



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



TRIVENETOCUORE
 O.D.V.

aderente a



Conac cuore
 ODV

COORDINAMENTO NAZIONALE
 ASSOCIAZIONI DEL CUORE



QUESTIONI DI CUORE
NOTIZIARIO DEL MESE DI DICEMBRE 2023



SOMMARIO

	pagina
Notizie utili	3
Editoriale	4 - 9
Convegno 23 Novembre 2023	10 - 15
3 dicembre: Convegno e pranzo sociale	16 - 17
Il cuore nella letteratura mondiale	18
Rete organizzativa	19
Vita associativa	20 - 27
Controcopertina	28



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. Ricordiamo che il tesseramento è annuale, dal 1° gennaio al 31 dicembre.

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**.

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:

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

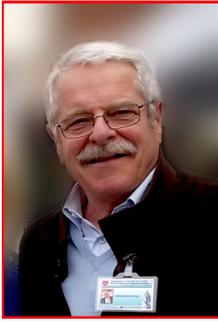
Per migliorare le comunicazioni fra la Sede ed i soci, invitiamo, chi avesse eliminato il telefono fisso ed attivato un cellulare o fosse in possesso di casella di posta elettronica (e-mail), di comunicare quanto sopra in Segreteria Soci al numero 0423 732314, oppure di mandare un messaggio Whatsapp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

CONTROLLI PERIODICI NELLA NOSTRA SEDE

Ricordiamo che i prossimi prelievi per i controlli del colesterolo e glicemia saranno effettuati:

Lunedì 5 febbraio dalle ore 8:00 alle 11:00 e dalle 15:00 alle 18:00





Carissime/i associate/i e lettori tutti

Editoriale

Le festività di fine anno si approssimano ed in ogni famiglia ci si accinge a festeggiare il Natale e le altre festività nel solco di una bella tradizione che si rinnova ogni anno e che riunisce le famiglie a volte lontane per ragioni di lavoro.

Con la fine dell'anno arriva anche il momento da un lato di fare un bilancio dell'anno che sta per finire e dall'altro di dare uno sguardo al nuovo che a breve si aprirà. Lo abbiamo fatto ogni anno, ma quest'anno lo facciamo in modo particolare.

La nostra associazione ha compiuto in giugno 40 anni di storia e lo scorso 3 dicembre abbiamo celebrato assieme a voi ed alle autorità presenti con una bella festa l'evento. Con l'occasione abbiamo presentato una sintesi di quanto fatto nei dieci anni trascorsi dalla festa per il trentennale e lanciato uno sguardo al futuro. Per chi non ha potuto partecipare di seguito l'intervento letto a nome del Consiglio Direttivo.

40 ANNI DI STORIA: UNO SGUARDO AGLI ULTIMI DIECI ED AL FUTURO

1. Festa per i 40 anni

- Un ringraziamento a coloro che ci hanno preceduto. Con il loro lavoro hanno impostato e fatto crescere l'associazione.
- Un ringraziamento ai soci che dal 2014 ad oggi hanno sostenuto l'associazione con il loro contributo tesserandosi e partecipando alle attività.
- Un ringraziamento ai volontari e consiglieri che dal 2014 hanno collaborato nel consolidare l'associazione rendendola oggetto di riconoscimento sia a livello sociale che istituzionale.
- Un ringraziamento al dott. Cernetti ed alla Cardiologia dell'Ospedale S. Giacomo. Ci hanno sempre seguito con attenzione ed impegno, rispettando pienamente la nostra autonomia e grazie anche per il suo intervento di oggi con il richiamo alla comune responsabilità e collaborazione se si vuole tener viva la speranza di un futuro migliore. Grazie alla dott.ssa Colangeli, che come responsabile della Riabilitazione direttamente e con le sue collaboratrici, ci è stata sempre vicina in un continuo dialogo e presenza. Grazie a tutti gli infermieri e medici della Cardiologia del S. Giacomo. Senza di loro non saremmo qui a raccontarci.

Un ringraziamento alla direzione generale ULSS 2 ed alla direzione di distretto per l'uso della sede e per la disponibilità a venire incontro alle nostre esigenze.

- Un ringraziamento alle amministrazioni comunali in particolare al sindaco Stefano Marcon ed alla vicesindaco Marica Galante ed al dott. Oscar Miotti, assessore ai Servizi Sociali, di cui abbiamo apprezzato l'odierno intervento ed la difesa della sanità pubblica. Abbiamo sempre ricevuto sostegno ed riconoscimento.

2. Evoluzione, dati dell'associazione e dimensioni del lavoro svolto

- E' stata una sfida. Da associazione sostanzialmente gestita a livello personale ed autoreferenziale ad associazione organizzata e gestita collegialmente da un consiglio direttivo in cui ognuno è referente di aree di attività.



Tutti condividono le comuni problematiche e le soluzioni con servizi gratuiti e non ai soci come corsi di ginnastica, yoga, training autogeno, colloqui cardiologici, psicologici e nutrizionali e programmi annuali di attività associative di tipo ludico: gite, soggiorni, passeggiate, visite organizzate ecc.

- Incremento delle competenze complessive richieste per la gestione. La legge sul terzo settore, la normativa sulla privacy, le normative Covid-19 e le complessità burocratiche e gestionali conseguenti, il cambio dello statuto sociale a seguito del Codice del Terzo settore (D. Lgs. 117/2017) e la trasformazione dell'associazione in ente giuridico hanno comportato un salto qualitativo e quantitativo in termini di responsabilità, professionalità e tempo da dedicare.
- Conferma ed incremento del ruolo e del riconoscimento sociale ed istituzionale con ricerca di allargare a tutto il territorio della castellana sia pure a rotazione le iniziative di prevenzione con conferenze, giornate del cuore, giornate mondiali del cuore. La scelta della Fondazione italiana per il cuore della nostra associazione quale partner per il Nord Italia per il convegno sull'amiloidosi cardiaca del 23 novembre scorso ne è l'ultima conferma.
- Collaborazione con ULSS 2 e sempre più stretta ed efficace con la Cardiologia prima del solo Ospedale S. Giacomo e poi anche dell'Ospedale Ca' Foncello, quando il dott. Cernetti ne è divenuto primario. Lo testimoniano le donazioni effettuate grazie alla generosità di donatori che nel corso degli anni hanno avuto fiducia in noi:
 - 2014 – 2022 per un importo di 283.311,00 € ed un valore medio annuo di 25.755,00 €
 - 2023: 280.090,00 € destinata agli Ospedali S. Giacomo di Castelfranco, Ca' Foncello di Treviso.
- Alcuni dati mostrano da un lato la progressiva riduzione sia dei tesserati – particolarmente accentuata causa pandemia - che della loro fedeltà all'associazione (ragioni di età, di coinvolgimento nella gestione per aiutare figli e nipoti, concorrenza delle televisioni private ed altre associazioni nell'organizzare corsi finalizzati al benessere) a fronte di un incremento di volontari coinvolti, delle attività e di servizi ai soci.
 - Tesserati: 2013 n. 825; 2019: n. 729; 2020 n. 532; 2021 n. 468; 2022 n. 491; 2023 n° 462.
 - Tesserati frequentanti i corsi di ginnastica, yoga e training autogeno: 2015 n. 144; 2019 n. 178; 2023 n. 95
 - N. volontari assicurati 2014 n. 14 2023 n. 38.
 - Giornate del Cuore nella castellana ca. il 50% precedute da conferenza: 2014-2023 n. 40 e Giornate Mondiali del Cuore n. 2. con presenza contemporanea in setti comuni dei nostri volontari. Entrambe le tipologie di manifestazioni con il coinvolgimento mediamente di 35/38 persone tra volontari, infermieri e medici.

- Giornate del Cuore e Giornate Mondiali del Cuore: persone monitorate con controllo peso, circonferenza, pressione, colesterolo, glicemia, ossigenazione 2014-2023 n. 5086.
- Prelievi in sede: 2019 – 2023 n. 727 con controllo di pressione, colesterolo, glicemia ed ossigenazione.
- Colloqui cardiologici 2015 – 2023 n. 229, con i dottori Valente, Lanzellotti, Marzot, Canel, Terlizzi ai quali va il nostro grazie, e nonostante due anni di interruzione causa Covid.
- Colloqui psicologici 2015 – 2023 n. 81 grazie alla dr.ssa Alice Bissacco e nonostante due anni di interruzione per il Covid.
- Colloqui nutrizionali 2018 – 2023 n. 42 grazie alle dr.sse Paola Zanco e Chiara Padoan e nonostante l'interruzione per Covid.
- Conferenze nelle scuole: 2014 – 2019 in istituti superiori con coinvolgimento di ca. 1800 studenti. Distribuzione di un apprezzatissimo calendario dedicato all'educazione alla cittadinanza ed al benessere. Coinvolti da 8 a 10 istituti con 50 copie istituto.
- 2014 – 2023 Soggiorni marini n. 3 e montani n. 6 con la partecipazione mediamente di una trentina di persone tra tesserati e familiari.
- 2014 – 2023 Annualmente almeno n. 3 gite sociali; n. 1 pranzo sociale degli auguri; n. 1 rappresentazione teatrale gratuita al Teatro Accademico. Partecipazione e collaborazione con le iniziative delle amministrazioni comunali del territorio, della Pro Loco, del Coordinamento del Volontariato della Castellana.
- 2014 – 2023 pubblicazione di un notiziario trimestrale con rubriche ed informazioni per mantenere e rafforzare il dialogo costante con gli associati. Partecipazione alle riunioni ed assemblee della Federazione Triveneto Cuore e di Conacuore, referente nazionale delle nostre associazioni.

3. Il quadro oggi

3.1 La sanità

- La nostra Cardiologia dell'Ospedale S. Giacomo pur tra mille difficoltà e problemi è riuscita ad oggi a mantenere alto lo standard di servizio, ne va dato atto al dott. Cernetti ed a tutto il suo team. Fino a quando?

3.2 Non siamo solo pazienti cardiologici.

- Non siamo solo pazienti cardiologici. Siamo persone spesso con patologie plurime, siamo genitori e nonni coinvolti nei bisogni dei nostri familiari. Il deterioramento generale della sanità pubblica è sotto gli occhi di tutti e prescinde dalla buona volontà della classe medica ed infermieristica. L'ultimo dato, riportato da Repubblica "Affari & Economia" del 13 novembre titola "**Una sanità a due velocità : per chi se lo può permettere la morte è più lontana**" tra i vari dati riporta dati ISTAT in base ai quali nel 2019 fra gli adulti i morti per malattia quelli con licenza elementare rappresentavano il 4,3% (un morto ogni 23 adulti)

mentre tra i laureati i decessi erano uno ogni 201 adulti, cioè lo 0,5%; il 60% delle visite specialistiche avviene in strutture private; il 7% degli italiani, ma l'11,6% dei meno abbienti rinuncia a visite di cui ha o ritiene di aver bisogno. La politica ha dimenticato e sta dimenticando che l'articolo 32 della nostra Costituzione Repubblicana recita: **“La Repubblica tutela la salute come fondamentale diritto dell'individuo e interesse della collettività, e garantisce cure gratuite agli indigenti.”**

La politica in questi dieci anni ha ulteriormente usato la sanità come bacino di consenso, come spazio da occupare a fini politici di consenso elettorale, con megaprogetti che hanno trasformato ancor più la sanità in uno dei bancomat della politica. Se obiettivi dichiarati erano una sanità con bilanci in pareggio e l'ambizione di essere capace di attirare pazienti da fuori, anche dall'estero creando un turismo legato alla salute grazie alle sue specializzazioni i risultati ad oggi non sono certamente pari alle attese. Si è impoverita l'offerta di servizi socio-sanitari pubblici supportando e promuovendo il privato e le cooperative (la scusa ufficiale è per avere costi certi, la motivazione reale è perché questo sistema porta alla intermediazione di interessi privatistici). La burocrazia asfissiante, anche perché obbligata dal perseguimento di obiettivi politici di creazione e consolidamento del consenso, ha demotivato classe medica ed infermieristica rendendo le loro professioni sempre meno attraenti. In questo quadro generale non felice l'Ospedale S. Giacomo è diventato fonte di preoccupazione, forse troppo tardi, per tutti: qual è il suo vero futuro? Medici ed infermieri si spostano a Cittadella, il CUP non prenota più per telefono ecc., le visite devono essere risollecitate e spesso senza riscontro, il turnover dei medici di ambulatori o di pronto soccorso rende più incerte diagnosi pronte ed efficaci. La risposta che si sta cercando è nell'utilizzo di applicazioni di analisi e controllo da remoto come se il fattore umano nella diagnosi, cioè la fiducia nel rapporto con il medico curante, fosse indifferente rispetto all'efficacia della cura. Se l'interesse a diagnosi e cure evolute nei casi “salvavita” con ospedali hub specializzati è interesse dei pazienti e dei professionisti coinvolti, ed il Veneto e Treviso sono ai primi posti in questa classifica, si è perso di vista il valore sociale di una sanità pubblica di qualità per tutti così come pensata dalla nostra Tina Anselmi, troppo spesso tradita dai suoi emuli e mentori. Non dobbiamo accontentarci di quello che abbiamo, se vogliamo evitare che il futuro possa essere peggiore del presente. Dobbiamo far sentire la nostra voce nei modi e tempi corretti, ma senza remora alcuna. Dalla classifica stilata dal Gimbe, primavera 2023, nel primo quartile ci sono: **Emilia Romagna** (punteggio complessivo 273,8), Toscana (261,1) Provincia autonoma di Trento (259,6) **Veneto** (258,8) **Marche** (245,7). Nel secondo quartile: Piemonte (242,4), Lombardia (232,6) a lungo preso come modello di efficienza per il ricorso alla sanità privata, Friuli Venezia Giulia (230,0), Umbria (229,8), Lazio (226,4).

Il Veneto resta nei primi posti, e in questo senso possiamo considerarci fortunati, ma sono il quadro generale e di esperienze vissute che non possono rendere felici. La spesa sanitaria italiana nel 2022 era al 6,8% del Pil contro una media OCSE del 7,1%. Sono 14 i paesi OCSE che investono in percentuale più dell'Italia. Si va dal 10,9% sul Pil della Germania al 7,1% dell'Islanda. La spesa sanitaria pubblica media italiana, pari nel 2022 a 3.255 \$ rimane sotto alla media OCSE di 644 \$, cioè il 19,8% (il gap con la Germania è di 3.675 \$, cioè la nostra spesa media è il 48% di quella tedesca). Ed il governo attuale nella finanziaria programma di tagliarla ulteriormente in valori assoluti.

3.3 L'associazionismo ed il volontariato

Il Terzo settore continua a crescere nel numero di enti e di dipendenti (arrivati rispettivamente a quota 363mila e 870mila), i volontari diminuiscono notevolmente e nel 2021 sono 900mila in meno rispetto ai 5,5 milioni registrati nel 2015 (Avvenire del 10 giugno 2023). Il mondo del volontariato e dell'associazionismo vive un momento di difficoltà profonda con la perdita di associazioni che chiudono: perché è diventato sempre più difficoltoso ed impegnativo gestire un'associazione che voglia avere relazioni con il mondo istituzionale; perché i volontari invecchiano e chi lo potrebbe fare ha sempre meno tempo perché assorbito dal lavoro e dal supporto ai familiari, ma anche perché c'è un riflusso culturale e sociale nel privato che non spinge alla solidarietà ed al prendersi cura. Sempre più l'attività di volontariato viene sostituita da enti del Terzo Settore prevalentemente cooperative che si sostituiscono da un lato al volontariato e dall'altro agli enti pubblici dai quali ricevono in appalto attività. La complessità e difficoltà del vivere quotidiano sta togliendo energia al mondo del volontariato, che avrebbe bisogno di supporto ed invece si trova a dover dedicare energie e competenze importanti alle procedure. La legge del Terzo Settore, se aveva lo scopo di mettere ordine ad un settore con regole obsolete, ha messo insieme realtà profondamente diverse – dalle fondazioni bancarie con decine di milioni di € alle associazioni con bilanci da qualche migliaio di Euro alle cooperative -. L'utilizzo che fa la politica di questa legge tende alla militarizzazione solo ai fini di controllo e di creazione di consenso.

3.4 Le prospettive future

In questo quadro a tinte poco chiare e con prospettive incerte si inseriscono la storia ed il futuro di questa nostra associazione. Fra poco sono dieci anni che abbiamo preso in mano l'associazione, siamo sostanzialmente sempre gli stessi. Gli innesti fatti nel tempo sia nel consiglio direttivo che nelle aree nevralgiche dei servizi ai soci non hanno cambiato la struttura del gruppo di fondo, nonostante i tentativi ripetuti e spesso pressanti di ricerca di nuove forze. Le nostre energie e la nostra disponibilità non sono infinite e si stanno progressivamente esaurendo. La ricerca di alternative ha dato finora esito incerto e limitato. Se non ci sono volontari disponibili a raccogliere il testimone, le strade da percorrere sono tutte difficili e vanno da: una riorganizzazione che preveda ruoli e compensi professionali con impatto sui costi di gestione e con necessità di contributi a livello provinciale o regionale; ad un accorpamento con altre associazioni consorelle; alla liquidazione dell'associazione e delle sue attività con la perdita di esperienze, energie e solidarietà che ci hanno accompagnato fino ad oggi. Rivolgo un appello a tutti presenti e non affinché questo patrimonio di esperienze e di servizio non vada disperso o annacquato.

Soci defunti. Un ricordo affettuoso ed un grazie per la strada percorsa assieme ai soci che ci hanno lasciato nel corso dell'anno ed un pensiero di solidarietà e vicinanza alle loro famiglie.

Nuovi soci. Un saluto particolare va agli 84 nuovi soci, che hanno aderito alla nostra Associazione nel corso del 2023, 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.

Prima degli auguri lasciatemi annunciare due importanti acquisti tra i nuovi volontari dell'associazione. Daniela Sabbadin, dopo essere stata una colonna della Cardiologia dell'Ospedale S. Giacomo con arrivo dell'attesa pensione ha deciso di dedicare anche lei un po' del suo tempo a noi tutti assieme alla sorella Anna. Un grazie ancora a Daniela e ad Anna.

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

BENVENUTE ANNA E DANIELA



Auguri di Buone Feste!



● **Convegno 23 Novembre 2023 -**

Grazie alla **Fondazione Italiana per il Cuore FIPC**, che lo ha organizzato ed ha scelto la nostra associazione quale partner per il Nord Italia del progetto "Creare valore e conoscenza sull'Amiloidosi cardiaca per il cittadino/ paziente" ed a Conacuore nostro riferimento nazionale e partner del progetto, lo scorso 23 novembre si è tenuto all'Hotel Fior il convegno sul tema summenzionato. Un convegno interessante ed istruttivo, a numero chiuso che ha coinvolto relatori esperti della malattia, medici di base e della Cardiologia e nostri associati.

Dopo una presentazione della nostra associazione il convegno ha visto gli interventi della dott.ssa Cristina Meneghin, Direttrice della Comunicazione Scientifica della FIPC, della dott.ssa Paola Martire, Responsabile Ambulatorio Amiloidosi Cardiaca alla Cardiologia dell'Ospedale Ca' Foncello e la presentazione di un video con testimonianze di pazienti affetti dalla malattia.

Ricordando che *i Centri di riferimento in Veneto*

- *Ospedale Cà Foncello Treviso - Dr.ssa Paola Martire*
- *Ospedale Borgo Roma AOVR Verona - Dr.ssa Anna Piccoli*
- *Ospedale AOU Padova – Dr. Alberto Cipriani*

FOTOCRONACA DELLA SERATA



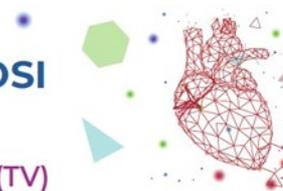


Per chi non ha potuto partecipare riteniamo utile riprodurre di seguito le informazioni di sintesi sulla malattia e sulla FIPC

Incontro informativo/educativo

CREARE VALORE e CONOSCENZA sull'AMILOIDOSI CARDIACA per il CITTADINO/PAZIENTE

23 Novembre 2023 - h. 16:00-18:00 - Hotel Fior - Castelfranco Veneto (TV)



AMILOIDOSI CARDIACA Domande & Risposte

Cosa è l'amiloidosi?

Le proteine sono elementi fondamentali del corpo umano, e concorrono a formare componenti cellulari ed extra cellulari nell'ambito degli organi e tessuti che lo formano: svolgono numerose funzioni, tra cui quella di trasportare altre molecole nel corpo attraverso il sangue.

L'amiloidosi è un gruppo di malattie considerate rare, ereditarie o acquisite, in cui le proteine, per cause diverse, si sviluppano in maniera anomala creando un materiale insolubile che si chiama AMILOIDE. Esso si presenta sotto forma di piccole fibrille che sono resistenti alla disgregazione. Ne consegue che la sostanza amiloide si deposita e si accumula nei numerosi organi e tessuti del corpo: cuore, reni, apparato gastrointestinale, fegato, cute, nervi periferici e occhi. Accumulandosi all'interno dell'organismo l'amiloide provoca un malfunzionamento di questi organi e dà origine alla malattia definita come AMILOIDOSI.

Il cuore, in particolare, è l'organo bersaglio in cui l'amiloide si deposita più frequentemente, dando luogo a una grave forma di scompenso chiamata **amiloidosi cardiaca**. La deposizione di questa sostanza nel tessuto muscolare del cuore comporta una serie di problemi: incrementa lo spessore delle pareti dei ventricoli, che diventano più rigide, ne riduce l'efficienza contrattile e ne altera il rilasciamento. L'infiltrazione può coinvolgere anche le valvole cardiache e il sistema di conduzione dello stimolo elettrico, modificandone il corretto funzionamento.

Ci sono diverse forme di amiloidosi?

Esisto due diverse forme. Una forma è chiamata amiloidosi da catene leggere (AL) che è la forma più comune di amiloidosi sistemica, ed è una forma NON ereditaria. Colpisce spesso il cuore, ma possono essere coinvolti anche altri tessuti e organi (reni, fegato, sistema nervoso periferico). La malattia colpisce generalmente gli adulti di sesso maschile (l'età media alla diagnosi è di 61 anni), e i segni clinici sono legati alla disfunzione dell'organo maggiormente colpito.

L'altra forma conosciuta è l'amiloidosi da transtiretina (ATTR) in cui la proteina coinvolta è la transtiretina (TTR): essa è una proteina prodotta principalmente dal fegato, che normalmente trasporta la vitamina A (retinolo) e gli ormoni tiroidei nel corpo. La transtiretina può assumere una forma anomala e creare degli aggregati che formano la sostanza amiloide. In questa forma i depositi possono interessare principalmente il cuore, il sistema nervoso periferico o entrambi i distretti. Esistono due diverse forme di amiloidosi da transtiretina (ATTR):

una forma ereditaria, dovuta ad una mutazione genetica di questa proteina che la rende instabile e quindi facilmente forma sostanza amiloide;

una forma non ereditaria chiamata *Wild Type*, detta anche forma acquisita o senile, perché la proteina geneticamente è normale ma, probabilmente per delle modificazioni legate all'età, diventa instabile come la forma mutata, e quindi si deposita come sostanza amiloide principalmente all'interno delle pareti del cuore.

Quali sono segni e sintomi che possono far sospettare una amiloidosi?

I sintomi dell'amiloidosi sono associati al funzionamento anomalo degli organi coinvolti e sono sintomi aspecifici. Di solito i pazienti manifestano alcuni dei seguenti sintomi: perdita di peso immotivata, stanchezza, dispnea (fatica a respirare), urine schiumose, gonfiore delle caviglie e delle gambe, storia di tunnel carpale (prevalentemente nella forma ATTR *Wild Type*) nonché intorpidimento e formicolio a mani e piedi. Queste manifestazioni indicano un danno a carico degli organi interessati provocato dalla proteina amiloide insolubile. Nel caso dell'amiloidosi cardiaca la conseguenza del deposito della sostanza amiloide causa una cardiomiopatia che è la patologia che riduce la capacità del cuore di pompare il sangue nel corpo in maniera adeguata causando i segni dello scompenso cardiaco che, però, va ricordato, può avere anche diverse altre cause.

Tutti questi sintomi sono aspecifici e possono confondersi con quelli di altre patologie, e dovrebbero indurre il paziente a rivolgersi al proprio medico di fiducia per parlarne. È importante che il dialogo con il medico possa far sorgere nel professionista il sospetto clinico che induca a richiedere una serie di esami di laboratorio ed esami strumentali specifici come l'elettrocardiogramma e l'ecocardiogramma che possono ulteriormente aiutare nella possibile diagnosi. Nel caso dell'amiloidosi da transtiretina (ATTR), per esempio, un esame diagnostico importantissimo è la scintigrafia cardiaca con traccianti ossei.

Nel caso invece di amiloidosi da catene leggere (AL), la diagnosi definitiva si ottiene solo con la biopsia di un tessuto che può essere del cuore, oppure una biopsia meno invasiva di un tessuto extra cardiaco come le ghiandole salivari o il grasso periombelicale.

Se non viene curata, la malattia può diventare letale. Per questo motivo, **una diagnosi precoce e accurata è essenziale per favorire esiti positivi.**

Esistono dei fattori di rischio?

Nel caso della amiloidosi sistemica AL si è osservata una maggiore incidenza con **l'avanzare dell'età e nel sesso maschile** e un altro importante fattore di rischio è **avere dei tumori del sangue** quindi avere delle leucemie, dei linfomi. Il mieloma multiplo rappresenta ad esempio la patologia del sangue che più frequentemente si associa ad amiloidosi AL.

Per la forma di amiloidosi da transtiretina ereditaria il principale fattore di rischio è la **familiarità** quindi avere un familiare affetto da amiloidosi. Ciò significa che si rende necessario eseguire lo screening genetico dei parenti ed essere comunque sottoposti a dei controlli cardiologici periodici al fine di riuscire a identificare la malattia, nel caso si presentasse, il più precocemente possibile. Per la forma di amiloidosi da transtiretina *Wild Type*, quindi quella senza mutazione genetica, i fattori di rischio più importanti identificati sono il **sesso maschile e l'età** dato che più del 70-80% dei casi diagnosticati ha più di 65 anni di età ed è di sesso maschile.

Che opzioni terapeutiche sono oggi disponibili?

In tutte le diverse forme di amiloidosi l'approccio terapeutico mira a migliorare la qualità di vita del paziente, trattando le complicanze della malattia. I trattamenti possono comportare l'utilizzo di chemioterapici o di farmaci mirati sia a sciogliere i depositi di amiloide sia a interromperne la produzione, talvolta si possono rendere necessari anche trapianti d'organo. I pazienti tendono, in particolare, a trattenere i liquidi, per cui spesso vengono trattati con farmaci diuretici e generalmente viene raccomandato loro di assumere poca acqua e poco sale. Inoltre, nel caso specifico dell'amiloidosi cardiaca è raccomandata la stretta supervisione di uno specialista cardiologo per ottimizzare la terapia dello scompenso cardiaco, così come le aritmie o i ritardi di conduzione eventualmente presenti.

I centri di riferimento

È fondamentale riferire il paziente a un centro di riferimento specifico per questa malattia dato che si tratta di una malattia rara e complessa che deve essere seguita e trattata in centri specializzati per malattie rare cardiache. In questi centri il paziente viene preso in carico a 360° da gruppi multidisciplinari esperti e strutturati, formati oltre che dal cardiologo anche dall'ematologo, dal neurologo, dal gastroenterologo e da altri specialisti che gestiscono i vari aspetti della malattia. In modo che il paziente possa essere indirizzato alle terapie più adeguate che, appunto, non è solo la terapia dell'amiloidosi ma anche quella delle complicanze delle comorbidity che subentrano.

È importante rivolgersi al proprio medico curante che saprà indirizzare il paziente al centro di riferimento più vicino.





Fondazione italiana per il cuore
Associazione senza scopo di lucro
Riconoscimento giuridico n. 14/12/649

La Fondazione Italiana per il Cuore (FIPC)

è un ente senza scopo di lucro che nasce nel 1990 (per volere dell'illustre scienziato Rodolfo Paoletti) con la visione di promuovere la cultura della **prevenzione** come valore per la Salute sia individuale che pubblica.

FIPC opera per creare **valore tangibile** per cittadini/pazienti, comunità scientifica e Istituzioni sostenendo i loro bisogni informativi, educativi e formativi su fattori di rischio, prevenzione e cura delle malattie cardio-cerebrovascolari e metaboliche e patologie collegate come aterosclerosi, diabete, obesità, BPCO, e danni collegati a stili di vita non salutari.

La sua autorevolezza si esprime anche a livello internazionale dato che la Fondazione rappresenta l'Italia nella **World Heart Federation** di Ginevra ed è membro attivo dello **European Heart Network** con sede a Bruxelles. Insieme alla World Heart Federation la Fondazione partecipa alle attività del NCD Alliance (NonCommunicable Disease), un network di organizzazioni civili presenti in oltre 170 Nazioni. In Italia collabora attivamente alle iniziative dell'Alleanza italiana per le Malattie Cardio-Cerebrovascolari del Ministero della Salute con un progetto sull'importanza dell'aderenza terapeutica.

Il ruolo della Fondazione è fungere da facilitatore e fare da tramite tra gli attori del mondo salute: cittadini, pazienti, operatori sanitari e Istituzioni a tutti i livelli, come si evince dagli obiettivi chesi propone che sono:

sviluppare consapevolezza da parte del cittadino nella difesa della propria salute aumentando l'attenzione nei confronti delle malattie cardiovascolari e delle malattie collegate e della necessità di adottare stili di vita salutari che evitino i danni causati da una scorretta alimentazione, dal fumo, dalla sedentarietà, dall'inquinamento e della mancanza di aderenza terapeutica;

facilitare un'interazione fruttuosa tra il mondo medico-scientifico ed l'opinione pubblica, al fine di far giungere rapidamente ai cittadini le informazioni rilevanti che provengono dalla ricerca scientifica e clinica, sviluppando su queste tematiche non solo la giusta attenzione e sensibilizzazione ma anche l'opportuna conoscenza;

includere partner autorevoli e competenti come Istituzioni pubbliche e privati (aziende farmaceutiche e non solo), nazionali ed internazionali, per facilitare lo scambio di informazioni e conoscenze instaurando sinergiche collaborazioni;

diffondere conoscenza tramite studi e ricerche per contribuire allo sviluppo delle conoscenze in campo cardiovascolare in tutti gli ambiti, dalla ricerca scientifica e la sua applicazione clinica, alla ricerca sociologica finalizzata alla divulgazione e educazione sociale;

Per info: www.fondazionecuore.it

Seguici

 <https://www.facebook.com/fondazioneperilcuore>

 <https://www.instagram.com/fondazioneitalianaperilcuore/>

Contatti

Fondazione Italiana per
il Cuore Viale Piave n.

35 - 20129 Milano

Tel: 366-9616406 - E-mail: info@fondazionecuore.it

● 3 dicembre: Convegno e pranzo sociale

Il tradizionale appuntamento del pranzo sociale, che si è svolto **domenica 3 dicembre** presso l'Hotel Fior in un bel clima di partecipazione e amicizia, considerata l'importante ricorrenza del quarantennale dell'associazione, è stato quest'anno anticipato da un convegno cui hanno portato il proprio contributo l'assessore ai servizi sociali del comune di Castelfranco Veneto dott. Oscar Miotti ed il primario delle cardiologie di Treviso e Castelfranco Veneto, dott. Carlo Cernetti, come già sottolineato dal nostro presidente nel suo editoriale. E' stata anche l'occasione per festeggiare i soci che hanno compiuto i 20 anni di sodalizio e gli associati Umberto Baghin e signora Lidia che possono vantare la loro fedeltà al club addirittura fin dall'inizio (1983). Le foto che pubblichiamo raccontano, meglio di ogni parola, l'atmosfera attenta, serena e gioiosa respirata nei due momenti della giornata. Un grazie anche alla signora Alessandra, direttrice dell'hotel ed al personale tutto per l'ottimo servizio.





continua



40 Anniversary

1983
2023





● IL CUORE NELLA LETTERATURA MONDIALE

(a cura di Vincenzo Pelloia)

Le **frasi sul cuore** testimoniano come questa parte del corpo sia stata spesso citata da artisti, letterati, pensatori, cantanti e semplici persone comuni, come sinonimo di passione e sentimento, ma anche come sede dei moti dell'animo e centro dell'amore.

Ecco perché abbiamo ripreso questa rubrica, sollecitati da molti nostri affezionati lettori, era stata sospesa per lasciare posto a notizie più importanti per i soci.

Con la raccolta e l'esposizione di *frasi sul cuore* si vorrebbe stimolare riflessioni sui valori, sulla volontà, sui propositi, sulle intenzioni e sentimenti di ognuno di noi "AMICI DEL CUORE".

FRASI ED AFORISMI SUL CUORE

-**"Se hai la passione per la sacra felicità, getta via la tua arroganza e diventa un ricercatore di cuori". (Rumi)**

-**"Un giorno un uomo ricco consegnò un cesto di spazzatura ad un uomo povero. L'uomo povero gli sorrise e se ne andò col cesto, poi lo svuotò, lo lavò e lo riempì di fiori bellissimi. Ritornò dall'uomo ricco e glielo diede. L'uomo ricco si stupì e gli disse: "perché mi hai donato fiori bellissimi se io ti ho dato spazzatura?". E l'uomo povero disse: "Ogni persona dà ciò che ha nel cuore". (Anonimo)**

- **"Abbiamo il cuore a sinistra e non al centro del petto per un semplice motivo: quando abbracciamo chi amiamo, il battito del loro cuore riempie il nostro lato vuoto". (Anonimo)**

FRASI CELEBRI SUL CUORE

-**"Tutti dicono che il cervello sia l'organo più complesso del corpo umano, da medico potrei anche acconsentire. Ma come donna vi assicuro che non vi è niente di più complesso del cuore, ancora oggi non si conoscono i suoi meccanismi. Nei ragionamenti del cervello c'è logica, nei ragionamenti del cuore ci sono le emozioni. (Rita Levi di Montalcini)**

- **"Il volto è lo specchio della mente, e gli occhi senza parlare confessano i segreti del cuore". (San Girolamo)**

- **"Vi era un bel sole: tutto era chiaro e trasparente, solo nel cuore degli uomini era buio" (Mario Rigoni Stern)**



Questa rubrica è aperta a tutti i soci/e che vorranno condividere l'emozione provata leggendo una frase o poesia sul cuore, facendola leggere anche ad altri soci.

Certi con ciò di far cosa gradita ai nostri lettori, rimaniamo in attesa delle vostre segnalazioni di frasi, proverbi, modi di dire, frasi celebri e brevi racconti che abbiano per soggetto o protagonista il "CUORE" che pubblicheremo molto volentieri su questo periodico.

Le segnalazioni dovranno pervenire alla Segreteria dell'Associazione o inviate per e-mail:

info@clubamicidelcuore.org.



RETE ORGANIZZATIVA

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	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



VITA ASSOCIATIVA

(a cura di Daniele Fiorin)

Cari associati,

fa piacere condividere con tutti voi i momenti felici vissuti negli appuntamenti portati a termine negli ultimi mesi. La gita a **Crespi d'Adda e Bergamo del 24 settembre** ha visto una cinquantina di associati gustare una giornata particolarmente bella sia dal punto di vista meteorologico sia per l'interesse dei due siti visitati: Crespi d'Adda, "villaggio operaio di fine ottocento e città ideale del lavoro" e la città di Bergamo, la cui parte alta rappresenta un autentico gioiello di architettura, arte e storia. Peccato il poco tempo a disposizione per una visita più completa ed attenta. Grazie e complimenti alla agenzia "Danieli" per l'organizzazione dell'uscita.



Giornata mondiale del cuore. Il 29 settembre, come già riportato, abbiamo aderito a questa iniziativa con un dispiegamento di forze del tutto eccezionale per la nostra associazione. Sette sono stati i paesi della Castellana cui abbiamo offerto la nostra presenza con operatori sanitari ed un cospicuo numero di volontari che ringraziamo sentitamente per l'opera prestata. La giornata si è chiusa con il convegno a Castelfranco Veneto con la presenza dei relatori dott. Carlo Cernetti – primario cardiologie di Treviso e Castelfranco Veneto e dott. Patrizio Sarto – direttore dell'UOC medicina dello sport dell'Ulss2, sul tema: "Vita ed attività fisico-sportiva nei pazienti affetti da cardiopatie: ad ognuno il suo programma personalizzato di movimento". Da sottolineare il "grido d'allarme" espresso dai due medici e rivolto alle nuove generazioni per uno stile di vita non corretto per ciò che attiene soprattutto ad una alimentazione troppo ricca di grassi. Ognuno di noi è chiamato a farsi portatore del messaggio.



22 ottobre – Rappresentazione teatrale. Anche questa iniziativa ha avuto un pieno successo. Notiamo con piacere l'adesione entusiasta di molti di voi soci per questo annuale appuntamento con il teatro. La nostra fortuna è di avere un "Accademico" così bello ed accogliente e di trovare sempre brave compagnie teatrali. Quest'anno abbiamo ospitato con vivo piacere la compagnia "La contrada" di Miane che ha portato in scena la commedia "Solo la verità in maschera". E' questa una commedia brillante e che ha divertito il pubblico su un tema molto attuale: l'utilizzo (a volte diabolico) del cellulare, ma che ha offerto anche spunti di riflessione, sempre molto attuali, su temi quali, ad esempio, il rapporto genitori-figli e l'omosessualità. Rinnoviamo la gratitudine ed i complimenti alla compagnia ed un grazie particolare al responsabile del gruppo nonché regista **Vittorio Casagrande**, per aver aderito fin da subito e con entusiasmo alla nostra chiamata.



Giornata del cuore a Riese Pio X – 29 ottobre

Impossibilitati ad inserirla nella “Giornata mondiale del cuore” (29 settembre) per il grande evento che la nostra cittadina di Riese Pio X stava organizzando riportando nel suo paese le spoglie di Papa San Pio X, con l’Amministrazione comunale l’abbiamo inserita nella giornata dedicata al “piccolo festival della salute” e svoltasi il 29 ottobre nel Centro culturale “Casa di Riese”. Buonissima la partecipazione dei cittadini riesini e ottima la collaborazione con le associazioni locali.



● Iniziative per il primo trimestre 2024

Cari associati,

con piacere vi invitiamo a segnarvi le due iniziative che stiamo programmando per i primi mesi del 2024.

Per il 17 febbraio 2024 vorremmo proporvi il tradizionale pranzo di pesce presso il ristorante “Al Gambero” di Cortellazzo – Jesolo. E’ un sabato e la partenza in pullman è per le ore 10,30 dal parcheggio “ex foro Boario” di Castelfranco Veneto.

A seguire poi, oltre alla passeggiata lungo mare, la visita alla cantina “Le Rive” di Negrisia per il tradizionale brindisi di fine gita. Stiamo cercando di mantenere la spesa complessiva procapite entro euro 65,00. La segreteria (tel. 0423-732483) rimane a disposizione per ogni ulteriore chiarimento.



Per la domenica delle Palme 2024 (24 marzo) stiamo programmando di partecipare alla Santa Messa delle ore 10 presso il **Santuario della Madonna del Carmine** in San Felice del Benaco (sponda bresciana del Lago di Garda). Siamo a pochi chilometri dalle più famose località di Salò e Gardone Riviera e di fronte all’isola del Garda. L’agenzia viaggi Danieli si sta interessando per offrirci una proposta complessiva (viaggio, pranzo e successiva possibile visita ad un sito di particolare interesse) e relativo costo. Rimaniamo a disposizione (tel. 0423-732483).



● 55 anni di matrimonio di Anna Rosa ed Aldo Zanon

Con vivo piacere ospitiamo nel nostro notiziario l'importante traguardo raggiunto dai nostri soci **Anna Rosa Girardi ed Aldo Zanon: 55 anni di matrimonio!**

Era il 22 settembre 1968 e nella chiesetta di Conco nell'Altopiano di Asiago si promettevano eterno amore i nostri simpatici ed ancor giovanili amici.

Attornati dai figli: Giampaolo, Luca ed Alberto, dai nipoti: Elena, Valentina, Miriam e Gabriele, nonché da parenti ed amici, Aldo ed Anna Rosa hanno festeggiato il 22 settembre scorso questa significativa ricorrenza.

Ad Aldo e Anna Rosa, nel complimentarci per questo bellissimo traguardo raggiunto, soprattutto per la gioia e la simpatia che ancora trasmettono, formuliamo i migliori auguri per ancora una lunga e serena vita coniugale.



Ricordiamo gli amici che ci hanno lasciato

Nell'ultimo trimestre abbiamo reso l'ultimo saluto ad un numero purtroppo significativo di nostri associati: Elsa Bollin, Lino Argentin, Giovanni Favrin, Ivano Tonin, Amalia Andretta, Dario Michele e Marcello Rosa.

A tutti loro va la nostra gratitudine ed affetto per la vicinanza, la partecipazione ed il contributo che negli anni hanno offerto alla nostra associazione.

Alle famiglie rinnoviamo le espressioni del nostro profondo cordoglio.



● LE RICETTE DEGLI AMICI DEL CUORE

Cari amici del cuore,

dalla consorella dell'alto vicentino ci arriva questo piatto gustoso, nonostante ridotto nella quantità di proteine e grassi animali. E si risparmia anche nei costi!

Il nostro cuore ed il nostro portafoglio ringraziano.

Buon appetito!

Spezzatino di soia ai peperoni



Preparato da solo o mescolato a quello classico permette di risparmiare denaro e di ridurre la quantità di proteine e grassi animali... senza rinunciare al gusto!

**Tipologia: Secondo Piatto
a base di proteine vegetali**
Metodo di Cottura:
Stufatura, Lessatura/Bollitura
Stagionalità: tutto l'anno

Informazioni nutrizionali (per porzione)

Calorie: 216
Proteine: 26,2 g
Grassi: 4,2 g
Carboidrati: 18,9 g
Colesterolo: 0 mg

Ingredienti per 2 persone

- Bocconcini di soia secchi (50 g)
- Peperoni gialli/verdi/rossi (200 g)
- Cipolla (100 g)
- Olio di oliva (1 cucchiaino)
- Curry (se gradito)
- Vino bianco (q.b.)



1 Cuocere in abbondante acqua o brodo vegetale i bocconcini di soia. Farli bollire per circa 10 minuti.

2 Lasciar riposare e scolare eliminando l'acqua in eccesso.

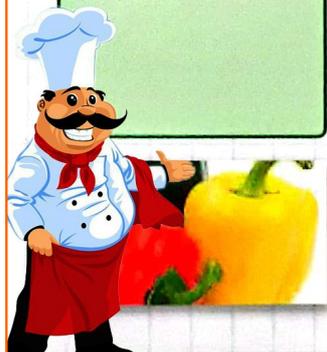
3 A parte stufare con un po' di brodo vegetale la cipolla tritata con i peperoni tagliati a listarelle e lasciar cuocere.

4 Aggiungere alla salsa i bocconcini di soia reidratati, sfumare il vino, lasciare cuocere il tutto per 15-20 minuti e aggiungere un cucchiaino di olio extra vergine d'oliva prima

di servire.

Varianti:

Lo stesso procedimento può essere utilizzato per preparare lo spezzatino con funghi, peperoni, melanzane, zucchine, curry, ecc.



Associazione ODV
CLUB AMICI del CUORE
CASTELFRANCO VENETO

SOSPENSIONE CORSI

I corsi di ginnastica riabilitativa e Yoga saranno sospesi, per le vacanze natalizie,
da venerdì 22 dicembre 2023
a domenica 7 gennaio 2024.
Riprenderanno
lunedì 8 gennaio 2024

Buone Feste a tutti



..il tuo 5 x 1000..
..per aiutarci ad aiutarti!
**INSERISCI NELLA TUA DICHIARAZIONE
DEI REDDITI IL CODICE FISCALE:
90001180265**



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