

Giovedì in Teatro Con il primario e i medici della SOC Cardiologia del Santo Spirito

Pianeta cuore: lezioni agli studenti, dimostrazioni pratiche al 'Tartara'

Funzioni, patologie, corretti stili di vita Nardi, Mazzarino e Pollarolo hanno intrattenuto con l'apporto di video centinaia di studenti delle scuole superiori cittadine



CASALE MONFERRATO

Il Cuore Giovane di Casale. Centinaia di studenti delle scuole superiori cittadine hanno partecipato ieri, giovedì, all'evento che il Comune ha organizzato con la Cardiologia del Santo Spirito e l'ASL. E' stato il primo di una serie di appuntamenti dedicato alla prevenzione e informazione socio-sanitaria, un percorso di dialogo coi giovani - recita una nota del Comune - per ottenere risultati significativi e importanti. All'evento hanno collaborato l'ANMCO e la Fondazione per il Tuo Cuore.

Il direttore della SOC Cardiologia **Federico Nardi** - dopo il saluto dell'assessore **Luca Novelli** - ha tenuto una brillante lezione sulle funzioni e le patologie del cuore con l'apporto di video. Nardi ha coinvolto la platea studentesca con il 'tum tam' i battiti atriali e ventricolari del muscolo cardiaco. «Il cuore è una pompa - ha detto il primario che è candidato alla presidenza nazionale dell'Associazione Cardiologi - e la contrazione cardiaca avviene con l'impulso elettrico». Poi, una serie di dati: la cardiopatia ischemica rappresenta la prima causa di morte in Italia, gli attacchi cardiaci sono 160mila ogni anno, uno ogni quattro minuti. Aritmie, cardiopatie, infarto, ischemia delle valvole le patologie più ricorrenti dell'apparato cardiovascolare. Nardi ha parlato molto di prevenzione: «Quando si entra in ospedale si esce riparati, non nuovi». Immagini hanno proiettato arterie ostruite dal colesterolo con le placche che producono l'infarto. La situazione viene normalizzata con l'introduzione del catetere con il cosiddetto palloncino con la retina che serve ad allargare l'arteria e far circolare correttamente il flusso sanguigno. Poi l'esempio del pace-maker per chi soffre di aritmie.

I cardiologi del Santo Spirito Mazzarino e Pollarolo hanno trattato fumo, alcol, droghe, alimentazione corretta per il benessere del cuore Il ciclo di lezioni sono state poi completate da due dirigenti medici della cardiologia: **Stefano Mazzarino** e **Luigi Pollarolo**.

Mazzarino ha trattato l'argomento del fumo e

delle droghe. «Il termine droga deriva dall'olandese drag che significa spezia alludendo a quanto arrivava dalle Indie Orientali. Ma droga significa anche cibo, spezia da cucina, farmaco. Ma droga è anche ciò che induce assuefazione e include sul cervello e il sistema nervoso. Il fumo non è un vizio ma una dipendenza, una malattia che produce danni all'ambiente e danneggia cuore, polmoni e fegato. Un pacchetto di sigarette al giorno incide sull'ipertensione, colesterolo, diabete. Ma anche il fumo passivo e lo smog sono altrettanto nocivi. Il fumo uccide? Sì, entro il 20230, è questa la previsione, moriranno per il fumo otto milioni di persone all'anno».

Poi, l'esame dei cannabinoidi, eroina, cocaina, codeina. «La cannabis provoca effetti psicotropi, l'eroina danni cardiaci. Fino al 1925, in Portogallo, lo sciroppo per la tosse era a base di eroina! E, per curare il mal di denti dei bambini, anche in Italia, si prescriveva la cocaina... Cocaina che si fuma, attraverso il crack, e produce aritmie, morti improvvise, infiammazioni cardiache, infarti, disfunzioni erettili».

L'insufficienza cardiaca - ha poi sottolineato Mazzarino - uccide più del cancro. Poi l'alcol. Un bicchiere di vino a pasto non fa male in quanto il fegato lo metabolizza in maniera corretta, è l'abuso che danneggia cuore e arterie. «Il vino va gustato come un alimento, è l'acqua che si beve». Pollarolo ha trattato il tema dell'alimentazione corretta: mangiare con il cuore. Frutta e verdura, attività fisica, glicemia controllata. Il cardiologo ha passato in rassegna i 'mattoni' del corpo: proteine, fondamentali per costruire gli enzimi e per far funzionare le cellule, i grassi che danno energia (olio extravergine d'oliva, di semi e burro), i carboidrati, la benzina per il corpo, le vitamine, i sali minerali, l'acqua. Spazio poi alla piramide alimentare, alla dieta mediterranea che ingloba tutti i nutrienti necessari per un corretto stile di vita.

Wake me up... prove pratiche di rianimazione Passeggiata sul Lungo Po con le Guardie Ittiche Cardiologi e studenti si sono poi trasferiti al 'Tartara' dove le associazioni cittadine di Croce Bianca, Croce Rossa, Croce Verde e Misericordia hanno proposto Wake me up... prove pratiche di rianimazione cardiopolmonare con l'ausilio di manichini. Il programmato Run boy run, la passeggiata dimostrativa sul Lungo Po per spiegare l'importanza del movimento fisico come prevenzione alle malattie cardiache non è stata fatta per l'impraticabilità del terreno.

Pier Luigi Rollino