila che, volando sopra un fiume, lo possa contemplare con un unico gesto, dalla sorgente alla foce.

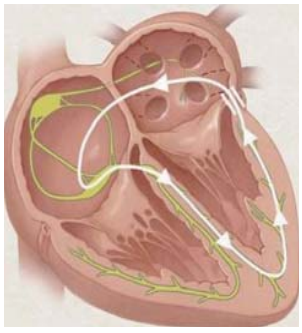

figura 1

PAROLE CHIAVE: Cuore, Toccare, Simbolo, Fiume

IL CUORE IN UN TOCCO

"Il nostro cuore è un'ondata di luce" potrebbe dire un poeta affascinato dal perpetuo fluire della vita nascosto in ogni pulsazione dell'organo-imperatore del nostro corpo. Nell'antichissimo testo di Medicina Cinese "Sowen", al Capitolo VIII si legge che "Il cuore è organo imperiale e assurge al simbolo di imperatore": come in altre Medicine Tradizionali infatti, il cuore non è soltanto una sia pur perfezionatissima pompa che spinge il sangue, ma è anche la sede del benessere organico, funzionale, mentale.

Nell'ideogramma cinese dell'amore (Figura 1) troviamo il cuore al centro, il respiro nella parte superiore e il movimento aggraziato nella parte inferiore: l'amore è fonte di soffio di vita nel cuore, che a sua volta dona grazia e armonia al corpo.

FIGURA 1: Ideogramma dell'Amore (ài)

E di questa "armonia aggraziata" del corpo è ben consapevole il cardiologo quando ha la ventura di "toccare", ossia di venire a contatto con il cuore di un paziente sano: l'impressione immediata che si ottiene è infatti di profondo equilibrio dinamico e naturale, molto simile all'impressione che probabilmente avverte un astronomo che osserva la danza armoniosa delle orbite planetarie intorno al Sole, o alle emozioni di un pianista le cui dita danzano sui tasti dando vita a una sonata di Beethoven.

Ma che cosa significa, realmente, "toccare" il cuore? Il cuore può essere "toccato", nel senso più materiale del termine, come forma-oggetto: è quanto fa il cardiochirurgo con le proprie mani, mani che manipolano, mani che tagliano, mani che cuciono… mani che fondono la propria materia con quella del cuore che stanno curando. Sublime contatto di un polpastrello che avverte quella massa compatta duro-elastica, poderoso muscolo-motore-della-vita, e ancor più sublime sensazione quando questo miracolo di potenti fibre purpuree si sta muovendo, quando pulsa tra le mani, come avviene durante gli interventi cardiochirurgici che non richiedono l'arresto del cuore. Festa del tatto. Apoteosi di vita che vive, sentita, palpata, "toccata". Però…

figura 2

Però siamo nel regno della materia, della forma, della consistenza del corpo: siamo a livello-terra. Il cardiochirurgo "toc-ca" il cuore quand'esso si è or-mai inoltrato nelle oscure carceri di una forma deformata, lungo una tortuosa strada senza possibilità di ritorno, al di là di una rovinosa caduta in un precipizio senza luce: il cardiochirurgo interviene sulla forma, sulla materia, sull'oggetto. Egli dedica al cuore gemente le parole che Celestina rivolge al Principe delle Tenebre nell'opera di Fernando de Rojas: "Percuoterò di luce le tue carceri tristi e oscure" [1]. Il bisturi che raglia, le dita che dilatano una valvola, le mani che collegano i rami di un bypass, non fanno altro che "percuotere" duramente con "la luce" dell'intervento salvifico le "carceri", la forma fossilizzata in un'irreversibile smorfia di dolore, "tristi e oscure", ossia senza energia né possibilità di recupero con altre forme di terapia. Il cardiochirurgo, dunque, tocca il cuore quando questo ha ormai toccato il fondo: può solo forzarlo, colpirlo, attaccarlo. Può solo usare la forza materiale, le maniere forti.

Anche il cardiologo "tocca" il cuore, ma indirettamente. Tramite strumenti adatti, lo tocca e lo percepisce coi sensi: lo vede, lo ascolta, lo avverte con la punta dei cateteri. Un semplice ecocardiogramma consente di vedere il cuore in movimento e nello stesso tempo di ascoltarne il battito e il gorgogliante sciabordio del sangue che lo attraversa generando l'armonioso mormorio dell'onda, come "maretta che parlotta" di montaliana memoria [2]. Un cateterismo cardiaco ci consente di sentire il contatto con l'interno del cuore; una scintigrafia ci consente di seguire la per fusione coronaria del muscolo fin nei suoi anfratti più nasco-

sti, e anche questo è toccare, sentire, percepire.
Però…
Però siamo ancora a livello della materia, siamo ancora a livello-terra: il nostro amico cuore è ancora un oggetto, un corpo-forma-ammasso, del quale si può toccare e percepire la struttura, l'architettura, l'impalcatura… Ma il cuore è anche, e soprattutto, azione! Funzione! Dinamismo vitale! Il cuore è l'unico organo che si muove ininterrottamente generando in modo autonomo sia la scintilla che dà il comando iniziale alle fibre muscolari, sia l'energia cinetica che muove l'intero organo. Il polmone, ad esempio, è un organo che viene messo in movimento in modo passivo dai muscoli circostanti, e i muscoli, pur potendo sviluppare energia cinetica, hanno bisogno di una scintilla elettrica esterna, proveniente dal tessuto nervoso. Solo il cuore, solo l'imperatore è autonomo in tutto e per tutto, tanto che può continuare a battere anche se viene estratto dal corpo e immerso in una soluzione di acqua e zucchero. Se il cuore è quindi attivo in modo autonomo, tanto da rifornir di energia e sangue l'intero corpo, ciò significa che toccare e sentire il cuore corrisponde a toccare la "dynamis", il dinamismo potenziale ed energetico dell'intero organismo: è come toccare l'essenza stessa della vita.

Ma il cuore presenta un'altra caratteristica, che si integra con il suo dinamismo: infatti, mentre gli altri organi tendono ad accumulare materia ed energia per lungo tempo, svuotandosi in seguito, e sovente rimanendo vuoti a lungo, il cuore non può accumulare né svuotarsi se non per poche frazioni di secondo: esso deve perennemente prendere e lasciar andare il sangue, in un'altalena perpetua che non può concedersi il lusso di indugiare sull'uno o sull'altro versante, pena la cessazione della vita: ciò significa che il cuore è anche simbolo di un equilibrio tra due opposti polari (pieno-vuoto) che sono complementari (come i princìpi yin e yang) nel loro dinamismo perennemente proiettato nel tempo.

Cuore come simbolo di equilibrio dinamico, dunque. Qui non siamo più nel regno della materia, ma della funzionalità: dal livello-terra s passa a un livello superiore, il livello – fronda.

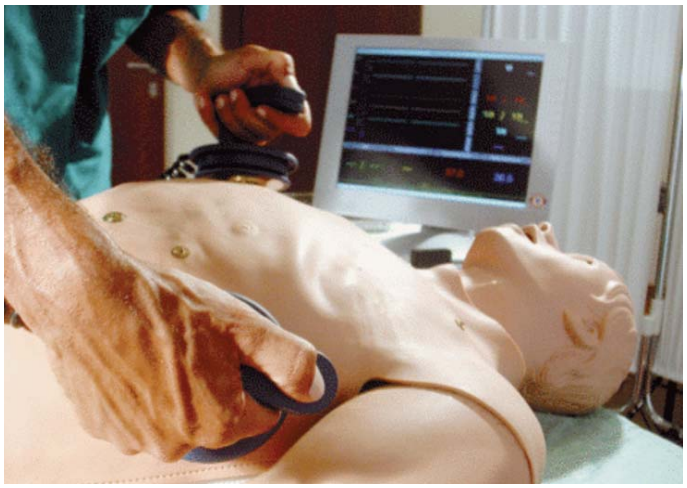

figura 3

Anche a questo livello si può toccare e percepire il cuore. A questo livello il cuore esprime la sua energia dinamica adattandosi alle diverse richieste funzionali: batte più veloce se stiamo correndo, più lento se stiamo dormendo, con maggior forza se la pressione del sangue sale, con minor forza se ci rilassiamo, e così via… Il cuore è in grado di modulare la propria energia, di adattarla alle circostanze, e noi possiamo toccarlo, percepirlo, valutarlo proprio cambiando le circostanze con le quali il cuore si trova in rapporto: ecco che possiamo sottoporlo a un esercizio fisico intenso per toccare la sua resistenza allo sforzo; possiamo stimolarlo a battere più velocemente per toccare la capacità di reazione del suo "impianto elettrico"; possiamo cambiare le condizioni gravitarie del corpo per saggiarne le capacità adattative alle variazioni posturali…

Però…

Però siamo ancora lontani dall'abbracciare il cuore nella sua interezza, nella sua globalità, se si potesse coniare un neologismo dal sapore forte, si potrebbe dire nella sua "tuttità". Come ci ricorda l'ideogramma cinese dell'amore (vedi Figura 1), il cuore dovrebbe essere toccato, percepito e concepito come un "sistema olistico emergente", non solo come un insieme di fibre materiali (livello-terra) che producono, modulano e trasformano l'energia creando dinamismo (livello-pianta). Esiste infatti anche il terzo livello, il livello-cielo, rappresentato dall'informazione pura, immateriale, capace di comprendere interi insiemi di funzioni, di inter-relazioni, di movimenti energetici, assurgendo a livelli anche di relazioni interpersonali, con l'ambiente, financo a livelli teleologici, come avviene ad esempio quando l'informazione "la pressione del sangue è alta" viene incarnata, introiettata dal cuore come un comando a rallentare la frequenza del battito per proteggere il cervello, e se l'informazione dura sufficientemente a lungo, viene ricevuta come comando a ingrossare le fibre cardiache per tutelarsi da futuri episodi di scompenso (ipertrofia cardiaca compensatoria).

Un sistema viene definito "olistico emergente" quando a livello globale-collettivo emerge una nuova forza o un nuovo principio d'organizzazione – di fatto, una dimensione qualitativamente nuova – che non ha riscontro né origine nelle singole parti componenti il sistema [3]. Per meglio comprendere un sistema siffatto, che rappresenta anche il cardine della vita stessa, ci viene in aiuto il neurobiologo inglese Donald MacKay [4], il quale ci porta a titolo di esempio le insegne pubblicitarie formate da centinaia di lampadine che, accendendosi e spegnendosi aritmicamente, realizzano un testo o un disegno. Qualsiasi elettricista sa spiegare la struttura dei circuiti elettrici e le modalità di accensione e spegnimento di ogni lampadina, ma sostenere che il messaggio d'insieme corrisponde alla corrente elettrica o ai singoli elettroni o fotoni che transitano lungo i fili sarebbe del tutto sbagliato. La descrizione dell'elettricista è corretta e completa, ma non "si eleva" alla qualità "emergente" del sistema, che è il messaggio risultante: tale messaggio si trova a un livello strutturale più elevato rispetto ai fili e alle lampadine, e questa è una caratteristica di tipo olistico. E il fisico teorico Paul Davies chiarisce ulteriormente [5] che anche negli organismi viventi, e più in particolare anche nel cuore, è evidente che tale organismo è composto da molecole, e nel caso del cuore da fibre muscolari, valvole, vasi sanguigni e veri e propri fili elettrici: ma l'errore è considerare il cuore nient'altro che una somma delle suddette componenti. Sarebbe come considerare una fuga di Bach un insieme di note o una poesia di Pascoli solo un insieme di parole. Così come la poesia e la fuga, anche la funzione di fulcro della circolazione del sangue (e della vita!) del cuore sono qualità "emergenti" nel senso che "sorgono" solo a livello globale, e non hanno alcun significato se si considerano gli elementi costitutivi di base, in nessuno dei quali si può reperire traccia della qualità emergente globale: la chiosa di MacKay è quanto mai illuminante, anche se nel passo seguente egli si sta riferendo a un altro sistema olistico emergente del corpo umano, ossia la mente: "L'idea, divulgata da scrittori quali Teilhard de Chardin, secondo cui la consapevolezza dell'uomo

(continua)

figura 4

rimanda a una qualche traccia di consapevolezza presente negli atomi, è priva di fondamento razionale. Non dobbiamo aspettarci che un discorso sul comportamento delle particelle fisiche si concluda costringendoci a riconoscere l'essenza della consapevolezza".

Il cuore è inserito in un microcosmo corporeo nel quale prende contatto con molti altri organi e tessuti, e la natura di questo contatto è materiale (perfusione sanguigna), energetica (pressione di perfusione, variazioni di calibro dei vasi a seconda delle necessità), informativa (ormoni e altri mediatori che, veicolati dal sangue, portano veri e propri messaggi a organi e tessuti anche lontani): si noti come la tripartizione materia-energia-informazione si ripeta di continuo. Ma da queste intricate inter-relazioni ecco sorgere le qualità "emergenti" del cuore: un esempio ne sono i suoi rapporti con le emozioni e con l'energia psichica in generale per i quali viene ancora in aiuto la scrittura ideogrammatica cinese. Infatti, l'ideogramma che esprime la malinconia, la tristezza, è composto dall'ideogramma del cuore unito a quello dell'autunno, ad indicare una decadenza dell'energia luminosa, della fecondità degli alberi, del calore ambientale… (Figura 2). Ed è ben

FIGURA 2: Ideogramma della tristezza (chóu)

Noto come il cuore sia sensibile a stati d'animo dominati dalla tristezza, dal lutto, dalla sensazione di perdita dell'oggetto d'amore: oggigiorno qualsiasi cardiologo sa che tra i fattori di rischio per l'infarto vi è anche la perdita del coniuge, o anche soltanto un'improvvisa cardiopatia del coniuge.

Un altro esempio è l'ideogramma dell'ambizione (Figura 3), nel quale il cuore è sotto, e in alto c'è un sigillo, la mente razionale che impedisce al cuore di espandersi e di trovare la propria armonia:

FIGURA 3: Ideogramma dell'ambizione (zhì)

ed è ben noto quanto l'ambizione, il carrierismo sfrenato, la competitività configurino una personalità facilmente esposta alla sofferenza ischemica del cuore. Al contrario, l'ideogramma della compassione (Figura 4) vede in basso il cuore, mentre in alto vi sono dei legacci che si stanno sciogliendo: in questo contesto la compassione va concepita come la virtù che permette al cuore

FIGURA 4: Ideogramma della compassione (cì)

la massima espansione in quanto libero da schemi logici, e può liberamente fluttuare nel rapporto con la natura circostante, come se si trattasse della stessa nota musicale suonata da un pianoforte e da un violino, ossia nella più completa sintonia che solo può essere percepita con le nostre più profonde facoltà basate sul "sentire" immediato e capace di trascendere l'umana razionalità. E' ben noto anche a chi non è medico che questa pace dell'anima, ottenuta con varie forme di meditazione, o anche la semplice serenità interiore rendono il cuore più forte e più sano.

Il cardiologo sa che per toccare e sentire il cuore nella sua olistica realtà globale deve tener presente anche tutti gli aspetti non materiali e non energetici, ossia esistenziali, relazionali, di contatto con altri organi interni e così via. In questo modo è stato raggiunto il livello cielo.

Però…

Però c'è ancora un livello da raggiungere. Infatti, anche se il cardiologo ha toccato e valutato il cuore nella sua "tuttità", analizzandone le caratteristiche strutturali, energetico-dinamiche, emozional-psico-esistenziali, al suo magico "tocco" manca a.cora una dimensione: il tempo. Il cuore che ho sottomano oggi è l'evoluzione di una cuore passato, che è stato trascurato? Oppure è l'inevitabile punto d'arrivo di un destino ineluttabile radicato nelle prmfondità di un codice genetico donatoci da un'inflessibile Ananke [6] prima che nascessimo? E lo stesso cuore, cosa sarà domani? Un giocoso orsacchiotto completamente rinato a una nuova e spensierata giovinezza? O una "stecchita pianta" le cui "nere trame segnano il sereno"[7] aspirando a fatica le ultime boccate d'ossigeno? E come si è sviluppato il percorso di vita di questo cuore che, come fiume nato da un'ormai antica sorgente, ha bagnato vallate, pianure, ha creato cascate impetuose, ha ricevuto affluenti, ha rallentato la sua corsa dilatandosi in placidi laghi…e dove andrà? Come proseguirà il suo corso, dove sarà la sua foce?

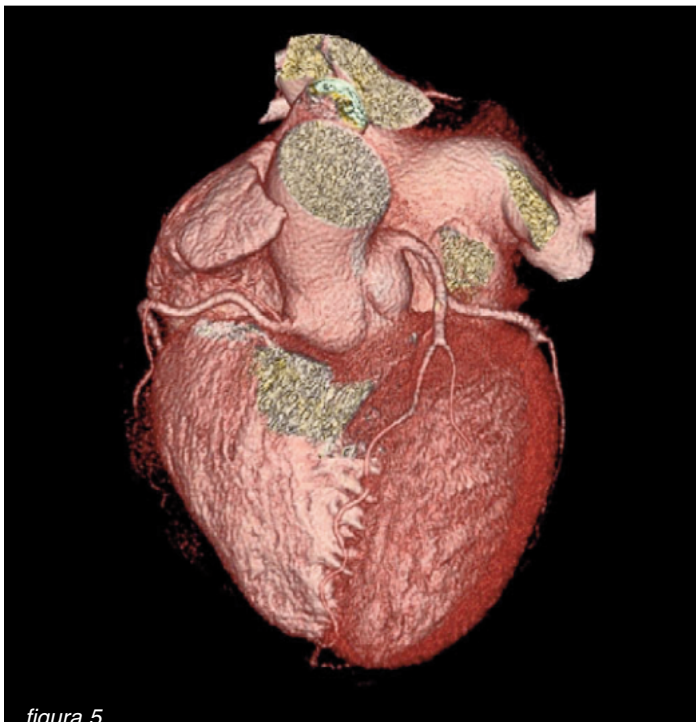

figura 5

Questa visione proiettata nel tempo ci porta a un livello finalmente globale, nel quale la concezione quadridimensionale del cuore consente di attingere alla radice stessa della conoscenza, del "tocco" del nostro cuore. In un progressivo cammino di conoscenza che ci porta non solo ad aumentare il "bottino" di informazioni sull'organo cuore, ma soprattutto ci trascina verso l'alto ad aprire sempre di più la visuale sul cuore-mondo, come un'aquila che, salendo, è in grado di captare orizzonti sempre più vasti. Torna qui alla mente, come un'analogia dalle lontane radici scolastiche, il VI Libro della Repubblica di Platone [8], e ci si accorge così che la conoscenza del cuore è passata dagli aspetti più matrici e incerti dell' "eikasìa" a quelli un po' più solidi della "pìstis", per giungere col livello cielo alla "dianoia", ma solo con la visione globale è possibile raggiungere la "noesis", la vera conoscenza. Applicata al cuore, la teoria della Linea di Platone vede in posizione più bassa ("eikasia") l'impressione erronea derivante da sintomi o da segnali strumentali opinabili, non sorretti da conferme oggettive, come un'alterazione casuale dell'elettrocardiogramma, o un dolore toracico innocuo scambiato

(continua sul prossimo numero)

SETTIMANA BIANCA 1989... COSÌ COMINCIAVA L'AVVENTURA

Per 7 giorni 11 cardiopatici pazienti del «Morelli» di Sondalo hanno trascorso una vacanza ad alta quota

IL GIORNO: 28/1/89

Sui monti per vincere la paura

La settimana bianca attuata sotto la direzione del dottor Occhi - «Esperienza indimenticabile»

di GIULIANA CERRETTI

SONDALO - «E' impossibile descrivere la nostra gioia ora che questa meravigliosa esperienza ci ha confermato che quanto capitatoci non deve condizionare la nostra vita». Così hanno commentato al rientro dall'Alta valle i partecipanti ad una settimana bianca tutta speciale organizzata dal dottor Giuseppe Occhi del reparto di riabilitazione cardiorespiratoria del «Morelli».

Un'esperienza probabilmente unica in Italia. Per 7 giorni undici persone con alle spalle seri «incidenti» cardiaci ed oggi in ripresa grazie a terapie riabilitative specifiche, hanno trascorso una vacanza a quote ritenute proibitive facendo sport.

«Per dimostrare in termini concreti che un soggetto dopo l'infarto e soprattutto dopo un'accurata riabilitazione può sopportare le alte quote - spiega il dottor Occhi - ho attuato un piano che si è rivelato estremamente positivo sia sotto il profilo medico che psicologico».

La comitiva alloggiava a Bormio e giornalmente si trasferiva a Santa Caterina per il fondo. Due ore sulla neve con assistenza medica, maestri di sci e perfino l'ambulanza al seguito.

«Si è trattato di una cosa estremamente seria - aggiunge Occhi - preparata nei minimi particolari, con persone opportunamente selezionate. Solitamente chi è stato colpito da infarto vive di paure. No all'alta montagna, no a sforzi fisici. Ho voluto dimostrare che dopo la fase riabilitativa il recupero è notevole. Uno dei pazienti che ha fatto parte del gruppo, un anno fa, se gli cadevano le chiavi non si chinava a raccoglierle per timore di affaticare il cuore. A Santa Caterina ha fatto sport come tutti gli altri. Intendiamoci bene, quanto sperimentato non va inteso come regola generale. Rientra in un quadro ben preciso di terapia».

La comitiva era composta da tre valtellinesi e otto milanesi. C'era anche una donna di Sondrio che ci ha assicurato d'aver vissuto un'avventura indimenticabile. «E' stato stupendo - ci ha detto al rientro -. Mi ero rassegnata a guardare le nostre montagne solo in fotografia. Sono tornata in Valfurva, e il mio cuore, pur se costantemente sotto controllo, si è comportato benissimo. Siamo stati anche a Livigno».

«Dopo questa settimana in quota - conclude Occhi - i miei pazienti che continuo periodicamente a seguire, si sono convinti che il loro infarto non è una malattia ma un incidente di percorso».

E' bene sottolineare che tutto ciò va preso nella giusta considerazione. Precauzioni, timori, attenzioni di soggetti con problemi cardiaci devono restare quelli di sempre. Sarà il medico personale a dare le esatte linee di comportamento. L'esperienza sondalina va intesa come messaggio di speranza e serenità.

DOPO VENT'ANNI NON E' PIÙ UN'AVVENTURA MA UNA CERTEZZA

SETTIMANA BI

Come ormai consuetudine ci siamo ritrovati a Bormio nella “Magnifica Terra” presso l’Hotel NAZIONALE, di proprieta’ della famiglia Da Zanche che ringraziamo per la grandissima disponibilita’ riservata al nostro gruppo , per trascorrere in allegria una settimana in compagnia, ormai per noi considerata il classico mo-mento di aggregazione tra vecchi e nuovi associati , ma soprattutto con i nostri medici che ormai ci seguono nel nostro cammino.

Essendo una data storica “Il Ventennale”, ci sono stati momenti commemorativi molto toccanti, come quando nell’allegra cornice del Carnevale Ambro-siano stati premiati i piu’ “ANZIANI” par-tecipanti che non hanno mai disertato l’incontro annuale e che vado a ricordare: le famiglie Grilli - Molteni - Calvi , al momento del ritiro della targa di merito negli occhi sono state viste brillare piccole stelle… o lacrime di felicita’.
Ci sono stati altri momenti intensi e di commozione come quando durante la S.Messa officiata dal nostro Don Giu-seppe in memoria della nostra cara Tommy e del caro Marco Rezzoli la nostra Giancarla leggeva una toccante preghiera.

Ricordiamo inoltre che con le donazioni raccolte per i nostri cari estinti sono state formate con il progetto MINI ANNE classi di allievi degli Istiuti tecnici superiori di Bormio e Tirano.
Un grande ringraziamento va an-che al sindaco di Bormio la Dottoressa Ferri Tradati, che ha voluto ringraziarci partecipando personalmente alla nostra serata, e a sua volta ci ha voluto premiare donandoci un gagliardetto del comune di Bormio, quale ringraziamento per le attivita’ di prevenzione che regolarmente svolgiamo presso la cittadinanza in

IANCA 2009...

vari periodi dell'anno, ricordandoci di essere ormai ospiti graditi presso la comunita' bormina. Come più volte menzionato dalla Dott.ssa Daniela Gurini , nei suoi svariati articoli apparsi sulla Provincia di Sondrio in occasione di ogni nostra manifestazione.
Quest'anno durante una serata a doc abbiamo illustrato ai nostri soci le varie attivita' svolte , comunicando loro che il prossimo anno ci ritroveremo a fare un'altro elenco molto intenso infatti.
Abbiamo in programma molti appuntamenti importanti: il patrocinio dell'Ordine dei Medici , quello della S.I.C. gia' ottenuto; stiamo aspettando e perfezionando quello con l' A.M.C.O. e Conacuore ci ha chiesto di organizzare il Coordinamento Lombardo delle Associazioni del Cuore.
Cosa dire poi del nostro fiore all'occhiello il programma Mini Anne ?
L'anno scorso ci e' stato proposto da Conacuore nella riunione annuale di aprile e con tanto entusiasmo ma anche timore l' abbiamo affrontato e creato portato in televisione , e quanta felicita' e gioia esattamente un'anno dopo alla stessa riunione, il presidente Professor Spinella e le Associazioni presenti, durante la nostra presentazione tenuta della Dott.ssa Loredana Frattini raccoglievamo di applausi e le congratulazioni, per come eravamo riusciti a strutturare un programma giovane e snello proponendolo ai nostri ragazzi. Ed e' stato questo uno dei motivi per cui e' stata scelta Milano come organizzatrice del Coordinamento Lombardo , la cui prima riunione si terrà il giorno 29 maggio 2009 presso l'Ospedale San Paolo.
Abbiamo una forte volonta' di continuare per raggiungere gli obbietivi che ci siamo prefissati,
vi aspettiamo alla "Settimana Bianca 2010" per raccontarvi le prossime, grazie di...

...cuore *Luisa Cattaneo*

In questo momento particolare…
Un attimo di riflessione

Molto spesso la vita è tempestosa.
Non sei te stesso quando ti ritrovi in una tempesta….. non sai come gestirla.
Le pratiche , i concetti, le tue convinzioni crollano, l'amore, la devozione svaniscono.

Cosa fare? Niente sembra essere d'aiuto:
mediti, ma la mente è da un'altra parte……
leggi ma ….. non ti entra in testa perché la mente è centrifugata nella tempesta!

Questo è il problema alla base dell'universo, l'unico problema.
Puoi collegarlo a mille cause, ma il punto è: come liberare la mente da queste tempeste?

La prima cosa da fare è essere consapevole. Smetti di recriminare: "Non doveva succedere"

Nessuna tempesta dura per sempre …… E' IMPOSSIBILE !!

Non può esistere un oceano senza onde.
Ogni evento tocca la vita sulla sua superficie e crea un po' di …….. movimento.
Accoglilo, attingi a piene mani, non dire " Per me è impossibile, non ce la farò mai"
Con questo pensiero opponi resistenza:
ed è solo per questo motivo che le tempeste durano così a lungo, accoglierle a braccia aperte!

Pensavo di essere in pace solo prima o dopo la tempesta ma ora ho compreso …..
anche durante la tempesta, l'oceano continua ad essere profondo,
continua ad essere Oceano!

Nella conoscenza puoi sorridere e ridere degli eventi:
è come aggrapparsi al giubbotto di salvataggio.

Tutti a questo mondo devono affrontare delle crisi: ma chi ha il giubbotto di salvataggio è salvo.
E' solo l'individuo che viene distrutto, l'infinito è indistruttibile!.

Luisa Cattaneo

ASSEMBLEA ORDINARIA 2009

Come tutti gli anni ci siamo incontrati in Milano Via Benaco n.17, presso il Ristorante "TIMEOUT 4" all'ASSEMBLEA ORDINARIA per l'approvazione sia del bilancio consuntivo 2008, che del bilancio preventivo 2009, nonche' illustrare il programma e le attivita' del 2009. Dopo una relazione del Presidente Luisa Cattaneo, sono stati presentati dal tesoriere Maurizio Calvi i bilanci preventivi e consuntivi, naturalmente approvati all'unanimita'. Eravamo presenti circa una cinquantina di persone, tra cui la Dott. Loredana Frattini, (Cardiologo Pediatra - Ecocardiografia) dell'Ospedale San Paolo di Milano anch'essa membro del nostro Comitato Scientifico.

Sottolineo che, la Dott. Loredana Frattini, il Presidente Luisa Cattaneo e la Segretaria Pinuccia Bondioli, in rappresentanza del Gruppo Cuore Nuovo, hanno preso l'impegno di divulgare ed insegnare nelle scuole superiori il primo soccorso, progetto"MINI ANNE" adotta una classe (sai salvare una vita). A loro va il mio personale ringraziamento e penso di interpretare il pensiero di tutti gli associati. Ricordo inoltre la presenza del Dott. Diego Tarricone (Cardiologo - Elettrostimolazione ed Elettrocardiografia dinamica) dell'ospedale San Paolo di Milano, facente parte del nostro Consiglio Direttivo in qualita' di Consigliere. Mi permetto evidenziare che il dottor Tarricone è instancabile con l'attiva partecipazione a tutte le nostre manifestazioni. Questo incontro annuale, personalmente lo ritengo molto importante, in quanto ci accomuna e finalizza uno spirito della nostra Associazione, l'aggregazione tra persone con simili problematiche nonche' rivederci e stare insieme con la solita allegria ed educazione che ci distingue nei nostri incontri. Per cui un ringraziamento a tutti i partecipanti ed anche all'ottima cucina ed al servizio, del ristorante "TIMEOUT 4" della Sig.ra Eva che ci ha ospitati. Un arrivederci di CUORE ed al prossimo incontro.

Guido.

Il cardiologo a casa del paziente via web

(Dott. Diego Tarricone)

Nuovo sistema di monitoraggio via internet in grado di migliorare la salute di milioni di pazienti portatori di dispositivi cardiaci impiantabili.

Dott. Diego Tarricone

Aprile 2009.

Anche all'Ospedale San Paolo è ora disponibile il nuovo sistema di monitoraggio cardiaco **Medtronic CareLink,** una tecnologia che assicura ai pazienti con condizioni cardiache a rischio la trasmissione elettronica "casa – ospedale" al medico curante dei dati provenienti dai propri dispositivi cardiaci impiantabili. Viene così garantita l'esecuzione di check-up del dispositivo del paziente senza che egli debba uscire da casa.

CareLink è un'innovazione importante nella cura dei pazienti portatori di dispositivi impiantabili, siano questi defibrillatori per la prevenzione della morte cardiaca improvvisa e pacemaker biventricolari per la cura dello scompenso cardiaco. I pazienti sono finalmente seguiti dalle proprie case grazie alla trasmissione dei dati incamerati dai dispositivi, che possono dire moltissimo sullo stato di salute del paziente e l'avanzamento della cardiopatia. I defibrillatori impiantabili sono quei dispositivi salvavita che entrano in funzione non appena si verifica un'aritmia ventricolare, vero e proprio evento fatale ed improvviso, neutralizzandola con una scarica elettrica ed evitando così l'arresto cardiaco. Possono inoltre funzionare come resincronizzatori cardiaci inviando lievi impulsi elettrici ai due lati del cuore, migliorando la contrattilità del cuore del paziente affetto da scompenso cardiaco. I pazienti portatori di questi dispositivi sono obbligati ad almeno due/quattro visite mediche annue. Il nuovo sistema di monitoraggio offre a questi pazienti notevoli vantaggi: meno visite in ospedale e allo stesso tempo maggior controllo, comodamente a casa propria, con la certezza di poter sempre contare sul proprio specialista attraverso la telemedicina.

Il paziente non deve far altro che tenere una piccola antenna sul dispositivo cardiaco affinché le informazioni sul funzionamento del proprio cuore e del dispositivo stesso, simili alle informazioni ottenute durante una visita di verifica in ospedale, vengano scaricate in Medtronic CareLink Monitor. Le informazioni vengono inviate attraverso la linea telefonica direttamente a un nuovo centro dati in Europa ed il personale medico può accedervi connettendosi a un sito Web riservato e protetto.Grazie alla possibilità di effettuare a distanza i controlli di routine del dispositivo, i medici possono esaminare rapidamente lo stato delle condizioni cardiache del paziente, pianificando eventuali appuntamenti successivi solo se necessario. Ciò comporta una migliore e più efficace gestione del paziente e l'opportunità per il medico di disporre di più tempo da dedicare a pazienti affetti da condizioni più gravi. Medtronic CareLink Network è inoltre il primo e unico sistema a distanza di monitoraggio e notifica dell'accumulo di liquidi nella cavità toracica, responsabile dell'insorgenza di edema polmonare, la più comune complicanza nello scompenso cardiaco, oggi responsabile del maggior numero di ricoveri ospedalieri. Grazie a questo particolare algoritmo il sistema riesce ad anticipare la diagnosi dell'edema polmonare fino a due settimane dall'insorgenza, evitando l'ospedalizzazione del paziente ed aumentando notevolmente la qualità della vita.

DOMANDA DI UN LETTORE

Buon giorno,

abbiamo letto su di un settimanale che da poco è in commercio un nuovo farmaco che tiene sotto controllo la pressione arteriosa per 24 ore con una sola compressa al giorno e senza effetti collaterali.
Il nome commerciale è RASILEZ, un inibitore della renina, a base di Aliskiren.
Vorremmo sapere se è veramente efficace e se lo possono assumere tutti quelli che hanno problemi di pressione. C'è incompatibilità con altri farmaci?
Nel ringraziarla per una sua cortese risposta, la salutiamo cordialmente.

Fam. Grilli e Ghioni

IL CARDIOLOGO RISPONDE

(risponde il Dott. Diego Tarricone, Dirigente Medico dell'Unità Operativa dell'Ospedale San Paolo di Milano).

Gentili amici,

il Razilez è un nuovo prodotto della ditta Novartis, del quale non ho esperienze dirette, in quanto da poco entrato in commercio. So che l'Aliskiren è una molecola che non ha interazioni note clinicamente rilevanti con i medicinali comunemente usati per trattare l'ipertensione o il diabete, e che non necessita di aggiustamento delle dosi di altri farmaci somministrati contemporaneamente, quali l'atorvastatina, il valsartan o l'amlodipina. Tuttavia, bisogna avere cautela nella somministrazione di altre molecole, quali alcuni antibiotici (rifampicina, claritromicina e eritromicina)o l'amiodarone. Inoltre l'uso concomitante di aliskiren e di ciclosporina e di altri potenti inibitori della glicoproteina-P (ad es. chinidina o verapamil) è controindicato.
Va inoltre monitorata la contemporanea assunzione di furosemide, diuretici risparmiatori di potassio o potassio stesso.
Come vedete, non esiste ancora il farmaco "ideale", che può essere somministrato a tutti senza effetti collaterali o controindicazioni. E' comunque positivo il fatto che per questo farmaco non sia richiesto un aggiustamento della dose iniziale nei pazienti con compromissione della funzionalità renale o epatica da lieve a severa.

Dott. Diego Tarricone

Il sottoscritto, per natura e soprattutto per esperienza, è sempre molto cauto prima di prescrivere farmaci "nuovi", poco sperimentati. Se ci basiamo sulla pubblicità, medica e non, qualsiasi farmaco antiipertensivo è efficace, sicuro, con effetti duraturi: ogni ditta è più o meno convinta - o almeno vuol far credere- di avere il farmaco migliore. In realtà, la pratica clinica è un'altra cosa, e solo il tempo ci dirà se questo farmaco è realmente efficace come promette di essere.

Dott. Diego Tarricone

IL CARDIOLOGO RISPONDE

Cari lettori,

nell'ambito del rinnovamento del notiziario della nostra Associazione, abbiamo deciso di dedicare una rubrica alle vostre domande su temi cardiologici. Pertanto ci incaricheremo di rispondere, per quanto mi è possibile, o di "girare" i vostri quesiti ad altri cardiologi che lavorano nell'Ospedale San Paolo: aritmologi, emodinamisti, ecocardiografisti e altri colleghi ci aiuteranno a chiarire dubbi o a fornire spiegazioni alle vostre domande. Vi prego pertanto di inviarle al seguente indirizzo di posta elettronica: **diego.tarricone@ao-sanpaolo.it** oppure **loredana.frattini@ao-sanpaolo.it** oppure **g.occhi@liber.it** o di indirizzarle per posta a: Gruppo Cuore Nuovo, rubrica **"Il cardiologo risponde"**, via A. D'Aosta n.13, 20129 Milano.

Cordialmente, *Diego Tarricone*

dott. Diego Tarricone

dott.ssa Loredana Frattini

dott. Giuseppe Occhi

SEDE LEGALE: VIA ZUBIANI, 33 - 23035 SONDALO (SO)
SEDE OPERATIVA: VIA AGOSTINO DE PRETIS, 13 - 20142 - MILANO
RECAPITO POSTALE: VIA AMEDEO D'AOSTA, 13 - 20129 - MILANO - (MI)
internet: **www.gruppocuorenuovo.it**
e-mail: info@gruppocuorenuovo.it

ATTENZIONE!!!
A partire da gennaio 2008, al posto delle tradizionali coordinate bancarie nazionali (cin, codici ABI e CAB, numero di conto corrente), per tutti gli ordini di bonifico diventerà obbligatorio indicare il **codice IBAN** (anche tutti gli zeri!!)

I versamenti delle quote associative e delle erogazioni liberali (detraibili o deducibili, queste, dal reddito - D. Lgs. 460 / 97) possono effettuarsi sui conti correnti aperti presso

1) **Banca Popolare di Milano, Agenzia 39 - Viale Abruzzi, 16 - Milano**
Conto Corrente N° 20233 - ABI: 05584 - CAB: 01639- CIN: Z
Codice IBAN: IT43 Z 05584 01639 0000000 20233

oppure

2) **Posta: Conto Corrente N° 10650232**
Codice IBAN: IT57 H 07601 11000 0000 10650232

entrambi intestati a: **Gruppo Cuore Nuovo, Via Zubiani 33 - Sondalo (SO)**

Codice Fiscale: 92007430140

Per informazioni:

a Sondalo: Daniela De Donà (fisioterapista) tel. 0342.808.435 fax 0342.808.329 e-mail riabcardio@aovv.it

a Milano: Maurizio Calvi (tesoriere) tel. 02.29.51.40.15 fax 02.29.51.40.15

Luisa Cattaneo Pisati (presidente) tel. 02.55.18.03.24 e-mail pisati@sovim.it

LA QUOTA ASSOCIATIVA ANNUALE È DI 30 EURO (SOCIO ORDINARIO)

L'Associazione "Gruppo Cuore Nuovo" si avvale della collaborazione di personale volontario.
Nessuna retribuzione viene devoluta per le attività svolte.