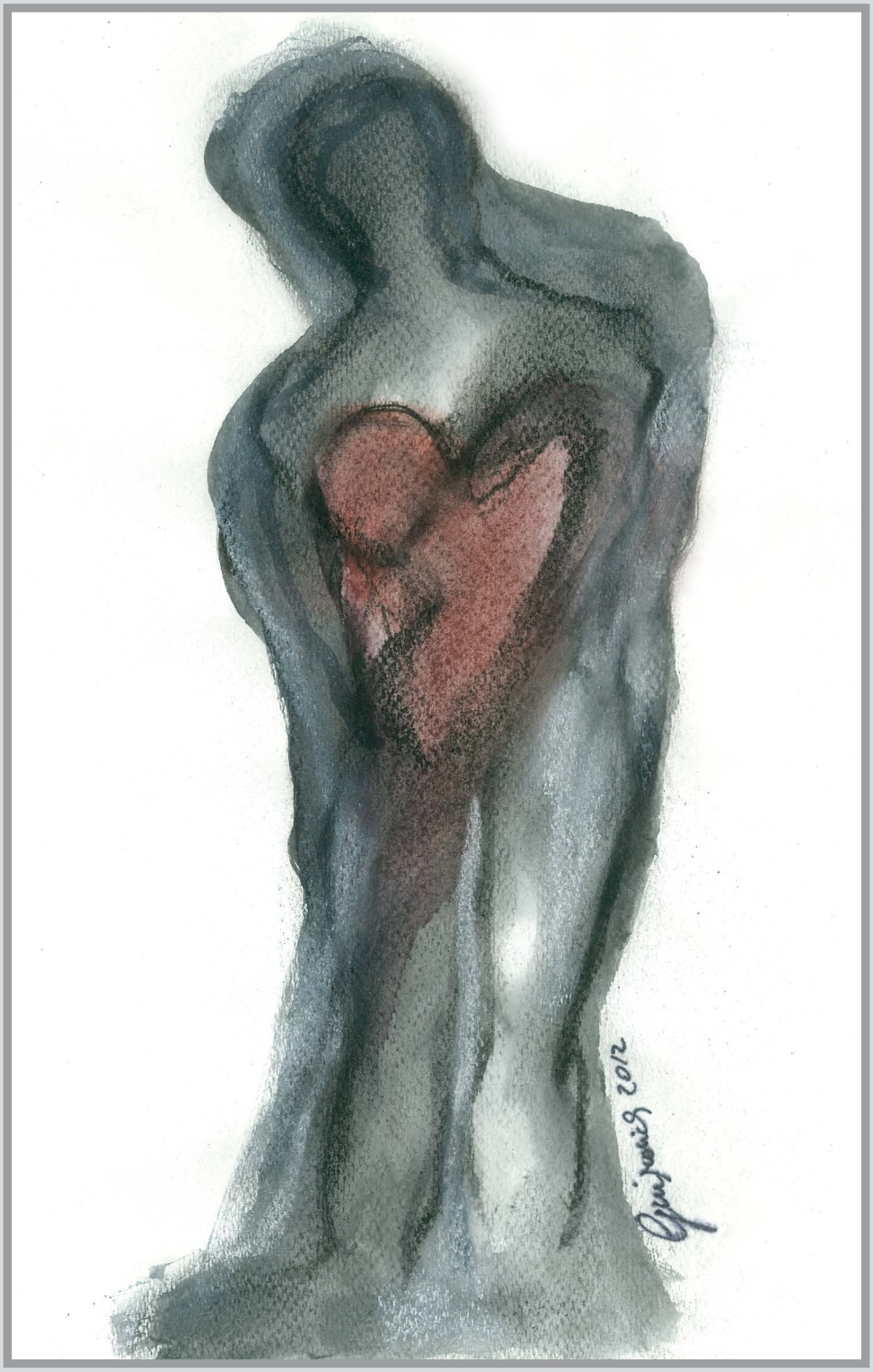
Cuore Amico
informa



2013

IL SALUTO DEL PRESIDENTE

Cari Soci,
senza tema di essere smentito l'anno che si è concluso è stato un anno difficile per gran parte degli Italiani. Gli impegni cui siamo stati chiamati hanno penalizzato un po' tutti ed anche la nostra Associazione ne ha risentito. Noi esistiamo grazie al contributo di voi Soci che, con il vostro canone sociale e le elargizioni, ci consentite di realizzare le nostre attività; non meno importante è il 5 x mille, ringrazio tutti coloro che, ogni anno sempre più numerosi, lo destinano alla nostra Associazione, a piè pagina trovate il nostro Codice Fiscale da riportare nella vostra dichiarazione dei redditi. La nuova sede di via Roma finalmente ci permette di operare in condizioni più agevoli, gli spazi sono più ampi per cui il lavoro amministrativo non intralcia quello infermieristico e la privacy viene rispettata, perciò possiamo permetterci anche qualche piccola iniziativa in più a favore dei nostri Soci. Alcuni di voi hanno commentato che siamo un po' decentrati rispetto alla locazione precedente, ne prendiamo atto, però non si può avere tutto! Siamo comunque in una delle vie centrali della nostra cittadina e pochi passi in più (oltretutto giovano al nostro cuore) vi permetteranno di aggiornarvi, leggendo nella nostra bacheca, le iniziative che mensilmente proponiamo. Quest'anno abbiamo partecipato, come già in passato, alla campagna "Le Noci del Cuore", promossa dalla Federazione Nazionale CONACUORE ed eravamo presenti in piazza Marconi e nella nostra Sede di via Roma. La partecipazione è stata decisa dal Consiglio Direttivo per tre motivi: far conoscere l'ubicazione della nuova Sede, raccogliere fondi da devolvere alla ricerca, pubblicizzare i poteri benefici della frutta secca, in questo caso le noci. Quest'anno, vi ricordo, ci saranno le elezioni per il rinnovo del Consiglio Direttivo, vi aspetto numerosi all'Assemblea Sociale cui sarete convocati, come previsto dallo Statuto, tramite lettera. Chi volesse candidarsi ed offrire il suo aiuto sarà il benvenuto, abbiamo sempre bisogno di volontari per realizzare i nostri programmi. Leggendo questo giornale che riporta in breve tutte le nostre iniziative, vi renderete conto che di lavoro da fare ce n'è sempre e…tanto! Ogni pagina che sfoglierete porta con sé un importante carico di impegno organizzativo da parte di tutti noi. A questo proposito, come sempre, un affettuoso grazie a tutti i miei collaboratori, che con la loro determinazione e dedizione mi sono accanto nella gestione dell'Associazione. Con sincera riconoscenza segnalo due figli di nostri Soci, Cesare Ellero, che ha rimesso a nuovo il nostro sito internet ed Andrea Freddi che ha creato per noi un database che ci permette di sveltire di molto la gestione dei nostri soci. Come potete constatare anche i giovani ci danno una mano! Quest'anno offriamo un nuovo servizio che, pur non riguardando la prevenzione cardiovascolare, rientra tuttavia nella salvaguardia della nostra salute. Il Prof. Salvatore Siracusano medico chirurgo specializzato in Urologia si è messo a disposizione dei nostri Soci, a pag. 19 troverete un suo profilo e tutte le informazioni necessarie, nella nostra bacheca ulteriori indicazioni per prenotare una sua consulenza. Ringrazio le signore Gabriella Giurovich e Maria Cernigoi Maggio, per il loro contributo artistico, il nostro personale infermieristico ed il Maestro Piero Paghi, il Ten. Col. Giuseppe Conte Comandante della Base Logistico Addestrativa di Lazzaretto che ci permette ogni anno di dare una continuità ai nostri corsi di ginnastica con l'uso della loro piscina ed il Presidente della Società della Vela Dott. Ladi Cociani per averci concesso, anche quest'anno di svolgere la nostra attività ginnica.
A voi tutti auguro un sereno 2013.

Il Presidente
Giorgio Mauro

IL 5 PER MILLE

I modelli per la Dichiarazione dei redditi hanno uno spazio riservato al 5 x mille.

1. Firma nel riquadro dedicato alle Organizzazioni Non Lucrative (Onlus)
2. Inserisci il codice fiscale di CUORE AMICO - ONLUS:

90040310329

GABRIELLA GIUROVICH

Nata a Trieste dove vive dal 2000, ha frequentato alcuni corsi di nudo presso artisti locali, dedicandosi anche all'incisione nel laboratorio tenuto dal maestro Franco Vecchiet con cui è stata, quale artista, componente di Giuria a Trieste nel 2009 nell'ambito di concorsi promossi dal Provveditorato Generale per le OO.PP. per la realizzazione di opere d'arte nel Triveneto. In veste di pittrice ha esposto in numerose collettive: nel Friuli Venezia Giulia, Veneto, Emilia Romagna, Piemonte, Sicilia, Sardegna, Isola d'Elba ed in Slovenia, conseguendo attestati e premi. Il 26 aprile 2008 presso la GAM di Torino ha conseguito il 2° premio per la pittura nell'ambito di un Concorso Internazionale con l'opera "Vortice" ed il 15 maggio 2010 è stata premiata nella stessa Sede con il 1° premio per l'opera "Resurrezione". Ha tenuto recentemente due personali a Torino (giugno 2008 e ottobre 2010), una a Muggia in provincia di Trieste, presso la galleria d'Arte Comunale (settembre 2008) e due a Trieste presso la Galleria "Rettori Tribbio" (settembre 2009 e marzo 2011). Ha partecipato nel 2011 alla 1ª Biennale diffusa del F.V.G. a Trieste. L'opera "Vortice" è stata scelta da Andrea Parentin nel 2011 per la copertina del suo libro "Rock progressivo italiano: An introduction to Italian Progressive Rock" edito da Amazon.com.
Massimo Centini di Torino ha definito le sue opere *"pittura che implica un approccio intellettuale profondo, che si deve misurare con il risultato di una poetica complessa, ma non per questo inaccessibile: il tracciato pittorico, infatti, lascia aperta la porta su tutta una serie di opportunità dialettiche in cui ognuno di noi può dare corpo al proprio immaginario, ai simboli, anche agli incubi*".
Gabriella Giurovich è presente sul Dizionario degli Artisti di Trieste, ultima edizione 2009, edito da Hammerle.

MARIA CERNIGOI MAGGIO

Nata a Muggia ove risiede è una figura nota a tutti per aver lavorato molti anni nella nostra sede postale. Nel 1986 comincia ad avvicinarsi alla poesia e frequenta gli ambienti letterari di Trieste organizzando serate di poesia e recitazione. Partecipa alla giuria del concorso "Il Golfo di Trieste" organizzato dal "Salotto dei poeti" Associazione della quale è membro come consigliere. Ha ricevuto numerosi premi, tra cui citiamo i più significativi: nell'anno 1986 *Azzurro a tavola* e *Vita Nuova* di Trieste, questi due premi sono stati l'incoraggiamento a proseguire sulla strada della scrittura. Nell'anno 2000 ha conseguito il primo premio al concorso "Club Incontri" ed il secondo al concorso "Pirandello", nel 2004 con il libro *Noi cercatori d'oro* ha ricevuto la "Menzione d'onore" al Concorso "Etnie Poesie" di Trieste e a Massa Carrara il trofeo "I luoghi della memoria". Nel 2008 a Trieste il trofeo "Nicola Fredella", nel 2009 il primo premio assoluto al concorso "XI Vela-Premio Nettuno". Altre pubblicazioni: *El precorso poetico e pittorico per el 2002 e oltre, Soto el leon de Muia.* Ha scritto anche due brevi atti teatrali: *Amor nostran in…Castrum Muglae* e *La pianta de* Muia.

RELAZIONE FINALE DEL PROGETTO M.A R.E.

Il "Progetto M.A R.E.", nato dalla collaborazione tra il Comune di Muggia, il Centro Cardiovascolare di Trieste e l'Associazione Cuore Amico Muggia-ONLUS si è concluso il giorno 27 gennaio 2012 presso la Sala "Millo", dove si è tenuta una conferenza in relazione all'attività del Progetto durato sei mesi.
Il Presidente dell'Associazione Giorgio Mauro, ha introdotto l'incontro presentando gli ideatori ed i responsabili.

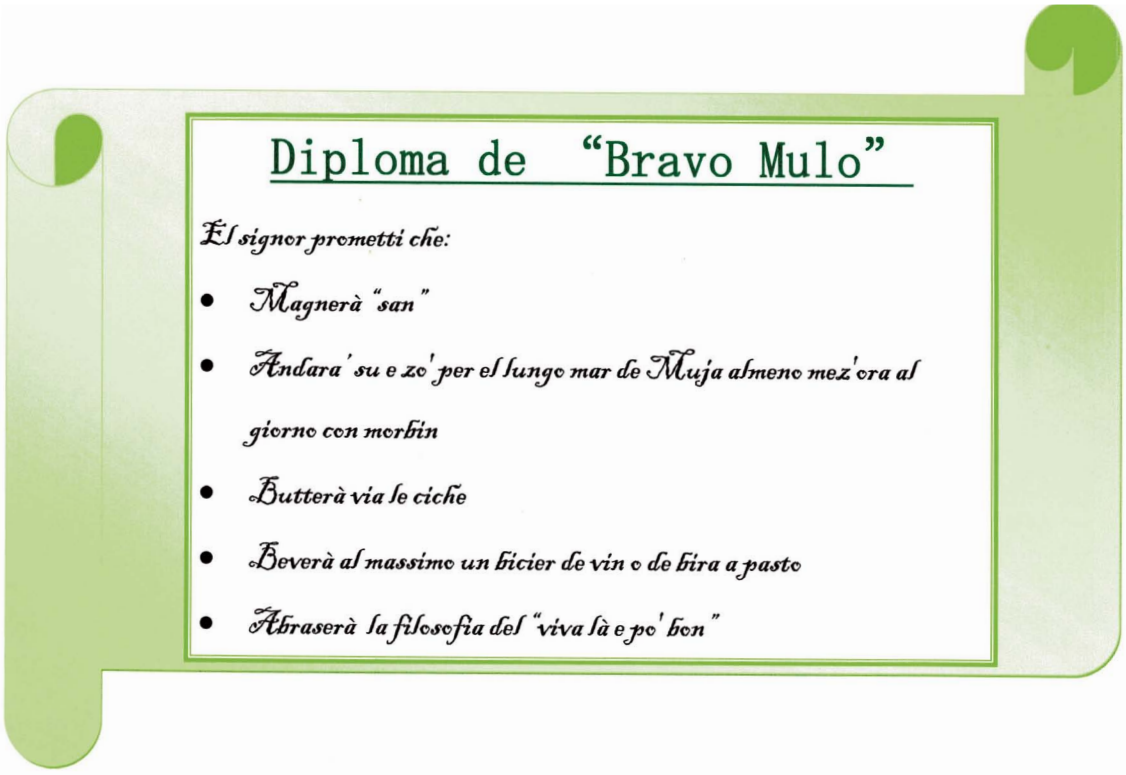
Il Direttore del Centro Cardiovascolare Dr. Andrea di Lenarda ed il Dr. Giorgio Faganello hanno illustrato le varie fasi, i numeri e gli obiettivi raggiunti a conclusione del Progetto. Presenti gli altri medici ed infermieri che hanno realizzato questo progetto: Giulia Russo, Cristina Montesi, Agostino Falzone, Riccardo Candido, la capoinfermiera Donatella Radini e le colleghe Michela Casson e Marina Ficiur, il nostro infermiere Claudio Crevatin che ha curato l'attività ginnica, la nostra infermiera Mila

Davanzo e la volontaria dell'Associazione Marina Sandrin, che si sono interessate del *reclutamento* dei soggetti, o meglio, le nostre *cavie,* come li ha definiti il Presidente Giorgio Mauro. Sono intervenuti inoltre: il Vicesindaco di Muggia Laura Marzi, l'Assessore Giorgio Kosic, l'Assessore del Comune di S. Dorligo Antonio Ghersinich, il Consigliere Comunale e Presidente della terza Commissione Sociosanitaria Dr.ssa Francesca Riosa, ed il Presidente del Circolo Sweet Heart Dr. Dario Gobbo.

Il Dr. Giorgio Faganello, esposti i risultati con l'ausilio di diapositive, ha concluso che il "Progetto M.A R.E." è stato un successo i cui esiti sono apparsi evidenti nonostante la breve durata dei lavori, sottolineando che "*ogni partecipante ha scommesso ed investito su se stesso*".

La capoinfermiera Donatella Radini ha consegnato a ciascuno dei 19 uomini e 15 donne che hanno aderito al programma, una cartella contenente i dati rilevati nel corso dei sei mesi del programma.

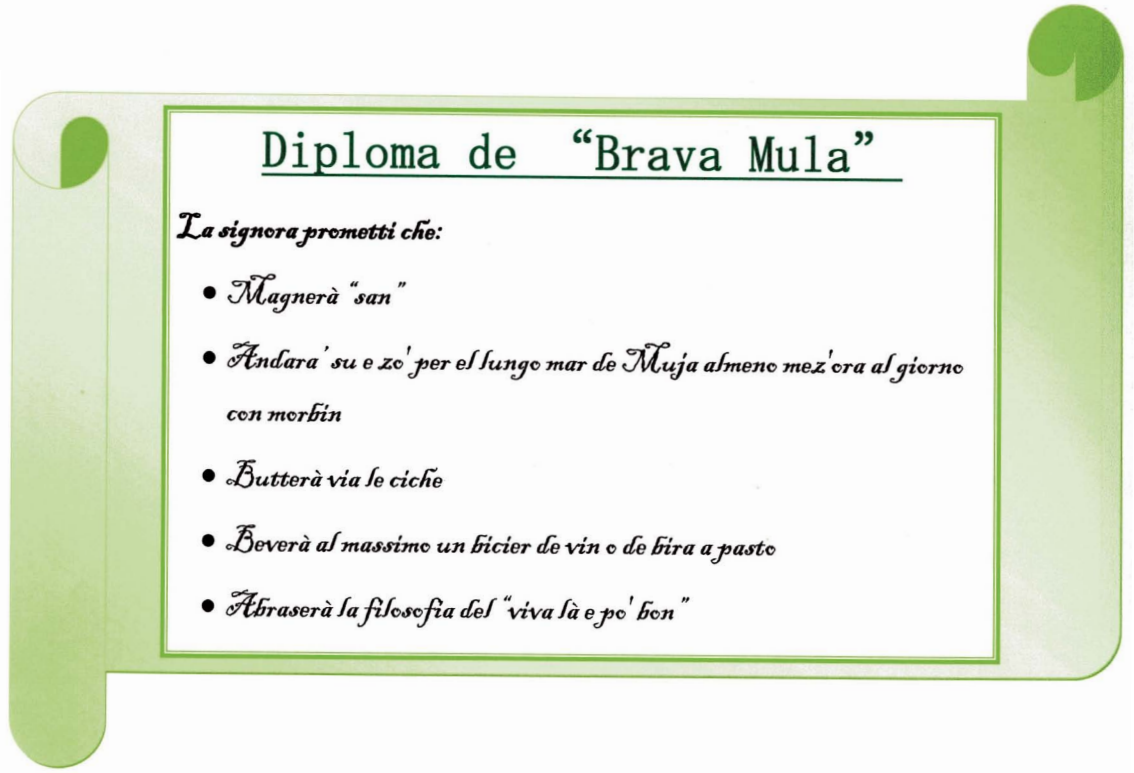
Ogni partecipante ha inoltre ricevuto un diploma di “Bravo Mulo” e “Brava Mula” (termine che nel nostro dialetto significa “Bravo Ragazzo” e “Brava Ragazza”) che contiene alcuni consigli essenziali e spiritosi per proseguire la strada intrapresa e raggiungere il fine prefissato dai promotori del Progetto. Li sottoponiamo alla vostra attenzione perché riteniamo che seguire questi consigli farebbe un gran bene a tutti!



Diploma de “Bravo Mulo”

El signor prometti che:

- Magnerà “san”
- Andara’ su e zo’ per el lungo mar de Muja almeno mez’ora al giorno con morbin
- Butterà via le ciche
- Beverà al massimo un bicier de vin o de bira a pasto
- Abraserà la filosofia del “viva là e po’ ben”



Diploma de “Brava Mula”

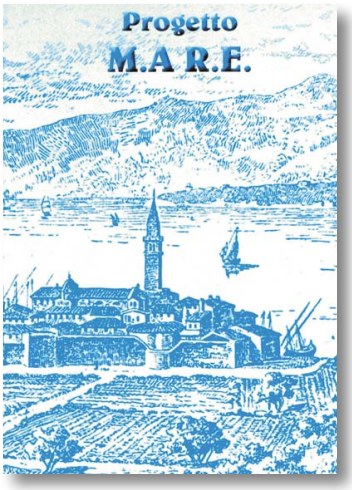
La signora prometti che:

- Magnerà “san”
- Andara’ su e zo’ per el lungo mar de Muja almeno mez’ora al giorno con morbin
- Butterà via le ciche
- Beverà al massimo un bicier de vin o de bira a pasto
- Abraserà la filosofia del “viva là e po’ ben”

Nella nostra pubblicazione annuale *“Cuoreamicoinforma2012”* abbiamo dato ampio spazio alla cronaca della realizzazione del Progetto M.A R.E. di cui, a cura della nostra Associazione e con la collaborazione del Comune di Muggia, è stato in seguito stampato un quantitativo di opuscoli

illustrativi dal titolo "*Progetto M.A R.E.*" distribuiti nelle sedi delle Cardiologie degli Ospedali di Cattinara e del Maggiore, nelle sedi dell'A.S.S. di Muggia e Valmaura e, a disposizione degli interessati nella Sede della nostra Associazione.
Riportiamo qui di seguito le:

CONCLUSIONI



Con grande soddisfazione di tutti, partecipanti ed organizzatori, l'adesione al progetto è stata elevata ed è stato profuso un grande impegno nel cercare di raggiungere gli obiettivi prestabiliti. Abbiamo dimostrato come la modifica dello stile di vita porti ad un netto miglioramento nei valori pressori e di colesterolo. Inoltre il peso della popolazione arruolata nello studio, non solo ha segnato un calo medio di 5 Kg ma tale riduzione si è associata ad una sensazione di benessere generalizzato. E' da notare come questi miglioramenti siano stati raggiunti con la modifica della dieta e con il potenziamento dell'attività fisica senza l'ausilio di nuovi presidi farmacologici od il potenziamento dei farmaci già assunti da parte dei partecipanti.
Siamo sicuri che il progetto M.A R.E. abbia indicato una nuova strada ed un nuovo modo di vita. Con la conclusione del Progetto M.A R.E. Mare inizia la vera sfida ed ognuno di noi è stato messo nelle condizioni di poter esportare il Progetto M.A R.E. "a domicilio", nelle proprie case.
Buon lavoro.
I medici: *Riccardo Candido, Elisa Del Forno, Andrea Di Lenarda, Giorgio Faganello, Agostino Falzone, Cristina Montesi, Giulia Russo, Gianfranco Stupar.*
Gli infermieri: *Michela Casson, Gabriella Corte, Claudio Crevatin, Mila Davanzo, Marina Ficiur, Tiberio Pontoni, Donatella Radini.*

LE NOSTRE CAMINADE

CORSA CAMPESTRE

Una menzione d'onore per i nostri atleti che hanno sfidato il freddo!!!

Da sinistra a destra:
Maria Pia Schipizza, Nora Radin, Pasquale Schiavone, Otelia Pobega, Annamaria Parovel, Roberto Verzier ed il nostro infermiere Claudio Crevatin

Sabato 21 gennaio 2012 a Basovizza, presso il Campo Sportivo della Società Sportiva Zarja, si è svolto il Campionato Provinciale di Corsa Campestre. Grazie all'interessamento del Presidente Provinciale Giuseppe Donno,

sono stati ammessi alla partecipazione anche i nostri iscritti ai corsi di ginnastica di prevenzione e di mantenimento.
Il fine era di testare la possibilità di sostenere una corsa di un km., senza ordine di classifica e senza tempo di arrivo, ma con la valutazione della pressione arteriosa e la frequenza del polso rilevata dal nostro infermiere Claudio Crevatin, che ha anche accompagnato i nostri atleti durante il percorso. Si è potuto così valutare che i partecipanti, poco numerosi, ma per questo ancor più meritevoli della nostra ammirazione, oltreché essere ben preparati atleticamente hanno saputo amministrare le loro condizioni fisiche in modo ottimale.

CAMMINA PER IL TUO CUORE

Sabato 25 febbraio si è svolta la camminata Barcola – Miramare, in una splendida giornata di sole con un clima quasi primaverile; assolutamente *regalata*, dopo settimane di bora e gelo come non se ne vedevano da lungo tempo. Lo scopo della manifestazione, giunta al quarto anno, è cercare di educare le persone all'abitudine di una passeggiata quotidiana; bastano 30 minuti per migliorare la nostra circolazione, prevenire il diabete, ridurre del 20% circa le malattie cardiache e del 10% l'ictus. Una bella passeggiata da soli, in compagnia o con il proprio cane (lo renderemo certamente felice!) ci farà sentire soddisfatti ed in armonia con noi stessi! Provare per credere!

Cuore Amico poteva mancare?
Eccoci tutti in compagnia del Direttore del Centro Cardiovascolare di Trieste
Dr. Andrea Di Lenarda.

ANCHE QUEST'ANNO ABBIAMO VINTO!!! ERAVAMO 106!!!

IL PROSCIUTTO È NOSTRO!

… e lo abbiamo consumato nella nostra Sede in compagnia dei partecipanti che hanno aderito alla manifestazione.

LEZIONI DI GINNASTICA

ECCO I NOSTRI ATLETI!!!

Ginnastica di mantenimento…

… di prevenzione

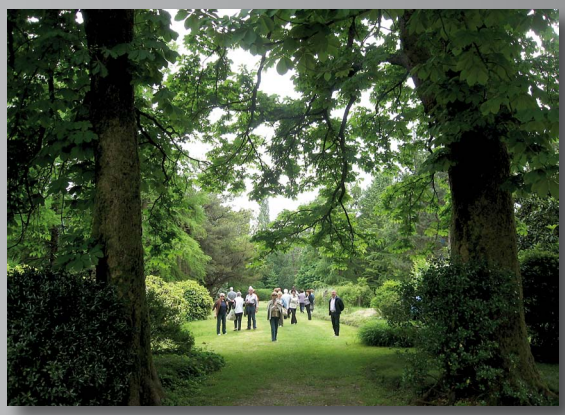
… e aquagym

LE NOSTRE GITE

Pola: dentro l'Arena

Torino: Reggia di Venaria

Val Cavanata: riserva naturale, tutti attenti alle spiegazioni della guida



Due passi nel suggestivo giardino del Castello di Strassoldo

Mercatini di Natale a Lubiana

Tra le iniziative che il Comune di Muggia ha intrapreso per offrire un aiuto concreto alle popolazioni colpite dal terremoto, domenica 9 settembre, in Piazza Marconi, si è svolta una tombola che ha coinvolto i nostri concittadini. Le cartelle sono state realizzate dagli ospiti della Casa di Riposo di Muggia, dalla Microarea di Zindis e dai ragazzi dei Centri estivi e del Ricreatorio. La manifestazione è stata organizzata dal Comune di Muggia, dalla Protezione Civile e dalla nostra Associazione che, come sempre tutti uniti quando c'è da fare, in poco tempo abbiamo *piazzato* tutte le cartelle! I premi consistevano in un considerevole quantitativo di parmigiano reggiano proveniente dal Comune di Carpi, gemellato con il Comune di Muggia. Le forme di formaggio erano divise in tranci in modo da accontentare più persone possibile e tra ambi, terne, quaterne, cinquine e tombola le estrazioni dei numeri è proseguita tra emozioni e risate. Una buona parte di Muggia si è mossa, quindi, per portare il suo aiuto alle popolazioni dell'Emilia Romagna e, in questo caso a Carpi, cui auguriamo un veloce ripristino della vita normale. La manifestazione si è svolta in un clima allegro ma anche col fiato sospeso, ogni volta che il presentatore *Zio Claudio*, noto personaggio muggesano, estraeva un numero. Molti dei presenti sono tornati a casa soddisfatti con un bel bottino!

Erano presenti alcune ospiti della Casa di Riposo di Muggia con i classici costumi folkloristici muggesani, accompagnate dall'insostituibile Tonino. Alla fine, la più fortunata è stata la signora Marina Marzi che centrando con la sua cartella il tombolone si è ritrovata con il primo premio: un'intera forma di parmigiano del peso di 36 kg che la signora ha offerto alla Casa di Riposo di Muggia. Un bel pomeriggio, allietato dalla consapevolezza di fare un'opera utile.

LA GIORNATA DEL CUORE A MUGGIA

4 ottobre nella nostra sede in via Roma, 22

Misurazione della pressione arteriosa ed esami ematici

LE NOCI DEL CUORE

Ore 9.00 *Piove, piove, piove ma qualcuno passerà? Noi aspettiamo con pazienza*

La nostra Associazione, in occasione dell'annuale campagna organizzata da CONACUORE, domenica 4 novembre ha allestito due gazebo, uno davanti alla Sede in via Roma, 22 ed uno in Piazza Marconi a Muggia. Il tempo è stato veramente inclemente, ma noi, che non ci scoraggiamo mai, siamo riusciti nel nostro intento: pubblicizzare la manifestazione con l'offerta di sacchetti contenenti noci e distribuire opuscoli illustrativi. Questo frutto è ormai divenuto simbolo della prevenzione e della ricerca cardiovascolare. La scelta della noce non è affatto casuale: essa contiene infatti alcuni composti in grado di abbassare i valori del colesterolo "cattivo" (LDL) e, se assunta con costanza e moderazione (2-3 noci al giorno) ha dimostrato di svolgere una vera e propria azione anticolesterolo, contribuendo anche a migliorare l'elasticità dei vasi sanguigni. Si tratta perciò di un prodotto che non riveste soltanto un valore simbolico, ma che è legato in maniera pratica e concreta ai concetti di prevenzione e di educazione alla salute cardiovascolare.

CARDIOLOGI A CONFRONTO: EFFICACIA DELLE CURE, GENETICA ED INNOVAZIONE TECNOLOGICA

I I giorni 12 e 13 ottobre 2012 si è tenuto, presso il Centro Congressi della Stazione Marittima, l'appuntamento biennale sul tema *"Scompenso Cardiaco e Cardiomiopatie"* promosso dalle Strutture Cardiologiche Triestine. All'incontro che è divenuto un appuntamento formativo a carattere nazionale ed a cui hanno partecipato oltre 500 fra Medici ed Infermieri ha visto anche la partecipazione di Specializzandi di varie Scuole di Formazione post-laurea Italiane.

La frequenza dello *Scompenso Cardiaco* nella popolazione generale (oltre 2500 ricoveri l'anno nell' Area Vasta Giuliano-Isontina), collegata all'incremento della speranza di vita, e l' ormai consolidata referenza nel settore delle Cardiomiopatie della Struttura Cardiologica Triestina, hanno reso l'argomento di particolare attualità e l'incontro particolarmente atteso dalla comunità scientifica.

Si stima che in Italia la prevalenza della malattia raggiunga il 2% della popolazione generale (oltre un milione di soggetti) e più del 10% degli ultrasettantacinquenni. Spesso coesistono multiple patologie (renale, respiratoria, metabolica. etc.) e ciò rende il carico assistenziale per questi pazienti particolarmente elevato. Importante è anche l'impatto sociale della malattia e le ripercussioni per le famiglie.

Presso l'Azienda Ospedaliero - Universitaria nel 2011 sono stati ricoverati oltre 1400 pazienti con prima diagnosi: *Scompenso Cardiaco*. L'età media dei ricoverati nei reparti di medicina è stata di 82 anni, la degenza media 11.5 giorni, la mortalità del 9.8%. Per i pazienti più giovani, (età media 68 anni) e con necessità di inquadramento e procedure invasive, ricoverati presso la Struttura Complessa di Cardiologia, la degenza media è stata di 7.6 giorni e la mortalità ospedaliera dello 0.6%. Dai dati del Ministero della Salute, la Provincia di Trieste è fra le più virtuose per quanto riguarda la costruzione della rete assistenziale per il paziente con scompenso cardiaco con una progressiva riduzione negli ultimi 5 anni della necessità di ricovero ospedaliero per tale patologia.

Presso il Centro Cardiovascolare A.S.S. 1 nel 2011 sono stati valutati oltre 2100 pazienti con scompenso cardiaco, che hanno eseguito oltre 4300 prestazioni diagnostiche cliniche o strumentali non invasive. Si tratta di pazienti con un'età media di 76 anni ad elevata complessità clinica e ad elevato rischio di ospedalizzazione. Per far fronte a tale situazione, sono state recentemente potenziate forme di assistenza domiciliare ed ospedalizzazione territoriale per pazienti con *Scompenso Cardiaco Avanzato*. Teleassistenza e Telemedicina stanno progressivamente entrando nell'organizzazione dell'assistenza di questi pazienti e sono destinate ad avere un importante impatto.

Presso la Cardiologia Ospedaliero - Universitaria di Trieste è attivo uno dei più importanti Registri

Internazionali sulle Cardiomiopatie che ha arruolato in 25 anni oltre 1300 pazienti, seguiti in molti casi per oltre 10 anni. Il Registro ha generato importanti dati sull'epidemiologia, l'evoluzione, la terapia e la genetica delle cardiomiopatie che si sono tradotti in importanti contributi pubblicati a livello internazionale.
Il Congresso di quest'anno ha focalizzato gli aspetti di inquadramento e gestione, analizzando anche importanti innovazioni nella terapia di queste forme, correntemente attuate presso la Struttura Cardiologica Triestina di Cattinara ed orientate al trattamento interventistico delle aritmie e dell'insufficienza mitralica. E' stata presentata anche l'importante esperienza della Struttura Cardiochirurgica Triestina diretta dal Dr. Aniello Pappalardo e sull'organizzazione delle Cure Territoriali da parte del Centro Cardiovascolare diretto dal Dr. Andrea Di Lenarda. La sempre più stretta collaborazione tra Cardiologia e Centro Cardiovascolare, che non si limita al paziente con scompenso cardiaco ma si estende ai cardiopatici affetti da cardiopatia ischemica, valvolare, aritmica e congenita, costituisce una grande opportunità per la nostra città che si concretizza in una efficiente rete e continuità assistenziale per il paziente cronico tra ospedale, cardiologia territoriale e distretti.
L'evento, giunto alla sua ottava edizione è diventato ormai un appuntamento fisso per esperti nazionali ed internazionali ed è stato promosso dalla Cardiologia dell'Azienda Ospedaliero-Universitaria "Ospedali Riuniti" di Trieste (Direttore Prof. Gianfranco Sinagra), dalla Cardiochirurgia (Direttore Dr. Aniello Pappalardo) e dal Centro Cardiovascolare dell'A.S.S. 1 Triestina (Direttore Dr. Andrea Di Lenarda). Hanno presenziato alla cerimonia inaugurale, insieme ai Direttori Generali delle due Aziende Sanitarie, il Direttore Generale dell'Assessorato Salute e Politiche Sociali Dr. Gianni Cortiula ed il Rettore dell'Università Prof. Francesco Peroni.

BORSA DI STUDIO IN MEMORIA DEL Dr. FULVIO PIVOTTI AL Dr. MARTINO CINQUETTI

Martino Cinquetti è nato a Vittorio Veneto (Treviso) nel 1985. Ha ottenuto il diploma di Maturità Scientifica presso il Liceo G. Marconi di Conegliano nel 2004.
Nel 2010 si è laureato a pieni voti in Medicina e Chirurgia presso l'Università degli Studi di Trieste, discutendo una tesi in tema di angioplastica coronarica emergente nell'infarto miocardico acuto (relatore Prof. Gianfranco Sinagra, correlatore Dr. Andrea Perkan). Dal 2011 è iscritto all'Ordine dei Medici della provincia di Treviso. Ha frequentato il reparto di Cardiologia dell'A.O.U. "Ospedali Riuniti" di Trieste come Medico Ospite da marzo a giugno del 2011. Da luglio 2011 è Medico Specializzando presso la scuola di Specializzazione in Cardiologia dell'Università di Trieste. Ha lavorato presso la Riabilitazione del Cardiopatico, la Cardiologia Degenze e la Clinica Medica dell'ospedale Cattinara di Trieste. Attualmente è impegnato presso la Cardiologia dell'Azienda Ospedaliera "Santa Maria della Misericordia" di Udine. Ha partecipato a numerosi congressi di interesse cardiologico in qualità di discente; ha partecipato al congresso nazionale ANMCO nel 2011 e nel 2012 ed al congresso nazionale SIC nel 2011 in qualità di relatore. Partecipa inoltre a vari lavori di ricerca clinica dedicati allo studio della cardiopatia ischemica, dello scompenso cardiaco e delle cardiomiopatie.
Il Dr. Martino Cinquetti, specializzando del II° anno è stato proposto per la borsa di studio dal Prof. Gianfranco Sinagra Direttore del Dipartimento Cardiovascolare dell'Ospedale di Cattinara e della Scuola di Specializzazione di Cardiologia Università di Trieste con la seguente motivazione: *Per cultura, puntualità, passione ed attitudine all'approfondimento, con le quali sta conducendo, in collaborazione con il Dipartimento di Ingegneria, studi sull'analisi del segnale ECG, quale strumento di caratterizzazione e stratificazione prognostica dei Pazienti con disfunzione ventricolare.*

CONFERENZA IN SALA MILLO

Mercoledì 31 ottobre il Prof. Gianfranco Sinagra, Direttore del Dipartimento Cardiovascolare dell'Ospedale di Cattinara, ha tenuto una conferenza dal titolo *I Progressi della Cardiologia, la Tecnologia e l'Uomo.* Un argomento molto interessante che ha evidenziato l'enorme salto di qualità della medicina per quanto concerne il campo diagnostico e terapeutico avvenuto in particolare dagli inizi del secolo ventesimo ad oggi. La conferenza ha ripercorso i progressi tecnici che hanno permesso alla nostra Cardiologia Triestina di evolversi e rendere l'approccio terapeutico sempre meno invasivo nel campo dell'assistenza e cura del malato.

Alla pagina nr. 18 si può leggere un riassunto degli argomenti trattati e, per coloro che ne vogliono sapere di più, rimandiamo al nostro sito www.cuoreamicomuggia.it dove, alla voce *Redazione - Articoli*, troveranno il testo integrale della conferenza.

Al termine della conferenza, il Prof. Gianfranco Sinagra ed il Presidente Giorgio Mauro, come consuetudine della nostra Associazione, hanno conferito la borsa di studio in memoria del Dr. Fulvio Pivotti al giovane medico Martino Cinquetti. Il Prof. Sinagra ha rievocato la figura del Dr. Pivotti, cardiologo molto noto a Muggia, ricordando il suo lavoro, nonché l'umanità e la sensibilità con cui ha sempre seguito i suoi pazienti.

In chiusura, il Commendatore Raffaele De Riù ha messo a disposizione dei presenti un consistente numero di copie del libro *Pianeta Cuore*, autori il Prof. Sinagra e la Dr.ssa Francesca Brun, già presentato dalla nostra Associazione due anni fa nel corso di una conferenza. Il volume, molto interessante, è a disposizione presso la nostra Sede fino ad esaurimento delle copie.

I PROGRESSI DELLA CARDIOLOGIA, LA TECNOLOGIA E L'UOMO

Oltre 1500 anni d.C. non sono stati sufficienti a liberare la medicina da concezioni, condizionamenti e limiti che ne avevano frenato lo sviluppo di "scienza" autonoma esclusivamente basata sul "metodo sperimentale" ed ancora alla fine dell'800 i concetti di riferimento all'interno di "Formulari Terapeutici" erano per esempio quelli di Paracelso. Straordinario è stato invece il progresso di conoscenze in campo diagnostico, nosologico e terapeutico dall'inizio del 900 ad oggi. La Cardiologia a partire dall'Elettrocardiografia e dalla Radiologia convenzionale dimostra questo enorme avanzamento e mostra come rigore metodologico e progresso delle conoscenze coniugato a progresso tecnologico abbiano consentito di conoscere settori inesplorati di patologia come la cardiopatia ischemica, le aritmie, le cardiopatie congenite e le malattie del miocardio ed abbiano aperto la scena alle moderne tecniche terapeutiche di Cardiologia Invasiva e Cardiochirurgia, scardinando paradigmi, giovando ogni anno a milioni di uomini ed abbattendo i tassi di mortalità per alcune patologie. Dalla sindrome clinica siamo passati alla possibilità di identificare l'organo principalmente (ma spesso non esclusivamente coinvolto), la funzione, la singola struttura del singolo organo, la cellula, i profili di espressione delle proteine etc. Siamo cioè riusciti ad entrare, con tecniche avanzate di uso corrente, nel cuore della malattia, che purtroppo non vuol dire averne necessariamente compreso tutti i meccanismi inducenti. L'approccio alla cardiopatia ischemica (angina e infarto) e alle aritmie rappresenta efficacemente questi avanzamenti. La tecnologia ed i progressi della medicina in generale hanno aperto enormi orizzonti di conoscenza, ponendo però un problema importante relativo al decidere in medicina, governo e appropriatezza d'uso delle informazioni ed esercizio sostenibile dell' agire medico che giovi al singolo uomo malato. Io penso che la tecnologia sia mezzo e non fine, che la cura del malato non si riduca alla cura della malattia, che l'Università debba saper selezionare professionisti capaci (skillness), che abbiano cultura, attenzione umana ai malati, capacità d'ascolto, visione nel prendere decisioni, attitudine al comunicare e condividere ed attenzione alla sostenibilità. La gestione delle complessità non è semplice e non sempre gli studi universitari educano ad essa. Ci si trova pertanto nella necessità di sviluppare quella naturale attitudine della mente umana a situare tutte le informazioni in un contesto ed in un insieme rispetto ai quali è necessario avere un approccio responsabile, unitario e multidimensionale, per prendere decisioni che giovino realmente ai pazienti e che non siano ispirate soltanto ad un acritico ossequio alle linee guida e ad uno stile rigidamente "cautelativo" dell'agire. In accordo con Daniel Callahan (54): "Una medicina che affermi che morte e malattia non hanno alcun significato e devono semplicemente essere eliminate è una medicina che non offre alla sostenibilità alcun ragion d'essere comune. …..La medicina deve trovare una via d'uscita da questo impasse. Deve prendere parte alla ricerca del significato, all'elaborazione dei riti sociali e culturali con cui si cerca di far fronte alla malattia ed alla morte…. Il primato della scienza è fuori discussione. Esso però ha spinto ai margini le prospettive religiose, i contributi delle scienze umane, le culture popolari e tradizionali. L'unitarietà d'approccio deve includere anche queste componenti e ciò potrà contribuire alla "sostenibilità psicologica di una medicina economicamente stabile".
L'occasione che mi avete dato avvicina i professionisti alla gente, il dire all'ascoltare, l'organizzazione all'informazione e, diciamo pure, mi ha dato l'opportunità di parlare di una realtà sanitaria triestina -la Cardiologica- della quale credo si possa essere orgogliosi, anche grazie alla Vostra impareggiabile vivacità ed efficace attività.

Gianfranco Sinagra
Direttore Dipartimento Cardiovascolare Ospedale di Cattinara e Scuola di Specializzazione di Cardiologia Università di Trieste

UNA NUOVA OPPORTUNITA' PER I NOSTRI SOCI

Grazie al Comune di Muggia che ha concesso all'Associazione Cuore Amico una Sede spaziosa, siamo in grado di offrire ai nostri Soci un nuovo servizio, che riteniamo possa essere utile, sebbene non rientri nel campo della prevenzione cardiovascolare, che resta sempre il nostro primo obbiettivo. Il Prof. Salvatore Siracusano, medico chirurgo urologo, mette a disposizione la sua esperienza per svolgere un'opera di volontariato presso la nostra Sede. Due volte al mese sarà disponibile, previo appuntamento presso la nostra segreteria, per consulenze in merito alla sua specializzazione. Chi avesse pertanto, bisogno di consigli, valutazioni o indicazioni avrà così, il suo punto di riferimento.

SALVATORE SIRACUSANO

Il Prof. Salvatore Siracusano, nato a Padova il 19 aprile 1960, ha conseguito la Laurea presso la Facoltà di Medicina e Chirurgia dell'Università degli Studi di Genova nel 1984 e presso la stessa sede nello stesso anno supera l'Esame di Stato, nello stesso anno viene ammesso alla Scuola di Specializzazione in Urologia dell'Università di Genova.

In seguito svolge attività assistenziale presso la Clinica Urologica di Genova e presso l'Istituto di Clinica Urologica dell'Università degli Studi di Sassari.

Nell'anno 1989 supera con lode l'esame di Diploma della Scuola di Specializzazione in Urologia dell'Università degli Studi di Genova. Dal '91 sino al '95 è Professore a Contratto della Scuola di Specializzazione in Urologia dell'Università degli Studi di Sassari.

Nel '92 supera l'esame dell' European Board Examination in Urology e nel '93 consegue il Diploma di specialista in Microchirurgia e Chirurgia Sperimentale presso l'Università di Pavia, nello stesso anno diviene Full Member dell'European Association of Urology (E.A.U.) e l'anno successivo viene nominato Corresponding Member dell'A.U.A. (American Urological Association).

Dal 1° Novembre 1994 svolge attività clinico-assistenziale presso la Clinica Urologica di Trieste e nel '95 viene nominato Assistente incaricato presso la stessa Clinica Urologica dell'Università di Trieste e successivamente Dirigente Medico di I° livello in ruolo dal 1998 sino ad oggi. Nell'anno accademico 1995/96 viene nominato *Cultore della materia* e Professore a contratto gratuito per l'insegnamento di "Neurourologia ed Urodinamica" presso la Scuola di Specializzazione in Urologia dell'Università di Trieste e successivamente Professore a contratto gratuito per l'insegnamento di Urologia presso la Scuola di Specializzazione di Medicina Fisica e Riabilitazione e di Ostetricia e Ginecologia dell'Università di Trieste. Nel 2000 gli viene affidato il Corso di insegnamento per la disciplina Urologia nell'ambito del Corso di Laurea "Principi di Ingegneria Tessutale e Biomateriali" dell'Università di Trieste.

Dal 1° Marzo 2005 ricopre il ruolo di Professore Associato presso la Clinica Urologica dell'Università degli Studi di Trieste.

Il Prof. Siracusano è autore di oltre 350 pubblicazioni complessive ed il suo interesse clinico è rivolto alla chirurgia della patologia uro-oncologica e a quella di tipo funzionale con riferimento all'incontinenza urinaria maschile e femminile.

TORNEO DI RUGBY TELETHON-CUORE AMICO

A cura dell'A.S.D. RUGBY MUGGIA, il 4 maggio presso lo Stadio Zaccaria di Muggia si è tenuto il torneo di Rugby per le Scuole Elementari. Siamo lieti che sia stato dedicato anche questa volta alla nostra Associazione.

A questi giovani atleti auguriamo un brillante futuro in uno sport che eccelle per la formazione del carattere e che sviluppa……..grinta da vendere!

PRANZO SOCIALE

Anche quest'anno tutti riuniti per gli auguri di un lieto Natale e un Felice Anno Nuovo.

Visita alla Casa di Riposo

Un piccolo dono agli ospiti in occasione del Natale e dell'arrivo del Nuovo Anno da parte dell'Associazione

Una macchinetta per un buon caffè regalataci dai coniugi Enrico e Lisa, proprietari del Bar Europa

Cuore Amico ringrazia i signori Remo e Rita Tosolini che, in occasione del loro 50° anniversario di matrimonio, hanno convertito i doni di parenti ed amici in somme da elargire a diverse associazioni, compresa la nostra.

Cuore Amico nel 2013

Gite

Marzo
Pola, visita all'Arena, la città ed il mercato

Maggio
Val Cavanata e Castello di Strassoldo

Settembre
Torino, Valle d'Aosta e le Langhe

Ottobre
Gita della farina, Abbazia

Dicembre
Lubiana, mercatini di Natale

Giornate del Cuore

Maggio
Sistiana Borgo San Mauro

Ottobre
Muggia, San Dorligo, Santa Croce

Iniziative Varie

Gennaio

- Conclusione del Progetto M.AR.E. e stampa di una pubblicazione relativa allo stesso. Consegna degli attestati ai partecipanti.
- Corsa campestre a Basovizza.

Febbraio

- Manifestazione *"Accendi il tuo cuore"* per la ricerca. Camminata Barcola-Miramare

Aprile

- Partecipazione alla manifestazione *"Mujalonga sul mar"*.
- Contributo per l'acquisto di una lavagna interattiva per il Centro di Riabilitazione della Cardiologia dell'Ospedale Maggiore.

Maggio

- Torneo di Rugby Muggia. Telethon - Cuore Amico Muggia.

Luglio-Agosto

- *Corso di Aquagym* nella Base Logistico-Addestrativa di Lazzaretto.

Settembre

- Tombola dell'Amicizia. *Il Cuore di Muggia per l'Emilia.*

Ottobre

- Conferenza: *"I Progessi della Cardiologia, la Tecnologia e l'Uomo"* relatore il professor Gianfranco Sinagra.
- Borsa di studio in memoria del Dr. Fulvio Pivotti.

Novembre

- Manifestazione *Le Noci per il Cuore*

Dicembre

- Pranzo sociale.
- Visita alla Casa di Riposo di Muggia per gli auguri di buon Natale agli ospiti e al personale.

QUEST'ANNO CI HANNO LASCIATO

Cuore Amico li ricorda con stima e amicizia e li accoglie nel quadro appeso in Associazione assieme a coloro che li hanno preceduti.

Beatrice Tossi
Cesare Ellero
Dora Novello
Redo Pangaro
Emilio Rotenhaisler
Attilio Angelini

Presto farà giorno

Lascia per un poco
i tuoi pensieri,
perché il mondo
prosegue la sua via
sia che tu pianga
o rida
e la tua notte
non sarà eterna.
Presto farà giorno.

Maria Cernigoi Maggio
tratto dal libro Canterò la gioia della notte

Periodico dell'Associazione Cuore Amico fondata nel 1989 - Anno X - N° 10
Direttore Responsabile Dr. Franco Stener - Direttore Tecnico Dr. Gastone Sabbadini.
Hanno collaborato a questo numero: Prof. Gianfranco Sinagra, Rosamaria Cannas, Giorgio Mauro, Carmen Tomasovich.
Fotocomposizione e stampa: ART Group S.r.l. - via Malaspina, 1 - 34147 Trieste
Direzione, Redazione ed Amministrazione: Associazione Cuore Amico - Via Roma, 22 - 34015 - Muggia (TS) - Tel/Fax 0409881912
e-mail: info@cuoreamicomuggia.it - web: www.cuoreamicomuggia.it
Autorizzazione del Tribunale di Trieste n° 1027 del 27/05/2003
Distribuito gratuitamente

Cuore Amico 2013

Calendario delle pressioni ♥ e delle prove ematiche 💧

GENNAIO

L	M	M	G	V	S	D
	1	2	♥	4	💧	6
♥	8	9	♥	11	12	13
♥	15	16	♥	18	💧	20
♥	22	23	♥	25	26	27
♥	29	30	♥			

FEBBRAIO

L	M	M	G	V	S	D
				1	💧	3
♥	5	6	♥	8	9	10
♥	12	13	♥	15	💧	17
♥	19	20	♥	22	23	24
♥	26	27	♥			

MARZO

L	M	M	G	V	S	D
				1	💧	3
♥	5	6	♥	8	9	10
♥	12	13	♥	15	💧	17
♥	19	20	♥	22	23	24
♥	26	27	♥	29	30	31

APRILE

L	M	M	G	V	S	D
1	2	3	♥	5	💧	7
♥	9	10	♥	12	13	14
♥	16	17	♥	19	💧	21
♥	23	24	25	26	27	28
♥	30					

MAGGIO

L	M	M	G	V	S	D
		1	♥	3	💧	5
♥	7	8	♥	10	11	12
♥	14	15	♥	17	💧	19
♥	21	22	♥	24	25	26
♥	28	29	♥	31		

GIUGNO

L	M	M	G	V	S	D
					💧	2
♥	4	5	♥	7	8	9
♥	11	12	♥	14	💧	16
♥	18	19	♥	21	22	23
♥	25	26	♥	28	29	30

LUGLIO

L	M	M	G	V	S	D
♥	2	3	♥	5	💧	7
♥	9	10	♥	12	13	14
♥	16	17	♥	19	💧	21
♥	23	24	♥	26	27	28
♥	30	31				

AGOSTO

L	M	M	G	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

SETTEMBRE

L	M	M	G	V	S	D
						1
♥	3	4	♥	6	💧	8
♥	10	11	♥	13	14	15
♥	17	18	♥	20	💧	22
♥	24	25	♥	27	28	29
♥						

OTTOBRE

L	M	M	G	V	S	D
	1	2	♥	4	💧	6
♥	8	9	♥	11	12	13
♥	15	16	♥	18	💧	20
♥	22	23	♥	25	26	27
♥	29	30	♥			

NOVEMBRE

L	M	M	G	V	S	D
				1	💧	3
♥	5	6	♥	8	9	10
♥	12	13	♥	15	💧	17
♥	19	20	♥	22	23	24
♥	26	27	♥	29	30	

DICEMBRE

L	M	M	G	V	S	D
						1
♥	3	4	♥	6	💧	8
♥	10	11	♥	13	14	15
♥	17	18	♥	20	💧	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					