



IL SALUTO DEL PRESIDENTE USCENTE

Le cose belle passano velocemente. Quando le vivi con intensità non ti accorgi del tempo che passa. Per me questi sei anni di presidenza della nostra associazione sono volati.

La responsabilità della presidenza non ha rappresentato soltanto fastidiose pratiche burocratiche da seguire, scadenze da rispettare, opinioni diverse e giudizi da accettare, bensì opportunità di conoscere un mondo diverso, lontano dalla nostra abituale vita fatta di famiglia, lavoro e tradizionali rapporti sociali.

Il mondo del volontariato ha sue caratteristiche peculiari. Trovi realtà di cui non sospettavi l'esistenza. Scopri disponibilità personali che è difficile trovare altrove. Incontri un mondo tanto diverso che ti arricchisce e fa maturare una visione di quanto accade attorno a te molto lontana da come i media quotidianamente ci propongono.

Il mio pensiero va adesso alle tante e meravigliose persone che ho conosciuto nel mondo del volontariato, a tutti i collaboratori, soci ed amici della nostra accogliente Associazione per l'affetto che mi hanno sempre dimostrato e che mi ha indotto a fare di più e meglio. Ma va soprattutto a quella straordinaria e generosa squadra di amici che siamo riusciti a formare per dirigere Sweet Heart Dolce Cuore negli ultimi sei anni. Un presidente da solo fa poco. Una buona squadra raggiunge mete avanzate.

Lascio la presidenza nella convinzione che sei anni sono sufficienti a realizzare un buon programma; continuando si corre il rischio di adagiarsi su quanto realizzato. Lascio la responsabilità all'amico Dino Bonifacio a cui mi lega una non comune empatia e un profondo senso di amicizia plasmata da tanti anni di vita associativa nella condivisione di obiettivi da raggiungere e problemi da risolvere; gli rimango a fianco disponibile a dare una mano nei modi in cui lui riterrà più opportuno.

Un grazie ed un saluto a tutti.

Dario Gobbo

**L'Assemblea Straordinaria
del 4 aprile 2017**
ha eletto gli organi di gestione
del Circolo Cardiopatici
**SWEET HEART
DOLCE CUORE**
per il triennio 2017/2020
ed in data **10 aprile 2017**,
in conformità
dell'art.14 dello Statuto,
il Consiglio Direttivo
ha deliberato l'assegnazione
delle cariche al suo interno:

CONSIGLIO DIRETTIVO

BONIFACIO Domenico	<i>Presidente</i>
ALESSI Giorgio	<i>V. Presidente</i>
PIGNATELLI Giovanni	<i>Segretario</i>
GOBBO Dario	<i>Tesoriere</i>
CAPATO Stellio	<i>Consigliere</i>
CERNE Roberto	<i>Consigliere</i>
CERQUENI Gianni	<i>Consigliere</i>
GIAMPEDRONE Luigi	<i>Consigliere</i>
PINTO Francesco	<i>Consigliere</i>

COLLEGGIO dei REVISORI:

BRAIT Bruno	<i>Presidente</i>
MICHELAZZI Neva	
PIAZZA Giorgio	

COLLEGGIO dei PROVIBIRI:

CUSCITO Antonio	<i>Presidente</i>
DEL BEN Furio	
GALLO Mario	

IL SALUTO DEL NUOVO PRESIDENTE

Cari soci, porgo a tutti voi, anche a nome degli altri eletti alle cariche sociali, un affettuoso saluto e un sentito ringraziamento per la fiducia accordatami ed accordataci in occasione dell'Assemblea Straordinaria del 4 aprile scorso.

Onorato per la nomina ricevuta, mi impegno a proseguire su quella strada maestra tracciata a suo tempo dai nostri soci fondatori che poneva come importanti principi per i cardiopatici la costante attività fisica, la ginnastica, nelle sue forme di prevenzione, di riabilitazione e di mantenimento, la socialità, la convivialità ed il volontariato, ancora oggi fattori molto importanti e di piena attualità.

La nostra Associazione Onlus, prima in regione e ai primi posti in Italia per anno di fondazione, festeggerà il prossimo 4 marzo i suoi primi quaranta anni di vita e per celebrare degnamente la ricorrenza chiedo, fin da oggi, l'aiuto di tutti voi per una buona riuscita della stessa. Ringrazio il Consiglio Direttivo uscente per l'ottimo lavoro svolto nel corso dei suoi due mandati, ed in modo particolare l'amico Dario, sotto la cui presidenza sono state realizzate tantissime e riuscitissime manifestazioni.

Con il mio personale impegno, con quello dei miei collaboratori e con l'aiuto di tutti voi soci, sono certo che riusciremo a realizzare anche in futuro altrettante belle iniziative per fare sì che la nostra Associazione, oltre che per le sue precise peculiarità, possa essere considerata anche un luogo d'incontro, d'aggregazione per i soci e di richiamo per i tanti affetti da patologie cardiache, nonché un prezioso e insostituibile riferimento per le Istituzioni operanti nell'ambito cardiologico. Un forte abbraccio a tutti voi.

Dino Bonifacio

PIANETA CUORE

ISTRUZIONI PER CONOSCERLO E MANTENERLO SANO

Continua dal numero precedente

Le cardiomiopatie genetiche

Le modalità di trasmissione delle malattie geneticamente determinate sono note da tempo (vedi le leggi di Mendel). Il progresso delle tecnologie e della biologia molecolare ci ha permesso di capire che alcune malattie cardiovascolari sono geneticamente determinate e altre sono definite multifattoriali in quanto intervengono sia i fattori ambientali che i geni. Per tale motivo, nella pratica clinica quotidiana, l'anamnesi familiare ha notevole rilevanza: chiediamo se diabete mellito, ipertensione arteriosa o dislipidemia siano presenti nei parenti. Queste condizioni, che sono noti fattori di rischio cardiovascolare, sono presenti con una certa trasmissione familiare tra consanguinei di primo grado, anche se non seguono una ereditarietà prevedibile.

Un esempio di cardiopatia multifattoriale è la cardiopatia ischemica, che accanto ai fattori di rischio ambientali, ha una sicura componente familiare di cui non sono noti i meccanismi genetici sottostanti.

Nelle cardiomiopatie sono stati invece identificati precisi difetti genetici che determinano una trasmissione mendeliana delle caratteristiche morfologiche della malattia (fenotipo):

- la cardiomiopatia ipertrofica (CMPI);
- la displasia aritmogena del ventricolo destro (ARVD);
- la cardiomiopatia dilatativa idiopatica (CMPD).

Si definisce familiare una cardiomiopatia quando almeno 2 membri della famiglia ne manifestino le caratteristiche cliniche. I casi in cui non vi sia una familiarità accertata sono definiti sporadici. La presenza o assenza di una familiarità viene definita al momento della visita, disegnando l'albero genealogico. Il ricercare la presenza di una familiarità ha notevoli implicazioni cliniche ed etiche. In primo luogo ci permette di definire la malattia sporadica o familiare.

I successivi controlli clinici e strumentali nei consanguinei sani di primo grado andranno proseguiti periodicamente (ogni 2 o 3 anni) al fine di poter identificare segni iniziali di cardiomiopatia (alcune cardiomiopatie possono manifestarsi intorno alla quarta e quinta decade). In secondo luogo le implicazioni in caso di un'accertata familiarità sono innumerevoli: i familiari affetti potrebbero chiedere con quale probabilità trasmettano la malattia ai figli, se esistano test genetici che identifichino la mutazione del gene causante la cardiomiopatia, se esista una correlazione tra la mutazione genetica identificata ed il fenotipo

(per esempio mutazioni con prognosi peggiore). I familiari sani potrebbero chiedere se esistano test genetici in grado di identificare se siano portatori del gene mutato, se vi siano delle terapie farmacogenetiche in grado di trattare la malattia. A quest'ultima domanda non siamo in grado di dare una risposta affermativa. Per quanta riguarda gli altri quesiti non è possibile dare risposte generiche ma bisogna considerare ogni cardiomiopatia singolarmente.

La cardiomiopatia ipertrofica (CMPI) è geneticamente trasmessa in modo autosomico dominante (i genitori trasmetteranno la malattia nel 50% dei figli).

Numerose sono le mutazioni conosciute che costituiscono il 50-70% di tutte le CMPI e sono geni che codificano per le proteine del sarcomero, struttura contrattile del miocita, (beta miosina, proteina C legante la miosina, alfa actina, alfa tropomiosina, titina, troponina T, I e C). Grazie ai test genetici, attualmente è possibile fare l'analisi per la mutazione degli 8 geni sarcomerici che sono più frequentemente mutati nella CMPI. Un risultato negativo non esclude l'assenza di una mutazione genetica e può in alcuni casi far orientare per altre forme di ipertrofia (ad es. Malattia di Fabry).

La displasia del ventricolo destro

Può essere familiare nel 30-50% dei casi, nella maggior parte dei quali si riconosce una trasmissione autosomica dominante con penetranza variabile, esiste cioè una quota di familiari che sono portatori sani del gene mutato e non sviluppano la malattia. Attualmente l'analisi genetica è possibile per 4 geni che codificano per le proteine desmosomiali (zone di connessione tra cellule). L'analisi di questi geni identifica una mutazione in circa 2/3 dei casi.

La trasmissione ereditaria della **cardiomiopatia dilatativa** varia dal 20 al 50% dei casi. Ci sono numerosi fenotipi della malattia.

La forma autosomica dominante con isolato interessamento cardiaco è la più frequente sono mutati i geni che codificano per le proteine del sarcomero (contrattilità), del citoscheletro (resistenza meccanica) e delle vie metaboliche. I geni noti nella trasmissione autosomica dominante sono quelli che codificano per: troponina T, titina, desmina, actina e tropomiosina. La CMPD può trovare una trasmissione autosomica recessiva nel 15% dei casi circa (i genitori clinicamente normali sono portatori del gene mutato e dalla loro unione un quarto dei figli risulterà affetto da malattia).

Alcune CMPD possono esordire con difetti di conduzione della stimolo elettrico ed aritmie; in genere la mutazione sottostante è del gene che codifica per la lamina A/C.

La CMPD può essere trasmessa con il cromosoma X (X linked) e si associa alla mutazione del gene per la distrofina (proteina del citoscheletro). Vi può essere un interessamento cardiaco isolato o cardiaco e muscolare scheletrico con incremento del CPK sierico. Esistono CMPD che si associano a mutazioni del DNA mitocondriale (mitocondriopatie)

L'estrema varietà delle mutazioni genetiche nella CMPD non rende possibile un'analisi genetica.

Il vantaggio della screening familiare è quello di poter iniziare terapia farmacologica quando la malattia sia ancora in fase asintomatica.

Per quanto riguarda le mutazioni dei canali ionici con trasmissioni genetica la Sindrome del QT lungo, la Sindrome del QT corto e la Sindrome di Brugada, trovano tutti una origine geneticamente determinata.

Le opportunità diagnostiche nel campo delle cardiomiopatie sono migliorate e notevoli progressi sono stati compiuti sotto il profilo eziopatogenetico. Le nuove tecniche applicate in campo clinico possono permettere diagnosi precoci, anche nei portatori asintomatici.

Confidiamo, in un futuro non troppo lontano, di poter vedere applicate terapie geniche anche nelle cardiomiopatie. Sviluppi di terapia genica non sembrano imminenti, ma l'orizzonte che si è aperto appare vasto e di grande interesse.

Francesca Brun
Gianfranco Sinagra

**Pianeta
Cuore**

istruzioni per conoscerlo
e mantenerlo sano

biancavolta edizioni



Ringraziamo il prof. Gianfranco Sinagra per l'autorizzazione accordataci alla pubblicazione.

Chi fosse interessato al libro contatti la segreteria dell'Associazione. Abbiamo ancora alcune copie disponibili.



FESTA SOTTO L'ALBERO

DEL 10 DICEMBRE 2016

"C'è qualcosa di nuovo oggi nel sole, anzi d'antico"
Emerge, infatti, l'equazione: Festa Natalizia uguale gioioso entusiasmo e piacere d'incontrarsi.

La tradizione è rispettata: l'accogliente sala del Ristorante "La Marinella" elegantemente addobbata, il gustoso menu, la musica coinvolgente proposta dall'amico Roberto Cerne che, con eccezionale bravura, si esibisce in un'ampia fantasia di brani apprezzata da tutti.

Il sentimento sublime dell'amicizia traspare dalla lieta conversazione, dai sorrisi e dagli abbracci che gli incontri elargiscono.

La sacralità del Natale affiora dalla voce del Presidente che ricorda il dovere della solidarietà umana e dalla riflessione dell'amico che esorta ad avere fiducia nell'Onnipotenza Divina. La tombola, i doni, le sorprese, rallegrano tutti, grazie all'impegno instancabile degli organizzatori, ai quali va tanta riconoscenza.

Nella prosa della quotidianità bisogna inserire questo giorno meraviglioso, il cui ricordo rinvigorisca sempre le energie fisiche e morali per un futuro migliore!

F.R.



9 e 23 febbraio 2017 VISITA AL MUSEO POSTALE



18 febbraio 2017 PASSEGGIATA DEL CUORE 2017



11 aprile 2017 VISITA AL MUSEO MORPURGO



Pranzo di Fine Corso di Ginnastica

previa passeggiata in Carso...

30 Maggio 2017

Presso *Hosteria Ai Pini*

Ritrovo ore 10.00

Pranzo ore 12.30

Per informazioni rivolgersi
presso la segreteria
negli orari consueti

PROSSIME INIZIATIVE

Da ottobre dopo l'inizio dei corsi di ginnastica (Lunedì 2 ottobre)
Per informazioni dettagliate rivolgersi presso la segreteria

OTTOBRATA 2017

Con "scarpinata"
ottobre 2017

CASTAGNATA 2017

Con "scarpinata"
novembre 2017

FESTA SOTTO L'ALBERO 2017

dicembre 2017

TEATRO DIALETTALE

Abbonamenti
33° stagione de l'ARMONIA

49ª BARCOLANA

TORNEI di
Burraco, briscola e tresette

VISITE AI MUSEI TRIESTINI

In Ricordo di Giorgio Fattovich



Molte sono le persone che, in vario modo, conosciamo nella vita. Sono incontri piacevoli e no, fruttuosi o semplicemente sterili. Io ebbi la fortuna di frequentare in Sweet Heart Giorgio Fattovich socio fondatore dell'Associazione. Fu un

rapporto di grande simpatia, già dal primo momento. Eravamo in Assemblea elettiva, anno 1999, dopo

le dimissioni totali del C.D. Fattovich fu il portavoce di una istanza a firma di un numero consistente di Soci per il ritorno ai principi fondativi dell'Associazione. L'intervento fatto con delicatezza e moderazione derivava da una serie di conflittualità interpretative sul modo di condurre il Sodalizio. Nel tempo il nostro rapporto si trasformò in vera amicizia ulteriormente accresciuta ammirato, com'ero, dalla notevole "intelligenza intellettuale" di Giorgio. Memoria, rispetto, riconoscenza impegno sono valori di un uomo intellettualmente onesto; al contrario indifferenza, supponenza, argomentazioni pretestuose e difese fuorvianti contraddistinguono l'immaturo, l'omertoso il manipolatore delle verità soprattutto l'ingratitudine mascherata dal costante "sono impegnato, sono stanco, non ho voglia di sentire, ho altre pensieri". Giorgio era sempre pronto ad aiutare a consigliare senza imporre, dare il meglio di se stesso in ogni momento. E' stato un onore poter considerare il mio amico. Lo ricordo pochi giorni prima della

Sua dipartita, in cardiologia riabilitativa della Pineta del Carso, nell'ultimo abbraccio mi disse sono contento d'averti lasciato il mio "pomodoro" (berretto dalmata) Giorgio era nativo di Zara, starà bene nella tua collezione. Il 21 dicembre - assieme alla moglie Fulvia alla cognata, Maria, Sandro ed Andrea assistemmo alla deposizione delle ceneri nella Tomba di famiglia. Era un bel primo pomeriggio invernale, cielo azzurro e aria delicata, nel silenzio di quell'ora e di quel luogo ho cercato, nella commozione che mi attanagliava, di ricordarlo sul ponte di qualche nave per i suoi trascorsi marittimi, per la sua attività di dirigente d'azienda quando sbarcato per stare di più con Fulvia ritagliava il suo tempo libero dividendolo tra opere di bene e gli studi presso la facoltà di giurisprudenza. Grazie Giorgio Fattovich, dalla costituzione e per 40 anni hai dato sempre la tua partecipazione fattiva. I soci del Dolce Cuore devo essere orgogliosi di averti avuto tra gli iscritti.

Tullio Stricca (presidente dal 1999 al 2011)

APPUNTAMENTI FISSI

Corsi di ginnastica da ottobre a maggio nei giorni di lunedì-mercoledì-venerdì in 5 turni (ore 8.45 - 9.45 - 10.45 - 11.45 - 17.00).

Misurazione pressione arteriosa tutti i lunedì in sede dalle ore 9.30 alle 11.30

Prove ematiche colesterolo, trigliceridi, glicemia da ottobre a maggio il primo e il terzo giovedì del mese dalle ore 8.00 alle ore 10.00, previa prenotazione.

Martedinsieme ogni martedì passeggiata a Barcola o scarpinata per il Carso - definizione e comunicazioni ogni venerdì in palestra e in sede

Books crossing sono disponibili presso la nostra sede libri (offerti dai nostri soci) che potrete comodamente portare a casa



Come aiutare il

CIRCOLO CARDIOPATICI

«SWEET HEART - DOLCE CUORE»



con bonifico intestato

**SWEET HEART
DOLCE CUORE**

Trieste

Unicredit - IBAN:
IT 62 H 02008 02218
000021592506

Tutte le donazioni effettuate sono
fiscalmente deducibili o detraibili.
Conserva le ricevute del bonifico

SI RINGRAZIANO TUTTI COLORO CHE HANNO AIUTATO IL CIRCOLO

Dona il tuo

5x1000

Codice Fiscale

80036120329

ELARGIZIONI

presso

tutte le agenzie

**UNICREDIT
BANCA**

L'Informatore

ANNO XXXVIII N° 110 - MAGGIO 2017

Pubblicazione periodica del Circolo
SWEET HEART - DOLCE CUORE

Direttore responsabile:

Dario Gobbo

Hanno collaborato:

G. Alessi, D. Bonifacio, S. Capato,
G. Pignatelli

Amministrazione e Redazione:

SWEET HEART - DOLCE CUORE

Via M. D'Azeglio, 21/c

34129 TRIESTE

Tel. 040 7606490

www.dolcecuoresweetheart.it

E-mail: dolcecuoreonlus@libero.it

Aut. N° 593 (11-6-1981) Trib. di Trieste

Stampa:

RICCI Graf

via dell'Eremo, 46 - Trieste