

ROTARY CLUB CANTÙ

2040° DISTRETTO
Anno Rotariano 2007-2008



| | | |
|-------------------|--|--|
| Presidente | Enrico Mantellassi | Ufficio di Segreteria: |
| Vice Presidente | Klaus Kolzer | Edoardo Tagliabue |
| Past Presidente | Mario Maroni | e-mail: virgitag@tin.it |
| Presidente Eletto | Alessandro Ferrari | Sofia Boghi |
| Segretario | Edoardo Tagliabue | e-mail: sofia.boghi@libero.it |
| Tesoriere | Adriano Sassi | Presidenti di Commissione: |
| Prefetto | Francesco Verga | - Fondazione Rotary Domenico Benzoni |
| Consiglieri | Giovanni Anzani Valter Canobbio Marina Cattaneo Natale Consonni Rita Mascia Leopoldo Quintavalle Silvio Santambrogio | - Effettivo Giuliano Biscatti - Pubbli. Rel. e Immagine Klaus Kolzer - Amministrazione Giancarlo Gironi - Programmi e Progetti Alessandro Ferrari |

4 Dicembre 2007

Il presidente di Comocuore ci presenta "Salva-gente 2007 Mini Anne"



Il prof. Giovanni Ferrari, il presidente Enrico Mantellassi, la sig.ra Elena Colombo e
Marina Cattaneo

10

Pensieri & Parole

“La vita non è vivere ma vivere in buona salute.”

(Marziale)

Carimate – Conviviale del 4 dicembre 2007

presiede Enrico Mantellassi

| Soci iscritti: | Soci presenti: | S. Onorari | Soci in Congedo: | Presenze in altri Club: | | | | percentuale di presenza: | | | |
|----------------------|----------------|------------|------------------|-------------------------|------|----------------------|-------|--------------------------|------|----|--------|
| 54 | 29 | 2 | | 1 | | | | | | | 55,6% |
| SOCIO | Pres. | Con. | Tot. | Su | % | SOCIO | Pres. | Con. | Tot. | Su | % |
| Giovanni Anzani | | 3 | 17 | 18% | | Giuseppe Guzzetti | | S.O. | | | |
| Eugenio Bellotti | x | x | 13 | 17 | 76% | Riccardo Hefti | | x | x | 10 | 17 59% |
| Domenico Benzoni | | | 18 | 17 | 106% | Klaus Koelzer | | x | x | 16 | 17 94% |
| Giuseppe Beretta | x | x | 12 | 17 | 71% | Flavio Lietti | | | | 7 | 17 41% |
| Giuliano Biscatti | x | | 16 | 17 | 94% | Tomislav Maksimovic | | | | 11 | 17 65% |
| Vittorio Borghi | x | x | 15 | 17 | 88% | Giuseppe Manfredi | | | | 7 | 17 41% |
| Mario Boselli | | S.O. | | | | Clemente Mantegazza | x | | 10 | 17 | 59% |
| Valter Canobbio | x | | 7 | 17 | 41% | Enrico Mantellassi | x | | 24 | 17 | 141% |
| Giacomo Castiglioni | | | 3 | 17 | 18% | Mario Maroni | x | x | 21 | 17 | 124% |
| Marina Cattaneo | x | | 9 | 17 | 53% | Rita Mascia | x | | 12 | 17 | 71% |
| Giulio Cereda | x | x | 7 | 17 | 41% | Lino Molteni | | | | 4 | 17 24% |
| Vittorio Cionini | x | x | 13 | 17 | 76% | Renato Moroni | x | x | 14 | 17 | 82% |
| Marco Citterio | | | 1 | 17 | 6% | Carlo Moscatelli | x | | 17 | 17 | 100% |
| Natale Consonni | | | 7 | 17 | 41% | Rosella Pastori | x | | 9 | 17 | 53% |
| Franco Coppo | x | | 12 | 17 | 71% | Giovanni Pontiggia | | | | 17 | 0% |
| Francesco Corrado | | | 5 | 17 | 29% | Sergio Porro | x | | 11 | 17 | 65% |
| Roberto Curioni | | | 7 | 17 | 41% | Leopoldo Quintavalle | | | | 13 | 17 76% |
| Francesco Di Michele | x | | 14 | 17 | 82% | Michele Ramella | | | | 4 | 17 24% |
| Alessandro Ferrari | x | x | 18 | 17 | 106% | Gianfranco Ranieri | | | | 12 | 17 71% |
| Giuseppe Finocchiaro | | | | 17 | 0% | Maurizio Riva | | | | 4 | 17 24% |
| Giovanni Frigerio | x | | 6 | 17 | 35% | Pellegrino Roccucci | x | x | 15 | 17 | 88% |
| Davide Galbiati | | | 6 | 17 | 35% | Sergio Rombolotti | | | | 3 | 17 18% |
| Fabio Galli | | | 3 | 17 | 18% | Attilio Santambrogio | | | | 15 | 17 88% |
| Gianni Giardina | | | 6 | 17 | 35% | Silvio Santambrogio | | | | 7 | 17 41% |
| Giancarlo Gironi | x | | 18 | 17 | 106% | Adriano Sassi | | | | 10 | 17 59% |
| Eugenio Giussani | x | | 10 | 17 | 59% | Edoardo Tagliabue | | | | 17 | 100% |
| Francesco Greco | x | | 11 | 17 | 65% | Francesco Verga | x | x | 10 | 17 | 59% |
| Paolo Grondona | x | | 7 | 17 | 41% | Fausto Volontè | x | | 9 | 17 | 53% |

Scusano l'assenza: Flavio Lietti, Leopoldo Quintavalle, Edoardo Tagliabue;

I visitatori rotariani:

| Nome | Coniuge | Club : | Note |
|------|---------|--------|------|
|------|---------|--------|------|

Presenze rotariane dei Soci:

| Nome | Coniuge | Data | Note |
|--------------------|---------|------------|-----------|
| ENRICO MANTELLASSI | | 06.12.2007 | R.C. Meda |

Ospiti:

| Nome | Coniuge | Ospite di | Note |
|----------------------|---------|-----------|----------------------------------|
| GIOVANNI FERRARI | | Club | Relatore |
| ELENA COLOMBO | | Club | Relatore |
| ENZA REVELLI DI NOVA | | Club | Resp. Progetto "Salvacuore 2007" |
| CLAUDIO REVERBERI | | Frigerio | |

7 ospiti di Marina Cattaneo: Monitori di primo soccorso, Operatori Delta, Istruttore di BLSD

*In Dicembre, auguri di buon compleanno a:
Giuseppe Manfredi, Leopoldo Quintavalle, Michele Ramella*

Cronaca della Conviviale

“Salva-gente 2007 Mini Anne” così si chiama il progetto che è partito quest’anno per la formazione degli studenti della provincia di Como all’intervento di prima necessità nei confronti di persone colpite da infarto.

In collaborazione con Como-cuore, l’Asl e la croce Rossa di Cantù anche il nostro Club partecipa al progetto di diffusione, nelle scuole superiori del territorio, della conoscenza del massaggio cardiaco che è fondamentale per la rianimazione cardio-polmonare e cioè per riattivare il battito cardiaco subito dopo un infarto.

Ce lo illustra con grande chiarezza il prof. Giovanni Ferrari, già primario di cardiologia del S. Anna di Como ed attuale presidente di Como-cuore, l’associazione che tanto sta lavorando per diffondere l’uso di defibrillatori portatili nelle strutture di primo intervento come ambulanze, forze di polizia, ecc.



Il prof. Ferrari nel corso della sua relazione

□ **L’infarto, una causa grave di mortalità**

Le situazioni di arresto cardiaco rappresentano purtroppo un caso diffuso di mortalità o invalidità nelle nostre società.

In Italia ci sono ogni anno 60.000 morti improvvise; un numero spaventoso, un quinto o poco più delle morti per malattie cardiovascolari che sono circa 250.000 che a loro volta rappresentano circa la metà delle cause di morte nel nostro paese.

Quindi ci troviamo di fronte ad una patologia gravissima che è sempre stata caratterizzata da una sopravvivenza minimale: solo l’uno-due per cento riesce a sopravvivere a questa evenienza.

Ciò è dovuto al fatto che l’infarto ci getta in una condizione gravissima e repentina, nella maggior parte dei casi imprevedibile, che può colpire non solo dei soggetti che già soffrono da

anni di una malattia cardiaca di cui sia nota l’esistenza ma anche persone nel pieno delle proprie capacità fisiche e magari molto giovani.



Una platea molto attenta....

La stampa testimonia quotidianamente di morti improvvise che colpiscono giovani o meno giovani ma tutti caratterizzati da una suscettibilità miocardiaca, da questa aritmia grave che è la fibrillazione ventricolare. Ciò significa che il cuore in quella condizione impazzisce, perde il suo ritmo e non è più in grado di pompare con regolarità il sangue nell’organismo.

□ **L’importanza dei defibrillatori**

Questa situazione drammatica può essere risolta solo con l’applicazione di un sistema elettrico, un defibrillatore che, erogando un potente shock, è in grado di eliminare questi potenziali elettrici impazziti che stanno alla base della fibrillazione ventricolare e di consentire la ripresa del ritmo regolare del battito cardiaco.

Per ottenere questo però è necessario che ci sia una disponibilità quasi immediata di questo apparecchio. Ciò per ripristinare nel più breve tempo possibile la circolazione nel cervello. Esso non può rimanere senza l’ossigeno portato dal sangue, se non per pochissimi minuti: il tempo critico è di 4-5 minuti.

La nostra organizzazione del 118, per quanto efficiente ed efficace, non è tale da assicurare questi tempi, anche per difficoltà oggettive che sorgono al momento dell’evento infausto. Molto spesso il testimone non sa bene cosa fare: i minuti purtroppo volano prima che sia attivato il sistema di allarme con il 118, l’ambulanza più vicina sia stata allertata e sia riuscita ad arrivare sul teatro del dramma.

Le medie abituali ci parlano di 10-15 minuti complessivi: troppi! Fin dal 2000 si è avviata la distribuzione a tutte le croci del volontariato, sotto la direzione del 118, dei defibrillatori semiautomatici che vengono utilizzati con relativa facilità anche da persone che abbiano solo un minimo di nozioni sull’argomento.

L'apparecchio, attraverso gli elettrodi applicati sul torace, fa la diagnosi e con una voce automatica dice se c'è o non c'è un ritmo da defibrillare. A quel punto si pratica l'elettroshock.

Quindi il primo passo è stato quello di mettere a disposizione dei mezzi di soccorso circolanti sul territorio questo importante presidio salvavita. Si è cercato di dotare anche le forze dell'ordine con questi apparecchi ma la risposta non è sempre stata adeguata.

In ogni caso il territorio della provincia è ben presidiato con questi dispositivi. Circa 40 pazienti, sui quali si è intervenuti col defibrillatore, sono stati ricoverati al Sant'Anna nell'ultimo anno. Di questi il 25 % è deceduto mentre gli altri sono sopravvissuti: 20 senza disabilità, mentre una decina con danni cerebrali irreversibili.

□ Il massaggio cardiaco

Il cuore è in grado di sostenere un'ischemia prolungata, non così il cervello. Per proteggere il cervello occorre, come si diceva, intervenire con il massaggio cardiaco, prima del limite di quei fatidici 4-5 minuti, facendo in modo che almeno un minimo di circolazione ematica si mantenga a livello di questo organo.

Occorre anche tener presente che la maggior parte di questi incidenti non avviene per strada, dove il soggetto può essere subito soccorso, ma piuttosto fra le mura domestiche, dove è ancor più difficoltoso assicurare tempi rapidissimi di intervento, dovendosi trovare l'indirizzo, magari salire le scale e così via.

L'unico modo per cercare di contrastare questo flagello della morte improvvisa per arresto cardiaco è di insegnare al maggior numero possibile di persone come eseguire queste manovre di rianimazione, cioè a praticare il massaggio cardiaco e la ventilazione polmonare con la respirazione bocca a bocca.

In realtà l'intervento più importante è proprio il massaggio cardiaco perché è indispensabile ripristinare un minimo di circolazione di sangue, anche se scarsamente ossigenato, per preservare la vitalità delle cellule nervose del cervello.

Analizzando il problema ci si è resi conto che questa necessità poteva trovare un'ottima risposta nei giovani che sono ancora sui banchi di scuola. Se si riuscisse a introdurre questo tipo di insegnamento nei corsi di scienze ed esso potesse diventare addirittura materia d'esame, si porrebbero le condizioni per sviluppare nei

cittadini di domani una cultura adeguata alle situazioni di emergenza in cui può capitare a ciascuno di noi di essere nelle condizioni di salvare una vita.



Carlo ci mostra l'intreccio delle dita necessario per praticare il massaggio cardiaco. Mini Anne, il piccolo manichino, evidenzia l'area del torace dove applicare ritmicamente la compressione

Un buon numero di scuole si sono dette disponibili ad ospitare un breve corso di insegnamento per i ragazzi delle scuole medie superiori a ciascuno dei quali sarà messo a disposizione un manichino (mini Anne) su cui esercitarsi.

Esso è congegnato in modo da offrire alla pressione ritmica delle mani unite una resistenza simile a quella del corpo umano ed una risposta sonora quando la compressione raggiunge il livello adeguato.

Questo sistema consente di far pratica sul livello di pressione da esercitare sul torace.

Affinché l'intervento possa avere un esito positivo è necessario abbassare la regione sternale di almeno 4-5 centimetri. In questo modo si ottiene una pressione efficace sul cuore e questo riprende a spingere sangue nell'aorta.

E' auspicabile che dopo essere stata appresa dai ragazzi questa metodica possa essere estesa nel

cerchio della loro famiglia e delle loro conoscenze, in modo da raggiungere il massimo della diffusione nella comunità comasca.

I primi esperimenti sui ragazzi hanno dato risultati molto positivi grazie alla loro accoglienza entusiastica. L'obiettivo è di raggiungere 5.000 giovani della provincia.

Il relatore oltre a metterci a disposizione un certo numero di manichini, per una pratica dimostrazione, ci ha anche mostrato un breve filmato che dà la possibilità di apprendere rapidamente la tecnica del massaggio cardiaco.

Una delle cause degli effetti devastanti dell'infarto è costituita dai sintomi premonitori che sono molto spesso ignorati o sottovalutati. Essi si presentano diversificati e vanno dai dolori molto forti e insopportabili al torace a situazioni di malessere che potrebbero essere imputabili a cattiva digestione, dolori o sudorazioni passeggiare e così via. In queste condizioni è naturale che non si assumano particolari precauzioni e l'evento ci colga impreparati.

Solo nel 50% dei casi i pazienti arrivano in ospedale entro le 6 ore dall'infarto. Gli altri arrivano molto dopo. Purtroppo invece le cure vanno applicate il più rapidamente possibile per evitare la morte di parte del tessuto cardiaco nei casi molto diffusi di blocco delle coronarie.

□ Gli obiettivi di Como-cuore

Tre i fronti su cui Como-cuore si muove:

- La diffusione dei defibrillatori per il rapido soccorso;
- la diffusione della cultura del massaggio cardiaco per il mantenimento delle funzioni vitali;
- infine lo screening sulla popolazione giovanile per rivelare anomalie nascoste che determinano spesso un rischio potenziale molto grave anche in chi pratica sport senza essere a conoscenza di una predisposizione all'infarto, spesso di origine genetica ma che può essere curata.

Ovviamente un programma così ambizioso necessita di risorse economiche non indifferenti ma da oltre 20 anni Como-cuore ha potuto operare con successo grazie ai numerosi contributi che sistematicamente ha raccolto.

L'associazione Como-cuore, a fronte di offerte da parte di aziende, rilascia una cosiddetta "ricevuta di liberalità" che può essere scaricata in sede di bilancio grazie ad una legge che non a caso s'intitola: più dai meno versi.

In particolare, con 3.000 euro di offerta, le aziende possono ricevere da Como-cuore un defibrillatore, il corso di formazione e la suddetta ricevuta di liberalità.

□ Un corretto regime di vita

Il relatore non manca di ricordarci poi i benefici di un regime di vita e di alimentazione adeguati. Il rischio cardiovascolare può essere infatti ridotto molto significativamente seguendo una dieta in cui sia presente il pesce 2 o 3 volte per settimana, molta verdura e frutta, comprese noci (non più di 2, 3 al giorno), mandorle, cioccolato, senza dimenticare i benefici del tanto contestato aglio. Un'attività fisica controllata, che si concretizzi in un'ora di marcia veloce, almeno tre volte la settimana, va sempre bene.

Non è stata riscontrata una sicura correlazione tra le disfunzioni del ritmo cardiaco in portatori di pace-maker e le radiazioni elettromagnetiche del telefono cellulare.

Buone notizie dalla medicina sportiva che vede l'Italia all'avanguardia per l'attenzione posta verso i rischi cardiovascolari. I giovani sportivi di Carimate, ad esempio, sono da anni sistematicamente sottoposti alle analisi degli specialisti di Como-cuore.

Il prof. Ferrari ci ha riportati alla consapevolezza di quanto allarmante sia il rischio dell'infarto, un nemico insidioso e micidiale di fronte al quale non possiamo che riflettere sull'impotenza e la fragilità che caratterizzano la nostra dimensione umana.

Notizie rotariane

□ Campionato di sci dei Rotary Club

Il 1° Campionato di Sci dei Rotary Club Italiani: si svolgerà a Limone Piemonte dal 23 al 27 gennaio 2008, organizzato dal Rotary Club Cuneo e dal Rotary Club Cuneo Alpi del Mare. Per informazioni rivolgersi alla segreteria distrettuale.

□ Corsi di informatica e di inglese

Il nostro Club ha in programma l'istituzione di corsi di informatica per principianti e persone che già usano il computer nonché di inglese pratico ed elementare per le signore che possono essere interessate. Col prossimo mese di gennaio daremo notizie dettagliate e raccoglieremo le iscrizioni.

Anche il Distretto sta organizzando a Milano corsi di informatica a cura della Commissione Informatica, ed aperti a tutti i soci e ai rispettivi coniugi che avranno luogo in febbraio 2008 nei giorni 20 - 21 e 27 - 28.

Il programma si pone l'obiettivo di porre i Rotariani in grado di utilizzare gli strumenti informatici ormai indispensabili per comunicare in modo efficace sia all'interno del Rotary che con il mondo intiero.

Gli argomenti trattati riguardano il sistema operativo Windows, il programma Word per elaborare testi, l'utilizzo della posta elettronica con Outlook e la navigazione in internet.

Le lezioni saranno tenute da docenti professionisti messi cortesemente a disposizione dalla TC Sistema ed avranno luogo presso la

Società Incoraggiamento Arti e Mestieri (SIAM 1838) Via Santa Marta 18, Milano, in aule appositamente attrezzate e dotate di PC idonei allo scopo.

Ogni socio può iscriversi, così come il rispettivo coniuge. I posti sono limitati a 15 partecipanti per corso. Il Distretto terrà conto delle priorità temporali di iscrizione. Richieste numeriche eccedenti saranno prese in considerazione per eventuali rinunce da parte di partecipanti già iscritti.

ROTARY CLUB CANTÙ

il programma dei prossimi appuntamenti del club

| | | | |
|--|---|-------------------------|---|
| Martedì 11 Dicembre Ore 20:00 Carimate |  | <i>Serata Natalizia</i> |  |
|--|---|-------------------------|---|

| | |
|---|--|
| Martedì 18 Dicembre Ore 12,30 Carimate | Le socie Rita Mascia e Rosella Pastori si raccontano |
|---|--|

| | | |
|--|--------------------|--|
|  | <i>Buone Feste</i> |  |
|--|--------------------|--|

| | |
|---|---|
| Martedì 8 Gennaio Ore 12,30 Villa Argenta | La dr.ssa Gualandris, specialista nella gestione delle risorse umane, interverrà sul tema "L'azienda a caccia di talenti, come riconoscerli, gestirli e accompagnarli nella crescita" |
|---|---|

EVENTI DISTRETTUALI

Dicembre 2007

| | | |
|-----------------------------|--|--|
| venerdì 14 (20.30/21.45) | Concerto di Natale. Il programma prevede: <input type="checkbox"/> due canti di Natale, per coro, orchestra e organo; <input type="checkbox"/> Cantique de Jean Racine, per coro, orchestra e organo; <input type="checkbox"/> Te Deum in Re maggiore, per soli coro e orchestra. | Milano - Duomo Dirige il Maestro Adriano Bassi. |
|-----------------------------|--|--|

Gennaio 2008

| | | |
|--------------------------|---|--|
| venerdì 25 (18.00/20.30) | <i>2° Incontro Nuovi Soci (ultimi due anni)</i> | Saronno - Villa Gianetti, Via Roma 16 |
|--------------------------|---|--|

Febbraio 2008

| | | |
|---------------------------|---|--------|
| lunedì 18 (20.30 / 22.15) | <i>Premio Rotary alla professionalità</i> | Milano |
|---------------------------|---|--------|

| | | |
|--------------------------|---|--|
| venerdì 29 (18.00/20.30) | <i>3° Incontro Nuovi Soci (ultimi due anni)</i> | Bergamo presso SIAP - Via San Bernardino 92 |
|--------------------------|---|--|