



Un salto nella qualità della vita

# Trombosi e giovani

In questo numero:

- 2 *Trombosi:  
non è un mondo  
per vecchi*
- 5 *Trombosi venosa  
e Trombosi arteriosa*
- 12 *Rischio Ictus  
cerebrale: uomini e  
donne sono uguali?*
- 13 *R.I.T.I. - Registro  
Italiano Trombosi  
Infantili*
- 16 *Una finestra  
sull'Europa*
- 18 *Lavori in corso*
- 22 *Hanno parlato  
di noi*

Trent'anni fa parlare di Trombosi sembrava stravagante: oggi sappiamo che era, ed è, giusto e necessario.

Alla luce di una recente indagine conoscitiva svolta da ALT è emerso che **solo un italiano su tre conosce il significato della parola "Trombosi"** e più della metà non sa che le malattie da Trombosi **si possono evitare**. Del 33% di italiani che conosce le malattie da Trombosi e le loro cause, la maggioranza ignora la loro reale incidenza.

Abbiamo fatto tanto ma ancora non basta.

Le malattie da Trombosi, conosciute con il nome di **Infarto, Ictus, Embolia polmonare, Trombosi venosa e arteriosa possono essere evitate in un caso su tre**, con l'informazione, la conoscenza e la scelta di uno stile di vita sano.

Ogni individuo ha il diritto di saperlo.

ALT lavora per rendere le informazioni sulla prevenzione delle malattie da Trombosi accessibili a tutti. **ALT lavora affinché nessuno possa dire un giorno "io non lo sapevo"**.

Ancora una volta ALT ha scelto di parlare a tutti voi, voi che la Trombosi l'avete conosciuta da vicino e voi che avete scelto di non incontrarla!...almeno da giovani!

A tutti voi che avete voglia di sapere, buona lettura e ...passaparola!

Il presidente  
Lidia Rota Vender

# Trombosi: non è un mondo per vecchi



ANNO XXIV - N. 77  
DICEMBRE 2014

DIRETTORE RESPONSABILE  
Claudia Rota

TESTI DI  
Lidia Rota Vender  
Bruno Balzano  
Isabella Melchionda

EDITORE  
ALT - Associazione  
per la Lotta alla Trombosi e alle  
malattie cardiovascolari - Onlus  
Via Ludovico da Viadana, 5  
20122 Milano  
tel. 02-58325028  
fax 02-58315856  
alt@trombosi.org  
www.trombosi.org

COMITATO SCIENTIFICO  
Valentin Fuster  
Zaverio M. Ruggeri  
John Martin  
Irwin H. Rosenberg  
Giorgio Agrifoglio  
Rosario Brancato  
Angelo Branzi  
Gaetano Crepaldi  
Leandro Gennari  
Gian Franco Gensini  
Daniela Mari  
Roberto Sterzi

SEGRETARIA SCIENTIFICA  
Marco Moia  
Francesco Saverio Dioguardi

PROGETTAZIONE GRAFICA  
Veronica Merenda

REALIZZAZIONE EDITORIALE  
STAMPA  
Leva Printing  
Via Idro, 61  
20132 Milano

Abbonamento annuo 20 euro  
c/c postale n. 50 29 42 06

## La Trombosi colpisce solo gli anziani?

Assolutamente NO, diventa più probabile con il passare degli anni, ma le statistiche rivelano che le malattie da Trombosi si verificano anche **prima dei 40**

**anni**, più spesso di quel che si crede anche negli adolescenti, perfino nei bambini e nei neonati. **Su 100 persone colpite, 3 hanno meno di 40 anni.** In Italia, ogni anno, la Trombosi colpisce **15000 bambini** (da neonati ad adolescenti).

*Il dottor Marco Moia, Responsabile dell'U.O. di Fisiopatologia della Coagulazione all'Ospedale Maggiore Policlinico di Milano, di giovani colpiti da Trombosi ne incontra spesso, e ci racconta perché è importante sapere che cos'è la Trombosi, perché si verifica, come evitarla e come curarla, fin da giovani.*

## Perché un giovane dovrebbe pensare alla Trombosi se è vero (come è vero) che colpisce prevalentemente gli anziani?

«I motivi sono molti: cominciamo con l'intenderci sulla definizione di "giovane", cosa di per sé non facile. L'età dipende dall'anagrafe ma anche dalla biologia e da molti altri fattori, inclusi il contesto storico, culturale e sociale. Una fotografia del 1922 ritrae mia nonna, apparentemente molto anziana: aveva 38 anni! A quest'età Francesco Totti gioca



Dott. Marco Moia  
segreteria scientifica di ALT

a calcio in serie A, con ottime performance. Quindi, a che età non si è più giovani? Non c'è una risposta. Quello che posso dire, visitando i pazienti con Trombosi in ospedale, è che ne trovo ormai molti... più giovani di me. Quindi, dal mio punto di osservazione, la Trombosi colpisce certamente

anche i giovani. Giovani che, se avessero avuto a disposizione **informazioni** fondamentali sulla Trombosi e sulle sue conseguenze, probabilmente avrebbero modificato il proprio stile di vita, riducendo la probabilità di incontrare prima o poi le malattie che la Trombosi provoca. È inutile girarci intorno, **le nostre scelte di vita possono essere determinanti** nello scatenare la Trombosi, in moltissimi, anche se non in tutti.»



## Un giovane accetta la Trombosi?

«In modo diverso rispetto all'anziano. La Trombosi che si verifica in un'arteria causa un Infarto del miocardio, o un Ictus cerebrale, se si verifica in una vena si chiama Trombosi venosa profonda o Tromboflebite, o Embolia polmonare. La probabilità di Trombosi aumenta con il passare degli anni, quindi è più alta nell'anziano rispetto al giovane, ma le sue conseguenze nel giovane possono essere pesanti per la vita di relazione e per l'emotività del paziente e della sua intera famiglia.»

## La Trombosi spaventa i giovani colpiti?

«Il giovane non è preparato e non accetta facilmente di vedere diminuite le sue **capacità fisiche, psichiche e lavorative** per una malattia che non aveva mai neppure preso in considerazione. L'imprudenza

e l'incoscienza nello sport e nelle scelte quotidiane portano a sottovalutare il pericolo, e a pensare "non io, a me non capiterà mai": ma se si guarda intorno oggi più che mai vede le conseguenze delle malattie sugli amici o sui famigliari, anche attraverso i media. Infarto, Ictus, Embolia risultano quindi **condizioni inattese e difficili da accettare**, più che un incidente stradale. Il marò La Torre, o Antonio Cassano, ambedue colpiti da Ictus cerebrale, certamente avevano messo in conto la possibilità di un incidente, ma certo non di un Ictus. Eppure ambedue lo hanno sperimentato. »

## Scienza e buon senso insieme?

«I progressi della medicina e della ricerca scientifica sulla Trombosi sono stati davvero rilevanti: sempre più capiamo i meccanismi che facilitano la

Trombosi e riconosciamo la responsabilità di alterazioni biochimiche o genetiche che predispongono alla Trombosi, facciamo diagnosi migliori e utilizziamo cure più efficaci. Al medico specialista tocca l'onore e l'onere di utilizzare queste conoscenze in modo appropriato, al momento giusto, nella singola persona. Ma ognuno di noi può, e deve, fare molto per la propria salute. Soprattutto (ribadisco, soprattutto) se è giovane. Come diceva Lorenzo il Magnifico, è vero che "del domani non v'è certezza" e "chi vuol esser lieto sia", ma per essere davvero lieti, non è affatto necessario, né intelligente, rovinare quella splendida, ma delicata macchina che è il nostro corpo. Una sana **attività fisica**, una **corretta alimentazione** (senza rinunce, ma senza eccessi), **evitare fumo e droghe** permettono, anzi migliorano di molto il godimento della nostra vita mentre siamo giovani. E, visto che la giovinezza "si fugge

tuttavia”, ci danno buoni motivi (non la certezza, ma buone probabilità) di non incontrare la Trombosi né da giovani né quando giovani non saremo più.»

## Che cosa facilita la comparsa di una Trombosi nel giovane?

«L'assetto Trombofilico, ovvero un sangue che tende a coagulare troppo e in modo inappropriato, cocaina e altre droghe, stress, malformazioni dei vasi, alterazioni genetiche (mutazioni) dei fattori della coagulazione, elevati livelli di omocisteina, ormoni, tumori, e poi diabete e colesterolo elevato. Perché si verifichi una Trombosi **non basta una causa, ci vogliono più fattori**: uno squilibrio del sistema della coagulazione del sangue, una lesione dell'endotelio che piastrella l'interno delle vene o delle arterie, e un rallentamento della circolazione del sangue. La presenza contemporanea di alcune e tutte queste situazioni aumenta il rischio di Trombosi delle vene e delle arterie, in modo diverso e con meccanismi leggermente diversi. Grazie ai progressi della ricerca scientifica oggi siamo in grado di identificare in moltissimi casi l'alterazione del sangue che non ha causato ma ha contribuito a determinare la Trombosi.

## Trombosi e stupefacenti: una relazione pericolosa

Cocaina, eroina e droghe sintetiche aumentano la probabilità di Ictus nei giovani, anche per una sola dose. Tutte le droghe, anche quelle definite leggere, uccidono un certo numero di cellule del cervello (neuroni), lo dice la scienza. L'uso continuativo di cannabis, soprattutto se iniziato durante l'adolescenza, altera l'intelligenza, provocando un declino misurabile delle capacità cognitive dopo i 30 anni. Questi sono dati scientifici



pubblicati nel 2012 su una delle riviste scientifiche più autorevoli del mondo (Proceedings of the National Academy of Sciences). Usate il buonsenso!

## Dove colpisce la Trombosi?

«La Trombosi può colpire a ogni età, con frequenza diversa, persino nel bambino o nel neonato. Può colpire le arterie o le vene, **in qualunque distretto**. Spesso nelle giovani donne la Trombosi si manifesta nel momento in cui cominciano a usare la pillola anticoncezionale, o durante la gravidanza, o dopo il parto. Nei giovani atleti può essere scatenata da esercizio fisico intenso che provoca un aumento massiccio e rapido delle masse muscolari, che comprimono le vene, soprattutto nel torace, rallentando il deflusso del sangue verso il cuore.»

## Come vivono la Trombosi i giovani?

«Dipende dalla gravità e quindi dal distretto colpito. È sempre difficile per un giovane, che si credeva immortale, **accettare un evento improvviso**, inaspettato e spesso pesantemente invalidante come una malattia da Trombosi. La Trombosi, venosa o arteriosa, è un evento grave, ma può essere prevenuta e curata. Per evitarne le conseguenze, è indispensabile che venga sospettata, diagnosticata correttamente e poi curata in modo adeguato. Il paziente deve essere informato e motivato, perché la sua collaborazione è determinante per la riuscita della cura. Il medico oggi ha molti strumenti per diagnosticare e curare.»

# Trombosi venosa e Trombosi arteriosa



*La Trombosi che si verifica nelle arterie coronarie causando l'Infarto, se si forma nelle arterie cerebrali causa l'Ictus, se si forma nelle vene delle gambe provoca Trombosi venosa o Tromboflebite. Se il trombo si forma in un'arteria blocca l'arrivo dell'ossigeno e il tessuto muore, se si forma in una vena impedisce al sangue di defluire e infarcisce le cellule, che rimangono affogate in un sangue incapace di nutrirle.*

## Quale delle due è più grave?

Di solito la Trombosi arteriosa, perché la mancanza di ossigeno fa morire le cellule rapidamente per soffocamento. La gravità **dipende anche dal tipo di Trombosi**, completa o parziale, e dalla rapidità con cui il trombo si scioglie, dal fatto che sia la prima volta che si manifesta oppure che si tratti di una recidiva, dal fatto che si frammenti e lasci partire emboli.

## Perché si forma un trombo nelle arterie?

Le arterie con il passare degli anni subiscono gli insulti del tempo: possono ammalarsi di aterosclerosi, causata dal persistere di elevati livelli di grassi nel sangue, o di zuccheri, come accade nel diabete, o di una pressione del sangue eccessivamente elevata.

## Quali sono i fattori che mettono a rischio le arterie?

A volte le arterie si ammalano per colpa delle droghe, come la cocaina. O per colpa di elevati livelli di omocisteina, di un processo infiammatorio (arterite), per un virus, un microbo, una malattia autoimmune. Dove c'è malattia c'è infiammazione, e dove c'è infiammazione il **sistema della coagulazione** interviene per guarire la malattia formando un trombo. Anche un vaso che improvvisamente si chiude o si riduce di calibro, per colpa di uno spavento, o di un grande dolore, di un attacco di ansia, o di paura, può interrompere il flusso del sangue: **se il sangue rallenta coagula e scatena una Trombosi**.

## La Trombosi arteriosa è mortale?

Può esserlo, dipende da quanto è importante l'arteria che si chiude. Per esempio, la chiusura della **carotide** può provocare un danno gravissimo, perché riduce o elimina l'afflusso di sangue a un organo nobile come il cervello.

## Quali arterie sono più colpite da Trombosi?

Tutte le arterie possono essere colpite: quelle che danno sintomi più gravi sono le più grandi, come le carotidi, le coronarie, l'aorta, le iliache, le intestinali, le renali, oppure quelle che essendo piccole portano il sangue a distretti molto importanti (coronarie, cerebrali). La gravità dell'evento dipende dall'importanza dell'organo che ne patisce le conseguenze.

## Aterosclerosi e arteriosclerosi: sono la stessa cosa?

NO. L'aterosclerosi è il processo degenerativo della parete delle arterie con formazione di **placche** (placche ateromasiche o aterosclerotiche). È l'infiammazione di un tratto più o meno lungo di un'arteria, causata dalla presenza di grassi che gonfiano l'endotelio e formano una protuberanza, come un ascesso, che sporge nella circolazione del sangue: le piastrine accorrono per curarlo, e formano un trombo. Aterosclerosi e Trombosi sono intimamente correlate: tanto che oggi si tende sempre più a parlare di Aterotrombosi. L'arteriosclerosi è l'**indurimento** e **perdita di elasticità** delle arterie dovuti a invecchiamento.

## Chi è più colpito?

Chi ha diabete, ipertensione, colesterolo, o trigliceridi alti, o elevati livelli di omocisteina nel sangue, chi fuma, chi è figlio o figlia o sorella di qualcuno che ha avuto malattia aterotrombotica, chi ha più di uno di questi problemi. Questi si chiamano **fattori di rischio**: vuol dire che chi ne ha uno ha un rischio più elevato di sviluppare la malattia rispetto a chi non ne ha.

## La Trombosi arteriosa è ereditaria?

NO. Non si eredita la Trombosi, l'aterosclerosi, l'Infarto o l'Ictus

cerebrale: si eredita la tendenza a sviluppare queste malattie. La malattia si manifesta solo se a un assetto genetico predisponente si associa il danno provocato dai fattori di rischio legati alle abitudini di vita, o a malattie intercorrenti.

## La Trombosi arteriosa si può curare?

Sì. Il medico suggerisce al paziente, in funzione della gravità della malattia, la cura più adatta, medica (con farmaci anticoagulanti o antiaggreganti, o vasodilatatori) o chirurgica: in ogni caso è sempre indispensabile l'**eliminazione dei fattori di rischio vascolare**, seguendo con scrupolo le istruzioni del medico.

## L'Infarto è uguale all'Ictus?

Infarto è un termine generico che indica la morte di alcune cellule di un organo: di solito questo termine viene usato per indicare l'Infarto cardiaco; ma si può avere anche un **Infarto intestinale**, un **Infarto renale**, un **Infarto polmonare**, un **Infarto cerebrale**. Un tempo si tendeva a considerare queste malattie come malattie d'organo, e a dare loro nomi diversi.

Oggi è certo che si tratta di malattie identiche che si verificano in organi diversi, con sintomi diversi secondo l'organo colpito, ma **sempre scatenate da una Trombosi**.

## Donne, attenzione agli abiti che strizzano!



Jeans, stivali, abiti o biancheria troppo stretti possono provocare un effetto elastico che rallenta o **blocca la circolazione del sangue nelle vene**: quando il sangue rallenta la sua corsa verso il cuore tende a coagulare più velocemente del normale, e a **formare Trombi**, soprattutto quando sono contemporaneamente presenti altri fattori di rischio quali: fumo, sovrappeso, grasso soprattutto sull'addome, pillola contraccettiva e gravidanza in corso o recente. Gli indumenti troppo stretti possono aumentare la probabilità di andare incontro a una Trombosi o alla sua conseguenza più grave: l'**Embolia polmonare**.

## Voglia di sapere...

Rispondono gli esperti

“... Ho 21 anni: un anno e mezzo fa ho avuto una **Trombosi venosa profonda in seguito a trauma sportivo** (giocavo a calcio a livello semi-professionistico nel ruolo di portiere). La Trombosi ha colpito la vena femorale della gamba sinistra e risaliva nell'addome fino all'origine delle vene renali. Durante gli accertamenti mi hanno riscontrato una malformazione della vena cava inferiore che si presenta con un lume doppio. Mi chiedo se, una volta concluso l'anno di cura anticoagulante che mi si prospetta, **potrò tornare a giocare a calcio nel mio ruolo**. I medici hanno pareri diversi: vorrei saperne di più”.

La malformazione della vena cava è presente nel suo corpo fin dalla nascita, e lei ha avuto un solo episodio di Trombosi peraltro scatenato dal trauma. Concluso il ciclo di **terapia anticoagulante** potrà tornare a fare una vita assolutamente normale: anche meglio di prima. Ma con **alcune precauzioni**: portare le calze elastiche sempre durante il giorno (oggi ne esistono di bellissime, anche per le donne) per rimediare alla perdita di elasticità legata all'aumento di pressione nelle vene e ridurre la probabilità che la conformazione speciale dell'idraulica della vena cava possa favorire un nuovo evento. Durante la terapia anticoagulante sia prudente: il sangue, grazie al farmaco che lei prende per fluidificarlo e per sciogliere il trombo, è più “liquido” del normale, e i lividi o gli ematomi in caso di incidenti potrebbero

essere più estesi o abbondanti del normale. Ai pazienti giovani e sportivi come lei che prendono farmaci anticoagulanti, (ce ne sono più di quel che si creda) noi suggeriamo di fare quello che vogliono ma con un po' di buon senso, evitando situazioni eccessivamente pericolose nelle quali la probabilità di un trauma e di sanguinamento sia più alta del normale, almeno per tutto il periodo in cui assumono farmaci anticoagulanti.

Per saperne di più consulti **SALTO: Trombosi e farmaci** oppure **Trombosi Domande e risposte** su [www.trombosi.org](http://www.trombosi.org).

*Hai domande, curiosità o dubbi da sottoporre agli esperti di Trombosi o ad altri lettori come te?*

*Iscriviti al nostro forum “MI CURO DITE”.  
Visita [www.altforum.it](http://www.altforum.it)*

## Perché un trombo nelle vene?

La Trombosi è una malattia di squadra, non è causata da un killer, ma da una squadra di killer che si potenziano a vicenda creando disordine della coagulazione del sangue.

La presenza di più fattori di rischio aumenta la probabilità che il sistema si squilibri e perda il controllo, generando una Trombosi. Nelle vene sono determinanti:

- la velocità con cui il sangue scorre tornando al cuore;
- la presenza di ostacoli alla sua corsa (come un addome globoso per il **grasso** o per una gravidanza);

- perdita delle valvole presenti sulla parete delle vene che dovrebbero facilitare la risalita del sangue verso il cuore (**vene varicose**);
- lo squilibrio dei fattori della coagulazione che aumenta la densità del sangue, per difetto di fattori anticoagulanti o per eccesso di fattori procoagulanti;
- l'imperfezione del sistema della coagulazione del sangue per presenza di fattori imperfetti (mutati) come il **Fattore V Leiden** o il **Fattore II** - protrombina mutato;
- elevati livelli di omocisteina;
- il fumo di sigaretta;
- la perdita di elasticità delle pareti venose provocata dagli ormoni (gravidanza,

anticoncezionali, menopausa);

- una tiroide che funziona poco o male;
- una **malattia infiammatoria** dell'intestino, delle ovaie o dell'utero, o le cistiti recidivanti;
- la presenza di un tumore, che rallenta la circolazione oppure confonde il sistema liberando nel sangue sostanze procoagulanti.

Nessuna di queste situazioni è in grado da sola di provocare una Trombosi: più fattori di rischio sono presenti contemporaneamente più aumenta la probabilità che il sistema si squilibri e perda il controllo, generando una Trombosi.

## Voglia di sapere...

Rispondono gli esperti

"... Ho 23 anni, non fumo, nessuno nella mia famiglia ha avuto Trombosi o Embolia, tantomeno io, non ho diabete, non sono in sovrappeso. Quanto è reale il rischio di avere una trombosi se prendo la **pillola anticoncezionale**? Non riesco a capire se il rischio è consistente o meno. Aiutatemi a togliermi tanti dubbi."

La pillola anticoncezionale di per sé non provoca Trombosi: altrimenti non verrebbe prescritta a nessuna donna. Come ogni farmaco, anche la pillola può dare effetti collaterali: uno di questi è il "**disordine**" che provoca nel sistema della coagulazione del sangue, che incide sulla sua "**fluidità**". È un disordine relativo e dipende da come si parte: chi ha un assetto della coagulazione equilibrato avrà pochissime probabilità di sviluppare una Trombosi; in chi ha un assetto sbilanciato in

senso protrombotico, la pillola potrebbe costituire la goccia che fa traboccare il vaso e causare una Trombosi. **Rischia di più chi ha più fattori di rischio contemporaneamente:** lei non ha familiarità, non ha altri fattori di rischio quali fumo, sovrappeso, ipertensione, quindi può essere classificata a basso rischio. La pillola è un farmaco e si prende per lungo tempo: se viene prescritta per valide ragioni (contraccettivo, cura dell'ovaio policistico, cura dell'acne etc..) mi sembra che nel suo caso comporti un rischio accettabile, che rimane comunque più elevato rispetto al non prenderla. Il suo ginecologo le suggerirà alcuni esami del sangue che serviranno a rassicurarla.

Per saperne di più consulti **SALTO: Donne e Trombosi**, su [www.trombosi.org](http://www.trombosi.org)

*Hai domande, curiosità o dubbi da sottoporre agli esperti di Trombosi o ad altri lettori come te?*

*Iscriviti al nostro forum "MI CURO DITE".  
Visita [www.altforum.it](http://www.altforum.it)*

molto dolore, e spavento. È molto grave quando libera frammenti di trombo che causano Embolia polmonare. **Può verificarsi anche nei giovani**, spesso dopo un trauma o dopo un esercizio muscolare violento o che comporta un accrescimento rapido della muscolatura (ad esempio nei vogatori o in coloro che fanno pesistica).

## Che cos'è la Flebite?

È un processo infiammatorio, di solito acuto, che provoca Trombosi parziale o totale di una vena superficiale. Può essere causata da **sostanze irritanti** (spesso si manifesta in una vena in cui è stata praticata un'iniezione o un prelievo di sangue), oppure da **processi infiammatori sistemici** (malattie croniche, malattie autoimmuni). A volte è il primo sintomo di un problema più complesso, soprattutto quando arriva a ciel sereno e si ripete.

## Che cos'è la sindrome post-flebitica?

È l'insieme dei disturbi che si manifestano dopo una Trombosi in una vena, di solito della gamba, che continua ad essere più gonfia dell'altra, più "pesante", finché compaiono **macchie scure** sulla pelle e vene dilatate, e nei casi più gravi **ulcere**, spesso a livello della caviglia: è una sindrome **fortemente invalidante** e pericolosa anche

## Che cos'è la Trombosi Venosa Profonda o TVP?

La TVP è la conseguenza della formazione di un trombo all'interno di una **vena profonda**, solitamente **di una gamba o di un braccio**. La sua conseguenza più drammatica, e più frequente di quanto si sappia, è un **embolo** che trasportato dal flusso di sangue arriva al polmone, e provoca Embolia polmonare. Quando il trombo si forma nelle gambe, di solito ha inizio nelle vene interne del polpaccio o del piede e risale fino a quelle della

coscia, fino all'inguine e oltre. Quando si forma nelle vene del braccio, spesso comincia con una **Tromboflebite**, nel punto di introduzione di un ago o di un catetere, e si estende alle vene del torace e del collo (succlavia, ascellare, giugulare).

## La Trombosi venosa del braccio è grave?

È grave come tutte le altre, anche se il braccio non è considerato un "organo nobile" come il cervello o il cuore: ma chi l'ha avuta sa che provoca

perché le ulcere guariscono con difficoltà e tendono ad infettarsi. I sintomi iniziano spesso a distanza di tempo (da pochi mesi a qualche anno) **dopo un episodio di Trombosi**, più facilmente dopo più episodi di Trombosi non riconosciuti o non curati in modo adeguato.

## Chi rischia di più?

Chi si riconosce in una delle situazioni già descritte, in particolare chi in aggiunta ha:

- un trauma o un **intervento chirurgico** al braccio o alla spalla;
- un **rallentamento del ritorno del sangue venoso al cuore**, per esempio per dimensione

ridotta del canale in cui passa la vena all'interno della clavicola (sindrome dello stretto toracico superiore);

- un **aumento di volume dei linfonodi** che si trovano sotto l'ascella, causato da una malattia infiammatoria o proliferativa;
- l'asportazione chirurgica di queste stesse stazioni linfatiche ascellari, per esempio dopo un **intervento sulla mammella**;
- la presenza di un **catetere venoso** indispensabile in persone che assumono farmaci chemioterapici: spesso sono colpiti i **bambini affetti da leucemia, durante la chemioterapia**.

## Colpisce anche le persone sane?

Sì. Paradossalmente può colpire persone particolarmente sane che svolgono attività ginnico sportiva intensa, soprattutto le attività che comportano un aumento rapido e massiccio delle **masse muscolari del braccio e della spalla, come accade negli atleti**, soprattutto del canottaggio o del sollevamento pesi. In particolare rischiano le atlete, che a questi fattori aggiungono spesso il rischio legato all'uso di ormoni o alla gravidanza.

## Voglia di sapere...

Rispondono gli esperti

*"Mio fratello ha una **mutazione Leiden del fattore V** della coagulazione, scoperta dopo che 7 anni fa ha avuto una Trombosi venosa profonda della gamba, per fortuna risoltasi bene con farmaci anticoagulanti e calza elastica. Da allora non ha più avuto problemi. Lunedì scorso è partito per **un lungo viaggio aereo** senza alcuna precauzione: avrebbe dovuto portare la calza? Fare una profilassi con un farmaco antitrombotico?"*

Avendo avuto un episodio di Trombosi venosa e avendo un assetto trombofilico (la mutazione del fattore V) suo fratello dovrebbe sempre

essere protetto da un **farmaco anticoagulante** ogni qualvolta si trova in una situazione di rischio: e il lungo viaggio aereo è una di quelle. Non sappiamo perché, ma il viaggio aereo in **posizione scomoda** (sindrome della classe economica) favorisce la formazione di Trombi nelle gambe che in alcuni casi si sciolgono da soli, in altri si estendono e in casi rari ma drammatici possono provocare Embolia polmonare.

### La Trombosi colpisce anche chi viaggia in business:

l'immobilizzazione in posizione scomoda non basta quindi a spiegarla. Probabilmente è complice la **disidratazione** perché in aereo si tende a bere poco, o gli **indumenti stretti soprattutto all'inguine** o dietro il ginocchio che provocano un effetto elastico, forse il **grasso addominale**, l'abitudine al **fumo** di sigaretta, anche se in

aereo non si fuma: tutti questi fattori contribuiscono a creare lo sbilanciamento del sistema della coagulazione che può portare alla Trombosi e all'Embolia.

**Fare esercizi di contrazione muscolare durante il viaggio**, ruotando e flettendo le caviglie, contrarre i polpacci di tanto in tanto, **indossare abiti larghi** e comodi, **bere molta acqua** e in casi selezionati assumere Eparina prima del volo: queste sono le regole **per ridurre la probabilità** di andare incontro a una sindrome da classe economica.

*Hai domande, curiosità o dubbi da sottoporre agli esperti di Trombosi o ad altri lettori come te? Iscriviti al nostro forum "MI CURO DITE". Visita [www.altforum.it](http://www.altforum.it)*

## La Trombosi può colpire anche le vene del cervello?

Sì. Si chiama Trombosi venosa cerebrale: colpisce soprattutto **le giovani donne**, in particolare durante l'assunzione di contraccettivi orali o durante la gravidanza o nei 60 giorni dopo il parto.

## Quali sono i sintomi della Trombosi venosa cerebrale?

Sono simili ma non uguali a quelli della Trombosi arteriosa cerebrale o Ictus: ma accompagnati da un **forte mal di testa** o dalla sensazione di testa piena, con dolore, e **perdita delle funzioni visive** o motorie di una parte del corpo.

## La Trombosi può colpire altre vene ?

Può colpire tutte le vene: per esempio è frequente la Trombosi di un ramo della vena della **retina**, che si manifesta con un difetto della vista improvviso, che colpisce un occhio, con una riduzione del campo visivo, come se fosse improvvisamente calata la nebbia, con o senza sfavillii, e purtroppo senza dolore. La mancanza di dolore e il fatto che si manifesti di solito in un solo occhio confonde le carte, perché l'altro occhio continua a vedere, e questo causa spesso ritardo nella diagnosi e purtroppo riduce l'efficacia della cura.

# Infarto o Ictus: quale dei due colpisce di più i giovani?

*Risponde il professor Alessandro Pezzini dell'Università di Brescia, coordinatore del progetto IPSYS - Italian Project on Stroke at Young Age (Progetto italiano di ricerca sull'Infarto nei giovani).*

## Quanto conta l'assetto genetico nella predisposizione all'Ictus precoce?

«Una "sovraeccitazione" del sistema della coagulazione del sangue può essere determinata da geni alterati o da fattori di rischio transitori: alcune di queste anomalie protrombotiche sono risultate fortemente associate a familiarità di primo grado per eventi trombotici precoci, non solo di Ictus ischemico ma anche di Infarto del miocardio. In particolare, la mutazione del **Fattore II** della coagulazione (protrombina) o del **Fattore V** (denominato fattore di Leiden) sembrano avere una importante **responsabilità nell'aumentare la probabilità di Ictus ischemico precoce nella medesima famiglia**; fra i fattori non geneticamente determinati ma acquisiti e spesso transitori sono gli anticorpi anti-fosfolipidi circolanti ad aumentare la



*Prof. Alessandro Pezzini  
coordinatore Progetto IPSYS*

probabilità di Infarto del miocardio nei giovani. Il **fumo di sigaretta** sembra contribuire ad aumentare la probabilità di Ictus ma non di Infarto del miocardio nei giovani. Questi dati permettono di ipotizzare che ciascuno abbia una propria base genetica di fragilità nei confronti dell'Ictus cerebrale ischemico e che la sovrapposizione di fattori di rischio transitori possa avere impatto diverso in diversi nuclei famigliari sulla probabilità di Ictus cerebrale rispetto alla probabilità di Infarto del miocardio.»

## Quali aspetti predispongono all'Ictus nei giovani?

«L'analisi dei dati emersi dalla nostra ricerca fino ad oggi ha permesso di identificare alcuni aspetti specifici relativi alle cause della predisposizione individuale alla malattia in questa fascia di età. In particolare:

- è stata approfondita la relazione esistente fra **emicrania con aura e Ictus cerebrale ischemico**: l'ipotesi che esista

questa correlazione è stata formulata da diversi studi epidemiologici ed è stata confermata;

- grazie al registro IPSYS, che segue nel tempo centinaia di pazienti giovani colpiti da Ictus ischemico, stiamo identificando quali fattori indicano una aumentata **probabilità di un secondo Ictus dopo il primo**: è stato prodotto uno score diagnostico (IPSYS score) che potrà essere utilizzato per ogni

singolo paziente per calcolare la probabilità di un secondo evento dopo il superamento del primo ed evitarlo;

- in molti dei pazienti arruolati in IPSYS esiste una importante frequenza di **eventi vascolari precoci nei famigliari consanguinei**: la presenza di uno stato protrombotico causata da alcune mutazioni aumenta la probabilità che si verifichino più casi precoci nella medesima famiglia.»

## Che cos'è IPSYS?

IPSYS è un progetto di ricerca italiano che coinvolge **24 Centri ospedalieri** e universitari con specifico interesse per l'ictus ischemico in soggetti in età giovanile, coordinato dalla Clinica Neurologica dell'Università degli Studi di Brescia. I Centri partecipanti al network registrano in forma anonima e nel rispetto della privacy le **caratteristiche dei sintomi, della diagnosi, della cura e dei fattori di rischio dei pazienti colpiti da Ictus cerebrale ischemico acuto in età compresa tra 18 e 45 anni**, e partecipano alla costituzione di una banca biologica per successive indagini genetiche. L'obiettivo del progetto IPSYS è di fare chiarezza sui fattori che predispongono alla patologia ischemica cerebrale

in età giovanile. Il network ha reclutato ad oggi oltre 2000 pazienti, tanto che IPSYS è oggi **il più ampio database relativo a pazienti giovani colpiti da Ictus cerebrale acuto disponibile nella letteratura scientifica, non solo in Italia ma anche nel mondo.**

### ... C'è ANCORA MOLTO DA CAPIRE: La Ricerca continua...

Ogni giorno nuovi pazienti giovani colpiti da Ictus vengono diagnosticati e curati dai ricercatori del gruppo IPSYS, che ne inseriscono le caratteristiche nel registro: è atteso che entro il 2015 il numero dei casi studiati arriverà a superarne i 2500! Con l'aumento del numero dei casi si potranno analizzare altri aspetti fino ad oggi poco studiati, come le **differenze fra uomini e donne**, la possibilità che molti possano avere **infarti**

**cerebrali "silenti"** che colpiscono parti del cervello "mute" e non danno segni di sé finché non colpiscono zone invece incaricate di governare una funzione, o il ruolo di alcuni difetti del ritmo del cuore o della sua struttura, come il **Forame Ovale Pervio**, diventato famoso per i casi verificatisi non solo nel calciatore Antonio Cassano ma anche nel marine Latorre, o il ruolo di **nuove mutazioni ancora da scoprire**, ma presenti in alcuni nuclei famigliari. Buon lavoro a IPSYS!

**ALT sostiene finanziariamente il lavoro dei ricercatori e spera di continuare a farlo grazie al contributo generoso dei propri sostenitori, come chi legge in questo momento questo nostro giornale.**



# Rischio Ictus cerebrale: uomini e donne sono uguali?



*La parola alla dottoressa Paola Santalucia, neurologa vascolare presso l'Ospedale Policlinico di Milano, vicepresidente di ALT.*

«Il rischio di avere un Ictus per la donna aumenta in almeno tre periodi distinti della sua vita:

- **tra i 20 e i 35 anni;**
- **tra i 45 e i 55 anni, intorno alla menopausa;**
- **oltre gli 85 anni.**

La donna giovane ha un profilo di rischio molto particolare legato all'**assetto ormonale** naturale, alla **contraccezione** e alla **gravidanza**. Nel periodo subito prima e durante la menopausa viene meno il meccanismo protettivo degli ormoni femminili, e in donne longeve il rischio aumenta proporzionalmente all'età. Conoscere, riconoscere, controllare e correggere i fattori di rischio specifici della donna o più frequenti nel sesso femminile, e attribuire a questi elementi una responsabilità sono strumenti che permettono di battersi perché la capacità di diagnosi e

di cura sia ritagliata su misura per i diversi casi, soprattutto in un contesto demografico in cui le donne anziane sono la maggioranza.»

## Quali sono i fattori di rischio?

«I soliti noti sono importanti nella donna così come nell'uomo: l'**obesità**, il **fumo** e la **sindrome metabolica** (diabete, ipertensione e sovrappeso/obesità insieme): oltre a questi,



*Dottoressa Paola Santalucia  
vicepresidente di ALT*

alcuni fattori di rischio sono peculiari e tipici della donna, e bisogna tenerne conto, come confermato recentemente dalle linee-guida di American Heart and Stroke Association: **cambiamenti ormonali dovuti a terapie contraccettive o naturali come in gravidanza**, alcune condizioni patologiche ad essa correlate come la **preeclampsia** e il **diabete gestazionale**, la presenza di **emicrania** in particolare con aura e l'abitudine al **fumo**, e infine i cambiamenti ormonali legati alla **menopausa**. Accanto a questi, altri fattori di rischio sono ben noti quali: la **fibrillazione atriale**, il **diabete mellito** e l'**ipertensione** confermano il proprio ruolo nell'aumentare la probabilità di Ictus cerebrale, insieme ad alcuni fattori emergenti e di grande importanza come la **depressione** e lo **stress psicosociale**.»

# Trombosi infantile e neonatale



*Purtroppo spesso la diagnosi di Trombosi nei giovani, e soprattutto nei bambini, viene posta in ritardo, perché il medico fa fatica a capire di trovarsi di fronte a un Ictus o a una Embolia arteriosa periferica in un neonato.*

*Per dare un contributo a risolvere questo enorme problema, ALT finanzia dal 2007 il Registro Italiano delle Trombosi Infantili - R.I.T.I., che permetterà a tanti medici di condividere le proprie conoscenze e i casi di Trombosi nei bambini in modo da arrivare a una migliore definizione delle possibilità di diagnosi e cura.*

*Risponde il professor Paolo Simioni, professore di Medicina Interna all'Università di Padova e responsabile della gestione del R.I.T.I.*

## ALT finanzia il R.I.T.I.: che cos'è?

«È noto che la Trombosi nelle sue varie espressioni, quali l'Ictus cerebrale, la Trombosi venosa profonda e l'Embolia polmonare colpisce anche i bambini con frequenza variabile in base allo stato di salute generale e alla presenza di altre malattie soprattutto durante la degenza in ospedale. La reale incidenza di questi eventi tuttavia non è ancora nota. **Il R.I.T.I. è un registro pensato per raccogliere sistematicamente i casi italiani di Trombosi Infantile, per permettere la condivisione dei casi che si verificano nel neonato, nel bambino e nell'adolescente al fine di migliorare la possibilità di diagnosi e di cura, e di prevenzione.**

Il R.I.T.I. è un registro online che raccoglie i dati relativi agli eventi da Trombosi che si verificano in giovani **pazienti da 0 a 18 anni**, a partire dal 1 gennaio 2007, ed è utilizzabile da tutti gli specialisti del settore (**[www.trombosinfantili.it](http://www.trombosinfantili.it)**). Il R.I.T.I. permette la condivisione dei casi, con le loro caratteristiche, **promuovendo la ricerca** e facilitando il miglioramento della comprensione dei meccanismi che generano la Trombosi, l'utilità e l'efficacia delle cure e la creazione di un network tra esperti nell'assistenza a questi pazienti.»



## Quanti medici lo usano ?

«Ad oggi sono **156 medici** appartenenti a **51 Centri in 15 Regioni italiane**: i centri più attivi per ora sono Padova, Torino, Genova, Roma, Bari, sono stai inseriti in forma anonima ben **665 eventi** da Trombosi in neonati e pazienti pediatrici.»

## Dove colpisce la Trombosi nei bambini?

«Soprattutto a **livello cerebrale**, sotto forma di Ictus ischemico (153 casi) e Trombosi dei **seni venosi cerebrali** (143 casi), più frequentemente nei maschi (60% maschi, 40% femmine) e intorno ai **4-6 anni**.»

## Quali sono i sintomi dell'Ictus ischemico?

«Sono molto simili a quelli con cui l'Ictus si manifesta negli adulti: **difficoltà di parola**, di movimento della lingua, deviazione della rima labiale, **perdita di forza o di sensibilità** in un lato del corpo, braccio o gamba.»

## Quali sono i sintomi della Trombosi venosa cerebrale?

«Nei bambini la Trombosi dei seni venosi cerebrali si manifesta con sintomi diffusi: mancanza di forza e sensibilità in metà corpo, alterazioni dello stato di coscienza, incapacità di parlare.»

## La diagnosi è rapida?

«**Purtroppo no**: solo 6 casi su 100 vengono diagnosticati entro le 3 ore necessarie a impostare una cura efficace, in 25-30 casi su 100 la diagnosi viene confermata entro 6 ore, ma **in oltre 60 su 100 la diagnosi avviene tardi, dopo 24 ore.**»

## Perché tanto ritardo?

«Le ragioni di questo ritardo non sono del tutto chiare. Si basano sulla **difficoltà nel sospettare questi eventi**, addirittura spesso gli eventi ischemici cerebrali in età neonatale vengono identificati solo a distanza di mesi, quando gli esiti del danno diventano più manifesti. Spesso

purtroppo la diagnosi di ischemia cerebrale viene ritardata per problemi organizzativi inerenti alla esecuzione di TAC o RMN.»

## Che conseguenze provoca il ritardo?

«Il ritardo diagnostico comporta il ritardo nell'impostazione della cura, e nel frattempo la Trombosi compromette progressivamente l'inizio e quindi l'efficacia della cura, con possibile ulteriore **compromissione delle funzioni neurologiche** aumentando la probabilità di deficit neurologici permanente e invalidanti. I dati raccolti e condivisi grazie a R.I.T.I. permetteranno di dare indicazioni più precise e più efficaci per la diagnosi e la cura di questi sfortunati bambini nei Centri specialistici e negli Ospedali in generale.»

## La Trombosi nei bambini colpisce anche altre sedi?

«Nel riti R.I.T.I. sono registrati anche **79 casi di Trombosi venosa profonda**, soprattutto nell'arto inferiore, e i maschi ancora una volta si sono dimostrati più colpiti, **soprattutto nei neonati entro i primi 8 giorni di vita e fra 1 e 5 anni** (32 casi su 100) e **nell'adolescenza fra i 14 e i 16 anni**. I sintomi più frequenti sono quelli tipici della Trombosi venosa nell'adulto: gonfiore, dolore, rossore o alterazioni del colore della gamba e sangue nell'urina

nei neonati con Trombosi delle vene renali. Il tempo trascorso fra l'esordio dei sintomi e la diagnosi è in questi casi di circa 24 ore.»

## Ha importanza la predisposizione genetica?

«In 40 bambini su 100 includendo tutti i tipi di Trombosi è stato diagnosticato un **difetto del sistema della coagulazione del sangue in senso Trombofilico ereditario**: per lo più i bambini provengono da famiglie dove si sono verificati altri casi di Trombosi, a conferma dell'importanza della ricerca di alterazioni congenite di tipo Trombofilico in questi bambini.»

## Esiste un R.I.T.I. all'estero?

«Sì: esistono Registri simili in Canada, in Germania, in Olanda e in Gran Bretagna. I dati raccolti in Italia sono confrontabili con quelli dei Registri **tedesco e canadese**, in particolare per la prevalenza della Trombosi cerebrale, dell'età e del genere (maschile o femminile) e per i tempi della diagnosi e della cura. Purtroppo per ora questi Registri non comunicano fra loro per differenze nei metodi di raccolta dati, di definizione degli eventi, del sistema di sorveglianza nel tempo di pazienti di nazionalità diverse.»

## Dove vogliamo arrivare?

«Vorremmo arrivare a un grande Registro Europeo e, perché no, mondiale, dove il numero di casi raccolti sia sufficientemente grande da permettere di analizzare una quantità di dati sufficiente a **definire con certezza non solo le cause delle Trombosi, ma anche quali siano le cure più appropriate** per arrivare a non perdere tempo dal momento dell'inizio dei sintomi. Come sempre, migliorando la conoscenza si può

sperare di arrivare a identificare anche le migliori strategie per prevenire la Trombosi e non solo per curarla. E **si potrebbe migliorare l'organizzazione delle pratiche di intervento** per il sospetto, la diagnosi e la cura dei neonati e dei bambini affetti da malattie da Trombosi. Il R.I.T.I. informa periodicamente tutti i medici iscritti al Registro e quelli interessati sui risultati emersi dai dati raccolti. Tutti noi siamo impegnati a raggiungere questi obiettivi, e vogliamo ringraziare ALT per il fondamentale

e concreto supporto a R.I.T.I. anche in termini di finanziamento.»

Per saperne di più [www.trombosi.org](http://www.trombosi.org), [www.trombosinfantili.it](http://www.trombosinfantili.it) mail a: [info@trombosinfantili.it](mailto:info@trombosinfantili.it)

Tutti i medici sono invitati a partecipare e a contattare il registro per inserire i propri casi e per migliorare la propria conoscenza su questi eventi devastanti per la vita dei bambini e delle loro famiglie.

## Bambini sovrappeso e rischio di Trombosi

**I nostri bambini sono troppo spesso obesi o in sovrappeso: è vero che sono candidati a diventare adulti aterosclerotici?**

La risposta arriva dal progetto di ricerca finanziata da ALT "**Valutazione del rischio trombotico nei bambini italiani obesi**", studio condotto nel biennio 2012- 2014, coordinato dalla dott.ssa Paola Giordano dell'Università di Bari per valutare quanto un bambino obeso sia esposto al rischio di diventare un adulto ad aumentato rischio di malattie da Trombosi.

I dati raccolti hanno dimostrato che il bambino sovrappeso o addirittura

obeso subisce un'**accelerazione della malattia delle arterie** come accade nell'aterosclerosi, e si candida ad andare incontro in tempi molto precoci a eventi vascolari come Infarto, Ictus cerebrale, arteriopatia diffusa come se stesse rapidamente invecchiando. Il sovrappeso deve quindi essere considerato e trattato non solo come un problema di aspetto ma una vera e propria malattia, che può e deve essere affrontata precocemente con interventi drastici mirati a modificare la qualità e la quantità dell'alimentazione e a realizzare un programma di attività fisica e dove necessario con l'utilizzo di farmaci per evitare danni vascolari maggiori tipici di solito dell'età adulta avanzata e invece



in agguato anche in questi giovani pazienti.

**L'obesità infantile è una malattia?**

Sì. L'obesità infantile è ormai considerata a tutti gli effetti una malattia: provoca infatti **alterazioni del metabolismo e della coagulazione del sangue**, con meccanismi ancora non del tutto chiari, capaci di provocare sofferenza delle pareti delle arterie che **portano ad eventi vascolari come Infarto, Ictus, Embolia**.

# Una finestra sull'Europa



*La nuova Presidenza Europea conferma l'impegno a valutare anche gli effetti negativi che marketing e pubblicità inappropriate o invasive potrebbero esercitare sui giovani. Prosegue il lavoro sulla protezione dei dati sensibili (privacy).*

## Meno TV per combattere l'obesità?

Il piano europeo contro l'obesità (noto come "Action plan on childhood obesity") ha l'obiettivo di frenare da qui al 2020 l'incremento preoccupante di obesità e sovrappeso negli adolescenti. Limitare le campagne pubblicitarie di qualunque tipo e su qualunque mezzo indirizzate ai minori sembrerebbe una strada obbligatoria anche se con poche possibilità di successo.

**Cibi ricchi di grassi saturi, sale e zuccheri sono particolarmente nel mirino:** si attende da parte dell'Ue la produzione di un documento che delinei i contenuti ideali di questi elementi nei cibi.



Si ritiene indispensabile monitorare, ed eventualmente arginare, la diffusione di messaggi invitanti e altrettanto fuorvianti se destinati a giovani

e bambini, considerati pubblico "fragile" perché sensibile alle "sirene" pubblicitarie: secondo gli esperti quanto più intensa è l'esposizione al messaggio

## Privacy e dati personali: primi accordi ai vertici Ue

Una massiccia campagna condotta da diversi stakeholders ha convinto il Consiglio di Giustizia e il Consiglio degli Affari Interni della Ue a raggiungere un accordo sulla protezione dei dati personali che non penalizzi la ricerca scientifica. Ai punti 125 e 125aa dell'accordo si afferma "...Il trattamento di dati personali per scopi storici, statistici e scientifici non dovrebbe essere considerato incompatibile



con le finalità per le quali i dati sono inizialmente raccolti... Il consenso della persona interessata non dovrebbe essere necessario per ogni ulteriore trattamento dei dati a scopo scientifico". Lo snellimento delle procedure mira a garantire la privacy dei cittadini dell'Unione e nel contempo a non penalizzare la ricerca scientifica che, grazie

ai dati raccolti in forma anonima, contribuisce a migliorare la salute pubblica e l'assistenza sanitaria. EHN-European Heart Network e ALT, in rappresentanza dell'Italia, hanno partecipato attivamente all'azione mirata ad ottenere quanto descritto.

pubblicitario sotto qualunque forma tanto maggiore è l'aumento di peso che si registra. Recenti dati forniti dall'Oms segnalano che la relazione fra obesità e ore trascorse davanti alla TV dipende non solo dalla sedentarietà correlata ma anche dall'esposizione ai messaggi pubblicitari e alle "astuzie" del marketing. Alcuni stati membri dell'Ue hanno attivato campagne che invitano gli adulti a **limitare il tempo che i bambini possono trascorrere davanti alla Tv**, mentre altri paesi hanno attivato

veri e propri accordi con le aziende produttrici di beni e di campagne pubblicitarie. In aggiunta, alcune industrie alimentari si dichiarano disponibili a **rivedere la composizione dei propri prodotti**, mentre la Federazione internazionale dei pubblicitari sta lavorando a una sorta di "libro bianco" che dovrebbe definire limiti di soglia per la diffusione di messaggi pubblicitari di qualunque tipo per prodotti alimentari dedicati a bambini di età inferiore ai 12 anni. Anche le aziende hanno

un codice etico e, se opportunamente stimolate, possono condividere modifiche nel proprio atteggiamento e nella propria produzione che portino la società intera verso un futuro più sano, che conviene a tutti, famiglie e società. Nel rispetto dei diritti dell'infanzia e della dichiarazione di San Valentino:

*"Ogni bambino nato nel nuovo millennio ha il diritto di vivere almeno fino a 65 anni senza soffrire di malattie cardiovascolari evitabili".*

# Lavori in corso 2014 - 2015

## Settembre



### Aperitivi del paesaggio “Noi siamo quello che mangiamo”

In ambienti affascinanti, nell'antica piazza Vecchia di Bergamo Alta, ALT ha inaugurato il ciclo di incontri degli “Aperitivi del paesaggio”. Il fil rouge degli eventi organizzati dall'8 al 18 settembre è stato il benessere dettato dall'unione dell'uomo con la natura. Gli appuntamenti culturali e gastronomici hanno condotto i partecipanti alla **scoperta del valore straordinario della nutrizione e della sua importanza per la cura del corpo e della mente.**

La prima tappa si è svolta lunedì 8 settembre al Caffè della Funicolare di Bergamo, occasione in cui la dottoressa Lidia Rota Vender ha ricordato agli ospiti: “Se è vero che noi siamo quello che mangiamo, dedicare un po' di tempo a

**informarci può servirci a vivere meglio.** Prevenire le malattie da Trombosi richiede attenzione anche a tavola, non necessariamente sacrificio, ma certamente intelligenza. Nutrirsi è indispensabile: **nutrirsi bene è un privilegio, molto spesso una scelta.** La scienza ha dimostrato che un'alimentazione equilibrata per **quantità e qualità** mantiene sani e protegge dalle malattie da Trombosi, che possono cambiare la vita. Scegliere per noi e per i nostri figli un'alimentazione sana come abitudine quotidiana cambia la vita in meglio”. Un invito quindi, a recuperare il senso dell'equilibrio per scegliere con il buonsenso. La manifestazione ha permesso agli studenti dell'Istituto alberghiero iSchool di esprimere il proprio talento curando le degustazioni degli incontri gastronomici.

### Stop all'Ictus

L'emergenza Ictus è grande, in molti, associazioni scientifiche e istituzioni, si sono mobilitati con l'obiettivo di prevenire l'Ictus causato dalla **fibrillazione atriale** rendendo la cittadinanza consapevole della possibilità che questa aritmia possa essere presente e in modo silenzioso e misconosciuto. ALT, insieme a società scientifiche, associazioni di pazienti, università e ordini professionali, AREU (Azienda regionale Emergenza Urgenza) e Regione Lombardia, collabora alla campagna STOP all'Ictus, promossa da Rotary International (distretti regionali 2050,2041,2042), dedicata alla popolazione della Regione Lombardia, che pone l'attenzione ai **fattori di rischio**, alle **cause**, ai **sintomi**, alle **conseguenze della Fibrillazione Atriale** e alle **terapie dell'Ictus**: per comunicare e spiegare come prevenirlo e come curarlo.

Per saperne di più sull'Ictus da Fibrillazione Atriale **guarda il cartoon** su [www.trombosi.org](http://www.trombosi.org) e scarica il numero di **SALTO Cuore e Cervello.**



**Ottobre**



## **Giornata Mondiale della Trombosi**

Il 13 ottobre, ALT ha aderito alla prima Giornata Mondiale della Trombosi (WTD - World Thrombosis Day), appello globale indetto da ISTH - International Society for Haemostasis and Thrombosis - Società scientifica che riunisce scienziati e clinici che lavorano in 94 paesi del mondo sul tema della Trombosi. L'iniziativa è stata organizzata con l'obiettivo di **aumentare la consapevolezza** del pericolo grave causato dalla Trombosi venosa e dall'Embolia polmonare e di **migliorare la conoscenza dei fattori di rischio** che aumentano la probabilità di questi drammatici eventi e dei sintomi che possono salvare la vita. **Si è così realizzato a livello mondiale per la prima volta ciò che ALT organizza in Italia da ben 3 anni con la Giornata contro la Trombosi**, quest'anno arrivata alla quarta edizione, in aprile, e questo non può che rincuorarci sulla serietà e sull'importanza della nostra missione. La Giornata Mondiale ha raggiunto oltre 153 milioni di persone in 90 paesi dei cinque continenti, con l'aiuto di media e associazioni, ALT inclusa. [www.worldthrombosisday.org](http://www.worldthrombosisday.org)

## **Scienza e buonsenso per dire ALT alla Trombosi**

Giovedì 16 ottobre nell'ambito di BergamoScienza 2014 Avis e ALT hanno incontrato più di 350 studenti del Liceo Scientifico Statale Lorenzo Mascheroni per raccontare loro che cosa vuol dire **prendersi cura della propria salute**. Ad accogliere ALT Sergio Severgnini, medico dell'ospedale Bolognini di Seriate, Roberto Guerini, presidente di Avis Comunale Bergamo e moderatore dell'incontro, Paolo Catini, preside del Liceo Mascheroni e Pasquale Scopelliti direttore sanitario di Avis Bergamo. In due ore di rapporto diretto con ragazzi molto interessati e svegli, la dottoressa Lidia Rota Vender per ALT ha ricordato ai ragazzi **quali sono i nemici delle arterie e delle vene, del cervello e del cuore**: fumo, droga, sovrappeso,

inattività fisica, alimentazione troppo ricca di grassi e povera di frutta e verdura, stress incontrollato e protratto nel tempo, depressione. E poi colesterolo, ipertensione, glicemia e diabete. Su ognuno di questi fattori, il presidente di ALT ha ribadito la **possibilità di ottenere effetti straordinari grazie alle scelte di buonsenso**: "Prevenire le malattie da Trombosi è non solo possibile, ma anche doveroso. Possiamo insieme cambiare il destino di una persona su tre. Ma questo risultato è possibile solo se ognuno di noi fa la propria parte, usando la scienza e accoppiandola con il buonsenso". **La giornata è stata l'occasione per presentare in anteprima il cartoon realizzato da ALT per riconoscere la Fibrillazione Atriale ed evitare l'Ictus cerebrale**. Il cartoon è disponibile sul sito [www.trombosi.org](http://www.trombosi.org)



## Novembre

### “ICARO (Reloaded)”

Il 17 novembre al Teatro Elfo Puccini di Milano è andato in scena “ICARO (RELOADED)”, uno spettacolo che comunica il coraggio di **una giovane donna** che è stata **aggredita da un Ictus in epoca non sospetta**, che non si è arresa alle sue conseguenze e ha lottato per rinascere. Uscire dall'Ictus con forza e determinazione, superando una malattia che ti scaraventa a terra come la figura mitologica di Icaro, e ricostruire con energia ali più forti capaci di librarsi verso una nuova vita, più intensa e consapevole: questo il messaggio di speranza lanciato da Antonietta Mollica. Sostenitori dell'evento Monte Paschi, il Comune di Milano e ALT.



### I costi dell'inquinamento atmosferico: un problema dimenticato. Quanto pesa lo smog sulla salute e sull'economia?

Il 25 novembre all'Università Bocconi esperti del mondo accademico, economisti e scienziati hanno incontrato la stampa e il pubblico per far conoscere il peso e il costo dello smog sulla salute dei cittadini e sull'economia del Paese. **Smog e polveri sottili, producono effetti devastanti, non solo in termini di danni alla vita delle persone e all'ambiente, ma anche d'impatto economico per la società tutta.** Secondo il rapporto globale 2014 dell'OMS, l'inquinamento è responsabile di almeno 600mila morti premature all'anno e costa oltre 940 miliardi di euro. È confermato che **lo smog provoca aritmie, Infarto, scompenso cardiaco per l'effetto negativo delle polveri sottili sul cuore, sui vasi e sul polmone, con**

ripercussioni enormi per chi si ammala e per l'intera comunità. Sono intervenuti: Luca Carra, direttore di Scienzairete e di Scienceonthenet, Lidia Rota Vender presidente di ALT, Sergio Harari, Ospedale San Giuseppe MultiMedica, Pier Alberto Bertazzi, Università degli Studi di Milano e Fondazione IRCCS Ca' Granda Policlinico di Milano, Pier Mannuccio Mannucci, Fondazione IRCCS Ca' Granda Policlinico di Milano, Edoardo Croci e Federico Pontoni, IEFE – Università Bocconi, Frank George WHO Regional Office for Europe Environmental Health and Economics – ECEH, Rana Roy Consultant to Organisation for Economic Cooperation and Development (OECD) and to World Health Organization (WHO) Regional Office for Europe. Al termine dei lavori gli esperti hanno lanciato l'appello: **“mettere in atto urgentemente programmi di prevenzione che favoriscano la riduzione delle emissioni nocive e comportamenti pubblici e privati di contenimento dell'esposizione agli inquinanti”.**



# 4<sup>a</sup> GIORNATA NAZIONALE PER LA LOTTA ALLA TROMBOSI

15 APRILE 2015

[www.giornatatrombosi.it](http://www.giornatatrombosi.it)

## Metti in agenda!

### Mercoledì 1 aprile 2015

La Trombosi non colpisce solo le persone di una certa età: colpisce anche e sempre più frequentemente giovani, bambini e addirittura neonati, in Italia, in Europa, nel mondo. Da qui la scelta di ALT di radunare attorno al tavolo di lavoro, ricercatori, rappresentanti del mondo

scientifico e accademico per affrontare il tema "Trombosi: non è un mondo per vecchi" disponibili a rispondere alle domande di giornalisti e del pubblico non esperto. Durante l'evento, moderato da Nicoletta Carbone - giornalista di Radio24, verranno presentati i **primi risultati del RITI** – Registro Italiano delle Trombosi Infantili

e annunciata la **4<sup>a</sup> Giornata Nazionale per la Lotta alla Trombosi**.

**Vi aspettiamo!**

Visita il sito

[www.trombosi.org](http://www.trombosi.org) e

[www.giornatatrombosi.it](http://www.giornatatrombosi.it)

per conoscere il programma dettagliato e modalità per partecipare.

# Hanno parlato di noi...

2014: stampa e media ci aiutano, amplificano il nostro messaggio e fanno squadra con noi. Grazie!

## STAMPA

Corriere Della Sera  
Corriere Della Sera - Milano  
La Repubblica - Milano  
Il Giornale  
Il Giorno - Milano  
Il Manifesto  
Avvenire  
Donna Moderna  
Natural Style  
Oggi  
Panorama Sanità  
F  
Starbene  
Viversani & belli  
Intimità  
La Discussione  
La Prealpina  
Leggo  
Lovestory  
Metro  
Quotidiano di Puglia  
About Pharma  
Il cittadino di Lodi  
Pharma Magazine  
Mom's  
Azienda Banca

## WEB

Corrieredellaserait  
Ilsole24ore.com  
Larepubblicadelledonne.it  
Ilmessaggero.it  
Iltempo.it  
Lacucinaitaliana.it  
Panorama.it  
Panoramasanita.it  
Ilgiorno.it  
Benessere.com  
Informazione.it  
Iodonna.it  
Ansa.it  
Corriereadriatico.it

Lecodibergamo.it  
Libero.it  
Agi.it  
Adnkronos.it  
Affariitaliani.it  
Agenparl.com  
Humanitassalute.it  
Humanitas.it  
Clicmedicina.it  
Salutedomani.com  
Salute24.ilsole24ore.com  
Yahoo.com  
Genitoriantismog.it  
Tiscalinotizie.it  
Arezoweb.it  
Articolotre.com  
Askane.ws.it  
Beautytudine.com  
Benessere.it  
Benessereblog.it  
Blogspot.com  
Contattonews.it  
Cronacadiretta.it  
Donnainsalute.it  
Ecomy.com  
Ecoseven.net  
Edoardocroci.it  
E-gazette.it  
Eventiesagre.it  
Fanpage.it  
Fidest.net  
Globalmedianews.info  
Identitasorgenti.com  
Ilfarmacistaonline.it  
Ilghirlandaio.com  
Ilgiornaledellumbria.it  
Ilvelino.it  
Inchiostroverde.it  
Internationalbusinesstimes.com  
Intopic.it  
Lavoce.be  
Liquidarea.com  
Lostivalepensante.it

Meteoweb.eu  
Metronews.it  
Milanotoday.it  
Molecularlab.it  
Multimedia.it  
Okmedicina.it  
Paginemediche.it  
Publicomnow-online.it  
Quibrescia.it  
Quotidianosanita.it  
Radiolombardia.it  
Salus-milano.it  
Sanihelp.it  
Scienzainrete.it  
Teleagenda.it  
Tuttoqui.it  
Tvspace.it  
Valledaostageolocal.it  
Vinoecibo.it  
Vivertempo.it  
Vogliadisalute.it  
Wallstreetitalia.com

## RADIO

Radio Rai  
Radio 24

## TV

Rai 3 - TG3 Lombardia

## Social

### I numeri del 2014:

#### FACEBOOK

715 "mi piace"  
288 post

#### TWITTER

314 followers  
298 tweet

#### YOUTUBE

24 video  
29.739 visualizzazioni

#### SITO

8.540 visite  
50 news pubblicate



## ALT inForma

Per essere sempre aggiornati sulle iniziative di ALT, conoscere i progetti di ricerca scientifica in corso e imparare a vivere in salute prevenendo le malattie cardiovascolari da Trombosi visita il sito [www.trombosi.org](http://www.trombosi.org), iscriviti alla **newsletter** e... passaparola!

Seguici su Facebook, Twitter e Youtube e condividi ogni giorno news, eventi e curiosità per la tua salute! Siamo già tantissimi, ma vogliamo essere sempre di più! Spargi la voce!

**Aiutaci a far conoscere ALT e a diffondere il suo messaggio di prevenzione.**

# Convocazione Assemblea Ordinaria Soci

L'Assemblea ordinaria dei Soci di ALT è convocata per il giorno 15 aprile 2015 alle ore 9.30 in prima convocazione e alle 10.00 in seconda convocazione presso lo Studio Notai Roveda, Laurini, Clerici e D'Amore – Via Mario Pagano, 65 – Milano per discutere e deliberare sul seguente ordine del giorno:

- approvazione del rendiconto economico al 31.12.2014;
- relazione del Presidente per il 2014 e programmi per il 2015;
- relazione del Collegio dei Revisori dei Conti;
- aggiornamento membri del Consiglio Direttivo e Segretario Generale;
- varie e eventuali.

Il presidente  
**Lidia Rota Vender**

Si ricorda che per Statuto hanno diritto di voto tutti i Soci in regola con il versamento della quota associativa per l'anno 2014.

Io sottoscritto .....  
delego a rappresentarmi all'Assemblea dei Soci di ALT del **15 aprile 2015** il signor / la signora  
.....  
e a votare in mia vece.  
FIRMA .....  
DATA .....  
(da inviare in busta chiusa a: ALT - Onlus - Via L.da Viadana, 5 - 20122 Milano oppure via fax 02. 58 31 58 56)



Associazione per la Lotta alla Trombosi e alle malattie cardiovascolari - Onlus

Via L. da Viadana, 5 - 20122 Milano Tel. 02 58325028 - Fax 02 58315856 [www.trombosi.org](http://www.trombosi.org)

*La Trombosi è un nemico che possiamo combattere insieme.*

#### HO SCELTO DI DIVENTARE:

- Socio Ordinario €20       Socio Benemerito €300  
 Socio Sostenitore €60       Nuovo       Rinnovo

#### I CONTRIBUTI POSSONO ESSERE VERSATI UTILIZZANDO:

- Conto corrente postale n. 50294206  
 Assegno bancario non trasferibile intestato ad ALT - Onlus  
 Bonifico bancario Banca Popolare Commercio & Industria  
Ag. 4 - Milano / IBAN: IT 38V 05048 01604 000000013538  
 Carta di Credito:  
- telefonando al numero 02 58.32.50.28  
- sul sito [www.trombosi.org](http://www.trombosi.org) con una donazione online

#### AVRÒ DIRITTO A RICEVERE SALTO IN ABBONAMENTO

#### POSTALE A QUESTO INDIRIZZO:

Nome Cognome \_\_\_\_\_  
Via \_\_\_\_\_ n. \_\_\_\_\_  
CAP \_\_\_\_\_ Città \_\_\_\_\_  
Provincia \_\_\_\_\_ Età \_\_\_\_\_ Telefono \_\_\_\_\_

I contributi devoluti ad ALT (ad esclusione delle quote associative) sono deducibili per le persone fisiche e per le persone giuridiche nel limite del 10% del reddito complessivo dichiarato e nella misura massima di 70.000 euro all'anno, come previsto dal D.L. n° 35 del 14/03/2005.

In ottemperanza al TESTO UNICO PRIVACY (D.lgs.n.196/2003), Le ricordiamo che i suoi dati anagrafici sono registrati all'interno del nostro database e 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](http://www.trombosi.org) nella sezione Informativa.



Associazione per la Lotta alla Trombosi  
e alle malattie cardiovascolari

Via Ludovico da Viadana, 5 - 20122 Milano  
tel. 02. 58 32 50 28 | alt@trombosi.org | www.trombosi.org

Con il tuo **5x1000 ad ALT**  
aiuti la Ricerca contro la Trombosi  
e salvi **200.000 persone ogni anno.**

**SCELTA PER LA DESTINAZIONE DEL CINQUE PER MILLE DELL'IRPEF (in caso di scelta FIRMARE)**

Sostegno del volontariato e delle altre **organizzazioni non lucrative di utilità sociale**, delle associazioni di promozione sociale e delle associazioni e fondazioni riconosciute che operano nei settori di cui all'art. 10, c.1, lett a), del D.Lgs. n. 460 del 1997

FIRMA ..... *La tua firma*

Codice fiscale del beneficiario (eventuale) **97052680150**

Finanziamento della ricerca sanitaria

FIRMA .....

Codice fiscale del beneficiario (eventuale) \_\_\_\_\_

Per destinare ad ALT il **5x1000** con la prossima dichiarazione dei redditi, inserisci questo codice fiscale e la tua firma nel primo riquadro a sinistra, nell'area a **sostegno del volontariato e delle altre organizzazioni non lucrative**.

**Una dichiarazione per la vita.**

Per destinare il 5x1000 ad ALT Onlus:  
**CODICE FISCALE**  
**970 526 801 50**