



Il Corriere del Cuore

PERIODICO DI INFORMAZIONE DELL'ASSOCIAZIONE "LES AMIS DU COEUR DU VAL D'AOSTE DOTT. G. DEVOTI"

ADERENTE AL CONACUORE - COORDINAMENTO NAZIONALE ASSOCIAZIONI DEL CUORE

Quadrimestrale

74

Aprile - Maggio 2020
Anno XXVI - Spedizione in
abbonamento postale
(Art. 2 comma, 20/c della legge
662/1996) - Filiale di Aosta

EMERGENZA CORONAVIRUS

Dal mese di gennaio, in un crescendo di informazioni e disinformazioni, paure e speranze, restrizioni e liberazioni, assuefazioni e ribellioni, ci siamo imbattuti in questo invisibile nemico che ci ha condizionato la vita. Anche la nostra associazione si è dovuta fermare per un po', ma poi ha reagito con una serie di iniziative:

- abbiamo fatto una donazione di 5000 euro alla Fondazione comunitaria che insieme alla Caritas e al CSV ha lanciato una raccolta fondi per favorire l'acquisto di materiale e dispositivi sanitari (a supporto degli enti e delle organizzazioni impegnate in prima linea) oltre che per sostenere, in particolare, le persone e le famiglie più fragili
- abbiamo concesso in comodato d'uso la nostra Panda, altrimenti inutilizzata, ai volontari del soccorso, per portare assistenza domiciliare
- abbiamo contribuito all'acquisto di mascherine per il 118
- abbiamo pubblicato sul nostro sito informazioni pratiche per i cardiopatici (www.amisducoeurvda.org).

Il giornalino che avete tra la mani è la dimostrazione che l'associazione continua ad essere operativa e che, appena possibile, organizzeremo l'Assemblea generale dei soci, già programmata per il mese di aprile. Quella sarà l'occasione non solo di fare un consuntivo dell'anno 2019 con l'approvazione del bilancio ma per riprendere insieme una attività bruscamente interrotta.

A voi chiediamo di esserci ancora vicini con il rinnovo della **quota sociale di 20 euro** pagabili in questo momento su questi 2 conti:

alla posta CC 10352110

alla banca IBAN: IT 97 Q 0858701211000110100342

E vi chiediamo, infine, di sottoscrivere e far sottoscrivere a parenti ed amici, nella dichiarazione dei redditi, il **5 per mille** a favore dell'associazione indicando il nostro codice fiscale **91010010071**.

A presto.

"LA SCARICA CHE TI RICARICA": IL PROGETTO DI DEFIBRILLAZIONE EXTRAOSPEDALIERA IN VALLE D'AOSTA HA RAGGIUNTO TUTTI I 74 COMUNI DELLA REGIONE

IL RUOLO DELL'ASSOCIAZIONE DI VOLONTARIATO "LES AMIS DU COEUR DU VAL D'AOSTE – DOTT. G. DEVOTI – ODV"

Ogni anno in Italia 60 mila persone vanno incontro alla morte improvvisa per arresto cardiaco da fibrillazione ventricolare. L'obiettivo, condiviso in Europa, di salvare il 25% di queste persone dipende dalla pratica del massaggio cardiaco da parte di testimoni, dalla rapida applicazione del defibrillatore, dal veloce allertamento del 112/118 e dalla professionalità dei soccorsi successivi.

Dal 1986 al 2001 l'associazione "Les amis du coeur du Val d'Aoste" ha effettuato lezioni di rianimazione alla popolazione in generale; dal 2001 si è dedicata a istruire le classi quinte di tutte le scuole medie della regione. A tutt'oggi sono stati addestrati alla rianimazione cardio-cerebrale (sostituirsi al cuore per salvare il cervello con il solo massaggio cardiaco) oltre 11 mila alunni che hanno anche ricevuto nozioni di base sull'uso del defibrillatore o ottenuto l'abilitazione al suo utilizzo.

Nel 2001, in collaborazione con la Federazione dei volontari del soccorso, l'associazione ha dato inizio al progetto "la scarica che ti ricarica", con l'obiettivo di avere la presenza di un defibrillatore nel territorio di ogni comune della Valle d'Aosta. **Oggi questo obiettivo è stato raggiunto.** L'associazione ha partecipato con l'acquisto e la distribuzione di 125 defibrillatori. Al momento non conosciamo il numero totale di apparecchi presenti nella regione e registrati presso la Centrale unica del soccorso.

I nostri defibrillatori, affidati a operatori abilitati con corsi effettuati secondo le linee guida internazionali, sono stati così distribuiti:

- * mezzi di soccorso terrestri
- * all'interno di teche termoregolate

o ricavate da infissi, a disposizione di utilizzatori occasionali abilitati

- * all'interno di strutture fisse, con possibilità di accesso 24 ore su 24 ad utilizzatori occasionali abilitati (microcomunità, edifici pubblici)

- * all'interno di strutture fisse, con possibilità di uso esterno, ma accesso limitato dall'orario di apertura (farmacie, bar)

- * all'interno di strutture fisse, a prevalente uso interno (scuole, palestre, impianti sportivi, case di riposo, strutture sanitarie, ipermercati, negozi, fabbriche, alberghi, rifugi alpini)

- * a disposizione di società sportive o associazioni di volontariato per attività itineranti.

Per una migliore programmazione delle postazioni di defibrillatori, stiamo realizzando un'analisi statistica sul numero degli arresti cardiaci extra ospedalieri, sui primi soccorsi da parte dei testimoni, sull'utilizzo dei defibrillatori e la loro collocazione, in collaborazione con USL, 118 e Cardiologia ospedaliera.

ULTIMI DATI

Abbiamo consegnato 3 defibrillatori all'associazione di musica e danza SGMD (durante uno spettacolo alla Cittadella), alla scuola media Martinet di Aosta (durante uno spettacolo al teatro Splendor dove gli alunni del corso musicale si sono esibiti in un applauditissimo concerto) e alla palestra SAMI ASDS di Plan Felinaz. Tutti e 3 i destinatari, in momenti diversi, hanno dato il loro contributo nella raccolta fondi nella vendita delle noci e dei "cuori balsamici".

NELL'ULTIMO NUMERO DI DICEMBRE DEL SETTIMANALE "LA VALLEE NOTIZIE" ABBIAMO PUBBLICATO L'ELENCO DELLE ATTIVITA' REALIZZATE NEL 2019

Bicincittà e **Vivicittà** con la UISP

Cardiothon@: a settembre, in occasione delle giornate mondiali per il cuore, abbiamo organizzato un concerto con le canzoni di Fabrizio De André e iniziato la campagna delle "noci del cuore"

Defibrillatori: proseguendo il progetto "la scarica che ti ricarica" sono stati attivati 5 nuovi defibrillatori ad Aosta (in 3 scuole: istituto tecnico commerciale "Manzetti", istituto tecnico per geometri, istituto scolastico "Martinet"), Ollomont (comune), Pollein (palestra Sami) per un totale attuale di 124 apparecchi "salvavita". Inoltre sono stati attivati 5 corsi di abilitazione all'uso del defibrillatore

Formazione degli studenti delle scuole medie superiori alle manovre di rianimazione cardiocerebrale ("far ripartire il cuore per salvare il cervello") al fine di rendere più efficace l'uso del defibrillatore. Gli alunni addestrati al massaggio cardiaco sono più di 11 mila, quelli autorizzati all'uso del

defibrillatore sono 43

Ginnastica di mantenimento per i cardiopatici nelle palestre di Aosta, Châtillon e Verrès

Informazione attraverso il "Corriere del cuore" inviato a casa agli iscritti e distribuito gratuitamente in ospedale

Lotta all'infarto con la pubblicazione della carta del rischio sul sito www.conacuore.it

Offerta delle noci del cuore per sostenere le attività del CONACUORE (Coordinamento Nazionale Associazioni del Cuore)

Pranzi e gite per gli iscritti, seguendo i percorsi riportati sull'opuscolo "I rifugi del cuore"

Video visibili su youtube: il primo, del 2013, dal titolo "si poteva salvare se" ha raggiunto 5 milioni e mezzo di visualizzazioni. Il secondo, del 2017, si intitola "messaggio cardiaco: è una questione di ritmo" e finora ha totalizzato 8000 visualizzazioni. La novità assoluta è stata l'introduzione del linguaggio dei segni per le persone sordomute.

NOTRE VIE

Rubrica di vita associativa

DICEMBRE

CALENDARI NELLE SCUOLE

I consueti calendari acquistati dagli amici del cuore di Pordenone sono stati consegnati alle scuole in collaborazione con la Sovrintendenza agli studi. Quest'anno il tema conduttore è stato "la lotta allo spreco" con riferimenti alla raccolta differenziata e l'invito a bere più acqua.

GENNAIO

CAMPAGNA NOCI

Abbiamo concluso l'operazione noci di CONACUORE per raccogliere fondi per l'aggiornamento di giovani cardiologi e infermieri. Ringraziamo per l'ospitalità l'ipermercato Gros Cidac.

FEBBRAIO

Il Cuore "balsamico" per San Valentino Venerdì 14 febbraio, al Gros Cidac,

abbiamo riproposto per il terzo anno un "condimento balsamico 10 travasi" prodotto dall'Acetaia Leonardi di Modena (www.acetaialeonardi.it), presentato in una confezione in vetro a forma di cuore.

MARZO

INSEGNAMENTO DELLE MANOVRE DI RIANIMAZIONE

Oltre a proseguire le lezioni di rianimazione cardiocerebrale nelle scuole medie superiori abbiamo continuato i corsi per l'insegnamento delle tecniche salvavita connesse all'uso del defibrillatore, grazie al nostro socio Angelo Berliani, istruttore IRC di BLSD. In questo periodo, per il secondo anno consecutivo, sono stati abilitati all'uso del defibrillatore e alle tecniche di disostruzione delle vie aeree da corpo estraneo 60 alunni delle quinte classi dell'istituto alberghiero di Châtillon.

STORIA DI LINDA

Questa è la storia di Linda (nome di fantasia), una bambina olandese di 10 anni in vacanza con i genitori ed un fratello in Valle d'Aosta. La nostra regione è famosa all'estero per le possibilità di praticare ogni tipo di attività fisica che abbia a che fare con la montagna. Tra queste, non certo la meno impegnativa, c'è il "torrentismo", termine italiano meno conosciuto di "canyoning", con cui si definisce la discesa a piedi, senza l'ausilio di gommoni o canoe, di strette gole percorse da corsi d'acqua con una buona portata.

Ci troviamo nel comune di Champdepraz, nei pressi del torrente Chalamy. Sono le undici e un quarto quando, forse per l'eccitazione del momento, Linda improvvisamente perde i sensi, cade a terra e smette di respirare. La mamma, evidentemente addestrata, capisce subito la gravità della situazione e inizia a praticare il massaggio cardiaco. E' evidente a questo punto che Linda è in arresto cardiaco. Ma come ci si salva da un arresto cardiaco? Occorrono almeno tre elementi: trovarsi al posto giusto, nel momento giusto, tra le persone giuste. In poche parole: con testimoni capaci di fare il massaggio cardiaco e un defibrillatore disponibile.

Ed è quello che è successo a Linda, perché lì vicino c'era una squadra di vigili del fuoco impegnati in un'esercitazione, i quali, resisi conto della situazione, hanno proseguito il massaggio cardiaco e applicato prontamente le piastre del defibrillatore che avevano a disposizione. In meno di 30 secondi l'apparecchio "salvavita" ha riconosciuto il problema, un'aritmia mortale chiamata fibrillazione ventricolare, che fa viaggiare il circuito elettrico del cuore a 500 impulsi al minuto, senza che però il sangue si muova. E' bastata una scarica del defibrillatore per



riportare il cuore al suo ritmo normale. In questi casi, per favorire la ripresa del funzionamento del cervello e regolarizzare il respiro si procede a "stabilizzare" la persona soccorsa, addormentandola e facendola respirare artificialmente. Così è stato fin da subito con Linda, trasportata con l'elisoccorso ad Aosta e poi a Torino nel reparto di rianimazione pediatrica.

Fortunatamente si è accertato che il cuore non aveva subito nessun danno e, successivamente, questo è stato anche dimostrato per le funzioni del cervello. Ma allora perché è successo tutto questo a una bambina di 10 anni, in vacanza, felice per l'avventura che stava per vivere con tutta la sua famiglia? Perché il circuito elettrico del suo cuore era difettoso dalla nascita e il 20 agosto 2019 alle 11.15 glielo ha fatto sapere improvvisamente, come d'altronde è normale in questi casi. Diciamo quindi che Linda è stata superfortunata perché per caso era al posto giusto e nel momento giusto, e soprattutto perché ha incontrato le persone giuste.

Dott. Giuseppe Ciancamerla

Ringraziamenti

Ringraziamo Anna Rosa Giacinti per il generoso contributo e la famiglia Gal che ha voluto ricordare il sig. Luigi Gandiani.

Un grazie anche ai 436 amici del cuore che con il 5 per 1000 del 2018 ci hanno donato 12710 euro.

IL CORRIERE DEL CUORE

Direttore responsabile Roberto De Vecchi
Registrazione del Tribunale di Aosta n° 9/95
del 15/12/95. Redazione e Amministrazione
presso la sede dell'Associazione
"Les Amis du Coeur du Val d'Aoste
dott. G. Devoti" Via Vevey 17, Aosta.
Tel. 0165/44 420

Conto Corrente Postale n. 10352110

E-mail: amisducoeurvda@libero.it

Stampa: Tipografia "La Vallée"

Via Lavoratori vittime Col du Mont 54 - Aosta