



Associazione ODV
**CLUB
AMICI
del CUORE**
CASTELFRANCO VENETO



**Grazie
di cuore**



Carlo Bissacco



Natale Bolzan



QUESTIONI DI CUORE

NOTIZIARIO DEL MESE DI SETTEMBRE 2022

SOMMARIO

Notizie utili	pag. 3
Editoriale del Presidente	pag. 4 - 5
Progetto stile di vita e salute	pag. 6 - 7 - 8
Giornate del cuore	pag. 9 - 10 - 11
Il Cuore per immagini	pag. 12 - 13 - 14
(a cura del dott. R. Terlizzi)	
Ricordiamo i nostri associati	pag. 15 - 16
Vita Associativa	pag. 17 - 18 - 19 - 20 - 21 - 22
Le ricette degli amici del cuore	pag. 23
Controcopertina	pag. 24



IN REDAZIONE:

Giovanni Pavan - *Responsabile*
Elisabetta Andretta - *Vice Responsabile - Volontariato*
Vincenzo Pelloia - *Logistica - Rapporti tipografia*
Daniele Fiorin - *Segretario - Editor - Vita associativa - verifica testi*
Wladimiro Esposito - *Progetto grafico - immagini creative*

Stampe **Tipografia Trevisan** - Via R. Serato, 198
San Martino di Lupari (Pd)

“QUESTIONI DI CUORE”

periodico trimestrale di informazioni e di divulgazioni scientifiche che riguardano esclusivamente tematiche relative all'Associazione **“CLUB AMICI DEL CUORE”** di Castelfranco Veneto, distribuito gratuitamente ai propri soci e simpatizzanti.
tel. 0423 732314 - email: info@clubamicidelcuore.org - email pec: clubamicidelcuore@pec.it
www.clubamicidelcuore.org  Amici del Cuore

● NOTIZIE UTILI

Iscrizioni

L'importo per il rinnovo della tessera è sempre di euro 15,00. Si invita a rinnovare il tesseramento.

Per i soci che non hanno ancora conferito l'autorizzazione all'uso dei dati personali (legge sulla privacy) al momento del rinnovo verrà chiesto loro detta autorizzazione, con la firma di un modulo già predisposto che rimarrà agli atti in Associazione.

L'iscrizione ai corsi, deve avvenire contemporaneamente al versamento della quota stabilita ed in regola con il tesseramento.

Ricordiamo a tutti la necessità di presentare il certificato di idoneità per l'iscrizione ai corsi di ginnastica **riabilitativa e yoga posturale**.

I corsi di ginnastica e yoga riprenderanno lunedì 5 settembre 2022.

VERSAMENTI DI TUTTE LE QUOTE

Si possono effettuare i versamenti delle quote per la partecipazione alle nostre attività e per il rinnovo della quota sociale annuale presso la Segreteria Soci, oppure mediante bollettino postale sul C.C/ P n° 17605312, o tramite versamento bancario IBAN IT891083996156400000065036 o tramite il referente di zona dove è attivo.

AVVISO IMPORTANTE

1) chi non è in regola con il tesseramento da più di due anni non riceverà più il nostro Notiziario;

2) chi non è in regola con il tesseramento annuale, non ha diritto di usufruire delle agevolazioni dei soci nelle attività organizzate dall'Associazione, quali: controlli periodici pressione, colesterolo, glicemia, partecipazione ai corsi e ad altre attività, ecc., inoltre non ha diritto di voto nelle assemblee.



Ricordiamo a tutti che la segreteria soci è aperta con i seguenti orari, **salvo restrizioni ulteriori dovute ad emergenza Covid-19** :

Mattino:

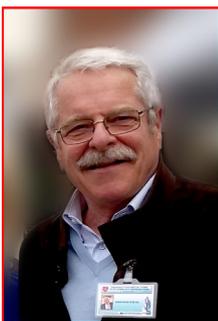
Lunedì – Martedì – Mercoledì - Giovedì – Venerdì
dalle ore 8:30 alle ore 11:30

Pomeriggio:

Lunedì - Giovedì in contemporanea con i corsi di ginnastica
dalle ore 15:30 alle ore 19:30

Recapiti telefonici

Per migliorare le comunicazioni fra la Sede ed i soci, invitiamo, chi avesse eliminato il telefono fisso ed attivato un cellulare o fosse in possesso di casella di posta elettronica (e-mail), di comunicare quanto sopra in Segreteria Soci al numero 0423 732314, oppure di mandare un messaggio Whatsapp al numero 3202641146, oppure una email a info@clubamicidelcuore.org.



Carissime/i associate/i e lettori tutti

spero che questo nuovo numero del nostro notiziario trovi ciascuno di voi e le vostre famiglie in buona salute, ritemprati dalle vacanze ormai terminate per la maggior parte di noi.

Accingendomi a scrivere questo editoriale ho riletto quello scritto lo scorso anno per il numero di settembre del nostro notiziario. Una mia curiosità per vedere che cosa è cambiato..... il quadro generale, lo scenario all'interno del quale tutti noi viviamo ed operiamo ha subito cambiamenti, ma purtroppo in peggio. Oggi il tempo è caratterizzato dalla guerra in Ucraina e le sue conseguenze, dai rischi di allargamento del conflitto, di peggioramento dell'economia, di aumento dei costi energia-alimentari-servizi; dalla crisi politica italiana ed in generale da nubi più estese di un anno fa nel mondo geopolitico. La pandemia da Covid-19 con le nuove varianti e la vaccinazione da aggiornare assieme alla carenza di personale medico ed infermieristico riempiono le pagine di giornali ed i servizi televisivi. Nonostante tutto come associazione abbiamo deciso di rilanciare e di riproporre la gamma dei servizi ai soci ed attività dei tempi precedenti il Covid. Il nostro vuole essere un messaggio di fiducia e di speranza nel futuro, fiducia e speranza che vanno coltivate con l'ottimismo della volontà e con il contributo di ciascuno di noi volontari, ma anche e soprattutto di voi soci.

Le attività.

Ginnastica e yoga posturale. Nel mese di settembre partiranno i corsi di ginnastica e di yoga tenuti rispettivamente dalla dr.ssa Caterina Meropiali e dall'insegnante Bianca Carlesso. All'interno maggiori dettagli per quanto riguarda date ed orari di inizio.

Training autogeno. Visto l'interesse e l'adesione suscitati dai corsi precedenti proporremo in collaborazione con la dr.ssa Alice Bissacco anche questo autunno un corso di training autogeno, perchè influisce positivamente su varie funzioni del sistema nervoso vegetativo come: respirazione, circolazione, metabolismo, ma anche l'autocontrollo e possibili stati d'ansia. All'interno maggiori dettagli.

Colloqui cardiologici. A partire da settembre riprenderanno i colloqui cardiologici nella nostra sede grazie alla disponibilità del dr. Franco Canel e dr. Raffaele Terlizzi, membri da poco in pensione del team della Cardiologia dell'Ospedale S.Giacomo. All'interno maggiori dettagli.

Colloqui dietetici. A partire dal mese di settembre/ottobre grazie alla dr.ssa Chiara Padoan riprendono i colloqui dietetici, proposti dall'associazione ai soci che, per ragioni di salute e benessere richiedono la possibilità di valutare un approccio dietetico ed eventualmente essere seguiti poi dalla professionista. All'interno maggiori dettagli.

Colloqui psicologici. Anche quest'anno l'associazione garantisce ai soci che ne fanno richiesta un primo colloquio di assistenza psicologica con la dr.ssa Bissacco. All'interno maggiori dettagli.

Giornate del Cuore. Sono un messaggio di attenzione e cura della salute e del benessere personale, una tradizionale occasione con la quale la nostra associazione si rivolge alla cittadinanza tutta. Nell'autunno di quest'anno sono previste a Riese Pio X e, come da tradizione, a Castelfranco Veneto. *Per la Giornata Mondiale del Cuore in programma come ogni anno il 29 settembre*, quest'anno cercheremo di essere presenti il più possibile con gazebo e banchetti.

Mondo della scuola. Contiamo di riprendere l'attività di educazione al benessere in alcuni degli istituti castellani e la distribuzione del calendario Conacuore che tanto successo ottiene sempre nel mondo della scuola e non solo.

Un articolo con i dettagli è dedicato al programma ricreativo fino alla fine dell'anno.

Attività di socializzazione con gite, teatro e pranzo sociale sono in programma perché lo stare assieme in amicizia ed allegria contribuisce al nostro benessere.

Controlli gratuiti in sede Nei giorni di *lunedì 11 Ottobre dalle ore 8,00 alle 11,00 e Giovedì 13 Ottobre dalle dalle 15,00 alle 18,00* sono organizzati in sede i controlli gratuiti per la misurazione di pressione, colesterolo, glicemia ed ossigenazione.

In data 29 Agosto ha riaperto la segreteria per le iscrizioni alle diverse attività rivolte ai soci e per espletare il lavoro organizzativo e burocratico, molto aumentato anche grazie alla nuova legge sul Terzo Settore.

Le iscrizioni, hanno raggiunto il numero di 382 rinnovi e nel corso del 1° semestre 2022 abbiamo avuto l'iscrizione di 32 nuovi soci. Purtroppo la pandemia con il suo impatto sullo stile di vita e la sicurezza di tutti noi ha influito pesantemente sulla nostra associazione dimezzando grossomodo gli iscritti. I rinnovi, le nuove iscrizioni assieme alle domande dei soci ed i solleciti sul futuro sono motivo di guardare al domani con una certa fiducia e le basi per poter riprendere un percorso di crescita che si era interrotto. L'associazione è amata e voluta, la sua funzione di supporto alla salute, di occasione di socializzazione e, perché no, di svago è apprezzata e cercata. A noi tutti associati il compito di farla conoscere, apprezzare, prosperare.

Un grande dovuto e meritato grazie a tutti i membri volontari che hanno confermato la loro fedeltà all'associazione ed alla sua missione offrendo il loro lavoro volontario anche per il nuovo ciclo annuale 2022-23 che sta per iniziare. La loro dedizione, competenza e passione hanno assicurato la vita e lo sviluppo della nostra associazione fino ad oggi e con l'aiuto ed il contributo di tutti gli associati ne assicurano il futuro.

Soci defunti. Un ricordo affettuoso ed un grazie per la strada percorsa assieme ai soci che ci hanno lasciato ed un pensiero di solidarietà e vicinanza alle loro famiglie. Un ricordo ed un grazie speciale a Carlo Bissacco ed a Natale Bolzon, per la loro vicinanza ed il contributo dato alla storia della nostra associazione.

Nuovi soci. Un saluto particolare va ai nuovi soci, che hanno aderito alla nostra Associazione nel corso del 1° semestre 2022, condividendone spirito, valori, obiettivi. Ad essi va il nostro sentito grazie per l'adesione e caloroso benvenuto.

Una ricetta degli Amici del Cuore chiude il numero come oramai tradizione.

A tutti voi l'augurio di buona lettura ed un caloroso invito a farci sapere come la pensate, a condividere per pubblicarli gli avvenimenti importanti della vostra vita, scrivendo all'associazione o telefonando o, più facilmente di tutto mandando un vostro messaggio all'indirizzo info@clubamicidelcuore.org oppure via Whatsapp numero dell'associazione: 320 2641146

PROGETTO STILE DI VITA E SALUTE

Con lunedì 29 agosto riapre la segreteria soci ed è possibile iscriversi alle diverse attività finalizzate al nostro benessere psico-fisico.

CORSI DI GINNASTICA E YOGA POSTURALE

Anche quest'anno i corsi ginnastica prevedono una lezione con istruttore ed una lezione con il video. Sappiamo che qualcuno di voi avrebbe desiderato fare gli esercizi sempre in presenza di istruttore, disponibile anche ad un aumento di spesa, ma ad oggi per la nostra associazione non è fattibile sostanzialmente per ragioni di costo. Uno degli scopi della nostra attività è quello di offrire esercizi di mantenimento ad un costo compatibile con le pensioni e le entrate di cui può godere la maggior parte dei nostri associati. Contiamo sulla vostra comprensione.

CERTIFICATI DI IDONEITA' AI CORSI.

Il certificato di idoneità è necessario, come sapete, per l'iscrizione ai corsi di ginnastica riabilitativa e yoga posturale. Si ricorda che i certificati di idoneità rilasciati anche dai reparti di Cardiologia a seguito di controlli effettuati hanno validità 12 mesi dalla data di emissione. Invitiamo chi ha in programma controlli a richiedere questo certificato in occasione di visite di controllo nel reparto di Cardiologia. Il certificato può essere rilasciato anche dal medico di base. Per chi fosse interessato, l'Associazione ha fatto una convenzione con il Poliambulatorio O-Medical, Piazza della Serenissima, 80, 31033 Castelfranco Veneto, Telefono: +39 0423 498588. La convenzione prevede il rilascio del certificato di idoneità previa visita medica ed elettrocardiogramma al prezzo di € 30,00 in tutto. Vogliamo sottolineare che la richiesta di certificato è a norma di legge, è nell'interesse sia dell'associato che dell'associazione, come pure dei volontari coinvolti che doverosamente devono essere tutelati e del rappresentante legale.

NOTA.

Il Consiglio Direttivo ha dovuto ancora una volta constatare che il certificato di idoneità non è stato presentato ben 26 soci, praticamente circa un terzo degli iscritti ai corsi di ginnastica e yoga posturale. Questo provoca malumori e differenze di trattamento tra soci oltre che rischi ai soci e all'associazione. Stante la situazione il consiglio nella seduta del 10 giugno ha deciso all'unanimità di inviare "una lettera ai soci inadempienti facendo loro presente che l'associazione si riserva la facoltà di non iscrivere ai corsi in caso di persistente mancanza di certificato".

Ginnastica riabilitativa di mantenimento. I corsi riprenderanno lunedì 5 settembre 2022 con i soliti orari. *L'iscrizione ai corsi di ginnastica riabilitativa è confermata a 40,00 €/trimestre. L'iscrizione per due mesi a 30,00 € quella mensile a 20,00 €. Per l'iscrizione ai corsi è obbligatorio il certificato di idoneità, il rinnovo della tessera per l'anno 2022-23 ed il pagamento anticipato.*

Ricordiamo a tutti che le lezioni perdute per qualsiasi ragioni non sono mai recuperabili.

Yoga Posturale riprenderanno anche questi corsi a partire da lunedì 3 ottobre, non appena raccolte le adesioni e si terranno il lunedì ed il giovedì in mattinata dalle ore 9.15 – 10.30, salvo possibili aggiustamenti. L'iscrizione al corso di yoga posturale è di 50,00 €/ trimestre per chi segue una sola lezione alla settimana e di 80,0 €/trimestre per chi segue due corsi. La ragione della differenza di prezzo sta nel fatto che la lezione di yoga dura circa trenta minuti più di quella di ginnastica riabilitativa. L'iscrizione per due mesi ad una sola lezione costa 40,00. *Per l'iscrizione ai corsi è obbligatorio il certificato di idoneità, il rinnovo della tessera per l'anno 2022-23 ed il pagamento anticipato.* Ricordiamo a tutti che le lezioni perdute per qualsiasi ragioni non sono mai recuperabili.



Training autogeno. A seguito del largo interesse e partecipazione e con la disponibilità della dott.ssa Alice Bissacco, la Direzione ha deciso di proporre un corso di training autogeno di 4 lezioni da tenersi indicativamente tra ottobre e novembre. Il giorno e l'orario verranno definiti appena possibile anche

in rapporto alle iscrizioni che perverranno alla segreteria. Per ragioni di bilancio è stato definito un contributo di 50,00 € da versare anticipatamente al momento dell'iscrizione al corso. Ciascun corso richiede la partecipazione minima di 10 persone. Per informazioni di dettagli ed iscrizioni, invitiamo a mettersi in contatto con la segreteria, signore Luigina Colbalchini e Marisa Petenà.

CAMBIAMENTO DELLE MODALITA' DI PAGAMENTO DELL'ISCRIZIONE ALL'ASSOCIAZIONE ED ALLE ATTIVITA'

Abbiamo meno iscritti all'associazione ed ai corsi e comporta meno entrate per l'associazione. Abbiamo anche dovuto constatare che non tutti e non sempre i soci sono puntuali nei pagamenti della tessera associativa oppure della ginnastica o altre attività alle quali iscrivono. Preso atto della situazione il consiglio direttivo nella riunione di venerdì 10 giugno c.a. ha stabilito che *“a partire da settembre 2022 per poter partecipare ai corsi è richiesto il pagamento anticipato sia della tessera di iscrizione all'associazione che del corso stesso”* Inoltre i pagamenti effettuati sono validi solo per il trimestre di riferimento ed in caso di mancata partecipazione al corso la somma spesa non dà diritto alla frequenza di corsi successivamente.

I COLLOQUI CARDIOLOGICI - PSICOLOGICI – DIETETICI

Quest'anno grazie alla disponibilità del **dr. Franco Canel** e del **dr. Raffaele Terlizzi**, a quella della **dr.ssa Alice Bissacco**, che l'ha confermata anche quest'anno, ed a quella della **dr.ssa Chiara Padoan**, che sostituisce la dr.ssa Paolo Zanco, siamo in grado di offrire ai nostri associati dei colloqui con gli specialisti suddetti. Gli interessati ne devono fare richiesta preventiva tramite la segreteria. Vi invitiamo a mettervi in contatto con la segreteria, signore Luigina Colbalchini e Marisa Petenà, che fisseranno gli appuntamenti in base alla disponibilità dei professionisti anzidetti. Ricordiamo che i colloqui con i cardiologi sono gratuiti come pure il **solo** primo colloquio con la psicologa e/o la dietista.



GIORNATE DEL CUORE

Giornata del cuore a Riese Pio X: domenica 2 ottobre: in occasione della giornata della salute, che da alcuni anni il comune di Riese Pio X organizza, saremo presenti con una nostra consueta organizzazione aperta alla cittadinanza.



Associazione ODV
CLUB AMICI del CUORE
CASTELFRANCO VENETO

Comacuore ONLUS
COMITATO REGIONALE FRAZIONALE ASSOCIAZIONE DEL CUORE

In collaborazione con

Comune di Riese Pio X

AVIS ONLUS-RIESE PIO X

aido ONLUS-RIESE PIO X

REGIONE DEL VENETO
ULSS2
MARCA TREVIGIANA

Reparto di Cardiologia Ospedale di Castelfranco Veneto

Scuola Primaria "M. Sarto Sanson" in via Merry del Val nei pressi della Parrocchia San Matteo Apostolo

LA GIORNATA DEL CUORE

A RIESE PIO X

DOMENICA

2 ottobre 2022

DALLE ORE 8:00 ALLE ORE 12:00

Nel rispetto delle norme anti COVID, saranno eseguiti gratuitamente controlli del colesterolo, glicemia, pressione arteriosa, saturazione ossigeno nel sangue e peso corporeo con la presenza di medici e infermieri specializzati. L'invito è rivolto a tutta la popolazione dai 35 anni in su

PRESENTARSI A DIGIUNO DA ALMENO 2 ORE

POSSIBILITA' DI COLLOQUIO CON UNO SPECIALISTA

Giornata del cuore a Castelfranco Veneto: domenica 23 ottobre: come da tradizione saremo presenti presso il Teatro Accademico di Castelfranco Veneto.



Con il patrocinio del

REGIONE DEL VENETO

ULSS2
MARCA TREVIGIANA

Reparto di Cardiologia Ospedale di Castelfranco Veneto

Associazione ODV
CLUB AMICI del CUORE
CASTELFRANCO VENETO

Comune di
Castelfranco Veneto

Federazione TRIENETOCUORE
Concuore
COORDINAMENTO NAZIONALE
ASSOCIAZIONI DEL CUORE

LA GIORNATA DEL CUORE

CASTELFRANCO VENETO

DOMENICA 23 OTTOBRE 2022

**DALLE ORE 8:00 ALLE ORE 12:00, PRESSO
LA GALLERIA DEL TEATRO ACCADEMICO**

NEL RISPETTO DELLE NORME ANTI COVID,

SARANNO ESEGUITI GRATUITAMENTE CONTROLLI DEL COLESTEROLO, GLICEMIA, PRESSIONE ARTERIOSA, SATURAZIONE OSSIGENO
NEL SANGUE E PESO CORPOREO CON LA PRESENZA DI MEDICI E INFERMIERI SPECIALIZZATI.

L'INVITO È RIVOLTO A TUTTA LA POPOLAZIONE DAI 35 ANNI IN SU

PRESENTARSI A DIGIUNO DA ALMENO 2 ORE

POSSIBILITA' DI COLLOQUIO CON UN MEDICO

SI RINGRAZIA IL COMUNE DI CASTELFRANCO VENETO - ASSESSORATO ALLA CULTURA -
CHE PARTECIPA ALLA REALIZZAZIONE DELL'EVENTO MEDIANTE AGEVOLAZIONE D'USO DEL TEATRO



continua

Giornata mondiale per il cuore: giovedì 29 settembre, aderiamo con entusiasmo a questa iniziativa e contiamo di essere presenti sia a Castelfranco Veneto, sia nei paesi della Castellana da cui molti di voi soci provenite. E precisamente vorremmo toccare le piazze di: Castelfranco Veneto, Altivole, Asolo, Castello di Godego, Fonte, Resana, Vedelago. E' uno sforzo notevole, supportato da tanti nostri volontari, ai quale va la nostra gratitudine. La Giornata Mondiale del Cuore è una campagna di informazione e sensibilizzazione sulla prevenzione delle malattie cardio-cerebro vascolari, promossa in tutto il mondo dalla WORLD HEART FEDERATION attraverso una comunità di oltre 200 organizzazioni nazionali che, insieme, sostengono l'impegno della società medica e delle fondazioni per il cuore in oltre 100 paesi. La prevenzione è un fattore importante, per questo durante la giornata del cuore promuoviamo la cultura delle visite cardiologiche.

Associazione ODV
CLUB AMICI del CUORE
CASTELFRANCO VENETO

REGIONE DEL VENETO
ULSS2
MARCA TREVIGIANA
Reparto di Cardiologia Ospedale di Castelfranco Veneto

29 SEP WORLD HEART DAY

LA GIORNATA MONDIALE DEL CUORE

29 SETTEMBRE 2022
DALLE ORE 8:00 ALLE ORE 12:00
GIORNATA MONDIALE DEL CUORE

SARANNO ESEGUITI GRATUITAMENTE CONTROLLI DEL COLESTEROLO,
GLICEMIA, PRESSIONE ARTERIOSA, SATURAZIONE OSSIGENO NEL SANGUE.
PRESENTARSI A DIGIUNO DA ALMENO 2 ORE

● Il cuore per immagini 2^a parte

(A cura del Dr **Raffaele Terlizzi**)

“Noi ci facciamo immagini dei fatti”

Ludwig Wittgenstein

Dopo aver trattato nel numero precedente l'ecocardiografia come metodica di diagnostica per immagini, nel numero attuale vengono descritte la RM – Risonanza Magnetica, la TC -Tomografia Assiale Computerizzata e la Cardiologia Nucleare.



RISONANZA MAGNETICA CARDIACA

La risonanza magnetica cardiaca (cardio-RM) è di recente introduzione, perché si è sviluppata in ambito clinico solo negli ultimi 15-20 anni, ma è di grande rilevanza e soprattutto ha ancora una potenziale tecnologico/diagnostico non ancora completamente sviluppato.

Il campo magnetico è generato da una potente calamita, a forma di cilindro cavo, all'interno del quale viene inserito il paziente: questo può rappresentare talvolta un problema per chi soffre di claustrofobia. Questa calamita ha una intensità generalmente di 1.5 T (Tesla), cioè oltre 15000 volte quella del campo magnetico terrestre. L'apparecchiatura, all'interno di questo campo magnetico, invia al corpo delle onde nel range delle radiofrequenze e una serie di antenne captano il segnale di ritorno prodotto dai tessuti. Un computer acquisisce i segnali generati e ricostruisce in modo digitale l'anatomia e la funzione; l'acquisizione dura almeno 30 -45 minuti.

La metodica non utilizza radiazioni ionizzanti e la qualità dell'immagine non è influenzata dalla conformazione del torace né dalla finestra acustica come può succedere con l'ecocardiografia.

E' effettuata generalmente a **completamento** di un esame ecocardiografico; per questo è assolutamente necessario, trattandosi di un esame di secondo o terzo livello, portare con sé gli **esami effettuati in precedenza**. Rispetto all'ecocardiografia, la RM ha il vantaggio di fornire in un solo esame non solo informazioni anatomiche e funzionali, ma anche di perfusione coronarica e di caratterizzazione tessutale, utilizzando in questo caso l'infusione di un mezzo di contrasto a base di **gadolinio**.

Inoltre, è la metodica "gold standard" per la misura dei volumi, della massa e della funzione del cuore; per questo motivo consente una analisi quantitativa più precisa e più riproducibile.

La RM, rispetto a tutte le metodiche, consente la migliore **caratterizzazione tessutale** ed identificazione non invasiva della **fibrosi** miocardica sia nell'ambito della cardiopatia ischemica che di patologie cardiache non ischemiche.

Presenta lo svantaggio di una collaborazione del paziente, che deve rimanere immobile per tutta la durata dell'esame, con necessità di apnee, di 10 - 20 secondi circa. Inoltre la presenza di un ritmo irregolare, come la presenza di frequenti extrasistoli o di una fibrillazione atriale, degrada la qualità delle immagini

E' una metodica che, utilizzando i comuni raggi X ed attraverso l'acquisizione in pochi millisecondi di segnali provenienti da multiple fettine (**multislice**), permette di ricostruire immagini tridimensionali del cuore e delle coronarie.

Le immagini vengono sincronizzate sul battito cardiaco ed acquisite nella fase diastolica di minore di movimento, dopo la somministrazione per via endovenosa di mezzo di contrasto. Il paziente deve rimanere immobile e trattenere il respiro per pochi secondi, con un'acquisizione che avviene in un tempo molto più breve rispetto alle immagini di una cardio-RM.

Questo esame viene utilizzato per visualizzare:

coronarie;

masse cardiache;

protesi cardiache e complicanze di **endocarditi**.

L'uso più frequente è comunque per lo studio delle coronarie: oggi questo esame è in grado di fornire non solo dati anatomici, vale a dire il grado di restringimento (**stenosi**) delle coronarie e della composizione della placca arteriosclerotica, ma, con opportuno software disponibile solo in alcuni centri, anche dati di flusso-perfusione delle coronarie stesse. In altre parole, la TAC non solo rileva la stenosi, ma potrebbe anche dirci se la stenosi determina una riduzione significativa di flusso sanguigno. Tutte queste informazioni che la TC coronarica può fornirci possono permettere di evitare la coronarografia in una percentuale non trascurabile (sino al 30%).

La TC coronarica tuttavia non è proponibile sempre al posto del corrispondente esame invasivo.

Il concetto di base è che un esame diagnostico va eseguito per **confermare**, oppure per **escludere** un sospetto clinico: la TC coronarica è un esame che serve più ad escludere la presenza di una coronaropatia che a confermarla. Andrà quindi utilizzata in pazienti che prima del test hanno un rischio basso/intermedio di malattia coronarica. Ad esempio è poco proponibile in un paziente di 60-70 anni, con multipli fattori di rischio cardiovascolare (diabetico, iperteso, ipercolesterolemico), con un test da sforzo già positivo: in questo caso è preferibile procedere direttamente ad una coronarografia. Al contrario in una donna senza fattori di rischio, con un nuovo riscontro di scompenso cardiaco e diagnosi di cardiomiopatia di natura da definire, può essere indicata una TC coronarica per escludere la presenza di una cardiopatia ischemica come origine della disfunzione miocardica.

CARDIOLOGIA NUCLEARE

Un altro modo di valutare alcune funzioni cardiache è attraverso la somministrazione endovenosa di radiofarmaci, cioè di sostanze chimiche simili ad alcune fisiologicamente presenti nell'organismo umano, e che sono legate ad atomi che emettono radiazioni dal nucleo (**radionuclidi**). Queste sostanze hanno la capacità di fissarsi a livello del muscolo cardiaco; le radiazioni del radionuclide vengono poi acquisite da un'apparecchiatura chiamata gamma-camera e quindi attraverso una elaborazione si possono ricostruire delle immagini.

La metodica nucleare più diffusa è la Scintigrafia Miocardica di Perfusione ad Emissione di Fotone Singolo, con utilizzo di traccianti di perfusione derivati dal tecnezio, ed acquisizione sincronizzata con l'ECG (**gated-SPECT**).

La SPECT consente la simultanea valutazione della distribuzione della perfusione regionale (con la quantificazione della estensione e severità del difetto perfusorio, e del miocardio vitale residuo), e della funzione ventricolare globale. Poco attendibile la funzione regionale, perchè, rispetto a tutte le metodiche precedenti, la SPECT presenta sempre una **ridotta risoluzione spaziale**. L'acquisizione SPECT può essere eseguita sia a riposo che dopo stress, in genere uno sforzo fisico o l'infusione di un farmaco come il dipiridamolo.

L'ultima metodica nucleare ad essersi diffusa in ambito clinico è la Tomografia a Emissione di Positroni (**PET**), in cui il radiofarmaco emette positroni, cioè elettroni con una carica positiva anziché negativa. La PET cardiaca è utilizzata per studi di perfusione-vitalità, cioè per valutare il **flusso coronarico**, cioè quanto sangue raggiunga le diverse parti del muscolo cardiaco iniettando Ammoniacca con Azoto marcato **¹³N-Ammonia**;

per valutare il **metabolismo** del miocardio iniettando Desossiglucosio con Fluoro marcato **¹⁸F-FDG**.

In questo modo si possono evidenziare quelle zone che sono metabolicamente attive, ma presentano nello stesso tempo una ridotta o addirittura assente perfusione coronarica; questa discrepanza è un segno attendibile di persistenza di vitalità miocardica, anche in presenza di assente funzione contrattile.

Negli ultimi anni la PET con tracciante metabolico di ¹⁸F-FDG è indicata anche nel sospetto di **endocardite** infettiva di **protesi** o **dispositivi** (ad es. pacemaker) cardiaci.

In conclusione, negli ultimi decenni lo sviluppo tecnologico ha permesso di ottenere informazioni impensabili prima, ma...vorrei chiudere questo breve articolo con un aforisma che sintetizza in modo perfetto un concetto fondamentale in tutta la diagnostica per immagini, anche quella non cardiaca:

“L'occhio vede ciò che la mente conosce”.

(Johann Wolfgang Goethe)



● Ricordiamo i nostri associati

(a cura di Daniele Fiorin)

Purtroppo, i mesi di giugno e luglio sono stati molto tristi per l'associazione.

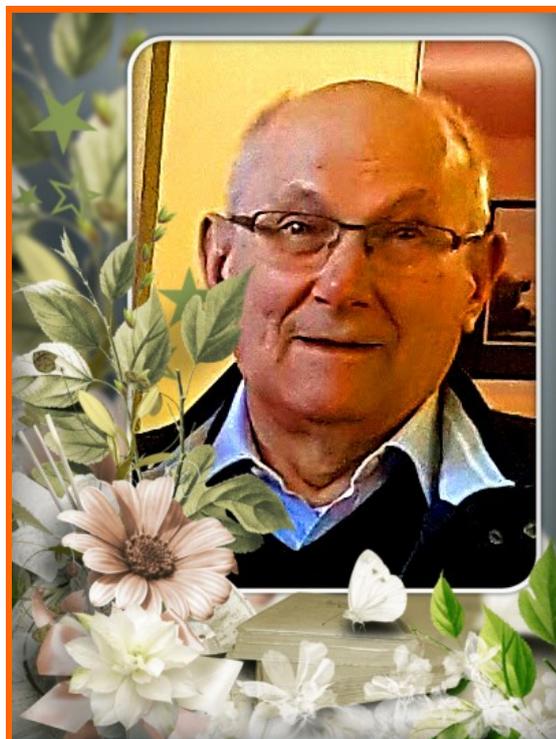
Abbiamo dovuto dare l'ultimo saluto a quattro nostri associati. **Il 3 giugno è mancato Renzo De Luchi, il 29 giugno Carlo Bissacco, il 19 luglio Natale Bolzan ed il 30 luglio Pierino Goegan.**

Carlo Bissacco: eravamo a conoscenza che la salute, nell'ultimo periodo, lo stava tormentando. Tant'è che ci ha lasciato un suo scritto in cui, con commozione, ricorda i tanti anni di sodalizio. Carlo, per diversi anni, ha fatto parte del direttivo ed è sempre stato di aiuto all'associazione con il suo fare mite, generoso, cordiale ed ironico.

Natale Bolzan: nel precedente numero del notiziario, gli avevamo trasmesso le condoglianze per la scomparsa di sua moglie. In brevissimo tempo l'ha raggiunta. Fino all'ultimo, Natale ha collaborato con noi, sempre attento, disponibile. Per molti anni la segreteria soci dell'associazione si è avvalsa del suo lavoro.



CARLO BISSACCO

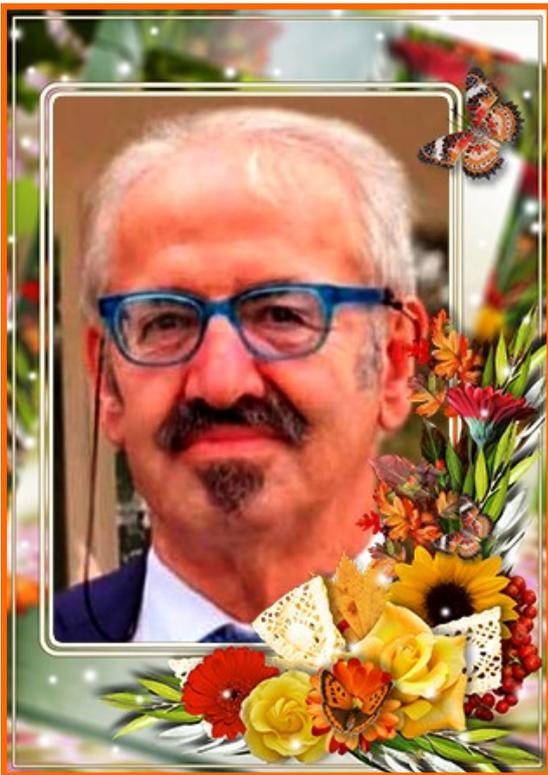


NATALE BOLZAN

Renzo De Luchi: ci ha lasciato, dopo breve malattia. Partecipava alle nostre attività ed era sempre pronto a collaborare.

Pierino Goegan: ci ha lasciato improvvisamente, in un'età non certamente avanzata.

Cordiale, aperto, lascia un vuoto tremendo.



RENZO DE LUCHI



PIERINO GOEGAN

Ricorderemo queste persone sempre con simpatia, gratitudine ed affetto e rinnoviamo alle famiglie le nostre più sentite condoglianze.

VITA ASSOCIATIVA

(a cura di Daniele Fiorin)

Cari associati,

nonostante il gran caldo, seppur in maniera ridotta, continua la nostra presenza ed il lavoro per programmare i prossimi appuntamenti. Intanto, siamo lieti che il soggiorno ad Andalo (Trento) sia stato di gradimento per una ventina di nostri associati. Ringraziamo la nostra infermiera Luigina ed il volontario Marino, che sono stati punti di riferimento e di aiuto per il gruppo.



 continua



IMMAGINI

**DAL FRESCO
SOGGIORNO
DI ANDALO**



GIUGNO



2022



Prossimi appuntamenti:

Gita lago di Garda: con settembre, esattamente domenica 11, è in calendario questa gita, già segnalata nel precedente numero. Mentre scriviamo, non abbiamo ancora raggiunto il numero di adesioni sufficiente a garantirne la realizzazione.

Chi desidera partecipare
chiami la segreteria.

0423 732483



Passeggiata del Giorgione: domenica 18 settembre è in programma questa passeggiata, tradizionale appuntamento organizzato dalla Pro Loco di Castelfranco Veneto, al quale abbiamo sempre aderito con vivo piacere. Da quest'anno poi, in considerazione del rapporto più aperto fra le due associazioni, siamo chiamati a collaborare all'evento. Cari soci, contiamo di raccogliere alcune vostre adesioni per aiutare l'organizzazione di questa importante manifestazione e di avere un bel numero di partecipanti alla passeggiata. Vi invitiamo pertanto a contattare la nostra segreteria (0423/732483).

Vedi locandina a pag. 20



continua



Associazione ODV
CLUB AMICI del CUORE
CASTELFRANCO VENETO



Evento organizzato dalla
PROLOCO
Castel Franco Veneto
con il patrocinio del comune di
CASTELFRANCO VENETO



42° PASSEGGIATA DEL Giorgione

domenica 18 settembre 2022

PERCORSI
A PASSO
LIBERO

7 KM
12 KM
19.5 KM



2KM
SENZA BARRIERE

Partenza dalle ore 9:00 da P.zza XXIV Maggio
Arrivo entro le ore 13:30 in P.zza Giorgione

Il costo dell'iscrizione dei soci che partecipano è a carico dell'Associazione.

Ci saranno nostri incaricati

in P.zza XXIV Maggio presso il ristorante "Alla Torre" come al solito per raccogliere le iscrizioni con consegna del pettorale e/o contrassegno.

Un caldo invito a partecipare alla passeggiata indossando la nostra maglietta con il logo degli Amici del Cuore.



 continua

Rappresentazione teatrale: domenica 6 novembre: è fissato per questa data il tradizionale appuntamento con il teatro offerto a voi associati. Stiamo organizzando l'evento con una compagnia teatrale del nostro territorio. Inizio spettacolo ore 17.

Da settembre, aperta la segreteria, avrete modo di prenotare la vostra presenza.



Pranzo sociale: domenica 4 dicembre. Abbiamo già fissato per questa data il tradizionale appuntamento di fine anno. Saremo presso il ristorante dell'hotel Fior di Via dei Carpani – Castelfranco Veneto. Il pranzo sarà preceduto dal saluto del presidente e da un intervento del dott. Carlo Cernetti, primario delle cardiologie degli ospedali di Treviso e Castelfranco Veneto, per un aggiornamento sullo stato dell'arte dei due importanti reparti, a noi così cari. A seguire la premiazione dei nostri associati che compiono 20 e 30 anni di sodalizio. Alla fine la consueta lotteria. Stiamo valutando il menù, che comunque non supererà la somma di 40 euro.



Ci fa piacere elencare i nostri soci distributori e referenti di zona ai quali esprimiamo la nostra più viva gratitudine per il prezioso lavoro svolto.

LOCALITA'	SOCIO DISTRIBUTORE REFERENTE	TELEFONO	RESIDENZA
ALTIVOLE - CASELLE - S. VITO	LORO ACHILLE (*)	3341159962	SAN VITO, piazza San Vito 3/3
ASOLO	ZANELATO FIORENZO (*)	3355260299	ASOLO, via Castellana 15
CASTELLO DI GODEGO	BELTRAME DINO (*)	3480313292	CASTELLO DI GODEGO
CASTIONE - BESSICA	BAGGIO LAURENT (*)	3406860078	CASTIONE DI LORIA - Via Sega, 6
FANZOLO	PERIN GIUSEPPE (*)	3485521385	FANZOLO, via Papa Luciani 6
FONTE - SAN ZENONE	PIZZINATO G. CARLO (*)	3402316318	FONTE, via Castellana 118
FOSSALUNGA - CAVASAGRA CASACORBA - ALBAREDO - CARPENEDO	BORTOLOTTO LUIGI (*)	3351227701	CAVASAGRA - Via Campagnole 11
PALESTRA DI PEDEROBBA	SANTOVITO RICCARDO	0423/561772	SEMONZO, Via Celli 7/a
POGGIANA	BERNARDI PIETRO	3533412476	POGGIANA, Via De Gaspari 60
RAMON DI LORIA	BOARO UGO (*)	3393881296	LORIA, VIA BERTINA 74
RESANA - CASTELMINIO - SAN MARCO	CONTE LUIGINO (*)	3428884179 5	ASSOCIAZIONE S. FRANCESCO, RESANA
RIESE PIO X	VISENTIN FRANCESCO (*)	3475102959	RIESE PIO X° Via Asolana, 4
SPINEDA	COLBALCHINI LUIGINA	3482489314	SPINEDA, Via Cendrole 32/a
VALLA' RIESE PIOX°	TRENTIN FLORINDO	3402203844	VALLA RIESE PIO X°, via Tieppo 6
VEDELAGO	LUCCHETTA LUCIANO (*)	3397602447	VEDELAGO, Via Albinoni 10
	CONTE FRANCESCO (*)	3337502144	VEDELAGO, Via Ziuccareda 43

(*) REFERENTE DI ZONA

● LE RICETTE DEGLI AMICI DEL CUORE

Cari amici del cuore, eccovi un altro suggerimento molto gustoso: “Filetto di maiale al marsala”. Dai nostri amici dell’alto vicentino, ci arriva questa proposta che appare in contraddizione con il pensiero comune ma che risulta essere, oltre che molto gustosa, anche non particolarmente calorica e grassa.

Buon appetito!



Filetto di maiale al Marsala



Economico e facile da reperire, il filetto di suino è spesso e ingiustamente sottovalutato. Inoltre, contrariamente a quanto si può pensare, non risulta particolarmente calorico e grasso: 100 grammi apportano meno di 4 grammi di grassi e meno di 150 calorie.

Tipologia: Secondo Piatto a base di carne

Metodo di Cottura:
Stufatura - al forno

Stagionalità: tutto l'anno

Informazioni nutrizionali (per porzione)

Calorie:	238
Proteine:	31 g
Grassi:	8,5 g
Carboidrati:	6,5 g
Colesterolo:	99 mg

Ingredienti per 4 persone

- Un filetto di maiale sgrassato (600 g circa)
- Cipollotti di Tropea (n. 4)
- ½ bicchiere di Marsala
- Un cucchiaino di glassa di aceto balsamico
- Olio extra vergine (g 10)
- Una noce di burro (g 5)
- Sale e pepe (q.b.)
- Salvia, timo e rosmarino a piacere.

- 1 Affettare i cipollotti e metterli a cuocere a fuoco molto basso con un cucchiaino di olio. Iniziare subito ad aggiungere un po' alla volta il condimento balsamico (glassa) diluito di 3 parti. Coprire e lasciar stufare.
- 2 In una casseruola a bordi alti sciogliere la noce di burro con un cucchiaino di olio e aggiungere il filetto intero privato del grasso visibile e ben asciugato.
- 3 Girarlo di un quarto fino ad esaurire il fondo e poi irrorarlo con il Marsala. Mentre sfuma, continuare a girarlo senza coperchio.
- 4 Aggiungere il sale e il pepe e passare il tutto in forno a 180° direttamente sulla teglia per 30 min.
- 5 Ritirare il filetto dal forno e tagliarlo a fettine di 1 cm circa. Deglassare la padella con una spruzzata di marsala a fuoco alto. Nei piatti caldi comporre la cipolla con delle formine tonde (o utilizzarla come fondo) e unire due fette di filetto condito con la salsa.

Varianti:
È possibile non usare il forno: tagliare subito a fettine il filetto, infarinarlo e cuocerlo in tegame.





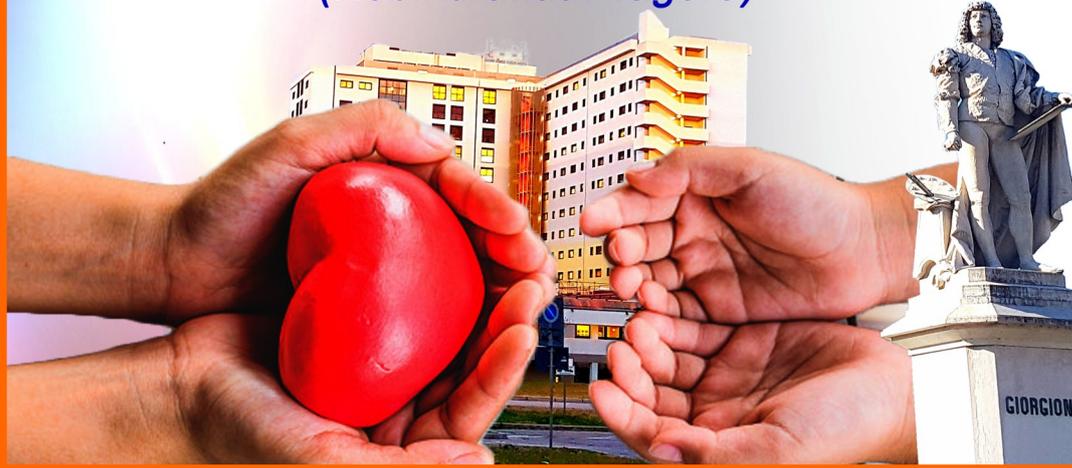
Associazione ODV
**CLUB
AMICI
del CUORE**
CASTELFRANCO VENETO

Via Dei Carpani 16/Z
31033 Castelfranco Veneto (Tv)
www.clubamicidelcuore.org

*..il tuo 5 x 1000..
..per aiutarci ad aiutarti!*

**INSERISCI NELLA TUA DICHIARAZIONE
DEI REDDITI IL CODICE FISCALE:
90001180265**

***“Porto dentro di me un peso opprimente:
il peso delle ricchezze che non ho dato agli altri.”
(Robindranath Tagore)***



Info

per avere informazioni su attività associative, gite e passeggiate potete rivolgervi in palestra ai n. 0423 732314 - 320 264 1146 (vedi orario di apertura) o presso la sede:
31033 Castelfranco Veneto (TV) Via dei Carpani, 16/Z

Il modo più semplice e rapido per dare ed avere informazioni dall'Associazione è scrivendo al nostro indirizzo e-mail: info@clubamicidelcuore.org

Vi invitiamo a visitare il sito internet: www.clubamicidelcuore.org.

Per i fans di Facebook l'invito è di chiedere l'amicizia a: **club amici del cuore**
e visitare e mettere "mi piace" sulla nuova pagina facebook: **Associazione "Club Amici del Cuore"**
Organizzazione ODV