



Cervello e Trombosi

Il cervello è un organo nobile: governa tutte le funzioni del nostro corpo e della nostra mente. Quando il cervello si ammala il paziente precipita in un dramma, e la sua famiglia con lui.

L'Ictus è il nemico più temibile per il cervello: colpisce 120.000 persone ogni anno in Italia, non solo anziani, anche giovani, addirittura bambini.

Evitare l'Ictus è necessario, recuperare è possibile, prevenirlo è un obbligo:

lo **stile di vita** è fondamentale, la **conoscenza** è indispensabile.

Il compito di ALT è **educare alla salute**:

un compito molto difficile, il nostro, cerchiamo di svolgerlo al meglio, falliamo se non siamo ascoltati, e chi ci legge può trarne vantaggio, ma solo **se lo vuole**.

Chiudere gli occhi e tappare le orecchie non salva la vita.

Conoscere l'avversario, riconoscerlo e agire tempestivamente sì. Imparare a riconoscere i **campanelli di allarme** è indispensabile, per noi stessi, ma anche per chi ci vive accanto.

Ma quello che sappiamo non basta: abbiamo bisogno di **ricerca scientifica** e dobbiamo sostenere chi la fa.

Dobbiamo aiutare il lavoro degli **scienziati** che studiano i meccanismi che portano alla formazione di un Trombo nel cervello e i modi per dissolverlo.

Il loro lavoro porta beneficio a noi tutti, il nostro lavoro diffonde i risultati delle loro **ricerche**, il premio di questo impegno significa salute per molti.

Dobbiamo riuscirci, **insieme**.

Il Presidente
Lidia Rota Vender



ANNO XIX - N. 66

Agosto 2009

Direttore responsabile
Claudia RotaTesti di
Lidia Rota Vender
Roberto Sterzi
Maria Chiara Chistoni
Marina Trovò
Viola Dapiaggi**Editore**ALT - Associazione
per la Lotta alla Trombosi e
alle malattie cardiovascolari - Onlus
Via L. da Viadana, 5
20122 Milano
tel. 02.58.32.50.28
fax 02.58.31.58.56
alt@trombosi.org
www.trombosi.org**Comitato scientifico**Valentin Fuster
Zaverio M. Ruggeri
John Martin
Irwin H. Rosenberg
Giorgio Agrifoglio
Rosario Brancato
Angelo Branzi
Marco Cattaneo
Sergio Coccheri
Gaetano Crepaldi
Giovanni de Gaetano
Leandro Gennari
Gian Franco Gensini
Adalberto Grossi
Daniela Mari
Roberto Sterzi**Segreteria scientifica**Marco Moia
Francesco Saverio Dioguardi
Elena Maria Faioni**Realizzazione editoriale****Stampa**
Leva Arti Grafiche S.p.A
Viale Edison, 605
20099 Sesto San Giovanni**Abbonamento annuo 17 euro**
c/c postale n. 50 29 42 06**In questo numero:**

<i>Ictus: che cos'è?</i>	2
<i>Una finestra sull'Europa</i>	14
<i>Lavori in corso</i>	15



I testi che seguono sono stati realizzati grazie alla collaborazione del dr. Roberto Sterzi, Direttore S.C. Neurologia – Stroke Unit, presso l'ospedale Niguarda Ca' Granda di Milano. E' membro del Comitato Scientifico di ALT e coautore delle Linee Guida Italiane per la prevenzione dell'Ictus cerebrale (SPREAD). Dal 2007 al 2009 è stato Vicepresidente della Società Italiana di Neurologia (SIN).

Dal 1999 al 2004 è stato Presidente Regionale di ALICE-Lombardia (Associazione per la Lotta all'Ictus cerebrale), diffusa sul territorio nazionale italiano, che raccoglie familiari di pazienti colpiti da Ictus, medici, infermieri e volontari, con l'obiettivo di migliorare la qualità della vita dei pazienti affetti da Ictus (www.aliceitalia.org).

Ictus: che cos'è?

Molti ne hanno sentito parlare, pochi sanno davvero di che cosa si tratti.

Tutti sanno che cos'è l'Infarto o che cosa sono i tumori: eppure l'Ictus colpisce più dei tumori. Forse lo consideriamo in qualche modo inevitabile e quindi non meritevole di attenzione? Noi crediamo valga la pena parlarne.

Perché Ictus?

L'Ictus colpisce 140.000 persone ogni anno in Italia, l'equivalente degli abitanti di una grande città.

E' la prima causa di invalidità e la terza causa di morte per la popolazione generale.

Una persona su tre sopravvive ma ne porta per sempre i segni, una su tre recupera completamente, ma rimane con il terrore che succeda di nuovo, una su tre purtroppo perde la vita. Nella stragrande maggioranza dei casi l'Ictus è provocato da una Trombosi.

Come tutte le malattie da Trombosi, anche l'Ictus può essere riconosciuto e curato. Il tempo è un fattore determinante per il recupero delle



funzioni del cervello minacciate dall'Ictus: prima vengono riconosciuti i segni sospetti, prima viene fatta la diagnosi, prima viene impostata la cura, più alta sarà la probabilità di salvare il paziente e ridargli l'integrità. **Il tempo è cervello.**

Chi colpisce?

Diventa più probabile man mano che l'età avanza: e, poiché la popolazione del mondo industrializzato vive sempre più a lungo i casi di Ictus sono destinati ad aumentare.

Colpisce solo i vecchi?

NO, purtroppo: anche se più raramente, può colpire anche i giovani, uomini e donne, e addirittura i bambini.

Ictus e Stroke sono la stessa cosa?

SI: Stroke è il termine inglese che equivale a Ictus, che in latino significa **"colpo"**: ancora oggi si usa dire "...ha avuto un colpo apoplettico".

L'Ictus si manifesta molto spesso a ciel sereno, un vero fulmine, in pieno benessere.

L'Ictus che cos'è?

E' la conseguenza della morte di alcune cellule del cervello.

Il cervello è come un enorme quadro elettrico, al quale improvvisamente manca la corrente: alcuni tasti si rompono, le funzioni che dipendevano da quei tasti si spengono e non sempre possono riaccendersi.

L'interruzione di corrente può essere **momentanea** oppure **permanente**: può colpire una parte estesa o

molto piccola, può essere causata da una Trombosi, da un Embolo o da un'Emorragia.

Qualunque sia la causa, se le cellule del cervello rimangono senza ossigeno per un periodo troppo lungo muoiono.

Perché un Trombo?

Perché il sangue, a volte coagula in modo inappropriato e il Trombo (coagulo) rallenta o riduce del tutto l'arrivo del sangue a una parte del cervello.

Perché un Embolo?

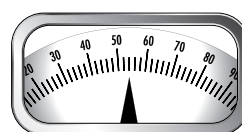
Perché i Trombi possono formarsi nel cuore o nell'aorta o nelle arterie carotidi e, se non si sciolgono, possono **frammentarsi** e dare origine a Emboli. Questi frammenti di Trombo viaggiano nella circola-

Per determinare se il nostro corpo ha il giusto equilibrio fra massa grassa e muscoli, possiamo utilizzare un indice detto BMI - Body Mass Index (indice di massa corporea). Va calcolato con la seguente formula:

*Peso (in kg) : altezza² (in metri)
ad esempio*

65 kg : (1,78)² = 65 : 3,17 = 20,5

UNA VITA SU MISURA



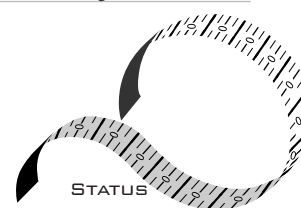
BODY MASS
INDEX

BODY MASS INDEX	DIAGNOSI
> 40	Sovrappeso di 3° grado
30 - 40	Sovrappeso di 2° grado
25 - 30	Sovrappeso di 1° grado
18,5 - 25	Normopeso
< 18,5	Sottopeso

DIAGNOSI

E se non volete fare tanti conti misurate il girovita.

DONNA	UOMO
GIROVITA	GIROVITA
< 80 cm	< 94 cm
81 - 87 cm	95 ÷ 101 cm
> 88 cm	> 102 cm



STATUS

Normale
Da ridurre
È urgente dimagrire



zione del sangue e si fermano quando raggiungono un vaso di dimensioni piccole che non ne permette il passaggio. Le cellule che ricevevano ossigeno e nutrimento da quel vaso soffrono e muoiono, e la loro funzione è perduta.

Perchè un'Emorragia?

Perchè le arterie invecchiano, soprattutto se vengono messe alla prova dall'aterosclerosi, dalla pressione alta, dal fumo, dallo stress: se si rompono il sangue non arriva a destinazione e le cellule del cervello rimangono senza nutrimento e muoiono. A volte nelle arterie del cervello è presente una malformazione o un **aneurisma**, una dilatazione di una parete sottile, tanto fragile da rompersi.

Quanto è grave l'Ictus?

Dipende da che cosa l'ha determinato, dall'estensione e dall'importanza della parte colpita.

Nel cervello ogni area ha una **funzione**

precisa: la parola, il movimento, il pensiero, la capacità di ricordare, di fare calcoli, di parlare una lingua straniera, di rimanere in equilibrio, di vedere.

Il danno dell'Ictus dipende da quale funzione si perde.

L'Ictus è più grave se il vaso colpito è grande e si chiude completamente.

L'Ictus è sempre devastante?

NO: a volte le arterie si chiudono temporaneamente, ma poi si riaprono entro qualche **minuto** o qualche **ora**. In questo caso si tratta di un Attacco Ischemico Transitorio o **TIA:** la parola "transitorio" non deve trarre in inganno, il TIA è un campanello d'allarme grave, che precede un attacco successivo.

Ictus da emorragia o da ischemia: danno gli stessi sintomi?

SI, purtroppo.

Solo la **TAC** eseguita d'urgenza in ospedale potrà indicare di quale tipo di Ictus si

PER TENERE SOTTO CONTROLLO L'IPERTENSIONE
È IMPORTANTISSIMO CHE IL **PROPRIO GIRO** VITA SIA:

**minore di 102
negli uomini**



**minore di 88
nelle donne**



tratta e la cura sarà completamente diversa. L'Ictus ischemico è il più frequente: su 100 casi, oltre 85 sono dovuti a Trombosi o Embolia.

L'Ictus emorragico è responsabile di 15 casi su 100.

Alcuni Ictus incominciano con un'ischemia, ma poi si trasformano in emorragia: sono i casi più gravi, che mettono a dura prova la possibilità del medico di fare diagnosi e di curare.

Perchè un Trombo nel cervello?

Perchè il rivestimento interno delle **arterie** (endotelio) si rompe o è infiammato, per esempio per la presenza di aterosclerosi, e il sangue è eccessivamente incline a coagulare (è troppo "denso").

Perchè si forma un Embolo?

Perchè in un'arteria lontana dal cervello si è formato un Trombo, che ha lasciato partire frammenti chiamati Emboli oppure perchè il cuore non batte con regolarità

(**fibrillazione atriale** o aritmia) o ha le **valvole** malate. In questo caso il sangue al suo interno ristagna e forma microtrombi che viaggiano nel sangue e raggiungono il cervello.

Oppure perchè le arterie carotidi sono incrostate di **placche aterosclerotiche**, che sporgono nel lume e attivano la coagulazione del sangue, che forma dei Trombi sulla loro superficie: Trombi che vorrebbero guarire la placca e, invece, possono frammentarsi e dare Ischemia cerebrale.

Qualunque sia la causa, Trombo o Embolo, la conseguenza è la stessa: il sangue non arriva, la cellula reclama ossigeno e, se non lo ottiene, muore.

Perchè serve l'ossigeno?

Perchè è il carburante che permette a tutte le cellule di funzionare.

Il cervello rappresenta solo il 2% di tutto il nostro corpo, ma è vorace e consuma fino all'**85% dell'ossigeno** che respiriamo grazie ai nostri polmoni.

L'ICTUS: VERO O FALSO?

- Non può essere curato: **falso** - può essere curato se viene sospettato, diagnosticato e se si agisce in tempo.
- Colpisce solo gli anziani: **falso** - può colpire a qualunque età, anche se è più frequente negli anziani.
- Interessa il cuore: **vero** - gli Emboli che causano l'Ictus possono partire dal cuore.
- Interessa il cervello: **vero**.
- Le funzioni perdute sono irrecuperabili: **falso** - in ogni zona del cervello ci sono cellule capaci di svolgere le funzioni di quelle perdute, ma devono essere "allenate", devono imparare a svolgere una funzione, partendo da zero, come se si fosse tornati neonati.
- Il recupero dura tutta la vita: **falso** - può durare tutta la vita, ma i risultati migliori si ottengono con un intervento di riabilitazione tempestivo nei primi sei mesi.
- E' inevitabile: **falso** - l'Ictus può essere evitato in 80 casi su 100.



L'Ictus può colpire senza dare segni?

SI: quando colpisce zone del cervello che non hanno una funzione immediatamente riconoscibile oppure cellule “di riserva” che sanno fare tutto, ma non sono “accese”.

L'Ictus ha a che fare con la demenza?

SI: la demenza vascolare è il risultato di una progressiva perdita di funzioni cognitive (memoria, capacità di riconoscere il tempo, lo spazio e le persone, ricchezza del linguaggio...).

È causata spesso da una serie di piccoli **Infarti** lacunari, nessuno dei quali dà un sintomo eclatante, ma che nel loro insieme subdolamente **minano le funzioni cerebrali**.

ICTUS: SEGNI E SINTOMI

Improvvisa perdita della capacità di parlare, di articolare le parole, di esprimere un concetto o di riconoscere le persone e gli ambienti: **afasia**.

Improvvisa perdita della forza in un braccio o in una gamba da un lato del corpo, dal lato destro o da quello sinistro: **emiparesi**.

Improvvisa comparsa di formicolii o perdita di sensibilità in metà del corpo: **parestesia**.

Improvvisa perdita della capacità di vedere con un occhio: **cecità**.

Improvvisa perdita della capacità di **coordinare** i movimenti.

Improvvisa perdita dell'**equilibrio** o comparsa di vertigini, non isolate.

Improvvisa comparsa di un forte **mal di testa**, simile al dolore provocato da una coltellata alla nuca: può essere segno di emorragia cerebrale.

Succede negli anziani, in coloro che sono diabetici o hanno la pressione troppo alta e non si curano adeguatamente.

Che cos'è l'emorragia subaracnoidea?

È una raccolta di sangue causata dalla **rottura di un vaso** per un trauma o per un

ICTUS: QUANTO COSTA ALLA SOCIETÀ

L'ictus costa a chi lo subisce, alla sua famiglia e alla società.

Chi è colpito perde il suo ruolo nella famiglia e nella società, ha bisogno di cure e di riabilitazione: i costi diretti e indiretti derivanti da un Ictus cerebrale sono **assai elevati**. Uno studio tedesco ha valutato che ogni paziente colpito da Ictus costa da 18.000 a 50.000 euro per le cure e la riabilitazione: dato il numero di pazienti colpiti ogni anno, si calcola che la spesa per assistere questi pazienti abbia un impatto enorme sul servizio sanitario nazionale. E non solo: si devono aggiungere i **costi** a carico dei parenti, quelli derivanti dalle ore di lavoro perse e dal venire meno di ruoli importanti per le dinamiche **familiari** (si pensi alla situazione che si viene a creare quando la nonna, che accudisce i nipotini per aiutare la figlia lavoratrice, viene colpita da un Ictus).

aneurisma, che si raccoglie sotto l'aracnoide, membrana che avvolge il cervello. Il sangue fuoriuscito occupa spazio e comprime una parte del cervello, che lo segnala con sintomi da sofferenza cerebrale.

Più il **versamento di sangue** è esteso, più grave sarà l'Ictus e maggiore sarà il rischio



di perdere la vita o di non recuperare le funzioni vitali.

L'Ictus dà sintomi sempre uguali?

NO: dà sintomi diversi in funzione di quali aree colpisce. Se colpisce la zona di comando del sistema motorio si avrà una **paralisi**; se colpisce la zona che governa la sensibilità al tatto si avranno **disturbi sensitivi**.

Tutti reagiscono all'Ictus nello stesso modo?

NO: gli effetti dell'Ictus dipendono dallo stato di **salute generale** della persona colpita. La presenza di altre malattie o di fattori aggravanti rende più difficile il recupero. Ogni Ictus è differente e le persone colpite hanno conseguenze diverse per severità e durata.

Cos'è il "TIA"

TIA significa attacco ischemico cerebrale transitorio: i sintomi regrediscono nell'arco di qualche minuto o di qualche ora. Ma **non va sottovalutato**: è comunque un Ictus, anche se si risolve. Va sempre segnalato al medico.

Il TIA è pericoloso?

SI: è un importante campanello d'allarme, perché può precedere un Ictus vero e pro-

prio. Quanto più frequenti sono i TIA, tanto più attenta deve essere la sorveglianza del medico.

ICTUS: i colpevoli

I fattori di rischio che, da soli o insieme, aumentano la probabilità di andare incontro a un Ictus sono numerosi e li conosciamo bene: sono i soliti noti, che formano una squadra di **complici** che concorrono a creare il danno. Più numerosi sono i complici della squadra, tanto più probabile sarà la malattia. Questi complici possono essere identificati e poi neutralizzati: non dal medico da solo, ma soprattutto da un paziente attento e conscio dell'importanza della propria salute. I farmaci possono aiutare, ma né i farmaci né il medico possono salvare chi non si aiuta da solo, anche cambiando stile di vita.

La pressione alta provoca l'Ictus?

SI: l'ipertensione è il principale fattore di rischio per Ictus cerebrale, quando è scoperta tardi o quando è curata male o per nulla.

L'ipertensione può causare Ictus ischemico, ma anche emorragico. Un'elevata pressione sistolica (massima superiore a 145 mm Hg) o diastolica (minima superiore a 90 mm Hg) può causare un Ictus.

ATTIVITA' FISICA: ISTRUZIONI PER L'USO

Tutti dovrebbero arrivare a fare almeno 30-40 minuti di attività fisica aerobica moderata tutti i giorni: una normale manutenzione del sistema circolatorio, delle ossa e dei muscoli.

Chi non è abituato a farlo, deve cominciare gradualmente, aumentando progressivamente il tempo dedicato e l'intensità dello sforzo.

Sono consigliati: camminata a passo sostenuto, nuoto, ballo, bicicletta, cyclette.

Si inizia con 5-10 minuti di riscaldamento, 20-30 minuti di attività più sostenuta e si conclude con 5-10 minuti finali di defaticamento.



Il diabete provoca l'Ictus?

SI: il diabete raddoppia e quasi triplica il rischio di Ictus.

Diabete e pressione alta insieme aumentano il rischio aumenta.

Il fumo di sigaretta provoca l'Ictus?

SI: in modo graduale e progressivo il fumo di sigaretta provoca sofferenza delle pareti interne delle arterie e delle cellule cerebrali, perché la nicotina è un vasocostrittore (riduce il lume delle arterie) e ne infiamma le pareti interne attivando i meccanismi che accelerano l'aterosclerosi e provocano Trombosi cerebrale.

Uomini e donne fumatori, indipendentemente dall'età, hanno una **probabilità tripla** di Ictus rispetto a coloro che non fumano.

La droga provoca l'Ictus?

SI: cocaina, eroina ed ecstasy sono causa assai frequente di Ictus nei giovani, ne basta una dose!

Tutte le droghe, anche quelle definite leggere, provocano comunque una progressiva **sofferenza irrecuperabile** di un numero di cellule cerebrali sempre più grande.

L'Ictus dipende dall'età?

SI: l'avanzare degli anni rende più probabile l'Ictus, soprattutto dopo i 65 anni.

Probabilità di una persona di 45 anni di incorrere in un Ictus espressa come % all'anno

Età	uomini	donne
65 anni	3	3
75 anni	10	6
85 anni	24	18
90 anni	33	28

L'Ictus può partire dalle carotidi?

SI: le carotidi sono le due arterie, destra e sinistra, che portano il sangue dal cuore al cervello. Se si ammalano di aterosclerosi possono chiudersi progressivamente o in modo improvviso, fino a ridurre e bloccare l'arrivo del sangue al cervello. Dalla parete interna di una carotide malata per una placca aterosclerotica possono staccarsi **Trombi** che arrivano a chiudere le arterie cerebrali.

La fibrillazione atriale provoca l'Ictus?

SI: la fibrillazione è un disturbo del ritmo del cuore (**aritmia**), che si muove in modo scomposto. Al suo interno si formano Trombi che imboccano l'aorta, arrivano alle arterie del cervello e le chiudono, bloccando l'arrivo del sangue e causando un'Ischemia cerebrale. E' l'aritmia cardiaca più frequente nell'età avanzata: colpisce fino a **3 persone su 100** dopo i 60 anni e moltiplica il rischio di Ictus di cinque volte.

Un paziente con fibrillazione atriale su tre va incontro a un Ictus, se non si cura.

L'Infarto provoca l'Ictus?

SI: chi soffre di malattia coronarica (car-

ICTUS: AMBIENTE CLIMATICO E SOCIALE

L'Ictus è più frequente nel Nord Europa e meno nei Paesi mediterranei.

Temperature stagionali troppo calde o troppo fredde ne aumentano la probabilità.

E' più frequente nelle fasce di popolazione a reddito più basso e con bassa scolarità.



diopatia ischemica, infarto, angina) o di insufficienza cardiaca ha una probabilità aumentata di andare incontro a un Ictus: doppia negli uomini, tripla nelle donne.

Colesterolo e Obesità provocano l'Ictus?

SI: chi è sovrappeso o addirittura obeso ha spesso anche la pressione alta, la glicemia mossa o il diabete, il colesterolo e i trigliceridi alti nel sangue e si ritrova quindi ad avere numerosi complici che, con il passar del tempo, aumentano la probabilità di andare incontro a un Ictus cerebrale.

Ritrovare o mantenere un peso adeguato alla propria altezza aiuta a ridurre il rischio di Ictus, negli uomini e nelle donne.

L'alcool provoca l'Ictus?

SI: alcuni studi epidemiologici hanno evidenziato che chi beve alcool in eccesso ha un rischio aumentato di incorrere prima o poi in un Ictus cerebrale.

Un consumo eccessivo di alcool danneggia le arterie in modo diretto e indiretto, attraverso l'aumento della pressione del sangue, il rialzo dei valori di trigliceridi, l'aumento del peso.

L'alcool, inoltre, provoca a lungo andare **insufficienza cardiaca**, o **cardiopatía dilatativa**, condizioni che predispongono all'Ictus cerebrale.

Gli ormoni provocano l'Ictus?

Gli studi più recenti hanno allarmato i medici mettendo in relazione l'aumentata percentuale di Ictus nelle donne che assumono a lungo terapia ormonale sostitutiva della menopausa, soprattutto se fumano e soffrono di emicrania.

L'inquinamento provoca l'Ictus?

Non è certo, ma sembra che i veleni presenti nell'aria che respiriamo possano aumentare la probabilità di Ictus cerebrale

ICTUS E OMOCISTEINA

L'omocisteina è un aminoacido presente nel sangue di tutti. E' indispensabile per il metabolismo delle cellule. In quantità adeguata è preziosa, in quantità eccessiva danneggia le pareti delle arterie e delle vene e può provocare una Trombosi.

Piccoli Ictus ripetuti e silenti, causati da un **elevato livello** di omocisteina, possono rovinare progressivamente le funzioni cerebrali (vasculopatia cerebrale cronica) e nel tempo provocare demenza. Le **vitamine del gruppo B** aiutano a mantenere normali livelli di omocisteina nel sangue, così come un'alimentazione ricca di frutta e verdura e povera di grassi.

E' probabile trovare elevati livelli di omocisteina in persone che fumano, che hanno una ridotta funzione renale, che hanno una mutazione di un enzima (MTHFR) addetto al metabolismo dell'omocisteina, che hanno malattie dello stomaco o dell'intestino.

attraverso un'attivazione del sistema della coagulazione del sangue.

E lo stress?

Lo stress, soprattutto se intenso e protratto, aumenta la pressione del sangue e libera sostanze che causano una riduzione di calibro delle arterie, anche di quelle cerebrali, riducendo il flusso di sangue e favorendo l'Ictus.

Quali sono i sintomi da non sottovalutare?

Una parte del viso non si muove, la palpe-



bra non si chiude o non si apre, l'angolo della bocca da un lato non si distende in un sorriso.

Un lato del corpo non si muove o ha perso la forza, la mano non riesce a stringere una posata.

Una gamba perde forza, il corpo si sbilancia da un lato, è difficile mantenere la stazione eretta, si tende a deviare da un lato durante il cammino.

ICTUS E GIOVANI

Su 100.000 persone con meno di 50 anni, l'Ictus ne colpisce ogni anno dieci. E' come se ogni anno in una città di 10.000 abitanti un giovane venisse colpito da Ictus, o 100 giovani in una città di un milione di abitanti.

In Italia l'Ictus colpisce ogni anno circa 4.200 persone che hanno meno di 45 anni e 6.200 che hanno fra 45 e 55 anni. Rischiano anche i bambini, soprattutto in concomitanza con malattie infettive come la meningite, e i neonati, quando appartengono a famiglie con un'elevata incidenza di eventi vascolari.



Il R.I.T.I. (Registro Italiano Trombosi Infantile), finanziato e sostenuto da ALT, è stato ideato con l'obiettivo di mettere in collegamento fra loro i medici che si imbattono in un Ictus infantile o giovanile, per scambiare le proprie conoscenze e condividere la propria competenza ed esperienza con i colleghi, per migliorare la diagnosi e la cura di questi pazienti, per fortuna rari, ma colpiti in modo drammatico.

Un occhio non vede una parte del campo visivo. Non si riesce ad esprimere un concetto con termini appropriati e abituali e non si riescono ad articolare le parole, che risultano impacciate.

Nel sospetto di un Ictus cosa si deve fare?

Chiamare immediatamente il 118 avvertendo che si tratta di un sospetto di Ictus e l'ambulanza porterà rapidamente il paziente in ospedale per gli accertamenti e le cure: non indugiare, **il tempo è cervello!**

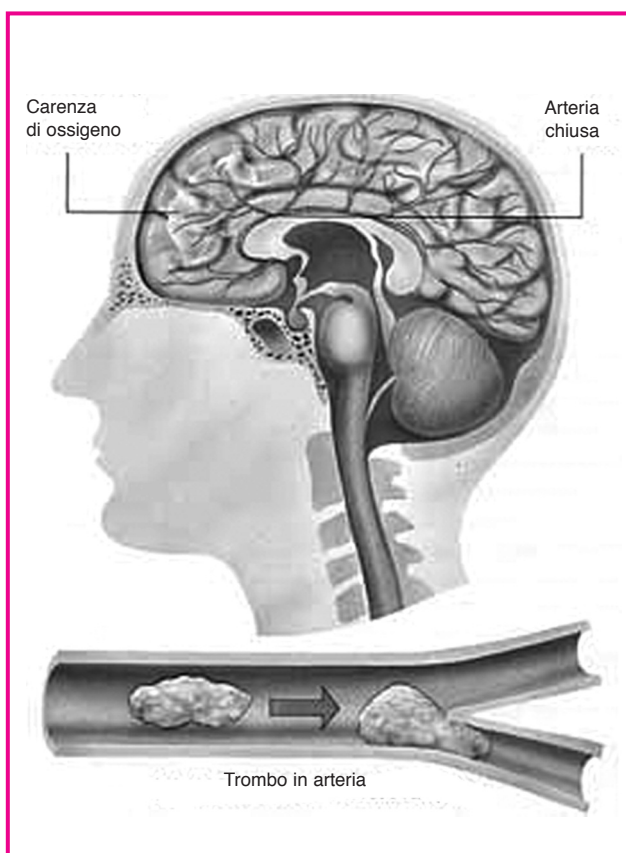
In ospedale verrà eseguita una TAC che permette di differenziare rapidamente un'ischemia da un'emorragia. Nel primo caso verranno somministrati farmaci che servono per sciogliere il Trombo o l'Embolo, nel secondo verrà valutata la gravità dell'emorragia e decisa l'opportunità di svuotare chirurgicamente la raccolta di sangue, per ridurre le conseguenze causate dalla compressione esercitata dal sangue sulle cellule cerebrali. Nei giorni successivi il trattamento verrà deciso in funzione del tipo di Ictus e delle cause.

Si guarisce dall'Ictus?

L'Ictus non è una malattia, ma un evento. Come dopo un grave incidente è necessario ricomporre le parti meccaniche dell'automobile e rimetterla in strada, così dopo un Ictus è necessario ridare la funzione alle cellule che l'hanno momentaneamente persa, nei casi meno gravi, o rieducare a svolgere un compito cellule che non l'hanno mai svolto. Queste cellule, se opportunamente esercitate e stimolate, sono in grado di farlo: a questo serve la **riabilitazione**.

Perché alcuni non si riprendono?

L'Ictus provoca la morte di alcune cellule e grave sofferenza in altre: quelle che non muoiono potrebbero riprendere le proprie



funzioni, se opportunamente stimolate.

Il cervello colpito da Ictus si gonfia per l'edema (la produzione di un essudato segno di sofferenza, come quello che provoca il gonfiore in una ferita): entro qualche giorno l'edema si riduce e la pressione sulle cellule sofferenti si allenta, permettendo loro di riprendere a funzionare. L'estensione dell'edema e la situazione generale del paziente condizionano una ripresa totale o parziale.

Chi è colpito è anche depresso?

SI, spesso: esattamente come accade a chi viene coinvolto in un grave incidente e ha bisogno di tempo per riconquistare fiducia e allontanare la paura, così accade a chi incorre in un Ictus, anche quando recupera. Riprendersi da un Ictus richiede impegno da parte del paziente ma anche di tutta la sua famiglia e dei suoi amici: un atteggiamento positivo da parte di tutti e la costanza

nella riabilitazione premiano con il recupero funzionale.

Quanti recuperano?

Su 100 pazienti che sopravvivono a un Ictus 70 non riprendono la propria occupazione abituale: 15 vengono ricoverati in reparti di lungodegenza, 35 riportano invalidità gravi ad alto impatto sulla qualità della vita quotidiana e 20 non riescono più a camminare da soli.

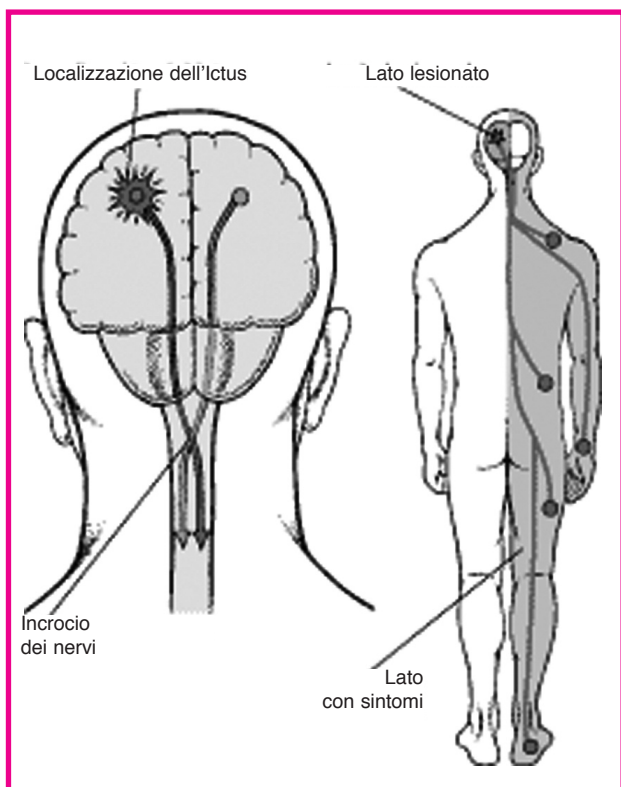
Chi cura l'Ictus?

Negli ultimi quarant'anni sono nate nel nostro e in altri Paesi le Unità Coronariche, che hanno migliorato in modo clamoroso la probabilità di sopravvivere per chi era colpito da Infarto del miocardio. Allo stesso modo, negli ultimi anni, hanno cominciato a nascere nel nostro Paese le **Stroke Unit**, reparti ad alta specializzazione con attrezzature idonee e personale preparato per assistere il paziente fin dalle primissime fasi dell'Ictus. La prima Stroke Unit fu attivata alla fine degli anni 90 a Roma: da allora ne sono sorte altre, ma sono ancora insufficienti. Si calcola che nel nostro Paese sarebbero necessarie almeno 360 Stroke Unit per assistere i pazienti colpiti da Ictus e migliorarne le probabilità di guarigione: ne abbiamo circa un decimo, purtroppo.

I medici della Stroke Unit lavorano **in équipe con specialisti diversi** (neurologo, cardiologo, internista, fisiatra, anestesista) e con infermieri e fisioterapisti opportunamente preparati per assistere questi pazienti, al fine di ottenere il massimo del recupero nel minor tempo possibile.

Chi assiste il paziente durante il ricovero?

I medici e gli infermieri specializzati, che si avvalgono di apparecchiature sofisticate, come in un reparto di terapia intensiva: gli



apparecchi registrano in continuo l'elettrocardiogramma, per valutare il ritmo e l'efficienza del cuore, la pressione arteriosa, la temperatura corporea e la saturazione in ossigeno del sangue.

L'Ictus si cura solo con i farmaci?

NO: l'Ictus si cura anche facendo muovere il paziente il più precocemente possibile, riducendo i tempi della degenza in ospedale, non sempre favorevole dal punto di vista psicologico, e iniziando rapidamente la riabilitazione. In alcuni casi il paziente non è in grado di alimentarsi da solo e viene nutrito attraverso un sondino nasogastrico, che porta liquidi ad alto valore nutritivo direttamente nello stomaco, scavalcando i problemi legati alla deglutizione ("disfagia").

STRESS: QUANTO CONTI?

Lo stress può essere positivo o necessario. Diventa negativo quando supera un certo livello o dura troppo a lungo: è allora che aumenta la probabilità di andare incontro a un evento cardiovascolare, a un Infarto o a un Ictus.

Alcuni eventi o momenti nella nostra vita sono in grado di provocare stress più di altri. La scala che segue propone i gradi di stress nelle situazioni di vita più comuni: può aiutarvi a comprendere quale peso possono avere alcune situazioni familiari o lavorative e, soprattutto, a prendere coscienza di questo impatto per razionalizzarlo e ridurne gli effetti.

L'attività fisica, ad esempio, aiuta a sciogliere lo stress.

SCALA DI VALUTAZIONE DELLO STRESS SECONDO IL DR. HANSON

Morte del coniuge	100
Divorzio o separazione	70
Detenzione in carcere, morte di un parente	60
Malattie personali, matrimonio, licenziamento	50
Riconciliazione coniugale, pensionamento, problemi di salute di un parente stretto, gravidanza, problemi sessuali, cambiamento della situazione negli affari, morte di un amico intimo, cambio di responsabilità in ufficio	40
Litigi coniugali, mutuo o prestito superiori allo stipendio annuo, un figlio che va a vivere da solo, successo personale oltre le aspettative, inizio o sospensione del lavoro del coniuge, inizio o fine della scuola	30
Problemi con i superiori, cambio d'orario o delle condizioni di lavoro, cambio della vita sociale, mutuo o prestito inferiore allo stipendio annuo, disturbi del sonno	20
Cambiamenti nelle abitudini alimentari, vacanze estive o invernali, piccole violazioni della legge, altre situazioni che provocano ansia	10



ICTUS: SE SAI PERCHÉ, LO EVITI

- **Fumo:** smettere di fumare riduce la probabilità di Ictus.
- **Alcool:** non bere più di due bicchieri al giorno (birra o vino). Piccole quantità di vino rosso consumate durante i pasti sembrano sviluppare un potere antiossidante favorevole sulle pareti delle arterie. L'eccesso di alcool aumenta la probabilità di Ictus cerebrale.
- **Attività fisica:** consumare almeno 2.500 kCal ogni settimana riduce il rischio (camminare due chilometri al giorno o salire sei piani di scale a piedi o ballare mezz'ora due volte alla settimana). E' più efficace nei maschi, ma indispensabile anche nelle donne. Non è necessario diventare campioni di maratona.
- **Fibrillazione, diabete, ipertensione, ipercolesterolemia:** assumere con continuità e precisione i farmaci suggeriti dal medico permette di tenere sotto controllo i fattori di rischio e di rallentare la progressione dei danni causati da questi.
- **Sovrappeso e obesità:** l'accumulo di grasso nel corpo dipende da uno sbilanciamento fra le calorie che introduciamo con il cibo e le calorie che consumiamo con l'attività fisica quotidiana e con il lavoro delle cellule che ci permettono di vivere. Una sosta davanti allo specchio e un po' di riflessione onesta ci suggeriranno che possiamo fare di meglio, in termini di quantità di calorie ingurgitate, di quantità e qualità del cibo quotidiano.
- **Sale:** il sale da cucina contribuisce ad aumentare la pressione del sangue e consumarne meno aiuta ad abbassarla. Contengono molto sale i cibi conservati e in scatola, gli snacks, i salumi e i formaggi. La quantità ideale di sale per ciascuno di noi non supera un cucchiaino da the al giorno (tutto incluso, anche il sale nascosto nei cibi conservati e nel dado da brodo).
- **Frutta e verdura:** almeno cinque porzioni al giorno di frutta o verdura proteggono dalle malattie cardiovascolari, Ictus incluso.
- **Pressione del sangue:** la misurazione della pressione va fatta una volta alla settimana, dopo cinque minuti di relax, sempre alla medesima ora. Il risultato va registrato su un diario da mostrare al medico alla prima occasione. L'obiettivo indicato dalla OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità) è una pressione sistolica inferiore a 140 mm Hg e una pressione diastolica inferiore a 90 mm Hg.
- **Controlli periodici:** non serve rivolgersi al medico per farsi assicurare, se lo specchio dice che siamo troppo grassi o se abbiamo accanto un portacenere pieno di mozziconi spenti. Il medico può aiutarci a correggere i fattori di rischio che da soli non riusciamo a modificare e può fornirci un quadro veritiero del danno subito dai nostri organi per colpa di scelte di vita scellerate, ma non può prevenire l'Ictus da solo.
- **Informazione:** pubblicazioni come questa possono evocare in chi legge il desiderio di fare gli scongiuri oppure sollecitare l'attenzione su argomenti noti, trattati già da molti, ma forse spesso sottovalutati e non compresi fino in fondo. Conoscere il nemico permette di batterlo, altrimenti bisogna affidarsi al caso e alla fortuna, che non sempre sono sufficienti.



Una finestra sull'Europa



EHN: ANNUAL WORKSHOP AND GENERAL ASSEMBLY 2009 AMSTERDAM, MAGGIO 2009

Si è svolto come ogni anno il meeting delle Associazioni e Fondazioni che fanno parte di EHN-European Heart Network, network europeo nato per sollecitare l'attenzione dei Governi e del Parlamento europeo sulla prevenzione delle malattie cardiovascolari. Il meeting è una preziosa occasione per **condividere progetti** realizzati in altri Paesi dell'UE, trasferirli nelle diverse realtà nazionali e per fare il punto sulle **novità emerse dal mondo della ricerca** nel campo delle malattie cardio e cerebrovascolari da

Trombosi, con lo scopo di ridurne l'impatto.

Il **prof. Sergio Coccheri**, Vicepresidente di ALT e Professore Ordinario di Malattie Cardiovascolari dell'Università di Bologna, ha presentato una relazione su "Diabete, Trombosi e malattie cardiovascolari".

Per ALT erano presenti Alessandro Orlandi, Vicepresidente, Maria Chiara Chistoni, Segretario Generale, e Marina Trovò, coordinatore nazionale del progetto European Heart Health Strategy.

Il meeting è stato, come sempre, un'importante occasione per presentare il lavoro fatto in Italia nel campo della prevenzione e per condividere esperienze a livello europeo.

EHHS – EUROPEAN HEART HEALTH STRATEGY UNA STRATEGIA EUROPEA PER LA SALUTE DEL CUORE

E' un progetto di prevenzione delle malattie cardiovascolari focalizzato sulle **differenze di genere** e, in particolare, sulla **donna**.

Si sta svolgendo contemporaneamente in tutti i Paesi dell'UE, è coordinato da EHN- European Heart Network, sotto l'egida di ESC - European Society of Cardiology (Società Europea di Cardiologia)

e di OMS - Organizzazione Mondiale della Sanità.

Lanciato nell'Aprile 2007, ha una durata triennale: è suddiviso in tre fasi, realizzato in Italia da ALT in collaborazione con FIpC – Fondazione Italiana per il Cuore, e finanziato parzialmente dalla Commissione europea. La prima fase si è conclusa con il lancio della Carta Europea per la Salute del Cuore nel novembre 2007, con l'obiettivo di sensibilizzare i politici, i cittadini e il mondo medico sulla necessità di prevenire le malattie cardiovascolari e individuare le azioni sulle quali far ruotare l'impegno per la salute del cuore.

La seconda fase è in via di conclusione e sta per essere avviata la terza.

Fase II: ottobre 2007 – settembre 2009

Attraverso una meticolosa ricerca, realizzata utilizzando questionari, è stata tracciata una mappa realistica delle **politiche italiane** adottate per la **promozione della salute cardiovascolare**. Il risultato di questo lungo e paziente lavoro sarà disponibile in italiano entro l'anno e lanciato ufficialmente a Bruxelles il 10 settembre 2009 nel corso di un evento denominato "Combating heart disease and stroke – Planning for a Healthier Europe".

Fase III: gennaio 2009 – aprile 2010

La terza fase del progetto valuterà l'impatto delle **campagne di sensibilizzazione rivolte alle donne** e dei programmi di formazione ed educazione destinati agli operatori sanitari in Italia. Il report sarà messo a disposizione della stampa, delle Istituzioni e degli operatori della sanità entro il 2010.





Lavori in corso 2009

Febbraio

XXI TROFEO DI GOLF

Si è aperto con la gara all'Olgiata Golf Club di Roma il XXI Trofeo ALT 2009, che si sta svolgendo su trenta dei più famosi campi italiani, durerà tutto l'anno e si concluderà in dicembre al Golf Club Le Fonti di Bologna. Il Trofeo è una tradizione ormai consolidata e costituisce un'occasione per sollecitare l'attenzione dei giocatori e delle loro famiglie sull'importanza di scelte di vita intelligenti che includano l'attività fisica e una sana alimentazione. Permette inoltre di raccogliere fondi a **sostegno della ricerca scientifica** nel campo delle malattie cardiovascolari da Trombosi, grazie alla **grande disponibilità dei Circoli, degli sponsors e alla generosità dei giocatori.**

Per informazioni www.trombosi.org.

Firenze - STROKE 2009

ALT partecipa da anni a SPREAD - Stroke Prevention Awareness and Diffusion - progetto di elaborazione, aggiornamento e diffusione delle **linee guida italiane per la prevenzione dell'Ictus cerebrale.** Il gruppo di lavoro è composto da medici e ricercatori che sono coinvolti nella diagnosi, nella cura e nella prevenzione dell'Ictus, confrontandosi e collaborando in modo interdisciplinare. Questo progetto, coordinato dal **prof. GianFranco Gensini**, membro del Comitato Scientifico di ALT, consente loro di comunicare i risultati del proprio lavoro durante il

Congresso annuale, che si svolge a Firenze, dal titolo **"Conferenza Nazionale sull'Ictus cerebrale"**. Il prossimo appuntamento sarà nel febbraio 2010 a Firenze.

Frascati - SEMINARIO INTERNAZIONALE SULLA CITTADINANZA D'IMPRESA

Convegno organizzato da Cittadinanzattiva e mirato ad approfondire, con i rappresentanti di Associazioni, Imprese ed Istituzioni, il tema **"Prendere sul serio la cittadinanza d'impresa: lo stakeholder engagement"**, per analizzare i criteri con cui le Imprese identificano le Associazioni con le quali intendono collaborare e gli strumenti concreti.

Per ALT hanno partecipato ai lavori il dott. Alessandro Orlandi, Vicepresidente, e Irene Cozzi, responsabile Comunicazione e Raccolta fondi.

Marzo

Salerno - SMETTERE DI FUMARE: SI DEVE, SI PUO'

Con il patrocinio di ALT si è svolto un convegno organizzato dall'Associazione "Smettere di fumare Insieme" e il Centro Antifumo "P.O.G. da Procida" di Salerno. Il Presidente di ALT è intervenuto sul tema **"Fumo, arterie e vene: una convivenza difficile"**.

Monticello TORNEO DI BURRACO E BRIDGE

Il Golf Club di Monticello ha ospitato ALT per la realizzazione dei Tornei di Burraco e di Bridge Mitchell, con il generoso coordinamento di Orietta Odescalchi





e la partecipazione dei giocatori. I fondi raccolti sono stati destinati a finanziare un progetto di ricerca sulle Trombosi cerebrali, in memoria di Donatella Brandoli Varasi. ALT ringrazia i giocatori, gli arbitri e gli amici che hanno donato i premi per i vincitori.

Napoli - DIAGNOSTICA E TERAPIA DELLE PATOLOGIE TROMBOTICHE ED EMORRAGICHE: UPDATE 2009

Con il patrocinio di ALT si è svolto il convegno "Diagnostica e terapia delle patologie trombotiche ed emorragiche", che ha affrontato temi di grande attualità inclusa l'interazione fra **ormoni** e **Trombosi**.

Aprile

UNA MISSIONE PIU' CHIARA

L'assemblea dei Soci del 15 aprile 2009 ha deliberato la modifica della denominazione di ALT in "**Associazione per la Lotta alla Trombosi e alle malattie cardiovascolari**" per meglio comunicare che le malattie da Trombosi rappresentano la stragrande maggioranza delle malattie comunemente definite cardio o cerebrovascolari. Prevenire la Trombosi significa prevenire le patologie che essa determina: speriamo che con la nuova denominazione questo concetto venga percepito più facilmente dal grande pubblico al quale ALT si rivolge. Inoltre entrano a far parte del Consiglio il presidente di Siset, Società Italiana per lo Studio dell'Emostasi e della Trombosi, attualmente prof. Gualtiero Palareti, e il presidente di FCSA- Federazione dei Centri per la diagnosi della Trombosi e la Sorveglianza delle terapie Antitrombotiche, attualmente dott. Cesare Mannotti.



Associazione per la Lotta alla Trombosi e alle malattie cardiovascolari

Contiamo sulla loro partecipazione attiva alla nostra lotta.

Maggio

CAMPOBASSO E MILANO

Organizzati da FCSA e patrocinati da ALT si sono svolti i workshop "**Anticoagulanti 2009**" e "**Ruolo dell'infermiere nella gestione della Terapia Anticoagulante Orale (TAO)**": due occasioni di formazione e aggiornamento sulle novità nel campo della cura delle malattie da Trombosi per medici e infermieri.

Castrocaro Terme

FESTIVAL DEL FUNDRAISING

Per ALT Marina Trovò, responsabile

AGENDA 2010

E' quasi pronta e sarà fresca, bellissima e utile, l'Agenda ALT 2010, dedicata alla salute della donna: uno strumento di raccolta fondi, ma anche di stimolo a uno stile di vita intelligente.



PER AVERE L'AGENDA:

- **Telefono: 02 58.32.50.28**
- **Fax: 02 58.31.58.56**
- **e-mail: alt@trombosi.org**
- **Sito: www.trombosi.org**

I contributi raccolti con l'Agenda sono destinati a finanziare il progetto sulla prevenzione della Trombosi in gravidanza.

Progetti, e Irene Cozzi, responsabile Comunicazione e Raccolta fondi, hanno partecipato al Festival del Fundraising che per tre giorni ha permesso un contatto ravvicinato fra le associazioni e i massimi esperti di comunicazione e raccolta fondi, allo scopo di migliorare le tecniche di gestione di questi due aspetti fondamentali per un'associazione non profit.

Roma - INTERNET ED IL WEB MARKETING PER IL NON PROFIT

Per ALT Viola Dapiaggi, responsabile Ufficio Stampa, ha partecipato al corso organizzato da ASVI (Agenzia per lo Sviluppo del Non Profit): un'occasione di aggiornamento e perfezionamento nel campo della raccolta fondi e della comunicazione via web.

Rozzano – UN OSPEDALE APERTO PER LA SALUTE DELLA DONNA

L'ospedale non è solo un luogo di sofferenza, ma può diventare uno spazio dedicato alla salute e alla prevenzione: lo hanno dimostrato i numerosi medici che si sono messi a disposizione della popolazione per una campagna di sensibilizzazione, organizzata in Humanitas IRCCS, sulle possibilità di prevenzione delle principali patologie che minacciano il mondo femminile. Coordinato

Donazioni on-line

Coloro che desiderano dare un contributo a sostegno dei nostri progetti di ricerca e associarsi ad ALT possono da oggi collegarsi al nostro sito ed effettuare la propria donazione in modo semplice e immediato.

Il nostro progetto leader in questo periodo è la prevenzione della Trombosi nelle donne in gravidanza. Passate parola!

www.trombosi.org

E' possibile inoltre accedere all'Area Riservata ed alla newsletter senza nessun costo: vi terremo aggiornati sulle attività, i progetti e gli eventi di ALT.

da Nicoletta Carbone e animato da Gerry Scotti, si è tenuto il dibattito sul tema "Prevenzione, non solo bikini": la prevenzione dei tumori ma anche e soprattutto la prevenzione delle malattie da Trombosi passano attraverso la sollecitazione dell'attenzione del pubblico di tutte le età.

Giugno

Milano – ANNO DELLA SALUTE 2009

Durante il mese di giugno l'Assessorato alla Salute del Comune di Milano ha coinvolto ALT in un truck itinerante, aperto alla cittadinanza, allo scopo di offrire servizi e informazione mirati alla prevenzione delle malattie cardiovascolari, mettendo a disposizione medici e infermieri che hanno misurato la pressione, i livelli di colesterolo, glicemia, BMI (Indice di Massa Corporea) e registrato l'elettrocardiogramma. Centinaia di persone hanno compilato il questionario di ALT "Quanta salute hai in tasca?", che valuta la probabilità di andare incontro negli anni a



Alcune collaboratrici di ALT: Viola , Irene, Alice.



una malattia cardiovascolare da Trombosi in funzione dello stile di vita e dei fattori di rischio personali e famigliari.

GAMBE E TROMBOSI: UN NUOVO ALLEATO

L'immobilità degli arti inferiori (dovuta a lavori sedentari, degenze post operatorie, gravidanze, lunghi viaggi) rappresenta una delle principali cause di ristagno venoso. Banali disturbi, come formicolii, pruriti e gonfiore, rischiano di trasformarsi in seri problemi circolatori e in vere e proprie malattie.

In linea con la propria missione di promuovere la salute attraverso la prevenzione, ALT ha individuato in Venogym (un poggiatesta medica altamente innovativo) un alleato in grado di stimolare la circolazione venosa e linfatica delle gambe in modo semplice e spontaneo.

ALT ringrazia Venogym ed il suo inventore, l'ing. Enrico Tacconi, perché hanno scelto di destinare una parte del ricavato delle vendite alla campagna di ALT per la prevenzione della Trombosi venosa. Per maggiori informazioni www.toplegs.it.



PROSSIMAMENTE...

Settembre

Varese - PREMIO Siset/ALT

ALT e Siset (Società Italiana per lo Studio dell'Emostasi e della Trombosi) hanno assegnato un premio a tre progetti di ricerca epidemiologica sulla **"Incidenza di eventi tromboembolici venosi in Italia"**: i premi verranno assegnati ai vincitori durante il "Corso nazionale Siset 2009".

Ottobre

Sharm El Sheikh

VIAGGIO DELLA SALUTE

Ormai per tradizione, due medici accompagneranno un gruppo di pazienti per il consueto **Viaggio della Salute** di ALT, quest'anno a Sharm El Sheikh, dal 17 al 24 ottobre 2009, al Ventaglio Blue Bay Beach Resort & Spa. Un'occasione per vivere una settimana di salute, anche per chi ha avuto un incontro ravvicinato con una malattia da Trombosi. Per informazioni: 02 58.32.50.28.

HANNO PARLATO DI NOI

I giornalisti: Enrico Arcelli (Corriere) – Manuela Cagiano (Vivi Milano, Corriere della Sera) – Manuela Campanelli (Oggi) – Nicoletta Carbone (Radio24, Il Sole 24 ORE) – Miriam Cresta (Ilsole24ore.com) – Amalia Di Carlo (Milanoweb.it) – Maria Gullo (Salute, La Repubblica) – Renata Ingaro – Ignazio Mormino (Il Giornale) – Maurilio Rigo (Trova Roma) – Lucrezia Zaccaria (Humanitasalute.it).

Le redazioni: ASI (Agenzia Sanitaria Italiana) – Corriere – Corriere della Sera – Corriere Magazine (Corriere della Sera) – Corriere Medico – Cultura fisica – Gender – IF (Illustrato Fiat) – Il Giornale – Illustrato – Il Venerdì di Repubblica (La Repubblica) – La Gazzetta del Mezzogiorno – La Stampa – Oggi – Salute (La Repubblica) – Specchio (La Stampa) – Trova Roma – Vita – Vivi Milano (Corriere della Sera).

I siti web: Salute24.it – Ilsole24ore.com – Bemedico.it – Lideale.info – Torresette.it – Humanitasalute.it – Cittadinanzattiva.it – Donneincarnia.it – Corriere.it – Vita.it – Libero.it – Milano.metropolisinfo.it – Asca.it – Ilgiornale.it – Milanoweb.it – Ilportico.it – Quotidianodelnord.it – Comune.Torino.it – Panoramasanita.com.

Radio: Radio24 (Essere e benessere).

ALT RINGRAZIA



RENDICONTO AL 31 DICEMBRE 2008

ALT – Associazione per la Lotta alla Trombosi– Onlus
Via Ludovico da Viadana, 5 – 20122 Milano
C.F. 97052680150 – P.IVA 10096950158

ENTRATE

Quote associative e donazioni	318.890,35
Proventi finanziari e straordinari	5.905,40
Totale entrate	324.795,75

USCITE

Finanziamenti e accantonamenti per la formazione e la ricerca	27.196,98
Campagne promozionali e materiale educativo	67.945,16
Affitti	16.180,22
Oneri diversi di gestione e prestazioni servizi	49.709,72
Costi del personale	96.693,62
Spese associative, oneri finanziari e straordinari	5.570,02
Ammortamenti e svalutazioni	3.556,38
Totale uscite	266.852,10

RISERVE PER IL FINANZIAMENTO ALLA RICERCA E FORMAZIONE

Fondo Adotta un nuovo medico contro la Trombosi	18.635,84
Fondo Malattie del Polmone	27.042,73
Fondo Donne e Trombosi	20.000,00
Fondo Infermieri Adelino Rota	15.977,00
Fondo Trombosi e Tumori	2.047,60
Fondo Trombosi Cerebrali	21.095,00
Fondo Trombosi Infantili	64.275,26
Fondo European Heart Network	5.540,09
Totale	174.613,52

Il rendiconto di ALT è certificato gratuitamente da Deloitte & Touche e risponde ai criteri del Codice della Trasparenza di Summit della Solidarietà

ALT ringrazia

valori espressi in Euro



Associazione per la Lotta alla Trombosi e alle malattie cardiovascolari

Associazione per la Lotta alla Trombosi e alle malattie cardiovascolari - Onlus
Via L. da Viadana, 5 - 20122 Milano - tel. 02 58.32.50.28 - fax 02 58.31.58.56

SALTO 66

LA TROMBOSI È UN NEMICO CHE POSSIAMO COMBATTERE INSIEME

Per questo ho deciso di sottoscrivere un abbonamento annuale a **SALTO** e di sostenere l'Associazione per la Lotta alla Trombosi e alle malattie cardiovascolari. Ho scelto di abbonarmi in qualità di:

- Socio Ordinario € 17 Socio Benemerito € 300
 Socio Sostenitore € 60 Nuovo Rinnovo

Faccio pervenire il mio contributo attraverso:

- Versamento su conto corrente postale n. 50294206
 assegno bancario non trasferibile intestato a ALT - Onlus
 bonifico bancario Banca Popolare Commercio & Industria Ag. 4 - Milano
IBAN: IT 38 V 05048 01604 00000013538

addebito carta di credito Carta Attiva ALT Carta Sì MasterCard VISA

n° carta

mese/anno di scadenza

data di nascita

firma del titolare della carta

Avrò diritto a ricevere SALTO in abbonamento postale a questo indirizzo

Nome Cognome

Via _____ N. _____

CAP _____ Città _____

Provincia _____ Età _____ Telefono _____

Si prega di compilare in stampatello e di inviare in busta affrancata a: ALT - Associazione per la Lotta alla Trombosi e alle malattie cardiovascolari - Via L. da Viadana, 5 - 20122 Milano

In ottemperanza al **TESTO UNICO PRIVACY (D.lgs.n.196/2003)**, Le ricordiamo che i Suoi dati anagrafici sono registrati all'interno dei nostri database a seguito di un Suo esplicito consenso. La nostra informativa privacy, insieme all'elenco aggiornato dei responsabili e ai diritti d'accesso dell'interessato, è pubblicata sul nostro sito Internet www.trombosi.org, nella sezione Informativa.

XXI Trofeo



CALENDARIO GARE 2009

• 07-08/2/09	Olgiata Golf Club	RM
• 07/03/09	Golf Club Vigevano "Santa Mastretta"	PV
• 05/04/09	Virginia Country Golf Club	CO
• 13/04/09	Barlassina Country Club	MI
• 10/05/09	Menaggio & Cadenabbia Golf Club	CO
• 23/05/09	Laghetto Golf Club	MI
• 24/05/09	Circolo Golf Villa d'Este	CO
• 02/06/09	Circolo Golf Bogogno	NO
• 09/07/09	Golf Club Punta Ala	GR
• 11/07/09	Molinetto Country Club	MI
• 12/07/09	Golf Feudo di Asti	AT
• 12/07/09	Arzaga Golf Club	BS
• 19/07/09	San Domenico Golf	BR
• 26/07/09	Green Club Lainate	MI
• 11/10/09	Pevero Golf Club	SS
• 17/10/09	Circolo di Campagna Zoate Golf Club	MI
• 18/10/09	Croara Country Club	PC
• 31/10-1/11	Circolo del Golf di Roma Acquasanta	RM
• 01/11/09	Franciacorta Golf Club	BS
• 07/11/09	Asolo Golf Club	TV
• 08/11/09	Circolo Golf Ca' degli Ulivi	VR
• 08/11/09	Golf Club Lignano	UD
• 08/11/09	Golf Club Alpino di Stresa	VB
• 14/11/09	Golf Club Ambrosiano	MI
• 14/11/09	Golf Club Margara	AL
• 22/11/09	Le Pavoniere Golf & Country Club	PO
• 22/11/09	Circolo Golf Is Molas	CA
• 22/11/09	Golf Club Villa Carolina	AL
• 29/11/09	Golf Marco Smone	RM
• 12/12/09	Golf Club Le Fonti	BO

Golf è prevenzione e salute!

18 BUCHE STABLEFORD 3 CATEGORIE

Premi: 1°-2° Netto per categoria - 1° Lordo - 1° Lady - 1° Senior



Associazione per la Lotta alla Trombosi
e alle malattie cardiovascolari

ringrazia:



LADY GOLF
& STYLE



VHERNIER
ITALIAN JEWELLER BY PASSION



La rivista n°1 nel golf del
MondoGolf
Conti giornali, riviste giornali, libri giornali



PROFESSIONAL
DIETETICS

PAR
72
GOLF
www.par72.it

I CIRCOLI • DIMENSIONI INFISSI • DOMETRANS STI • DARIO BERTÈ

PER INFORMAZIONI

ALT - Associazione per la Lotta alla Trombosi e alle malattie cardiovascolari - Onlus
Via L.da Viadana, 5 - 20122 Milano - Tel. 02 58.32.50.28 - Fax 02 58.31.58.56

www.trombosi.org