

Soroptimist Club Importante convegno medico domani in Filarmonica

Se si parla di cuore...

Malattie vascolari nella donna: come prevenirle

I relatori Due medici, Daniela Trabattoni, milanese, una luminare del settore, e il collega Paolo Olivares

CASALE MONFERRATO

Avviato nel 2018 viene portato avanti anche nell'anno 2019 il progetto del Soroptimist "Si parla di cuore" che, ponendo grande attenzione alla medicina di genere, attua all'interno del club - e non solo - un'intensa campagna di informazione affinché le donne imparino a salvaguardare la loro salute.

Molta attenzione è stata data alla prevenzione delle patologie vascolari prima causa (first killer) di mortalità: 48,8% per il genere femminile, 38,7% per gli uomini. In Italia, secondo gli ultimi dati Istat 124.129 sono stati i decessi delle donne per le malattie del sistema circolatorio contro i 96.071 degli uomini.

Poiché è opinione comune che "le malattie del cuore" riguardino di più il sesso maschile è da sottolineare che la patologia fino ai 60 anni si manifesta meno nel sesso femminile, ma dopo quest'età cresce di più e più rapidamente proprio nelle donne. Diversi sono i fattori di rischio che portano alle malattie cardiocircolatorie. Alcuni di questi quali il fumo, l'inattività fisica, i disordini alimentari, l'ipertensione, l'aumento del colesterolo, il diabete, lo stress e la bassa autostima sono modificabili; ovviamente nulla si può fare per l'età, la familiarità, il sesso e i fattori genetici. Molta attenzione si deve porre al dolore atipico del torace e dell'addome, all'affanno, alla nausea, all'accessiva affatica-

bilità, al dolore alla mandibola ed al dolore interscapolare segnali spesso sottovalutati o attribuiti a cause che nulla hanno a che fare con il muscolo cardiaco.

Poiché le informazioni soprattutto spesso sono ignorate, aderendo al progetto del Soroptimist nazionale il club di Casale ha organizzato una serie di incontri aperti al pubblico finalizzati a diffondere il più possibile la cultura della prevenzione al fine di ridurre non solo la mortalità, ma anche le malattie invalidanti o croniche.

Facendo seguito ad una prima conferenza della cardiologa Manuela Caprino, sabato 30 marzo avrà luogo un secondo incontro sull'argomento che ancor prima di una terza iniziativa (La camminata del

cuore) sottolinea l'importanza che il Soroptimist casalese ha voluto dare al progetto "Si parla di cuore" che interessa tutto il mondo femminile (il collegamento con il Centro Monzino di Milano si è creato poiché dal 2017 il suddetto centro ha attivato uno studio sulla Medicina di genere). Sabato 30 marzo alle ore 10,30 nelle sale dell'Accademia Filarmonica la dottoressa Daniela Trabattoni, responsabile del Women Heart Center dell'Unità Operativa di Cardiologia del Centro Cardiologico Monzino di Milano parlerà sul tema "Prevenzione cardiovascolare al femminile", cui seguirà l'intervento del dott. Paolo Olivares che illustrerà i risultati del Monzino Women. La conferenza sarà aperta al pubblico per volere delle socie

del club che nella realizzazione dei loro progetti ponendo attenzione a tutti i problemi che riguardano il mondo femminile che spesso vengono sottovalutati ritengono l'informazione sui temi della salute di fondamentale importanza per mantenere un benessere individuale che non solo coinvolge la donna singola ma anche la famiglia e la società. Considerata l'importanza dell'appuntamento in programma domani per la presenza della suddetta luminare nel campo delle malattie cardiologiche e per la possibilità di conoscere i risultati raggiunti dalla ricerca per la cura e la prevenzione della patologia, le soroptimiste sperano che la partecipazione del pubblico sia particolarmente numerosa.

CASALE MONFERRATO

Da lunedì 1° aprile Cammina adotta il calendario estivo delle 15 all'ora legale, e che da giugno, con sospeso per "ferie", in luglio o ripresa in settembre di incontro e le mesi sono invariati, la camminata sarà anticipata per non interferire con impegni ed abitudini settimanali dei camminatori del mese. La camminata del mese di aprile sarà invariata alle ore 9,30 dal canile di Casale. Tutti i percorsi, ad eccezione di 6 chilometri circolari, impiegheranno di un'ora più o meno. Ogni camminatore col suo passo, lasciato solo, sono viste opportune "viste di compattamento". Camminare fa bene: te psicofisica e f... pagnia è un piacere; Casale Cammina bella opportunità si periodicamente. Grazie al tuo soleggiato, al c... mite e alla dis... partecipanti, i... presenze dei p... dell'anno in c... no e in parte m... degli anni p... minate sono s... panti 89, la m... per cammina... di oltre 40. Be... di chilometri... na. Sempre i... lente le cam... rispetto ai c... pure sono u... Per chi vole... gruppo si ri... di la parten... gresso prin... alle ore 18

Lunedì 8 aprile Anteprima con il primo di cinque incontri Avo: nuovo corso per volontari

CASALE MONFERRATO

L'Avvo (Associazione volontari ospedalieri) di Casale Monferrato ricerca nuovi volontari, preziose presenze per l'ospedale Santo Spirito in aiuto e sostegno delle persone ricoverate. A tal fine nei prossimi giorni partirà un corso di formazione articolato in 5 incontri di un'ora e mezza ciascuno che si svolgeranno nell'aula di formazione (1° piano) del Santo Spirito con il seguente programma.

Lunedì 8 aprile - Ore 18 si terrà un'anteprima del corso. La presidente, la vice presidente e la segretaria incontreranno gli aspiranti volontari, raccoglieranno i dati anagrafici e faranno la loro conoscenza. **Martedì 9 aprile** - Ore 18, "L'Avvo che cos'è". Principi etici e fondamentali, relatore la presidente Marina Pagliano. Regole e decalogo del volontario, relatore la vice presidente Graziella Villata.

Giovedì 11 aprile - Ore 18, "Testimonianze", relatore Tecla Allara Canepa. **L'Avvo oggi**, relatore Chiara Patrucco. **Martedì 16 aprile** - Ore 18, "Il malato neurologico", relatore Giuliana Rota, primario reparto di Neurologia dell'ospedale Santo Spirito. **Giovedì 18 aprile** - Ore 18, "Il Volontariato in ospedale fa bene al corpo e alla mente", relatore Simona Tambornino, psicoterapeuta. Requisiti obbligatori per svolgere volontariato Avvo: maggiore età e due ore settimanali da mettere a disposizione, oltre, naturalmente, spirito di solidarietà. Per contatti e informazioni: Associazione Volontari Ospedalieri Onlus, ospedale Santo Spirito, viale Giolitti 2, 15033 Casale Monferrato, telefono 0142/434334. Presidente cellulare 339/1415616. Vice presidente cellulare 349/1864181. Segretaria cellulare 333/7251484 (solo tardo pomeriggio, sera). E-mail mirulla1960@gmail.com.

notizieflash

Scuole coinvolte Leardi, Sobrero, plesso Balbo

Sottimano del Don