

Il giornalino



Numero **1/2013**

dell' **ASSOCIAZIONE MATERANA DEGLI AMICI DEL CUORE**
ONLUS - ADERENTE AL CO.NA.CUORE (d.g.r. 1760 del 03/08/1999)

INFORMAZIONE PREVENZIONE ATTIVITA' SOCIALE CONVEGNISTICA

Poste italiane - Spedizione in A.P. - Art.2 comma 20/C Legge 662/96 - Aut. DCO/DCMT/295/2002 del 03/06/02
Registrato al Tribunale di Matera al n. 195 del 09-05-2002 - Stampato presso la Tipografia Paternoster s.n.c. Grafiche

Direttore Responsabile: **Stefano Mele**, nato a Ginosa (TA) il 16-02-1936 -

IBAN: IT 63 P 05256 16101 00000018460 Numero di c/c postale **10348753 Amici del cuore Matera**
Via Saragat 18/E tel/fax 0835314390 tel 0835312331 fax 0835314714

www.amicidelcuore.info e-mail: amicidelcuorematera@alice.it

Cod. Fiscale per 5xmille **93019560775**

Iniziamo con piacere questo editoriale annunciandovi la nomina del rag. Paolo Loiodice a nuovo presidente dell'associazione: ci è sembrato che fare un passo indietro dopo tanti anni e premiare la costanza e la serietà del vice-presidente sin dai tempi della fondazione fosse giusto, apportatore di nuova linfa e assolutamente naturale per l'impegno ormai ventennale che Paolo ha riservato all'associazione e per la sua grande professionalità.

Nella prossima assemblea dell'associazione, fissata per il 30 Aprile prossimo presso la sede dell'associazione sarà ufficializzata tale decisione e creato un gruppo di consiglieri desiderosi di operare con lui nelle numerose attività dei prossimi mesi.

Il Centro di Cardiologia sociale, grazie al preziosissimo, instancabile ed amato **dottor Giuseppe Centonze** sta crescendo, erogando numerose prestazioni di diagnostica cardiologica: ad extracomunitari, a persone disabili, ma anche a cardiopatici semplicemente in difficoltà economica. A Giuseppe vogliamo pubblicamente riconoscere capacità professionali di grandissimo valore, una tenacia fuori del comune, una grande voglia di donarsi agli ultimi della terra e un disinteresse verso il denaro che lo avvicina in maniera irreversibile ai grandi Medici del passato.

Accanto a Giuseppe piano, piano come sanno fare solo i grandi marciatori, e lui ha fatto la storia della marcia materana, si è affiancato il **dottor Carmine Sinno**, specialista in Medicina dello sport ed attualmente primario del Pronto Soccorso del nosocomio materano.

Con lui abbiamo organizzato a Gennaio scorso un convegno sulle cardiopatie negli sportivi, sulla prevenzione dell'arresto cardiaco e sulla defibrillazione durante le attività agonistiche.

Il dottor Sinno sta organizzando un servizio di riabilitazione cardiologica, utilizzando il camminare ed il correre, opportunamente prescritti e programmati. Leggete a questo riguardo l'articolo dedicato.

Abbiamo ripreso il lavoro di screening nelle Scuole medie superiori: in circa tre mesi abbiamo contattato un migliaio di adolescenti, prelevando una goccia di sangue dal dito per verificarne la Glicemia e la Colesterolemia e misurando la pressione arteriosa ed altri parametri biologici.

Quando necessario gli studenti che presentavano risultati dubbi sono stati avviati ad uno studio più approfondito presso il nostro Centro di Cardiologia sociale.

Una grossa donazione ci è arrivata da Monopoli, da una incredibile, splendida coppia, **i signori Campanelli, che molti anni fa decisero di adottare Elena una neonata affetta da gravissima disabilità psico-fisica.**

segue in seconda



Dall'inizio di quest'anno Paolo Loiodice ha assunto la carica di Presidente pro-tempore dell'associazione, prendendo il testimone da Luigi Bradascio.



Il dottor **Giuseppe Centonze**, Direttore sanitario del Centro di cardiologia sociale degli Amici del cuore in via Saragat 18.

Per appuntamento chiamare **0835314390** oppure il **3395817490**

Il nove di Febbraio scorso Elena ha compiuto 18 anni ed i suoi genitori adottivi le hanno voluto regalare una grande festa, invitando tutti i riabilitatori ed i medici che nel corso degli anni si sono occupati di lei, chiedendo di non fare inutili regali ma di devolvere una somma agli Amici del cuore di Matera.

Una parte di questa donazione è già stata utilizzata per l'acquisto di due computer e dei relativi programmi per la riabilitazione dei bambini dislessici, ospitati presso il **Centro delle volontarie Vincenziane, ottimamente diretto dalla pediatra dottoressa Anna Grazia Danzi** ed in cui vengono da tempo accolti persone in difficoltà o che si trovino in una situazione di grave emarginazione. Un bambino dislessico, se opportunamente aiutato, può guarire completamente dalla sua grave malattia. Non aiutarlo perché mancano le risorse per comprare la tecnologia, in un mondo di ipad, ipod e cellulari ipertecnologici è un'offesa che grida vendetta davanti a Dio.

Un'altra importante fetta di quella donazione sarà utilizzata tra Giugno e Settembre per organizzare a Monopoli, una città semplicemente bellissima, un convegno di musicoterapia, quale sussidio nella riabilitazione di giovani Autistici e Disabili gravi, sulla falsariga del convegno, da noi organizzato l'anno scorso presso l'Istituto di Sant'Anna. Come ogni anno ci riuniremo per l'**Assemblea annuale** dell'associazione e per l'approvazione del bilancio. Quest'anno viene fissata la prima convocazione il 29 Aprile 2013 alle ore 23,59 e la seconda convocazione il **30 Aprile 2013 alle ore 18,30 presso la sede dell'Associazione in via Saragat 18**. All'interno troverete l'ordine del giorno ed il bilancio del 2012.

Nelle pagine centrali inoltre pubblichiamo le foto della gita del 9/10 Marzo scorso a Gallipoli e Lecce. Stiamo organizzando dal 19 al 27 Giugno prossimi un tour in Trentino Alto Adige ed Austria: se siete interessati chiamate Franco Acito al 3388445987.

L'esercizio fisico: un amico del cuore

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità le malattie cardiovascolari rappresentano la prima causa di morbidità e mortalità nel mondo. In Italia la cardiopatia ischemica con il 28% rappresenta una delle principali cause di morte e sono molti i cittadini che intraprendono una causa d'invalidità dopo l'infarto del miocardio con conseguente diminuzione dell'impegno fisico.

Sempre secondo l'O.M.S. l'inattività fisica è responsabile del 22% dei casi di cardiopatia ischemica, si deduce che una ulteriore diminuzione non può che aggravare tale problematica.

Le evidenze attuali sembrano dimostrare che la pratica regolare dell'esercizio fisico può ridurre il rischio di malattia coronarica del 15-39% grazie ai suoi effetti benefici sull'aterosclerosi e sulla pressione arteriosa. L'allenamento continuativo determina una riduzione dei valori pressori e una diminuzione del colesterolo totale. Molti studi su pazienti stabilizzati, dopo un evento acuto, hanno dimostrato che programmi



di training fisico riducano la mortalità globale e la mortalità cardiaca nei pazienti con cardiopatia ischemica. Negli ultimi tempi, sempre più frequentemente, cardiopatici, ischemici desiderano poter svolgere attività sportive impegnative ma non trovando strutture adeguate si cimentano senza una sorveglianza medica, tecnica e, cosa ancor più grave, senza una adeguata preparazione fisica. In "the aerobics program for total well-being" di K. Cooper e in "Running without fear" sempre dello stesso autore si scopre che in USA esistono numerosi

centri che forniscono programmi adeguati per la ripresa della conoscenza del proprio corpo modificando gli stili di vita.

Nella nostra realtà i pazienti con cardiopatia ischemica non hanno centri di riferimento per intraprendere e svolgere un regolare allenamento alla ricerca di una forma fisica perduta a causa della sedentarietà.

Gli amici del cuore di Matera intendono colmare questa lacuna fornendo a tutti gli iscritti le indicazioni più corrette per intraprendere una corretta pratica ginnica fugando ogni timore sui pericoli derivanti dalla pratica dell'esercizio fisico e assicurandoli sulla validità della attività sportiva non agonistica.

Gli amici del cuore di Matera si avvarranno della collaborazione del dr. Carmine Sinno, specialista in medicina dello sport, che ogni primo mercoledì di ogni mese dalle 18.30 alle 20.00, sarà a disposizione di tutti gli associati per fornire i consigli più appropriati per affrontare in sicurezza la pratica dell'esercizio fisico.

ASSEMBLEA ORDINARIA

Ai signori soci - Loro sedi

Oggetto: convocazione Assemblea Ordinaria

Ti invito a partecipare **all'Assemblea Ordinaria** indetta in prima convocazione per il giorno Lunedì 29 Aprile 2013 alle ore 23,59 presso la Sede dell'Associazione in via Saragat 18/E a Matera ed in seconda convocazione presso la stessa sede il **giorno Martedì 30 Aprile 2013 alle ore 18,30**, per deliberare sul seguente

ORDINE DEL GIORNO

- 1- Relazione del Presidente sull'attività svolta nell'anno 2012
- 2- Approvazione del bilancio consuntivo del 2012
- 3- Notifica delle dimissioni del dr. Luigi Bradascio ed assunzione della carica da parte del rag. Paolo Loiodice
- 4- Creazione di un gruppo di incaricati per ogni specifica attività dell'associazione

Data la rilevanza fondamentale degli argomenti, ti prego vivamente di non mancare

IL PRESIDENTE

Dr. Luigi Bradascio

DELEGA

Il sottoscritto.....impossibilitato a prendere parte all'Assemblea Ordinaria, indetta per il giorno.....dall'Associazione materana degli Amici del cuore, delega il signor..... a rappresentarlo per tutte le decisioni da assumere, ritenendo sin da ora per rate e ferme le scelte da lui operate.
Matera.....

(Firma del delegante)

Rinnovate, per favore, l'iscrizione all'Associazione, solo 25 euro per continuare a ricevere il Giornalino, per partecipare alle nostre vantaggiosissime gite e per sentirvi un po' protagonisti di tutte le iniziative che vi abbiamo raccontato. Inutile dirvi che gli associati in regola con l'iscrizione hanno diritto ad un particolare riguardo se decidono di utilizzare il centro di cardiologia.

Andate direttamente in sede o utilizzate il bollettino postale o ancora disporre un bonifico bancario. I riferimenti sono in prima pagina nell'intestazione del Giornalino.

LEGITEDEGLIANI

Gallipoli e Lecce 9



Stiamo organizzando dal 19 al 27 Giugno prossimi un tour in Trentino Al

MICIDELCUORE

9 e 10 marzo 2013



to Adige ed Austria: se interessati chiamare Franco Acito al 3388445987



ASSOCIAZIONE MATERANA
AMICI DEL CUORE
ONLUS

Via Saragat n- 18/E – 75100 MATERA

BILANCIO CONSUNTIVO AL 31/12/2012

Pag.	DESCRIZIONE	ATTIVO	PASSIVO
	<i>Bilancio di apertura : Disponibilità al 31/12/11</i>		
1	C/c BPM 388,23 C/c BPBari 987,74 C/c Postale 619,66 Cassa Contante 84,70 Storno Ratei 49.000,00	51.080,33	
2	Servizio A.D.I. Assistenza Domiciliare indiretta		1.123,00
2	Assicurazioni		911,95
2	Servizio corriere per Bambini Albanesi		173,00
2	Bollette : Luce,acqua,Gas e Telefono – 1 rimborso	14,28	2.641,83
2/3	Campagna Noci 2011 e 2012	4.279,00	3.026,80
3	50°/° Spese e Contributi con Associazione VO.CE	430,00	4.518,59
3/4	Competenze da e verso Banche		361,99
4	Competenze da e verso Poste	30,00	73,90
5	Cinque x Mille anno finanziario 2010 per redditi 2009	21.906,63	
5	Contributi Diversi	22.986,00	
5	Convegni e Screening		1.135,96
6	Giornalini –stampa e fornitura		5.844,34
6	Imposte e Tasse		271,06
6	Iscrizioni e Abbonamenti		210,00
6	Missioni Modena		810,10
9/10	Postali -Spese		1.129,35
10	Quote Associative	5.350,00	
10	SOCIALI – Ambulatorio di Cardiologia		56.435,97
10	SOCIALI Diverse		20.194,85
	SUB TOTALI	106.076,24	98.862,69
1	Contabilità c/ Terzi Associazione da Parte dell' Handicap - a pareggio	7.350,00	7.350,00
11	SUB TOTALI	113.426,24	106.212,69
	<i>Bilancio di chiusura a pareggio</i>		
	-Saldo c/c Bancario Euro 6.110,34		
	-Saldo c/c Postale " 698,96		
	-Cassa contante " 404,25		7.213,55
	TOTALI GENERALI -come da registro	113.426,24	113.426,24

Matera 11 gennaio 2013

IL TESORIERE
Nicola Cristallo

LA POSTA: Lettere dei pazienti a “Cuore e salute”

Tratto da “Cuore e Salute” - Dicembre-2012

Il rapporto tra medico e paziente si è andato sempre più modificando nel corso degli anni. Uno degli aspetti più delicati di tale rapporto riguarda la comunicazione che è spesso avvertita dai pazienti come insufficiente. L'entità di tale disagio è documentata anche dalle numerose missive sull'argomento che giungono alla nostra redazione.

Ritenendo il problema degno della massima attenzione pubblichiamo di seguito due di tali lettere che esprimono il punto di vista dei malati e dei loro familiari. Le lettere sono volutamente lasciate prive di risposta nella speranza di suscitare il più ampio dibattito possibile tra i nostri lettori.

Il Cardiopatico esterrefatto

Sono un cardiopatico con valvola aortica meccanica. In questo ultimo periodo ho avuto affanno crescente e di recente, dopo una nottataccia, decido di farmi fare un ecocardiogramma. Concluso l'esame scrutavo con ansia la faccia del medico per ricavarne un abbozzo di prognosi. Alla mia esplicita richiesta di notizie mi sono soltanto visto presentare un foglio con l'intimazione: lo porti al suo medico curante.

Leggendolo ho tentato di capirne almeno il senso, ma ho rinunciato di fronte ai termini:

- ° protesi valvolare con gradiente di circa 13mmHg
- ° ventricolo sinistro con buona cinesi ed evidenti deficit segmentari (FE 53%)
- ° lieve rigurgito tricuspide
- ° normale PSAP
- ° lieve distensione della VCI

Ma i medici sono diventati dei robot e non sanno più parlare con i pazienti?

Grato per l'attenzione, porgo i migliori saluti.

(Pompeo A., Roma)

I medici sanno ancora comunicare?

Ogni medico dovrebbe essere anche un buon comunicatore. Più facile a dirsi che a farsi. Non sempre infatti ci si trova di fronte a un medico che sa davvero comunicare la gravità di una malattia, il suo possibile evolversi, le implicazioni presenti e future secondo la letteratura clinica. E' un discorso che vale per il paziente, a cui forse a volte è normale nascondere gli aspetti più spiacevoli di quanto sta subendo, ma anche per i parenti che dovrebbero essere informati in modo capillare.



Certo, l'impressione è che la professione del medico in questi anni sia molto cambiata. Il blocco del turn-over, la carenza di personale, il ricorso a ricoveri non sempre giustificati hanno forse svilito l'aspetto umano. Probabilmente anche la carenza di sbocchi professionali in altri settori del vivere sociale ha fatto sì che una parte dei giovani che accede a Medicina, lo fa perché nella professione medica vede un lavoro tutto sommato ben retribuito e che alla lunga dà una certa stabilità.

Insomma, il rischio, per alcuni, è che sia venuta meno la motivazione.

E poi forse non sempre nei corsi di laurea vengono proposti agli studenti seminari in psicologia per meglio affrontare le situazioni di tensione che non di rado vengono a crearsi negli ambulatori o nei reparti ospedalieri. Più in generale, il rischio è tralasciare il fattore umano, quello che una volta caratterizzava il cosiddetto 'medico condotto'. E' vero, è un ritornello che ritorna, che tanti medici si saranno sentiti ripetere, ma non è mai inutile soffermarsi sul fatto emotivo-comunicativo. Nessuno chiede ai medici di sapere leggere il linguaggio meta corporeo di un paziente o dei suoi parenti, o di avventurarsi in analisi freudiane, ma comunque di mettersi un po' più nei loro panni. E' un approccio che porta frutti a breve come a lungo termine.

Le riflessioni di chi scrive nascono anche da un'esperienza diretta. Una madre con un tumore alle vie biliari vecchio di quattro anni ferma per cinque giorni su una barella di uno dei maggiori ospedali romani, poi il trasferimento in reparto, dove e rimasta per quattro giorni, per sentirsi dire che stava per morire solo un paio di ore prima del decesso. Una vicenda riportata anche dai giornali nazionali, ma sulla quale la direzione sanitaria ha preferito glissare nonostante un paio di lettere di chi scrive. E' utile capire che la non comunicazione è comunque comunicazione e che spesso genera effetti inaspettati.

(Alessandro G., Roma)

Una festa speciale per i 18 anni di Elena

Scritto da Maria Luisa Saponara

Mercoledì 20 febbraio 2013

MONOPOLI - Per i 18 anni ci vuole una festa. Anche Elena, che sabato 9 febbraio ha raggiunto questo importante traguardo, se la meritava. La sua è stata una festa particolare, una di quelle in cui la gioia del momento è condivisa dalla dolcezza di un gesto di profonda solidarietà. Per questa occasione mamma Ada e papà Piero hanno organizzato un qualcosa di unico. Più di 200 gli invitati alla sala Copa Cabana e anche sarebbero stati di più se solo quel giorno non ci fosse stata neve in alcune zone. Infatti alla festa di Elena Campanelli Ippolito, una ragazza presa in affido da quando aveva 9 mesi e adottata dalla coppia dopo due anni, c'erano tutte quelle persone che le hanno voluto bene in questi anni, che l'hanno seguita, aiutata, amata. E per lei sono venuti dalla Puglia e non solo. Elena quando aveva solo 3 mesi è stata colpita da un'encefalite erpetica che le

ha trasformato la vita e l'ha portata a rapportarsi con un mondo fatto anche di medici, infermieri e terapisti. Negli ultimi tempi è stata seguita dall'Associazione "Amici del cuore" e "Dalla parte dell'handicap" di Matera, una realtà nata grazie all'esperienza e all'umanità del dottor Luigi Bradascio.

L'associazione, senza fini di lucro, con sede a Matera persegue finalità di solidarietà sociale e in 25 anni di attività ha erogato migliaia di terapie odontoiatriche in anestesia locale e generale. Ed è proprio questa associazione che gli invitati, facendo un regalo ad Elena, hanno aiutato. Nell'invito preparato, con l'immagine sorridente della ragazza e un fiocchetto verde a chiuderlo, era indicato un suggerimento di dono. Un'offerta a questa associazione. Tutti così hanno dato il proprio contributo e a fine serata, nella scatola posta in sala, sono stati raccolti 6mila e 200 euro. A questa somma devono aggiungersi le altre offerte accreditate direttamente sul conto corrente dell'associazione lucana. Particolarmente dolce il biglietto di auguri scritto dalle terapisti di Ostuni che hanno seguito la ragazza finora, che hanno parlato della sua forza, del suo entusiasmo, dei suoi toccanti sorrisi.

Ai 18 anni di Elena i genitori hanno voluto far ritrovare tutte le persone che hanno avuto a che fare con quella che loro chiamano ancora "bambina", c'erano infatti anche i compagni delle elementari della Melvin Jones, gli insegnanti di sostegno, le maestre e la sua numerosissima famiglia. "Quel giorno – ricordano mamma e papà – Elena è stata sempre sorridente". Percepiva che tutto quell'amore era per lei, per la sua festa, tra palloncini colorati e una bella torta piena e profumata di fiori freschi.



Due genitori veramente speciali che hanno capito che si può dare senso alla propria vita occupandosi degli invisibili, di quelli che nessuno vorrebbe per sé. A questi splendidi ragazzi l'abbraccio di tutta l'associazione e della collettività materana.



E' stata pubblicata nella Gazzetta Ufficiale n. 158 del 9 luglio la *legge 96 del 6 luglio 2012*, che contiene novità sulle aliquote relative alle detrazioni sulle donazioni alle Onlus. All'articolo 15 comma 3 del testo si stabilisce l'innalzamento della quota detraibile relativa alla donazioni in denaro alle onlus, che passerebbe dall'attuale 19% al 24% per le erogazioni effettuate nel 2013 e al 26% a partire dall'anno 2014. Non muta il tetto massimo dell'importo detraibile, che resta fermo a 2.065 euro.