10 ottobre 2004, giornata della prevenzione cardiovascolare / Nostra intervista a Gerolamo Sibilio, coordinatore delle Unità Ospedaliere di Giugliano e Pozzuoli

«Centinaia di persone muoiono di infarto senza rendersene conto»



Il presidio ospedaliero S. Maria delle Grazie di Pozzuoli e, nel riquadro, il primario Gerolamo Sibilio

Tra le 150 unità operative di cardiologia che, lo scorso 10 ottobre, hanno aderito alla giornata nazionale della prevenzione delle malattie cardiovascolari, c'è stata anche la divisione dell'ospedale Santa Maria delle Grazie di Pozzuoli. Dalle 10 del mattino e fino al tardo pomeriggio, decine di cittadini del nostro comprensorio Nord Ovest di Napoli hanno avuto accesso al reparto diretto dal dottor Gerolamo Sibilio. "Durante questa giornata, denominata "cardiologie aperte" – spiega il giovane primario flegreo – molte persone hanno ricevuto una serie di informazioni che possono sicuramente essere utili per migliorare il loro stile di vita e prevenire malattie come ictus e infarto".

Dottor Sibilio, perché tra le 2 unità operative ospedaliere di cardiologia, che lei coordina all'interno della Asl Napoli 2, solo quella di Pozzuoli ha aderito a questa iniziativa promossa dal Ministero della salute e dalla Heart Care Foundation?

"Si è trattato solo di una questione di tempi tecnici riguardanti la trasmissione dei parametri di adesione. In ogni caso, penso che questa iniziativa debba essere ripetuta anche l'anno prossimo attraverso un maggiore coinvolgimento di medici, cittadini e mass media".

Insomma, la comunicazione di informazioni "dal vivo" tra cardiologi e cittadini è, così come accade per altri settori, una vera e propria necessità…

"Sì, c'è ancora molto da lavorare per istruire le persone sui rischi di una problematica che, in Italia, ancora oggi, è la prima causa di morte. Da qui l'apertura al pubblico dei nostri reparti, al fine di indirizzare l'utenza verso una corretta prevenzione cardiovascolare. In questo contesto va inoltre sottolineato che un attacco di cuore (infarto acuto) va affrontato in tempi rapidi. Per evitare il rischio di morte, bisogna ridurre al minimo il cosiddetto "ritardo evitabile" rispetto all'intervento sanitario. Allorquando si manifesta l'infarto, noi consigliamo al paziente di chiamare immediatamente il 118".

In che modo una persona può riconoscere che sta per essere "travolta" da un infarto? "La sintomatologia tipica è costituita innanzitutto da un dolore in sede toracica. Tale sintomo può essere di tipo costrittivo, dando cioè la percezione di una stretta nella parte interessata, di tipo gravativo (come un qualcosa che preme) o urente (come un qualcosa che brucia). Talvolta, il dolore puo irradiarsi agli arti o al giugulo, accompagnato, molto spesso, da una sudorazione fredda".

Le cifre / 1
"Il 50% dei pazienti non ce la fa ad arrivare vivo in ospedale"

Quali le azioni che il paziente deve assolutamente evitare al fine di abbattere il cosiddetto ritardo evitabile?

"In questa delicata fase, l'ammalato deve solo pensare a raggiungere, tramite l'ambulanza, il presidio ospedaliero più vicino. In quest'ottica, la prima ora è fondamentale per evitare la morte. Attualmente, le statistiche indicano che chi raggiunge il pronto soccorso entro la cosiddetta "golden hour" ha molte più probabilità di restare in vita rispetto a chi non ci riesce. In pratica, i nuovi protocolli farmacologici e le nuove tecnologie consentono di limitare al 10% il rischio di morte in ospedale. Nonostante ciò, c'è, purtroppo, ancora un 50% di persone che muore perché nelle nostre strutture non riesce proprio ad arrivarci in quanto non si rende conto di ciò che gli sta realmente accadendo in quei drammatici momenti. Durante i primi minuti dell'attacco, non bisogna quindi chiamare il medico di famiglia, bensì il 118. Da questi elementi si capisce chiaramente quanto sia importante, oggi, promuovere giornate di prevenzione su scala nazionale. Momenti, questi, nei quali non solo cerchiamo di educare il cittadino ad un comportamento intelligente e preventivo del rischio cardiovascolare, ma intendiamo anche rimarcare il ruolo di figure cosiddette strategiche, in grado di effettuare massaggio cardiaco e respirazione bocca a bocca. Si tratta di agenti di pubblica sicurezza, vigili urbani, vigili del fuoco, bagnini, professori di educazione fisica, allenatori, operatori scolastici e "semplici" volontari. Se, infatti, consideriamo che, per il paziente oggetto di un infarto acuto, le probabilità di rimanere in vita si riducono del 10% per ogni minuto che passa, allora comprendiamo facilmente quanto sia importante l'effettuazione di una rianimazione cardiovascolare in attesa dell'arrivo dell'ambulanza".

I soccorsi
"Dopo i primi sintomi bisogna chiamare il 118"

L'Asl 2 promuove dei corsi per coloro che vogliono imparare ad effettuare la rianimazione cardiovascolare?

"Certamente. Ogni anno ne organizziamo uno che è riservato alla cosiddetta società civile. Ai partecipanti rilasciamo, alla fine, un certificato valevole per 12 mesi e in tutto il territorio nazionale".

Torniamo al tema della prevenzione. Quali sono i maggiori fattori di rischio ?

"Innanzitutto ipertensione, fumo, diabete, colesterolo alterato, obesità, stress, vita sedentaria. Tutti questi sono fattori modificabili con semplici accorgimenti sull'alimentazione e sulle abitudini quotidiane delle persone. In tale ottica, le attuali linee guida consigliano 20-30 minuti di attività fisica moderata per almeno 3 volte a settimana. Per esempio, si può fare della cyclette, una passeggiata a passo svelto, una bella nuotata.

Può inoltre essere utile lo scendere dall'autobus un paio di fermate prima o il servirsi delle scale, anziché dell'ascensore, quando si è all'interno di un palazzo e si deve raggiungere un determinato appartamento.

Tali elementi risultano importanti nell'ambito della cosiddetta prevenzione primaria. Inoltre, attualmente, nei nostri ambulatori di cardiologia disponiamo di strumenti denominate "carte del rischio".

Esse permettono di misurare vari parametri della nostra persona e stabilire, per ognuno di noi, quante probabilità esistono di "beccarsi" un infarto del miocardio o un ictus".

Le cifre / 2
"Nel 2003 abbiamo salvato la vita a circa 900 persone"

La prevenzione
"Sport e sana alimentazione allontanano il rischio"

Su quali parametri incide l'esercizio fisico rispetto alla riduzione dei rischi cardiovascolari?

"Beh incide sull'abbassamento del battito cardiaco, della pressione arteriosa, del peso corporeo. Inoltre aumenta la concentrazione di colesterolo "buono" nel sangue e riduce il rischio di ammalarsi di diabete".

Quali sono le cifre dell'Asl Napoli 2 rispetto all'infarto?

"Premesso che nelle cosiddette nazioni industrializzate la patologia in questione è in forte aumento, va detto che nel 2003, in ambito comprensoriale, su un'utenza di circa 520 mila persone, abbiamo accertato circa 1000 sindromi coronariche acute (infarto e angina instabile). Tutti i pazienti sono stati ricoverati e trattati presso le unità di terapia intensiva di Giugliano e Pozzuoli con moderne attrezzature che hanno consentito un percorso assistenziale completo, nell'ambito della quale è stato programmato un piano personalizzato per ogni paziente, al quale tra l'altro è stato anche facilitato al massimo l'accesso alle visite ambulatoriali di cardiologia. In tale contesto va sottolineato che nelle nostre strutture abbiamo avuto un indice di mortalità da infarto inferiore al 10%; strutture che, tra l'altro, stiamo potenziando, in quanto tra breve verrà attivato il reparto Utic anche nell'ospedale di Ischia".

Naturalmente, seguendo le statistiche internazionali si può ipotizzare che nel 2003 nella nostra Asl siano morte "per ignoranza in materia" circa 1000 persone.

Un dato "virtuale", certamente non dimostrabile, ma che deve far riflettere tutti, addetti ai lavori e non, sull'importanza vitale di iniziative come quella del 10 ottobre scorso, denominata "cardiologie aperte".

A cura dell'ufficio stampa dell'Asl Napoli 2

Cefalee in anziani e bambini: conferenza a Giugliano

Il mal di testa negli anziani e nei bambini. E' stato questo l'asse tematico della quinta conferenza annuale sulle cefalee, promossa dal centro interdistrettuale di via Basile diretto dal dottor Giovanni D'Antonio. Ad aprire i lavori, moderati dal neurologo Luigi Balzano e dalla psicologa Rachele Lombardi, è stata la geriatra Olivia Rickler, che, nel corso del suo intervento, ha spiegato che "innanzitutto nell'anziano i sintomi cefalalgici sono meno evidenti che in altri soggetti, a causa di un decadimento cognitivo". "In essi – ha continuato la Rickler – spesso si verifica una cefalea muscolotensiva (il cosiddetto cerchio alla testa) con attacchi che variano dalle 6 alle 72 ore nei casi non cronici, mentre nei soggetti più colpiti si possono verificare fino a 90 attacchi in sei mesi (15 ogni 30 giorni). Rispetto a questa cefalea primaria bisogna stare molto attenti nella somministrazione di farmaci quali triptani e cortisonici, a causa dei loro effetti collaterali". Il dottor Gianfranco Massarelli ha invece puntato l'accento sulle cefalee secondarie negli anziani. Si va infatti dalla cefalea cosiddetta sentinella, che può portare all'ictus, alla cefalea cervico-artrosica. Anche una insufficienza respiratoria può generare mal di testa. Inoltre, durante il suo intervento, Massarelli ha sottolineato che "a causa della riduzione della soglia del dolore, è necessario procedere subito a prelievi e misurazione della pressione. Insomma, vanno fatte subito delle indagini, evitando la somministrazione di farmaci quali Aulin o Novalgina".

Il tema della cefalea nei bambini è stato invece affrontato dal pediatra Enzo Pio Comune, il quale ha evidenziato che "il vomito ciclico è certamente collegabile a questa patologia, così come i dolori della crescita, la perdita di spazi familiari derivanti dalla nascita di un fratellino, la fobia scolastica, il bullismo e i problemi odontoiatrici". Comune ha poi aggiunto che "dopo il compimento del 10° anno di età la cefalea tende a scomparire e, nella stragrande maggioranza dei casi, il mal di testa nei bambini è da considerare "benigno", in quanto sintomo di altra patologia".

Enzo Pio Comune ha infine spiegato alle molte mamme presenti alla conferenza che "il sonno, lo stress, il cioccolato e gli alimenti in genere sono elementi da tenere bene in considerazione allorquando nei ragazzi si presenta il mal di testa, mentre a livello neurologico vanno focalizzati aspetti quali la deambulazione e il linguaggio del bambino".

Qualiano, effettuati 106 test gratuiti del diabete

Una giornata per prevenire il diabete è stata organizzata a Qualiano lo scorso 3 ottobre.

A promuoverla è stata la Fand Napoli Nord, coordinata da Vincenzo Nappa. Nella postazione allestita in piazza D'Annunzio dai responsabili dell'Associazione Nazionale Diabetici sono state effettuate ben 106 misurazioni, al termine delle quali sono stati rilevati valori alterati in 12 persone non ancora diagnosticate, mentre in altre 24, già consapevoli della propria patologia, è stata "semplicemente" confermata la presenza dell'alterazione di determinati parametri del metabolismo.

Sul fronte del coinvolgimento sociale rispetto a questa giornata di prevenzione va infine annotato che, tra i 106 "utenti" della postazione Fand, ben 96 sono stati gli uomini; mentre la fascia d'età più sensibile all'iniziativa è stata quella compresa tra i 50 e il 60 anni.

Nel complesso, gli anziani tra i 50 e i 90 anni hanno rappresentato il 62% della popolazione che si è sottoposta al test del diabete.

Fra. Fer.