

A G O S T O 2 0 2 2

VIETATO CANCELLARE!

NOTIZIARIO DI AIMA BIELLA

Anno II Numero V



NON IMPORTA LA GRANDEZZA DEL GESTO CHE FAI MA IL CARICO D'AMORE CHE CI METTI NEL FARLO

I frutti crescono rigogliosi al centro d'incontro Mente Locale. Il gruppo di terapia occupazionale ha portato a termine un succulento raccolto dai semi che erano stati piantati nella serra fredda, al pianterreno della villa. Qualche settimana passata a innaffiare, togliere le erbacce, ravvivare la terra e voilà... ecco pronto un profumato bouquet di lusureggiante basilico, folto prezzemolo e croccanti lattughe. Sembrano gesti piccoli, banali. Ma non lo sono. Per chi dimentica è importantissimo stimolare la mente coi profumi, la vista, il tatto e salvaguardare la perizia delle mani finché è possibile. Non è mai troppo tardi per aggiungere attimi felici. L'importante non è più ricordarli, ma viverli.

SOMMARIO

- Domiciliarità: un'occasione unica per il Biellese
- «Grazie al corso di AIMA Biella non ci sentiamo più soli»
- Malati cronici che non hanno gli stessi diritti: perché succede?
- Come prevenire le demenze conseguenti a ictus cerebrale



Newsletter chiusa in redazione e inviata alla tipografia per la stampa e la distribuzione lunedì 11 luglio.

Questo magazine è mandato gratuitamente a tutti i soci e agli amici di AIMA Biella. Il prossimo numero uscirà a dicembre.

Il centro d'incontro Mente Locale resta chiuso per la pausa estiva dall'8 al 27 agosto.

ATTIVITÀ FISICA
ALL'ARIA APERTA

FUMA C'ANDUMA!

Facciamo che andare!

MERCOLEDÌ 25 MAGGIO
LEZIONE DI PROVA
ORE 10-11.30
RITROVO ALLO STADIO
VIALE MACALLÉ 21

Camminata abbinata a esercizi a corpo libero per riattivare i diversi distretti corporei.

L'attività continuerà fino a luglio
Istruttrice Sirlene Garbaccio

Iscrizioni e informazioni segreteria
Mente Locale 015.401767
mentelocale.aima@gmail.com



NUOVE ATTIVITÀ IN PROGRAMMA PER L'AUTUNNO A MENTE LOCALE

Il centro d'incontro Mente Locale è pronto a riaprire a settembre con un nuovo calendario di attività. Proseguiranno i gruppi di ginnastica dolce e posturale, pilates base e avanzato, yoga, disegno e pittura, canto corale e danze popolari.

In autunno tornano anche nuovi appuntamenti con "Fuma c'anduma", attività motoria all'aria aperta che abbinata la camminata a corpo libero a esercizi specifici per attivare diversi distretti muscolo-scheletrici (nella foto, la locandina del lancio dell'attività in primavera).

Tra le novità della ripresa ci saranno invece la community dance, una forma di danza aperta veramente a chiunque, e il metodo Feldenkrais, un'attività motoria basata sull'integrazione tra movimento, sensazioni e pensieri. Per informazioni chiamare la segreteria 015.401767

I VOLTI DI AIMA BIELLA. ECCO LE NOVITÀ DOPO L'ASSEMBLEA SOCIALE

In aprile si è riunita l'assemblea dei soci che ha eletto il nuovo consiglio direttivo di AIMA Biella per i prossimi tre anni.

Sono stati entrati nel direttivo i nuovi consiglieri Nicoletta Favero, Maria Grazia Fulcheri, Renata Accornero e Arnaldo Cartotto mentre hanno lasciato Onofrio Trapella, Nicoletta Galeno e Furio Rossi ai quali va il ringraziamento sentito di tutta l'associazione per l'impegno profuso.

L'assemblea ha quindi eletto per acclamazione Silvana Scaramuzzi presidentessa onoraria. Silvana è stata tra i fondatori di AIMA Biella e ha sempre seguito l'associazione come vice presidente con dedizione ed entusiasmo. Sempre per acclamazione, Franco Ferlisi è stato confermato presidente. «Ho accolto la proposta di entrare in consiglio perché penso di poter mettere a disposizione la mia rete di relazioni personali per diffondere la conoscenza delle attività di AIMA Biella,



anche a supporto della raccolta fondi» spiega Arnaldo Cartotto. «Ritengo inoltre fondamentale una corretta alimentazione e credo di poter dare informazioni utili su produttori biellesi di qualità dai quali procurarsi cibo naturale e locale, nel rispetto della stagionalità». «Essendo in pensione da pochi mesi» dice Maria Grazia Fulcheri «ho dato volentieri la mia disponibilità, sperando di essere utile e unirmi a questo bel gruppo per poter dare un supporto e raggiungere insieme tanti risultati per aiutare chi ha veramente bisogno».

«Ho iniziato il mio cammino con AIMA Biella già nell'ottobre 2021 con molto entusiasmo, perché avevo piacere di dedicare il mio tempo ad aiutare visto che ho toccato con mano questa esperienza» conclude Renata Accornero. «Ho intrapreso il corso per volontaria a domicilio, fiduciosa che questo progetto possa iniziare a breve per proseguire e ampliarsi nel futuro».



UN GIARDINO IN CERCA DI AMICI. AIUTATECI A SOSTENERE LA GESTIONE DI UNO SPAZIO VERDE SPECIALE

Se è vero che “i ricordi sono racchiusi nei fiori”, come si legge scolpito nella pietra al centro del nostro giardino bioenergetico, è forse altrettanto vero che i fiori non curati fanno sfiorire anche i ricordi.

Uno dei tesori inestimabili del Centro Mente Locale è il suo giardino, un luogo sorprendente che non ha lasciato indifferente nessuna delle persone che lo hanno scoperto da quando il Centro ha avviato le sue attività.

Quinta ideale per passeggiate e chiacchiere all'ombra degli alberi, ha assunto negli ultimi tempi il ruolo di “aula” per numerose attività terapeutiche non farmacologiche proposte ai nostri soci.

Dal tai-chi alla ginnastica posturale, le aiuole, le panchine e le grandi vasche fiorite sono diventate ideali ambienti per i percorsi di terapia occupazionale, dedicata a persone con qualche difficoltà in più e quindi in grado di trarre il massimo giovamento da attività come la piccola floro-orticoltura. Grazie alla collaborazione dell'esperta terapeuta occupazionale Luisa Gardin, ogni settimana i gruppi si ritrovano e danno vita al giardino, godendo dell'atmosfera e della compagnia silente ma fedele delle tantissime essenze botaniche presenti.

Un giardino pensato per essere quasi sempre fiorito, con piante che seguono i cicli naturali lungo tutto l'anno, dove fiori e piante da frutto, con i loro colori e profumi, accol-

gono chi lo percorre in un abbraccio vegetale indimenticabile.

Questo tesoro ha bisogno di una cura speciale per essere sempre al meglio delle sue possibilità.

I lavori di giardinaggio sono frequenti e, inutile negarlo, onerosi per la sola AIMA perché il giardino è speciale e necessita di mani esperte per essere trattato a dovere.

Dall'avvio delle nostre attività, nel 2017, abbiamo potuto contare sul supporto di Biverbanca che però ha terminato il suo periodo di sponsorizzazione e ora il giardino e le tante persone che possono godere la bellezza e il senso di pace che dona, sono pronti ad accogliere nuovi amici e amiche che vogliono contribuire a prendersene cura.

Aiutateci a farlo restare un luogo unico e speciale, aperto e accessibile, rigoglioso e pieno di fiori e ricordi belli.

Per ulteriori informazioni sui progetti che svolgiamo in giardino e sulla possibilità di sostegno, contattateci con una mail a info@aimabiella.it o chiamando la segreteria del Centro Mente Locale 015401767.

Marco Cassisa



DI CHE COSA STIAMO PARLANDO QUANDO DICIAMO "DEMENTIA"?

Parlare di demenza o Alzheimer non significa riferirsi, in automatico, alla stessa cosa. Esistono diversi tipi di demenza con cause diverse, insorgenza e decorso diversi anche se, colpendo il cervello, presentano ovviamente tratti sintomatici comuni.

Per convenzione, si parla di demenze reversibili (dovute per esempio a tumori o traumi) e demenze irreversibili. All'interno di quest'ultima categoria sono elencate anche le demenze de-

generative primarie, tra le quali la malattia di Alzheimer, le demenze fronto-temporali, la demenza con corpi di Lewy.

Esistono poi forme di demenza che compaiono in associazione ad altre patologie neurologiche degenerative, come la malattia di Parkinson e i parkinsonismi oppure demenze vascolari dovute, per esempio, all'ictus cerebrale (ne parliamo a pagina 10 con un articolo sulla prevenzione).

All'interno di questo quadro piuttosto variegato, la malattia di Alzheimer è ritenuta la forma di demenza degenerativa irreversibile più frequente. In Italia le persone con l'Alzheimer sono oggi più di un milione e più del sessanta per cento ha un'età superiore agli ottant'anni.

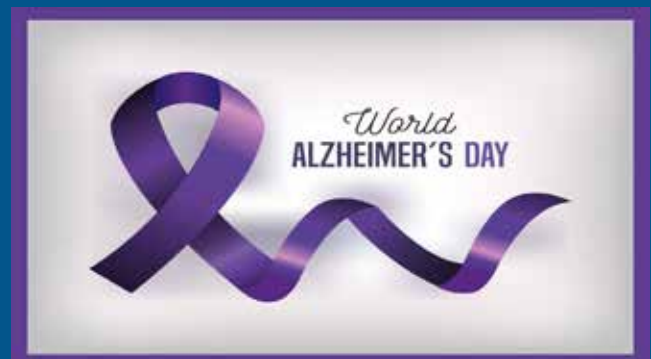
L'Alzheimer però non è solamente la "malattia degli anziani" perché il suo esordio, in realtà, può collocarsi già all'interno della sesta decade (i sessant'anni) a volte con sintomi che iniziano addirittura nei cinquantenni e può avere un decorso di dieci-quindici anni con varie fasi di aggravamento.

E' proprio in questa fase iniziale che le terapie non farmacologiche di stimolazione cognitiva e le attività che mantengono la persona socialmente attiva possono svolgere il loro ruolo determinante nel procrastinare l'insorgenza dei sintomi più gravi.

Imparare a non generalizzare - considerando tutte le demenze in un unico grande "calderone" - è fondamentale perché soltanto riconoscendone la specificità fin dalla fase di diagnosi si possono mettere a punto strategie di cura mirate con precisione sul tipo di sintomatologia e sulla persona. La cura della demenza infatti è determinata sia dalle sue cause, sia dalla sua specifica forma, all'interno del quadro clinico particolare e unico di ogni singola persona.

MERCOLEDÌ 21 SETTEMBRE LA GIORNATA MONDIALE DELL'ALZHEIMER UN'OCCASIONE PER DARE VOCE AI BISOGNI DI TANTI "INVISIBILI"

Anche quest'anno AIMA Biella si prepara a celebrare la Giornata Mondiale dell'Alzheimer all'interno della propria rete di contatti regionali e nazionali. Abbiamo in calendario due serate informative in città, il 23 e il 30 settembre. La prima si svolgerà al teatrino Walter Frignani al Vandorno, in collaborazione con la parrocchia mentre la seconda si terrà al centro anziani del Vernato in via Ivrea, in collaborazione stavolta col Comune.



DOMICILIARITÀ, UN'OCCASIONE UNICA PER IL TERRITORIO BIELLESE GRAZIE ALL'INIZIATIVA DI FONDAZIONE CRB

Lo scorso 5 giugno il Sole 24 ore ha presentato i dati 2021 dell'indice di qualità della vita per anziani (over 65) suddivisi per province. Il calcolo è stato fatto su 12 diversi parametri statistici forniti da fonti certificate (Istat, Centro studi Tagliacarne su dati Siope, Iqvia, Fnopi). Biella non se la passa bene, collocandosi al 98^a posto su 107.

A tirare sul fondo della classifica il nostro territorio soprattutto 3 parametri: la dipendenza rispetto alla popolazione attiva, il trasporto per anziani e disabili e l'assistenza domiciliare. Gli ultimi due sono calcolati basandosi sulla spesa degli enti pubblici per abitante di 65 anni e più.

Con grande opportunità, quindi, e per rispondere a un bisogno estremamente forte e cogente, lo scorso marzo la Fondazione Cassa di Risparmio di Biella ha colto un input della nostra associazione e ha avviato i lavori di una co-progettazione territoriale partecipata a sostegno di soggetti con decadimento cognitivo.

Dal 10 maggio al 7 giugno si sono svolti 3 workshop che hanno aiutato a mettere a fuoco l'idea progettuale da sottoporre al Consiglio della Fondazione prima della fase esecutiva del progetto. Al percorso hanno partecipato, suddivisi in 3 tavoli tematici in base a competenze e interessi specifici, diversi soggetti pubblici e del terzo settore; AIMA ha partecipato ai lavori rappresentata dal presidente Franco Ferlisi che in particolare si è occupato di seguire il tavolo che si occupava di definire strategie operative per potenziare gli interventi rivolti alla persona con demenza. La proposta progettuale scaturita dai 3 workshop, facilitati dal personale della Fondazione CRB e della Fondazione Emanuela Zancan Onlus, è stata approvata dal Consiglio; mentre andiamo in stampa, si sta svolgendo quindi la seconda fase, quella che mira a mettere "nero su bianco" la proposta operativa, budget compreso, per avviare la sperimentazione degli interventi nel biennio 2023-2024. La partecipazione di AIMA al processo è molto convinta, osiamo dire con straordinario "coinvolgimento emotivo": sono i nostri temi, sono le azioni che vogliamo perseguire perché fanno parte del nostro statuto. Siamo lieti che questo processo si sia innescato e grati alla Fondazione CRB per aver accolto la sollecitazione: confidiamo che, vista la grande quantità di soggetti partecipanti, ciascuno portatore di punti di vista operativi e di analisi propri, si mantenga il baricentro sull'arricchimento reciproco dei punti in comune e non sull'arroccamento su posizioni di difesa a oltranza del proprio status quo.

Marco Cassisa

SICUREZZA IN CASA, LA GUIDA DI AIMA



Mettere sotto chiave detersivi e medicinali per evitare che la persona malata li ingerisca è una precauzione facilmente intuibile. Ma avete mai pensato all'impatto dell'illuminazione oppure al fatto che la presenza di superfici specchianti - come lo schermo di un televisore o i quadri alle pareti - potrebbero innescare disorientamento e agitazione?

Per aiutare i caregiver a creare un ambiente domestico a misura dei bisogni di una persona con Alzheimer, AIMA Biella ha preparato una guida con tanti spunti pratici per gli ambienti principali come la cucina, la camera da letto e il bagno.

La guida è gratuita. Per averne una copia, potete rivolgervi alla segreteria del centro d'incontro *Mente Locale* in via Antonio Gramsci, 29 a Biella oppure scriverci. Trovate i recapiti nell'ultima pagina.



«GRAZIE AL CORSO DI AIMA HO CAPITO TANTI ASPETTI DELL'ALZHEIMER CHE ORA SO DI POTER GESTIRE MEGLIO»

Una persona in famiglia che comincia a comportarsi in maniera insolita, la quotidianità che, improvvisamente, non è più quella che è sempre stata. La difficoltà di accettare quello che sta accadendo, il trovarsi spiazzati di fronte a una nuova realtà dove nulla sembra più al posto di prima.

E' quello che si trovano ad affrontare tante persone quando qualcuno vicino a loro si ammalia di demenza o Alzheimer. Pensando a loro - a quelli che si definiscono spesso con una parola inglese, caregiver, cioè letteralmente portatori di cura -

AIMA Biella ha organizzato un corso in primavera per raccontare le demenze e, soprattutto, per dare strumenti e speranza a chi le vive.

Si è trattato di un corso rivolto ad aspiranti volontari ma anche a persone coinvolte in prima persona nell'assistenza di un familiare.

«E' stata un'esperienza se vogliamo dura perché ci ha costretti ad aprire gli occhi ma utilissima» racconta una persona tra gli iscritti al corso.

«Abbiamo imparato a gestire l'angoscia nostra e del familiare, abbiamo soprattutto impara-

rato a riconoscere e a disinnescare certe dinamiche negative che si generavano in famiglia perché non riuscivamo ad attribuirle alla malattia».

«All'inizio, c'è quasi un rifiuto ad accettare che l'altra persona sia malata, si pensa che lo faccia apposta a comportarsi in un certo modo o che dica certe cose soltanto perché vuole ferirti. Allora ci si arrabbia tanto, si finisce per litigare, si sta male e così facendo si peggiora anche l'umore del malato, aggravandone lo stato di ansia. Al corso ho imparato a riconoscere questo meccanismo dove si



PICCOLI SEMI CHE CRESCONO BENE

I bambini dell'asilo nido Lidia Lanza di Biella sono stati a trovarci e ci hanno fatto un bellissimo regalo! Una confezione di semi per il giardino di Mente Locale che i "nonni" del laboratorio di terapia occupazionale hanno messo a dimora. Grazie bimbi, tornate presto!



«ABBIAMO IMPARATO A DISINNESCARE DINAMICHE FAMILIARI CHE CI FACEVANO SOFFRIRE INUTILMENTE»

mescolano rabbia, accuse, senso di colpa, e a fermarlo prima che si attivi».

«I docenti e l'esperienza degli altri partecipanti mi hanno fatto prendere coscienza di questi comportamenti e ora riesco ad avere un rapporto molto più sereno sia con la persona ammalata, sia col resto della famiglia».

«Grazie al corso inoltre abbiamo scoperto che esistono servizi nel Biellese, di cui ignoravamo l'esistenza, ai quali possiamo accedere e, ovviamente, abbiamo scoperto il centro *Mente Locale* e tutte le attività che si fanno qui per dare a una persona con demenza la possibilità di stare in mezzo agli altri e di sentirsi utile, capita e accolta».

«Oggi posso affermare di saperne molto più prima sull'Alzheimer» conclude «di aver acquisito una consapevolezza che mi permette di dire, pur nella serietà del problema, che ce la possiamo fare e che, qualche volta, possiamo anche prendere la situazione col sorriso. Frequentare le lezioni ed entrare in contatto con AIMA ci ha soprattutto aiutati a capire che non siamo da soli in questo percorso ma che ci sono altre persone con cui confrontarci e a cui chiedere sostegno».

Il corso per volontari si è svolto con sei incontri tra il 19 aprile e il 4 maggio. I docenti sono stati la geriatra Elena Ortone, il presidente di AIMA Biella, Franco Ferlisi, la psicologa Stefania Caneparo, l'assistente sociale Gabriella Braggion, l'infermiera Stefania Papa, l'operatrice socio-sanitaria Nadia Bonino, la terapeuta occupazionale Luisa Gardin.



Donando ad AIMA Biella

80 EURO

sostieni un mese
di *stimolazione cognitiva*
per chi ne ha bisogno

PALESTRA DELLA MEMORIA: SI RIPARTE A SETTEMBRE

Alla riapertura del centro *Mente Locale* a settembre riprenderanno le attività della *Palestra della Memoria* con i laboratori di stimolazione cognitiva, di potenziamento cognitivo e di terapia occupazionale.

Il primo semestre del 2022 si è chiuso con tredici gruppi attivi, un risultato importante viste le difficoltà attraversate durante i due anni di pandemia.

L'iscrizione ai laboratori della *Palestra della Memoria* è aperta tutto l'anno con la disponibilità di giorni diversi e varie fasce orarie. Per informazioni si può contattare la segreteria di *Mente Locale* da lunedì a venerdì dalle 9 alle 17 allo 015.401767.

CAFFÉ ALZHEIMER PER AIUTARSI A VICENDA

Il *Caffè Alzheimer* è un momento di incontro e confronto tra pazienti, caregiver ed esperti. Da settembre ci ritroveremo come sempre ogni secondo martedì del mese. E' un'iniziativa che AIMA Biella realizza in collaborazione con la Fondazione Cerino Zegna da anni e che prende le mosse da un'idea del medico olandese Bere Miesen.



CI SONO MALATI CHE NON DOVREBBERO ESISTERE? DUE PESI E DUE MISURE NELL’AFFRONTARE LA CRONICITÀ

Prima di cominciare questo articolo è necessaria una premessa: non esistono graduatorie del dolore e della sofferenza.

Ogni lacrima versata, ogni cuore spezzato davanti alla sofferenza di un’agonia merita lo stesso rispetto, ogni morte è diversa per ciascuno di noi, ma è uguale nell’insondabile mistero del dolore del mondo.

Eppure quel che è uguale per i nostri cuori, per la solidarietà umana, ha valore diverso dinanzi alla gelida logica burocratica secondo la quale, in ossequio ai bilanci, ci sono

malattie e morti degne di attenzione e rispetto, altre invece, che è possibile esorcizzare con percorsi complicati e assurdi.

Le malattie cronicodegenerative, che rappresentano l’80% dei decessi, sono definite dall’Organizzazione Mondiale della Sanità e dal nostro servizio sanitario come “problemi di salute che richiedono un trattamento continuo durante un periodo di tempo da anni a decenni”. Cronico vuol dire dunque sintomi costanti nel tempo e nessuna cura risolutiva; vuol dire degenerativo, progressivo e inarrestabile peggioramento.

L’elenco delle malattie croniche è stato aggiornato dai nuovi Livelli Essenziali di Assistenza del 2017 e in particolare, fra le malattie e condizioni croniche e invalidanti, troviamo al codice 048 le patologie neoplastiche maligne in fase avanzata non in remissione e allo 029 la malattia di Alzheimer. Questi malati sono persone con la stessa sfortuna, con patologie dai decorso diversi: il primo di durata indefinita, il secondo dai 6 agli 8 anni, ma il secondo, forse per lo stigma che ancora avvolge le demenze, non beneficia della comprensione pubblica, né



CANDELO, VERRONE, VALDILANA: PRIMO BILANCIO DEGLI INCONTRI SUL TERRITORIO

E’ partito da Candelo (foto) il ciclo di incontri nei paesi della provincia per parlare di Alzheimer e di prevenzione del decadimento cognitivo. Dopo Candelo, il team di AIMA Biella è stato a Verrone quindi a Valdilana con due appuntamenti. Nuove date sono in programma per l’autunno, le troverai sulla pagina Facebook e sul sito di Mente Locale (riferimenti a pagina 12). Agli incontri è seguita la possibilità di prenotare colloqui di valutazione della salute della memoria con le psicologhe di Mente Locale. Grazie alle amministrazioni comunali per il supporto organizzativo e l’ospitalità.

«DOPO LA DIAGNOSI INIZIA UN PERCORSO A OSTACOLI DOVE ASSISTENZA E CURE PALLIATIVE SONO SUBORDINATE A INFINITE VALUTAZIONI»

dei milioni del Telethon, bensì beneficia dell'attenzione dei nostri burocrati, che gli hanno dedicato, non fiori, ma una sequenza in aramaico di acronimi da capogiro. L'ASL Biella ha un polo oncologico di tutto rispetto che è definito "un'organizzazione finalizzata a offrire ai pazienti la possibilità di contare su una rete di professionisti e un percorso terapeutico personalizzato, ritagliato in base alle necessità". Dalla diagnosi il percorso è guidato, senza necessità di altre incombenze. Anche se possiamo affermare che nel Biellese entrambi i percorsi di diagnosi e presa in carico (Centro della memoria e polo oncologico) sono comunque efficienti, il problema sorge al momento dell'aggravamento. Per l'oncologia, la Struttura Cure Palliative attiva automaticamente una Rete di assistenza, affinché ogni persona nella fase terminale della vita possa ricevere "cure appropriate ovunque si trovi, in continuità assistenziale tra Ospedale, casa ed Hospice"; mentre per i malati di Alzheimer e demenze le cose si complicano oltre il pensabile: se vuoi qualcosa te la paghi o la chiedi con sacrificio. Infatti, il percorso per l'accesso ai servizi sociali, domiciliari o meno, è a richiesta dell'interessato e quindi della famiglia e comporta: richiesta del Medico di base MMG, all'Unità di Valutazione Geriatrica UVG, consegnata al Punto Unico di Accesso PUA, e poi allo Sportello Unico Socio Sanitario SUSS, il tutto presso il Distretto dell'ASL di residenza IRIS o CISSABO, servizi territorialmente competenti. È ignoto il motivo per cui, essendo entrambe patologie cronicodegenerative, il malato oncologico, per il solo fatto di aver

ricevuto una diagnosi, viene seguito automaticamente al domicilio sino al ricovero in Hospice, mentre un malato di Alzheimer per ottenere assistenza, nonostante la diagnosi dell'ASL, deve ricevere una valutazione da parte di un gruppo eterogeneo di persone che nulla fanno di lui: l'unità di valutazione geriatrica, UVG, che subordina la decisione anche al reddito suo e dei discendenti. È forse un malato di serie B? Forse perché non è più in grado di rivendicare diritti? Forse perché neppure i familiari sanno da dove iniziare? Forse perché il destino ha stabilito che saranno loro a salvare la sanità dal tracollo economico? Perché esiste l'UVG e non esiste anche l'UVO, Unità di Valutazione Oncologica? Perché per qualcuno basta la diagnosi per essere curato e per qualcun altro no? Ho conosciuto una signora che per chiusura Covid ha dovuto far domanda per sua madre in un centro diurno in provincia di Vercelli, ma ha dovuto sottostare, presso il suo distretto, a ripetere la trafila: MMG, PUA, SUSS, ISEE e infine UVG, allo stesso modo e con gli stessi valutatori, ma pur essendo province confinanti, dopo un mese non sa più nulla e non può tornare al lavoro, dovendo accudire sua madre... Ecco i malati che non dovrebbero esistere!

Franco Ferlisi



LANATERAPIA CON GOMITOLO ROSA

Riprenderanno dopo l'estate gli incontri del laboratorio di lanaterapia che è stato attivato a Mente Locale dall'associazione GomitoloRosa. Obiettivo: realizzare i manicotti che il 21 settembre, Giornata Mondiale dell'Alzheimer, saranno donati alla Residenza Ines e Piera Capellaro di Mongrando della Fondazione Cerino Zegna.



UN ESAME DELLE CAROTIDI PUÒ PREVENIRE L'ICTUS ISCHEMICO CEREBRALE

Le malattie cerebrovascolari sono la seconda causa di morte ogni anno in Italia e nel mondo.

L'ictus ischemico è la patologia più frequente (circa l'80% dei casi). Le cause comprendono ipertensione arteriosa, embolie da aritmie cardiache e, in circa il 15-20 % dei casi, una patologia steno-ostruttiva delle carotidi, le principali arterie cerebroafferenti. Mentre nei primi due casi la terapia preventiva è di tipo medico, per quanto riguarda le stenosi carotidiche può essere necessario l'intervento chirurgico.

L'esame diagnostico che identifica la

presenza di placche ateromasiche lungo tali vasi è l'ecocolordoppler TSA (tronchi sovraortici), un esame rapido e non invasivo, che permette spesso la diagnosi precoce di un interessamento carotideo da parte della patologia aterosclerotica.

La popolazione più colpita sono gli ultrasessantenni, spesso (ma non sempre) con alcuni fattori di rischio ben definiti: fumo, ipercolesterolemia, ipertensione arteriosa, diabete mellito.

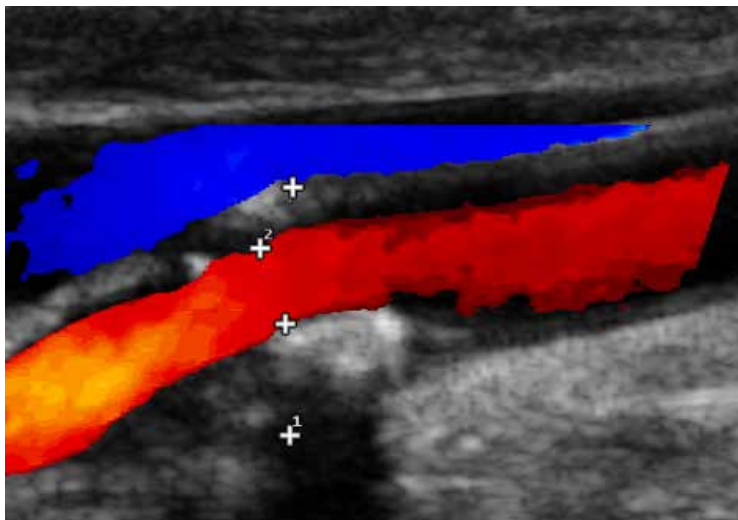
La patologia carotidea steno-ostruttiva è inoltre strettamente correlata alla cardiopatia ischemica da interessamento coronarico e all'arteriopatia degli arti inferiori. Pazienti che hanno già avuto eventi coronarici o periferici sono pertanto un'altra popolazione a rischio di eventi cerebrovascolari, per i quali pertanto l'esecuzione di un ecocolordoppler TSA risulta mandatorio.

Una diagnosi precoce di stenosi carotidea permette di instaurare una terapia medica adeguata che mira sia a rallentare la progressione della stenosi carotidea

CONTROLLA LA SALUTE DELLA TUA MEMORIA: DA GENNAIO A BIELLA E NEI COMUNI GLI INCONTRI CON LE PSICOLOGHE DI MENTE LOCALE

A partire da gennaio abbiamo ripreso l'offerta di colloqui gratuiti per darti l'opportunità di valutare lo stato di efficienza della tua memoria. Due sono i progetti che stanno viaggiando in parallelo: un ciclo di colloqui da gennaio a luglio al centro Mente Locale, supportati da un contributo di Biverbanca e già tutti prenotati, parimenti a un progetto "itinerante" che è andato di pari passo con gli incontri informativi di cui parliamo a pagina 8. Finora abbiamo potuto offrire questo

servizio a Candelo e Verrone, in accordo con le amministrazioni comunali, mentre a Mongrando ci siamo appoggiati alla Farmacia Monticello. In pratica si tratta di un colloquio informativo di una trentina di minuti sulle strategie per un invecchiamento attivo. Al momento tutte le date disponibili sono prenotate ma torneremo da settembre con un nuovo calendario. Trovi le informazioni aggiornate sulla pagina Facebook di AIMA Biella e sul sito di Mente Locale.



stessa, sia ad abbassare il rischio di eventi cardiovascolari (es: infarto miocardico, arteriopatia ostruttiva degli arti inferiori, etc.).

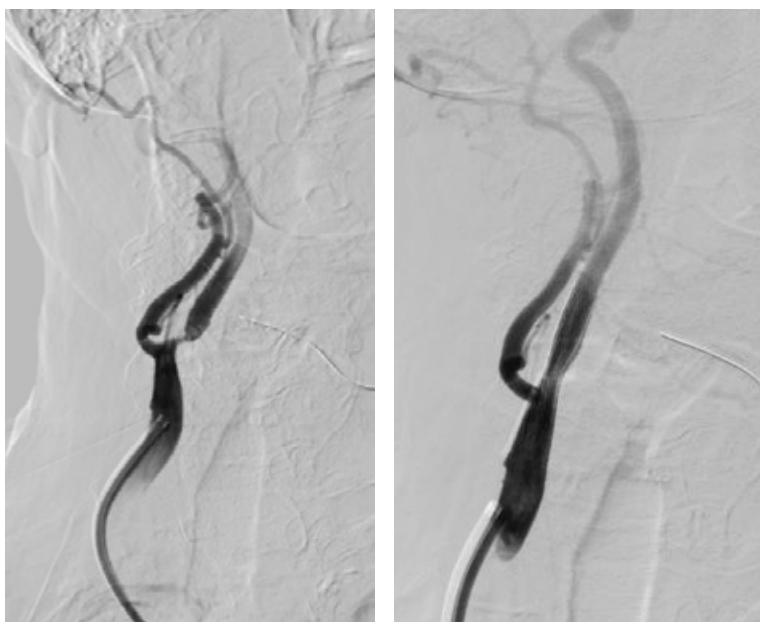
Nel caso in cui la stenosi carotidea diventi critica (> 70%), il paziente deve essere sottoposto a intervento chirurgico per evitare che dalla placca possano partire emboli diretti all'encefalo e pertanto l'insorgenza di un ictus. Le metodiche chirurgiche utilizzate prevedono l'endarterectomia "a cielo aperto" e lo stenting carotideo.

E' chiaro pertanto che l'esecuzione di un ecocolordoppler TSA di screening in una popolazione selezionata di pazienti (per età e comorbilità) può identificare precocemente e quindi evitare una buona quota di ictus ischemici.

È compito pertanto del MMG indirizzare pazienti coi fattori di rischio citati in precedenza all'esecuzione di tale esame.

Enzo Forliti

direttore Chirurgia Vascolare ASL Biella



POST SCRIPTUM

LIBRI DA RICORDARE



“*Guida all’Alzheimer e alle altre demenze*” è un manuale scritto da una dietista Barbara Asprea, da un architetto, Giovanni Del Zanna, da un geriatra, Andrea da Fabbo e da una terapeuta occupazionale, Bianca Maria Petrucci, che affronta l’argomento da diversi punti di vista. Un testo utile per riabilitatori, assistenti domiciliari e, soprattutto, per familiari.

Tecniche Nuove - 196 pagine



“*Mia madre è un fiume*” è un romanzo che ruota attorno a una donna con i primi segnali della perdita di memoria. La sua mente sta pian, piano perdendo la luce e soltanto la figlia riesce a mantenere acceso il filo dei ricordi. Una storia che fa emergere uno spaccato di Italia rurale che sta scomparendo.

Einaudi Editore - 128 pagine

COME AIUTARCI

Puoi sostenere AIMA Biella con una donazione attraverso bonifico bancario su uno di questi conti correnti.

Banca di Asti

IT16U 06085 22300 000013620024

Banca Sella

IT59B 03268 22300 001848343740

Banca Popolare di Novara

IT64X050342230000000005691

Puoi donare attraverso il bollettino di conto corrente postale che ti abbiamo spedito oppure con uno in bianco intestato ad AIMA Territoriale Biella sul numero di conto corrente

IT07N 07601 10000 000013968136

Ti rilasceremo la ricevuta per usufruire della detrazione quando fai la dichiarazione dei redditi.

Se vuoi far parte di AIMA Biella, puoi versare la quota associativa e dare un supporto come volontario

Socio AIMA Biella - 25 euro

Socio AIMA Biella con frequenza centro Mente Locale - 50 euro

Socio sostenitore - a partire da 100 euro

Per informazioni:

www.aimabiella.it

info@aimabiella.it

Segreteria AIMA Biella e Mente Locale, aperta dalle 09.00 alle 17.00 da lunedì al venerdì in via Gramsci 29 a Biella, telefono 015.401767



Seguici su Facebook @AimaBiellaMenteLocale

Vuoi che spediamo questo notiziario a qualcuno che conosci?

Non vuoi più riceverlo?

In entrambi i casi, contatta la segreteria di Mente Locale AIMA Biella



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

Nome Cognome

Codice fiscale del beneficiario (eventuale)

910020360021

Da 33 anni le nostre mani aiutano malati e familiari a ricostruire pezzi della loro memoria. Con la tua mano e una firma, il tuo 5x1000 ad AIMA Biella sarà un pezzo di questa storia.

aimabiella.it

mentelocalebiella.it

VIETATO CANCELLARE! NOTIZIARIO DI AIMA BIELLA
ANNO II NUMERO 05 AGOSTO 2022

AUTORIZZAZIONE TRIBUNALE DI BIELLA N. 183/2021

DIRETTORE RESPONSABILE PATRIZIA GARZENA

EDITORE PROPRIETARIO AIMA TERRITORIALE DELLA PROVINCIA DI BIELLA

DIREZIONE E REDAZIONE CENTRO D'INCONTRO MENTE LOCALE
VIA ANTONIO GRAMSCI 29, 13900 BIELLA

STAMPA E DISTRIBUZIONE TIPOLITOGRAFIA BOTALLA SRL
VIA FRATELLI CAIROLI 140, 13894 GAGLIANICO (BI)

PER COLLABORAZIONI, COMUNICAZIONI E INSERZIONI
INFO@AIMABIELLA.IT - 015401767