

# ORGANIZZAZIONE DI VOLONTARIATO GRUPPO CUORE NUOVO MILANO

Pubblicazione O.D.V. "GRUPPO CUORE NUOVO" di Milano - Via Agostino De Pretis, 13 - 20142 Milano  
NOTIZIARIO INFORMATIVO PER I SOCI - NON IN VENDITA - Composizione, stampa e diffusione in proprio.

Aderente a: CONACUORE

ANNO XXXIII - N. 3  
2025

## Auguri per un sereno Natale 2025



Carissimi Soci,  
anche quest'anno desidero raggiungervi con il tradizionale messaggio di fine anno, un momento prezioso per condividere memoria, impegno e prospettive future del nostro Gruppo Cuore Nuovo.

Desidero esprimere un ringraziamento speciale al prof. Marco Guazzi, responsabile della Cardiologia del Presidio Ospedaliero San Paolo e al dott. Stefano Lucrezotti, direttore della Cardiologia del Presidio Ospedaliero San Carlo e responsabile della Struttura Semplice di Emodynamic del Polo Ospedaliero Santi Paolo e Carlo. La loro costante collaborazione con il Gruppo Cuore Nuovo rappresenta una risorsa preziosa, che arricchisce la qualità delle nostre attività e rafforza il legame con il territorio.

Continua inoltre a essere centrale il contributo del prof. Stefano Carugo, oggi direttore della Divisione di Cardiologia dell'IRCCS Policlinico di Milano.

La sua partecipazione attiva rappresenta un elemento di grande valore per l'associazione e per le sue prospettive di crescita.

Desidero esprimere, anche a nome del Direttivo, il più vivo e sentito ringraziamento a tutti i cardiologi, laureati in scienze infermieristiche e volontari per la loro preziosa partecipazione alle giornate annuali di prevenzione dedicate ai cittadini milanesi.

La vostra presenza costante, la professionalità con cui accogliete ogni persona e la dedizione con cui promovete la cultura della salute rappresentano un esempio



straordinario di servizio alla comunità. Grazie al vostro impegno, queste iniziative diventano ogni anno un punto di riferimento per la prevenzione cardiovascolare e un momento di grande valore per tutta la cittadinanza.

A nome mio e di tutta l'Associazione, grazie di cuore per il vostro contributo instancabile e per l'attenzione che continuate a riservare al benessere dei cittadini. Sicuramente continueremo con entusiasmo a sostenere e valorizzare questo importante percorso comune.

La giornata di festa che tradizionalmente conclude l'anno è anche occasione per fare il punto sulle numerose iniziative dedicate alla prevenzione dell'arresto cardiaco, che i nostri Soci portano avanti con dedizione in scuole e aziende. Un impegno formativo sostenuto dalla professionalità dei direttori dei corsi BLSD, dott. Diego Tarricone e dott.ssa Loredana Frattini, insieme a tutti gli istruttori che diffondono conoscenza e consapevolezza, contribuendo a salvare vite.

Anche quest'anno abbiamo partecipato con convinzione alle iniziative promosse dalle associazioni impegnate nella diffusione delle manovre salvavita. In queste occasioni è stata particolarmente apprezzata la presenza del dott. Luciano Piermattei, nostro vicepresidente e delegato nazionale del presidente di CONACUORE, affiancato dalla dott.ssa Claudia Tarricone, la cui partecipazione ha portato valore e competenza.

Desidero infine ringraziare ciascuno di voi per la vostra costante partecipazione alle riunioni assembleari, per l'impegno nella vita associativa e per la condivisione degli obiettivi che guidano il nostro operato.

Con sincera gratitudine, rivolgo a voi e alle vostre famiglie i miei più sentiti auguri di Buon Natale e di un Felice Anno Nuovo, con l'auspicio che il 2026 porti serenità, salute e nuove opportunità per continuare il nostro cammino insieme.

Con stima,

**Luisa Cattaneo**



# GIORNATA PREVENZIONE E SALUTE

## 14 NOVEMBRE 2025

Il Presidente di CONACUORE, dott. Giuseppe Ciancamerla, ha delegato con piacere il dott. Luciano Piermattei a partecipare alla Giornata della Prevenzione e Salute tenutasi il 14 novembre 2025 a Milano, in Piazza Burri. Il dott. Piermattei ha presenziato all'evento anche in rappresentanza del Gruppo Cuore Nuovo, affiancato dalla nostra socia, dott.ssa Claudia Tarricone.

La loro presenza, dalle ore 8.30 alle 13.30, ha contribuito attivamente al coinvolgimento dei cittadini, invitandoli a sottoporsi agli esami di controllo dedicati alla salute cardiovascolare.

Durante la mattinata sono stati distribuiti i dépliant pieghevoli di Conacuore utili per un immediato calcolo del rischio di infarto e per sensibilizzare sull'importanza della prevenzione e della correzione precoce dei fattori di rischio.

Ai passanti sono stati inoltre distribuiti gadget dell'Associazione e copie del nostro giornalino informativo. Numerosi cittadini hanno espresso apprezzamento per l'iniziativa e per i messaggi di educazione alla salute, in particolare sull'importanza di adottare stili di vita sani, effettuare screening e controlli medici periodici e seguire correttamente le terapie prescritte, così da ridurre l'incidenza delle patologie cardiovascolari.

Al termine della sessione mattutina, il dott. Piermattei e la dott.ssa Tarricone hanno ricevuto i sentiti ringraziamenti della dott.ssa Camilla Olivieri, legale rappresentante dell'Associazione In-rete-net, promotrice e organizzatrice dell'evento.

Luisa Cattaneo

**#prevenzionesalutedelladonna**

**SERVIZI SALUTE DONNA**

- COUNSELING GINECOLOGICO
- COUNSELING SENOLOGICO
- COUNSELING PER LA FERTILITÀ

**#prevenzionecardiovascolare**

**SERVIZI CARDIOVASCOLARE**

- MISURAZIONI DI COLESTEROLO, GLICEMIA, PRESSIONE, BMI
- SCREENING CARDIO-METABOLICO

**14 NOVEMBRE 2025**

**Milano** CITYLIFE  
PIAZZA BURRI

dalle 9.00 alle 18.00

WWW.PREVENZIONESALUTE.NET

**SIJMFFT** **inrete**

# Per un cuore sano... tu cosa fai?



In occasione della giornata mondiale del cuore 2025 il Gruppo Cuore Nuovo Organizzazione di Volontariato, si è impegnato, grazie ai suoi volontari laici e sanitari, in tre presidi ospedalieri: Ospedale San Paolo, Ospedale San Carlo e Policlinico di Milano-Ospedale Maggiore, nelle giornate 28, 29 settembre e 2 ottobre.

Il tema di quest'anno era "Per un cuore sano ... tu cosa fai?", tema che riprende i concetti riportati nell'articolo 32 della nostra Co-

stituzione, che recita: "La Repubblica tutela la salute come fondamentale diritto dell'individuo ... Nessuno può essere obbligato a un determinato trattamento sanitario se non per disposizio-

ne di legge".

Se per legge abbiamo diritto alla salute, è anche vero che abbiamo il dovere, non imposto, di mantenerci in salute e, quindi, di prevenire le malattie con l'aiuto delle associazioni che hanno fatto di questi insegnamenti u-



na ragione di vita.

Come negli anni precedenti, con la collaborazione dei sanitari delle divisioni di Cardiologia è stato offerto alla popolazione il calcolo del rischio cardiovascolare, con misurazione gratuita della pressione arteriosa, della glicemia e del colesterolo, seguito da colloqui con i Cardiologi al fine di migliorare lo stile di vita e ridurre i fattori di rischio.



Grazie alla consueta collaborazione di dietiste sono stati forniti consigli dietetici in rapporto alle eventuali patologie del soggetto esaminato.

I colleghi del Centro Antifumo, sempre presenti da anni al nostro fianco, hanno invitato la popolazione all'abolizione del fumo, fattore di ri-



schio non solo cardiovascolare, con indicazioni e consigli.

I nostri volontari laici hanno fornito il supporto ai sanitari fornendo, a spese dell'organizzazione di volontariato, il materiale necessario per offrire alla popolazione una giornata di prevenzione e continuare così il progetto ambizioso, iniziato tanti anni fa, di essere una piccola goccia che aiuta a migliorare la salute pubblica insegnando la prevenzione.



# IPOTENSIONE ORTOSTATICA



## Definizione

A tutti noi credo sia capitato, almeno una volta alzandosi di scatto dal letto, di avere per qualche secondo la vista oscurata o di provare la sensazione di cadere.

Questo disturbo, chiamato ipotensione ortostatica, è dovuto a un calo della pressione

arteriosa che si verifica quando ci si alza in piedi troppo velocemente dalla posizione sdraiata o seduta, causando un momentaneo insufficiente apporto di sangue al cervello.

In termini di valori pressori, si parla di ipotensione ortostatica quando si rileva un calo della PA massima di almeno 20 mmHg, oppure della PA minima di almeno 10 mmHg dopo circa 3 minuti da quando ci si è messi in piedi.

L'ipotensione ortostatica è un sintomo di alterata regolazione della pressione arteriosa da parte del sistema nervoso simpatico dovuta a varie condizioni, non a una patologia specifica. La sua prevalenza aumenta con l'età, passando da circa il 6% negli adulti a circa il 20% negli anziani

## Fisiologia

Una delle caratteristiche del nostro corpo è quella di mantenere una stabilità della pressione sanguigna, in qualsiasi posizione esso si trovi, al fine di assicurare un adeguato apporto di sangue a tutti gli organi.

Quando siamo sdraiati, la pressione tende ad essere uniforme in tutto il corpo perché la forza di gravità non presenta differenze significative fra testa e gambe che si trovano allo stesso livello.

Assumendo rapidamente la posizione eretta, a causa della forza di gravità una quota significativa

di sangue (da  $\frac{1}{2}$  litro a 1 litro) tende ad accumularsi nelle vene delle gambe che si vengono a trovare ad un livello più basso; ciò causa una temporanea riduzione del volume di sangue che arriva al cuore e conseguentemente al cervello, con comparsa dei disturbi più avanti indicati.

Per contrastare questo fenomeno, il sistema nervoso simpatico reagisce aumentando la frequenza cardiaca e la contrattilità del cuore e dei vasi sanguigni in modo da stabilizzare la pressione.

## Sintomi

Nella maggior parte delle persone questo meccanismo di difesa interviene immediatamente, per cui le variazioni della pressione arteriosa e della frequenza cardiaca in posizione eretta sono minime e transitorie e generalmente non causano sintomi. Quando invece questo non avviene in modo rapido, **la quantità di sangue che arriva al cervello è momentaneamente insufficiente e come conseguenza si possono avere vari disturbi.**

Generalmente i sintomi compaiono quando ci si alza in piedi da una posizione seduta o sdraiata e come già detto, sono dovuti a una temporanea riduzione del flusso sanguigno al cervello; di solito durano solo pochi minuti e si risolvono rapidamente.



mente sedendosi o sdraiandosi.

I più comuni sono capogiri, vertigini, sensazione di testa leggera, debolezza, offuscamento della vista\*; altri sintomi possono essere nausea, mal di testa, sudorazione e affaticamento.\*

Nei casi più gravi, può verificarsi uno svenimento con caduta.

\* *in dialetto milanese questi sintomi sono accomunati in un unico termine che bene rende l'idea: Balurdòn.*

## Cause

L'ipotensione ortostatica può essere favorita da circostanze fisiologiche o parafisiologiche e quindi non necessariamente legate a malattia; le sue cause sono numerose e non sempre ben definibili. Tra le più comuni:

**Disidratazione** da profusa sudorazione, uso inappropriato di diuretici, scarso apporto idrico, vomito e diarrea, febbre.

### Allettamento prolungato

**Uso di farmaci.** In particolare gli **antipertensivi** e la maggior parte degli antidepressivi possono causare ipotensione ortostatica.

**Patologie neurologiche** Nei soggetti con sindromi neurodegenerative, morbo di Parkinson, patologie del midollo spinale, neuropatia diabetica, vasculopatia cerebrale, il sistema nervoso autonomo può essere danneggiato e rallentare la compensazione del calo pressorio.



**Patologie cardiovascolari.** Cardiopatia ischemica, aritmie, stenosi aortica, insufficienza cardiaca, varici venose, possono interferire con i meccanismi di difesa.

**Età avanzata.** Con l'invecchiamento, i riflessi cardiovascolari diventano più lenti e meno efficaci.

**Pasti abbondanti** specie se accompagnati da elevata quantità di alcoolici.

La digestione può causare un calo pressorio posturale in quanto il sangue viene dirottato nello stomaco e nell'intestino per favorire il processo della digestione, ma a discapito di altri organi.

## Dalla teoria alla pratica

Chiunque può manifestare lievi ed occasionali episodi di ipotensione ortostatica, sebbene questi siano più comuni in soggetti anziani e con bassa pressione.

In questi casi non c'è solitamente da preoccuparsi, anche perché i sintomi sono leggeri e di durata limitata a pochi minuti.

Alcuni "trucchi" che ognuno può mettere in atto sono consigliati per prevenire i disturbi:

*Se ti capita spesso di vedere nero quando ti alzi: prima di alzarti muovi piedi e gambe per attivare la circolazione, alzati gradualmente;*

*rimani 2-3 minuti seduto sul letto prima di metterti in piedi;*

*in caso di comparsa di sintomi è in genere sufficiente sedersi nuovamente (o sdraiarsi) per favorirne la scomparsa in pochi istanti;*

*svolgi esercizi fisici tutti i giorni (alzarsi sulla punta dei piedi, contrarre i muscoli dei polpacci, incrociare le gambe) atti a ridurre il ristagno di sangue nella parte inferiore del corpo passando dalla posizione seduta a quella in piedi, se hai vene varicose usa calze elastiche.*

Episodi frequenti e che non si risolvono in pochi minuti, in particolare se interessano persone con patologie cardiache e/o se accompagnati da perdita di coscienza, possono essere indicativi di problemi più seri.

In questi casi è bene rivolgersi al medico per una valutazione accurata, atta ad escludere cause più gravi di ipotensione ortostatica.

# Come difenderci dal freddo



Ogni anno siamo bombardati attraverso i media da una infinità di raccomandazioni su come proteggerci dal caldo.

Mi sembra corretto, se non altro per rispettare la par condicio ora che l'inverno è vicino, dedicare un po' di attenzione al freddo.

Anche se l'Italia è considerata "o paese d'o sole", nei mesi invernali la temperatura media si abbassa, con giornate nelle quali il termometro può scendere sotto zero.

Come si difende dal freddo il nostro corpo? Come possiamo aiutarlo? Ci sono rischi per la nostra salute?



La temperatura più bassa mai registrata in Italia è stata di - 49,6°C, misurata il 10 febbraio 2013 a 2600 metri di quota sull'Altopiano delle Pale di San Martino (Trentino-Alto Adige).

In un luogo abitato, il record è di -38°C, registrato a Livigno nel febbraio 1956.

## Come il nostro corpo risponde al freddo

Il nostro corpo possiede la capacità di regolare la propria temperatura mantenendola intorno ai 37°C.

Quando viene esposto al freddo l'organismo attiva i sistemi di termoregolazione endogeni basati essenzialmente su due meccanismi:

a) vasocostrizione cutanea: riduzione del calibro delle arterie periferiche con limitazione della dispersione di calore, concentrando **il flusso di sangue** verso gli organi vitali, come cuore e cervello.

b) aumento della produzione di calore interno (termogenesi) attraverso l'incremento dell'attività muscolare scheletrica (brividi involontari **più** attività fisica volontaria) e l'aumento del metabolismo.

Questi meccanismi di reazione al freddo sono controllati dall'ipotalamo che agisce da "termostato" del corpo. Situato alla base del cervello, riceve informazioni dalla pelle e dal sangue e quando la temperatura si discosta dal suo valore abituale, attiva i meccanismi per riportarla alla normalità.



Credo che tutti noi abbiamo usato l'espressione "Ho la pelle d'oca. Mi viene la pelle d'oca".

È questo un fenomeno scatenato dal freddo (anche da forti emozioni), per ridurre la dispersione del calore corporeo.

A seguito della contrazione dei muscoli erettori del pelo la pelle assume un aspetto a piccoli rilievi, come quella delle oche.

In molti animali, drizzare il pelo o gli aculei oltre che ad aumentare la quota di calore trattenuta dal corpo fa assumere all'animale un aspetto più grande, aggressivo e vigoroso che dovrebbe far demordere l'aggressore da un eventuale attacco.



Generalmente le persone sane si adattano rapidamente al cambiamento delle temperature e sopportano il clima freddo invernale.

Gli effetti del freddo sulla salute si osservano quando la capacità di adattamento alle basse temperature è ridotta da alcuni fattori quali età, presenza di patologie croniche, assunzione di determinati farmaci (betabloccanti).



### Attenzione al nostro cuore !

L'aumento della pressione arteriosa e della frequenza cardiaca dovuto alla vasocostrizione e al rilascio di ormoni quali l'adrenalina, comporta un **maggior carico di lavoro per il cuore**. Le basse temperature costituiscono quindi un potenziale rischio per soggetti coronaropatici. L'esposizione al freddo a riposo e durante esercizio può abbassare la soglia ischemica, cioè ridurre il livello di sforzo fisico oltre il quale compaiono i sintomi dell'angina in quanto le richieste metaboliche (aumentate dal freddo) non sono soddisfatte da un adeguato aumento dell'apporto (flusso coronarico ridotto).

### Come difenderci ?

#### Alcuni consigli "antigelo"



Coprirsi bene per uscire all'aperto, consigliabile uscire nelle ore meno fredde della giornata.

Evitare il passaggio rapido da ambienti molto caldi a esterni molto freddi (e viceversa).

Le persone con patologie cardiovascolari note o comunque a rischio (ipertesi, diabetici, obesi) oltre che vestirsi adeguatamente, devono evitare sforzi eccessivi all'aperto nelle giornate fredde; bene una passeggiata nelle giornate di sole, nelle ore più calde.

Prudenza e attenzione al freddo!

Se occorre portar fuori il cane mattino e sera, evitiamo di competere con lui nella corsa, specie se è un levriero.

Grande attenzione infine nello svolgere attività faticose "indotte" dal cattivo tempo.

Ad esempio spalare neve può rivelarsi decisamente pericoloso per il cuore.

Se è proprio necessario pulire il vialetto di casa riscaldarsi gradualmente, fare pause frequenti, evitare sforzi eccessivi e fermarsi al minimo disturbo. Mantenere una buona idratazione.

Il freddo, contrariamente a quanto si possa pensare, espone ad un maggior rischio di disidratazione poiché la sensazione di sete si attenua, specie negli anziani.

È importante per questo assicurare un buon introito di liquidi; meglio bevande calde, non alcolici.

Può essere opportuno rimodulare alcune terapie: in inverno, quando la pressione tende a salire, può essere per esempio raccomandabile incrementare la terapia antipertensiva.

Ovviamente non da soli, ma dopo aver sentito il medico.

Per quanto riguarda le persone anziane, il freddo può peggiorare condizioni di salute già precarie e soprattutto, aggravare patologie croniche quali insufficienza cardiaca, broncopatia cronica, asma bronchiale.

Gli anziani sono spesso fragili o immunodepressi e facilmente possono passare da un raffreddore o un'influenza a una polmonite, **per cui si raccomanda massima prudenza oltre che la vaccinazione antinfluenzale.**

E per concludere in allegria



I nostri avi, saggi e avveduti, parlavano della grappa come un ricostituente dello spirito, come un rimedio contro il freddo, o un medicamento.

Freddo, neve, vento, temperatura sotto lo zero, mani e piedi gelati. Brrrrrrr ... avete bisogno di scaldarvi in fretta.

Cosa vi viene in mente? Niente di meglio che un bel vin brûlé, o perché no, un buon grappino o un bombardino!

Siete davvero convinti che questo vi aiuti a risolvere il problema? Grave errore! Semmai lo crea!. Perché? Ecco la risposta.



Bere alcolici non difende dal freddo né aiuta a riscaldarsi. C'è poco da fare: che bere alcolici possa aiutarci a difenderci dal freddo è una convinzione dura a morire! La realtà è diversa. L'alcol è un vasodilatatore; appena ingerito provoca dilatazione dei vasi periferici cutanei con una momentanea sensazione di calore, ma solo una sensazione (è il calore che passando se ne va); a seguito della dilatazione dei vasi periferici della cute si verifica una dispersione di calore verso l'esterno per cui il corpo si raffredda più velocemente. Non a caso, molte persone senza tetto muoiono assiderate dopo aver bevuto alcolici, proprio a causa dell'importante dispersione di calore .

Per proteggersi dal freddo e per cercare di mantenere costante l'equilibrio termico, il nostro corpo ha invece bisogno di attivare il meccanismo contrario: la vasocostrizione. Grazie ad essa, i vasi sanguigni superficiali si restringono e la circolazione a livello della cute rallenta e il flusso di sangue viene dirottato verso gli organi interni importanti (cuore, cervello, polmoni, fegato) diminuendo la perdita di calore verso l'esterno.

La risposta al quesito iniziale è quindi "bere alcolici non riscalda ma raffredda".

**La conclusione è che dobbiamo sempre tenere presente, come diceva Judy Garland, che "l'alcool è una cosa che ha molti aperti nemici e molti segreti amici."**

## LETTERA AL MIO CARO AMICO

Un'amicizia indissolubile, nata tanti anni fa sul luogo di lavoro. Ricordo ancora il nostro primo incontro nei corridoi della Cardiologia dell'Ente Ospedaliero Ronzoni e Principessa Jolanda - San Paolo: tu giovane cardiologo, io amministrativo alle prime armi. Fin da subito si creò un legame spontaneo, sincero, destinato a durare nel tempo. Ti ricordi quando fui colpito da quel doloroso mal di schiena e tu mi indirizzasti dal tuo maestro, il Prof. Pan, per farmi provare l'agopuntura? Ne sono certo: era il tuo Maestro e tu il suo migliore allievo. Sono tanti gli episodi che potrei raccontare, tanti i momenti di fraternità vissuti nel nostro ambiente di lavoro, ma sarebbe impossibile citarli tutti.

Quando nel 1996 lasciai l'Ospedale per dirigere una USSL di Milano, la nostra amicizia non ne fu intaccata: rimase forte, autentica, presente. I nostri incontri diventarono meno frequenti, è vero, ma il nostro legame trovò nuova forza quando ci ritrovammo soci nell'Associazione Gruppo Cuore Nuovo: io, da buon amministrativo, impegnato nella gestione burocratica; tu, straordinario cardiologo, dedicato all'assistenza dei pazienti dopo il ricovero.

Hai creato e guidato con passione l'iniziativa mensile "Un cardiologo al tuo fianco", seguita sempre con grande interesse dai pazienti dimessi dalla Cardiologia dell'Ospedale. Oggi voglio dirti che il tuo ricordo è vivo in me e in tutti noi. Gli incontri mensili proseguono nella nostra sede, portati avanti con dedizione dai tuoi colleghi cardiologi, che hanno subito accolto l'invito a continuare il percorso che tu avevi avviato con tanto impegno e umanità.

La vita terrena ci ha separato. Tu sei stato chiamato altrove, in una dimensione dove, ne sono certo, la tua bontà e la tua professionalità saranno apprezzate come lo sono state qui. Ma il tuo ricordo rimarrà sempre con me e con tutti noi.

Il tuo amico  
Luciano

## IN RICORDO DI ALBERTO

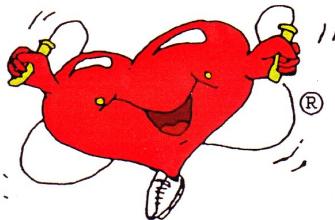
Nel 1985, quando sono arrivato da studente presso la Cardiologia del San Paolo, Alberto mi ha fatto da Tutor, mi ha insegnato i rudimenti della cardiologia e a leggere gli elettrocardiogrammi. Ad Alberto piaceva molto insegnare, spiegare, lo faceva con impegno e passione; ho sempre pensato che avrebbe dovuto fare la carriera universitaria. Aveva una cultura encyclopedica e non solo per la Cardiologia: penso che non esista agopunturista a Milano che non lo conoscesse e che non avesse imparato qualcosa da lui.



Alle riunioni del Gruppo Cuore Nuovo era amatissimo: lui per anni ne è stato l'animatore, le aveva chiamate "Un cardiologo al tuo fianco", per esprimere il desiderio di spiegare ai reduci di un infarto, o comunque di un ricovero in Cardiologia, tutto quello che non avevano capito bene e che desideravano approfondire, non avendo avuto il coraggio o il tempo per fare domande al medico di Reparto. E Alberto rispondeva a tutti, non c'erano domande che lo mettessero in difficoltà, aveva sempre una risposta e una battuta per tutti. Perdonami, Alberto, ma non riesco ad essere triste per la tua dipartita: avere visto come la malattia ti aveva trasformato negli ultimi mesi della tua vita mi straziava dentro. Pensare che un uomo dalle tue qualità intellettuali, culturali, dalla tua sagace ironia, fosse ridotto all'ombra di se stesso mi metteva una grande angoscia. Ti parlavo, parlavo, ma era come parlare a una mente stracciata, slegata, tristemente impoverita. Ti nominavo colleghi del passato, cercavo di risvegliare in te almeno un flebile ricordo di quello che era stato.

Caro Alberto, ci mancheranno la tua generosità, la tua saggezza, la tua ironia, quelle battute - a volte un po' ridicole, è vero - ma che ci facevano tanto sorridere. Chissà, forse un giorno le nostre anime si incontreranno ancora e - magari - tu mi farai ancora da Tutor.

Diego Tarricone



# ORGANIZZAZIONE DI VOLONTARIATO PER LA PREVENZIONE DELLE MALATTIE CARDIOVASCOLARI, RIABILITAZIONE POST-INFARTO E POST-INTERVENTO CARDIOCHIRURGICO

Associazione iscritta nel Registro Generale Regionale del Volontariato della Lombardia al foglio 278, n. 1105  
Associazione iscritta nel Registro Anagrafico delle Associazioni del Comune di Milano, al foglio 11, n. 71

## IL CARDIOLOGO RISPONDE

Cari lettori, nell'ambito del notiziario della nostra Organizzazione, abbiamo deciso di dedicare una rubrica alle vostre domande su temi cardiologici. Pertanto ci incaricheremo di rispondere, per quanto sarà 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 ai seguenti indirizzi di posta elettronica:

[diegogiacinto.tarricone@fastwebnet.it](mailto:diegogiacinto.tarricone@fastwebnet.it) oppure [loredana.frattini@gmail.com](mailto:loredana.frattini@gmail.com) oppure [g.occhi@libero.it](mailto:g.occhi@libero.it) oppure di indirizzarle per posta a:

Gruppo Cuore Nuovo, rubrica "Il cardiologo risponde", Via A. Depretis, 13 - 20142 Milano.

Cordialmente, *Diego Tarricone*



Dott.  
Diego Tarricone



Dott.ssa  
Loredana Frattini



Dott.  
Giuseppe Occhi



Dott.ssa  
Laura Massironi



Prof.  
Stefano Carugo



Prof.  
Marco Guazzi



Dott.ssa  
Irene Rusconi



Dott.  
Stefano Lucrezio

Caro Socio,

ti segnalo la possibilità per aiutarci a far progredire la nostra Organizzazione, senza alcuna spesa da parte tua:  
**IL 5 PER MILLE.** Da alcuni anni, infatti, si può scegliere di devolvere una quota pari al 5 per mille dell'Irpef a **GRUPPO CUORE NUOVO** (senza rinunciare all'8 per mille per le confessioni religiose).

Basta compiere due semplici operazioni al momento della compilazione del modello integrativo CUD, del modello Unico Redditi Persone Fisiche o del Modello 730; apporre la propria firma nel riquadro "sostegno delle organizzazioni non lucrative di utilità sociale ..." e inserire nello spazio dedicato, il Codice Fiscale di Associazione

**GRUPPO CUORE NUOVO** che è il seguente: **92007430140**.

SEDE LEGALE E OPERATIVA VIA AGOSTINO DE PRETIS, A - 20142 MILANO - RECAPITO POSTALE C/O BONDIOLI-GALBIATI - VIA LEONE TOLSTOI, 45 - 20146 MILANO  
internet: [www.gruppocuorenuovo.it](http://www.gruppocuorenuovo.it) - e-mail: [gruppocuorenuovo@pec.it](mailto:gruppocuorenuovo@pec.it) - [guido\\_galbiati@fastwebnet.it](mailto:guido_galbiati@fastwebnet.it)

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

1) **Banca Unicredit Agenzia 08201 - Piazza Napoli, 15 - Milano**

Conto Corrente N° 102958998

**Codice IBAN:** IT72I0200801673000102958998

oppure

2) **Posta:** Conto Corrente N° 10650232

**Codice IBAN:** IT57H076011100000010650232

entrambi intestati a: GRUPPO CUORE NUOVO, Via A. Depretis, 13 - 20142 - Milano

**Codice Fiscale:** 92007430140

### PER INFORMAZIONI:

**Guido Pisati** (CONSIGLIERE)

tel. 335.6044337 - e-mail: [pisati@sovim.it](mailto:pisati@sovim.it)

**Luisa Cattaneo Pisati** (PRESIDENTE)

tel. 348.8018488 - e-mail: [cattaneo@sovim.it](mailto:cattaneo@sovim.it)

**Pinuccia Bondioli** (SEGRETARIA)

tel. 349.5660350 - e-mail: [guido\\_galbiati@fastwebnet.it](mailto:guido_galbiati@fastwebnet.it)

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

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

