

Cuore Vivo

ONLUS

Il giornale per la prevenzione dell'infarto

Sommario



“Chi non muore...
si rivede”



Progetto SPRINTT



Assemblea dei Soci di
“Cuore Vivo” 2016



Informazioni utili



L'Invalidità civile (I parte)

Logo Cuore Vivo ONLUS e logo Università Politecnica delle Marche.

Conferenza
**“Chi non muore ...
si rivede”**
... un viaggio tra la malattia e la guarigione, tra paura e speranza,
una riflessione sui valori più autentici della vita ...

Padre Alberto Maggi
Centro Studi Biblici “G. Vannucci”, Montefano (MC)

Venerdì, 8 Aprile 2016
dalle ore 17:00 alle 18:00

Aula A della Facoltà di Economia “Corrado Fuà”
Università Politecnica delle Marche - Ancona

La conferenza è aperta al pubblico

Raccomandiamo ai nostri lettori di partecipare alla Conferenza che avrà come relatore Padre Alberto Maggi O.S.M., teologo e biblista. Ha studiato nelle Pontificie Facoltà Teologiche Marianum e Gregoriana di Roma e all'École Biblique et Archéologique française di Gerusalemme. Ha fondato e dirige il Centro Studi Biblici “G.Vannucci” a Montefano (MC), dove cura la divulgazione delle Sacre scritture e dove si è occupato della traduzione e del commento del Vangelo secondo Giovanni e del Vangelo secondo Matteo, insieme a Ricardo Perez. Scrive per la rivista “Rocca” e ha condotto per la Radio Vaticana la trasmissione “La Buona Notizia è per tutti”. Ha pubblicato, tra gli altri: Roba da preti; Nostra Signora degli eretici; Come leggere il Vangelo (e non perdere la fede); Parabole come pietre; La follia di Dio e Versetti pericolosi.

Cuore Vivo
ONLUS



PROGETTO SPRINTT



Che cosa è la fragilità fisica?

La fragilità fisica è una condizione che colpisce la popolazione anziana, in particolare le persone con più di ottanta anni. In poche parole, la fragilità è il risultato del malfunzionamento di diversi organi e sistemi (ad esempio, muscoli, ossa, cuore, polmoni) ed è caratterizzata da una maggiore probabilità di andare incontro a problemi di salute. La fragilità fisica si manifesta principalmente con senso di debolezza, rallentamento del cammino e difficoltà a svolgere le attività abituali. Le conseguenze più importanti della fragilità comprendono una progressiva riduzione della capacità di svolgere le attività di tutti i giorni, una maggiore propensione a cadere, la riduzione dell'autonomia personale fino alla non autosufficienza, la necessità di essere ricoverati in ospedale o casa di cura, riduzione dell'aspettativa di vita. Stili di vita non corretti, in particolare la sedentarietà e un'alimentazione non adeguata, rappresentano fattori di rischio importanti per lo sviluppo della condizione di fragilità.

Che cosa è la sarcopenia?

Il termine sarcopenia viene usato per descrivere l'eccessiva perdita di massa muscolare e la riduzione della forza che possono verificarsi con l'invecchiamento. Questa condizione è piuttosto comune tra gli anziani e colpisce maggiormente le donne. Come la fragilità fisica anche la sarcopenia aumenta il rischio di andare incontro a problemi di salute rilevanti, tra cui cadute e perdita dell'autosufficienza. Anche in questo caso, una vita sedentaria e un'alimentazione non corretta contribuiscono ad accelerare l'invecchiamento del muscolo.

Quali sono i principali obiettivi del progetto SPRINTT?

Il progetto SPRINTT porterà avanti uno studio clinico di particolare rilevanza. Si tratta infatti del più grande studio mai condotto a livello mondiale per verificare se il rischio di diventare disabili possa essere ridotto intervenendo sulla fragilità fisica e la

HAI MENO DI 70 ANNI?

SPESSE TI SENTI STANCO, SENZA FORZE E FAI FATICA A MUOVERTI?

VUOI SCOPRIRE PERCHÉ?

AIUTACI PARTECIPANDO AL NOSTRO PROGETTO.

sarcopenia. Nello studio SPRINTT sarà valutato l'effetto di un intervento combinato, basato tra l'altro su attività fisica e consigli per una corretta alimentazione, e quello di un programma di educazione sullo stile di vita per un invecchiamento "sano". Allo studio parteciperanno 1500 persone di 70 o più anni con fragilità e sarcopenia residenti in 9 paesi Europei. La durata dello studio è di circa 3 anni.

Perché partecipare?

- Perché potresti scoprire che la tua debolezza e le tue difficoltà a muoverti possono dipendere dalla fragilità fisica e dalla sarcopenia;
- Perché al momento non esistono medicine per il trattamento della fragilità fisica e della sarcopenia;
- Perché potrai aiutare i ricercatori a fare progressi nel campo della fragilità fisica e della sarcopenia,
- Perché la tua salute sarà costantemente monitorata dai medici esperti nel settore.
- Perché la tua partecipazione sarà assolutamente gratuita e la tua privacy rispettata. Inoltre sarai libero di abbandonare lo studio in qualunque momento.

Principali criteri per la partecipazione allo studio SPRINTT

- Età uguale o superiore a 70 anni;
- Avere una ridotta massa muscolare;
- Avere una ridotta capacità di movimento e/o problemi di equilibrio.

Per sapere se puoi partecipare allo studio SPRINTT o se desideri maggiori informazioni, visita sito internet del progetto: www.mysprintt.eu

Per informazioni presso il Presidio Ospedaliero di Ricerca INRCA di Ancona, chiama dalle 09.00 alle 13.00 i numeri telefonici 071 800 3284/3719 o scrivici all'indirizzo mail: sprintt@inrca.it





ASSEMBLEA DEI SOCI DI “CUORE VIVO” 2016

Anche quest’anno presso il Ristorante “Il Lazzaretto” alla Fiera della Pesca, si è svolta l’Assemblea annuale dei Soci di “Cuore Vivo”.

L’occasione, prevista dallo Statuto, (l’Assemblea intendo, non il pranzo) ha impegnato innanzi tutto i nostri “Soci attivi”: Giancarlo ed Enrico, ai quali spetta la nostra immutata gratitudine, nella organizzazione e nell’accoglienza dei partecipanti che prevedeva in particolare il rinnovo delle iscrizioni e la distribuzione delle tessere 2016.

Quanto agli argomenti trattati l’interesse si è concentrato specialmente sulla necessità di supportare l’attività dell’Associazione dandogli maggiore visibilità cosicché divenga produttiva la previsione statutale che affida a “Cuore Vivo” lo scopo di rendere effettivo lo stimolo alla prevenzione delle malattie cardiovascolari e quindi l’indirizzo verso stili di vita sani ed adeguati ad evitare il superamento dei livelli di rischio per la salute.

L’invito, ripetuto da anni, è stato quello di partecipare alla vita dell’Associazione, magari anche dando consigli e suggerimenti per meglio impiegare le pur scarse risorse umane e materiali di “Cuore Vivo”.

Il Presidente dr. Antonicelli, ha annunciato in particolare, l’intenzione di promuovere l’organizzazione di eventi e/o convegni che abbiano per tema gli scopi del nostro sodalizio.

Si è anche parlato delle iniziative “ricreative” realizzate per favorire l’aggregazione dei soci che abbiamo la presunzione e il piacere di chiamare “amici”.

E’ stata quindi prospettata l’organizzazione di una gita breve, che preveda al massimo il soggiorno di una notte, a Ostia, per ammirare quel polo archeologico che conserva i resti del porto antico di Roma e quindi, sulla via del ritorno, assistere ad un “Angelus” domenicale officiato da Papa Francesco.

Quanto alla tradizionale gita di settembre, si è prospettata l’idea di visitare il Lago di Como ed i suoi dintorni, magari anche utilizzando il trenino rosso del Bernina che giunge sino alla località svizzera di St. Moritz.

Il tutto dipenderà dai costi e dalla disponibilità di chi ci dovrà garantire il trasporto, il soggiorno e l’assistenza turistica in loco.

Come sempre, l’Assemblea è stata anche l’occasione per esaminare ed approvare il rendiconto delle entrate e delle spese effettuate nel 2015 di cui, qui di seguito, viene pubblicato il riassunto, fermo restando che il Consiglio direttivo dell’Associazione, resta a disposizione, per ogni eventuale richiesta di chiarimento.

CUORE VIVO – RENDICONTO 2015			
ENTRATE		USCITE	
Attivo al 1° Gennaio	10.936,67	Rivestimento porte Cardiol.	1.708,00
Quote associative	3.795,90	Stampa e promozione salute	3.177,58
Donazioni ind.li	730,00	Contributo iniziative sociali	980,00
Donazioni enti e az.de	10.400,00	Assicurazioni e segreteria	358,67
5 x 1000	1.160,56	Collaborazioni giornalismo	5.000,00
Quote Palestra	3.910,00	Palestra spese	3.063,50
Altre entrate	0,10	Imposte e spese bancarie	259,99
Totale attivo+entrate anno	30.933,23	Totale uscite anno	14.547,74
Differenza attiva	16.385,49		

Le Gite del 2016

OSTIA DAL 7 ALL'8 MAGGIO 2016

L'Assemblea dello scorso gennaio ha approvato la proposta del Presidente di effettuare una gita di due giornate (una notte) a Ostia per la visita del parco antico che rappresenta, dopo Pompei il sito archeologico più grande del pianeta di cui è stato finora scavato soltanto il 40%.

- La visita di Ostia si svolgerà il giorno: 8 Maggio, con partenza in pullman da Ancona.
- Il pernottamento è previsto in loco in un albergo ove consumeremo anche il pranzo e la cena dello stesso giorno.
- Il giorno 8 Maggio, dopo la colazione raggiungeremo, sempre con il nostro pullman la Piazza San Pietro ove potremo assistere all'Angelus di Papa Francesco e visitare individualmente la Basilica.
- Il pranzo, di cui si farà carico "Cuore Vivo", sarà effettuato in un Ristorante che prenoteremo sul percorso.
- La quota prevista è di 170 € a testa in camera doppia ingresso al parco archeologico compreso.
- La prenotazione, con il pagamento della quota, dovrà essere effettuata, presso la nostra Segreteria, entro il 19 Aprile.

LAGO DI COMO DALL'8 ALL'11 SETTEMBRE 2016

La gita di settembre, di cui daremo i particolari nel prossimo numero del nostro giornalino, si svolgerà al Lago di Como.

- È prevista la visita del Centro storico della Città di Como: Il Duomo, il Broletto, la basilica di S. Fedele, la Basilica di S. Abbondio ed il Tempio Voltiano che raccoglie i ricordi di Alessandro Volta.
- Il giorno seguente raggiungeremo Tirano dove saliremo sul Trenino Rosso del Bernina che attraversando un Paesaggio mozzafiato ci condurrà a St. Moritz in Svizzera.
- Navigheremo poi sul Lago di Como in battello per ammirare la Villa dell'Olmo, la Villa d'Este, uno degli alberghi più famosi del mondo, la Villa Montrasio oggi residenza della famiglia Versace, Villa Oleandra (Clooney) quindi la Villa Taverna ed altre bellezze. Sosta quindi a Bellagio, la perla del lago, e quindi Villa Carlotta.
- Nel programma dettagliato preciseremo il prezzo del viaggio che non dovrebbe discostarsi da quello sostenuto l'anno passato.

Intanto, gli interessati, senza immediato impegno, potranno dichiarare, sempre telefonando alla nostra Segreteria, il proprio interesse cosicché, tenendo conto dei probabili partecipanti si possa meglio definire il relativo progetto.

RINGRAZIAMENTI:

Come ogni anno, le nostre amiche Strologo Luigia e Paoloni Alberta, per onorare il loro cari defunti: Mazzoni Angelino e Mazzoni Duilio, hanno versato una generosa offerta a sostegno delle iniziative di "Cuore Vivo". I nostri ringraziamenti vanno anche A Valeri Lolita.

ISCRIVETEVI NUMEROSI ALL'ASSOCIAZIONE



Soci Ordinari € 20,00; Soci Sostenitori € 25,00 in poi
c/c postale n. 11709607 intestato a "Cuore Vivo"
Via della Montagnola, 81 - 60100 Ancona

A tutti i soci verrà inviato gratuitamente il nostro giornale.

Per maggiori informazioni telefonate al n.

071 800 3374 il martedì ed il giovedì dalle ore 9,30 alle ore 12,00

**NELLA DICHIARAZIONE DEI REDDITI CHE PRESENTERAI QUEST'ANNO, RICORDA CHE:
PER DESTINARE IL TUO 5X1000 A CUORE VIVO IL CODICE FISCALE È: 93022590421**

L'Invalidità civile (I parte)



Non sempre il cardiopatico ha coscienza dei suoi diritti per cui è opportuno sapere che vi sono diversi tipi di tutele che discendono da diverse leggi.

Qui prendiamo in esame quelle relative a chi ha riconosciuta una Invalidità civile (in base alla legge n. 118 del 1971 e successive modifiche).

Le tutele sono parametrare sulla base del diverso grado della riduzione della capacità lavorativa, e/o del danno funzionale permanente, e determinano la concessione dei seguenti benefici:

- per invalidità pari o superiore al 33%: fruizione di protesi o ausili,
- per invalidità pari o superiore al 46%: iscrizione nelle liste speciali del collocamento obbligatorio,
- per invalidità pari o superiore al 67%: esenzione dai ticket sanitari ,
- per invalidità pari o superiore al 74% (entro determinate soglie di reddito): assegno mensile di assistenza in qualità di “invalido parziale”,
- per il dipendente con invalidità pari o superiore al 75% : una maggiorazione della contribuzione utile alla pensione,
- per invalidità pari al 100% (entro determinate soglie di reddito): pensione di inabilità in qualità di “invalido totale”,
- per invalidità pari al 100% con impossibilità di deambulare o impossibilità di compiere gli atti ordinari della vita: indennità di accompagnamento,
- per i minori di 18 anni con difficoltà persistenti a svolgere i compiti e le funzioni propri della minore età che frequentano in modo continuo o periodico centri ambulatoriali oppure scuole pubbliche o private di ogni ordine e grado a partire dagli asili nido: indennità di frequenza (L. 289/90).

Come si calcola lo stato di invalidità?

Il gradiente di invalidità per ogni patologia è da calcolare sulla base della tabella prevista nel Decreto del Ministero della Sanità 5 febbraio 1992, che di fianco si pubblica.

Chi stabilisce lo stato di invalidità?

Dopo che il medico di famiglia ha inviato il certificato con le patologie per via telematica, una copia di questo va allegata alla domanda da presentare all'INPS. L'accertamento dello stato invalidante viene effettuato tramite visita diretta da parte di una apposita commissione dell'Azienda Sanitaria Locale e, se lo spostamento del soggetto da sottoporre ad accertamento presso la sede della visita potrebbe essere di nocumento al suo stato di salute, è possibile richiedere la visita domiciliare.

Come deve operare la Commissione?

La Commissione deve:

- innanzi tutto porre diagnosi delle infermità,
- poi deve valutare l'incidenza funzionale delle infermità individuate,
- quindi deve individuare una percentuale di invalidità per ogni infermità secondo le indicazioni della tabella del DM 5/02/1992;
- in ultimo deve sommare con una particolare metodologia (che ho descritto nella pagina della tabella delle percentuali di invalidità).

Per ciò che riguarda l'accertamento delle infermità è indispensabile produrre adeguata documentazione specialistica, quindi cartelle cliniche, relazioni di dimissioni, certificazioni specialistiche, referti di esami di diagnostica per immagini, referti di esami ematochimici (meglio se di strutture pubbliche).

La valutazione dell'incidenza funzionale delle infermità è il secondo fondamentale passaggio da parte della Commissione.

Nella tabella delle invalidità è previsto e spesso vengono indicate delle classi di gravità, con percentuali di invalidità che possono essere molto differenti, oppure degli intervalli di percentuale (31%-40% ad esempio). Spetterà poi alla Commissione, sulla scorta della propria visita, ma frequentemente sulla scorta della documentazione specialistica, inserire le infermità nelle classi funzionali appropriate.

Cosa fare se la valutazione della Commissione la si ritiene ingiusta?

Entro 6 mesi da quando si riceve la comunicazione si deve presentare un ricorso per Accertamento Tecnico (c.d. ATP) al Tribunale Civile - Sezione Lavoro.

Per domande o chiarimenti scrivere a segreteria@studiolegaledistasi.it o telefonare al n. 071.206851.

Nel prossimo numero pubblicheremo la Tabella con le percentuali di invalidità previste per le patologie relative all'apparato cardiocircolatorio.