

# Cardionews



Direttore Responsabile: dr. Mauro Boldrini – Realizzato grazie ad un grant educazionale di Stroder

Gentile lettore,

Cardionews è un'iniziativa editoriale dell'Associazione Italiana Malattie Cardiovascolari (AIMC) impegnata a promuovere l'informazione cardiologica attraverso le principali Associazioni di pazienti e operatori del settore che rivestono entrambi un ruolo educativo di primo piano, in particolare rispetto alla prevenzione.

Questa newsletter viene inviata ogni settimana per divulgare approfondimenti e notizie nel campo della ricerca (Cardionews - Ricerca, Cnr) e della prevenzione (Cardionews - Prevenzione, Cnp).



Novità dalla ricerca

Novità dalla prevenzione

Corsi e congressi

Le ricette del cuore

Numero verde



NOVITA' DALLA RICERCA

ABLAZIONE CON ONDE RADIO  
RIDUCE DEL 41% MORTALITA'  
POST-INFARTO

OMEGA 3: IN CAPSULA O DAL  
PESCE EFFETTO UGUALE,  
GLI ESPERTI PERO'  
RACCOMANDANO I PRODOTTI  
ITTICI

LA DIFFERENTE ATTIVITA'  
DEGLI ACE INIBITORI



NOVITA' DALLA PREVENZIONE

2008 IN EUROPA ALL'INSEGNA  
DELLA LOTTA A FUMO  
E INQUINAMENTO

LA TV PUO' FAR SALIRE LA  
PRESSIONE NEI BIMBI OBESI:  
NON SUPERARE 2 ORE AL  
GIORNO

LA FELICITA' FA BENE AL CUORE

Sede A.I.M.C.  
Pres. Prof. R. Ferrari  
Via G. Marcora, 11  
20121 Milano  
MTA Italy S.r.l.



Novità dalla ricerca

Novità dalla prevenzione

Corsi e congressi

Le ricette del cuore

Numero verde

## NOVITA' DALLA RICERCA

### ABLAZIONE CON ONDE RADIO RIDUCE DEL 41% MORTALITA' POST-INFARTO

Trattare le vittime di infarto con onde radio riduce drasticamente la mortalità e potrebbe diminuire la necessità di dover usare defibrillatori impiantabili, secondo una nuova ricerca del Beth Israel Deaconess Medical Center di Boston, in Usa. La tecnica con onde radio, sperimentata dal team guidato da Mark Josephson, richiede di inserire una sonda nel cuore, trovare il tessuto dove si è formata una cicatrice per il recente infarto e usare le onde radio per sanare il tessuto compromesso. Lo studio è stato condotto su 128 pazienti che avevano subito un infarto, metà dei quali, prima dell'impianto del defibrillatore, sono stati trattati con le onde radio: in questo gruppo si è avuta una notevole diminuzione di attacchi cardiaci e una riduzione di mortalità del 41%. Nonostante questo ampio risultato positivo, Josephson avverte che sono necessari studi con molti più pazienti e che l'ablazione non è allo stato attuale abbastanza precisa. Pertanto l'ablazione con onde radio non costituisce attualmente un'alternativa al defibrillatore che agisce in modo molto più mirato.

*New England Journal of Medicine*

[TOP](#)



Novità dalla ricerca

Novità dalla prevenzione

Corsi e congressi

Le ricette del cuore

Numero verde

## NOVITA' DALLA RICERCA

OMEGA 3: IN CAPSULA O DAL PESCE EFFETTO UGUALE,  
GLI ESPERTI PERO' RACCOMANDANO I PRODOTTI ITTICI

Assumere capsule di olio di pesce o mangiare pesce produce gli stessi effetti sull'aumento nel sangue e nei tessuti degli acidi grassi a lunga catena, gli omega 3 protettori del sistema cardiovascolare. E' la conclusione di uno studio pubblicato sull'American Journal of Clinical Nutrition dall'équipe guidata da William S. Harris dell'Università del South Dakota, in Usa. Secondo la maggior parte delle principali Associazioni cardiologiche internazionali, gli studi finora condotti indicano chiaramente che nei pazienti cardiovascolari gli omega 3 aiutano a diminuire il rischio di subire infarti e ictus, ma si sa ancora poco sulla differenza tra l'aumento di queste sostanze protettive tramite assunzione di concentrati di olio di pesce in capsule o direttamente consumando pesce a pasto. Gli esperti autori della ricerca raccomandano però di preferire quest'ultimo perchè, al contrario delle pillole, è più ricco di nutrienti e altre sostanze utili come proteine, sali minerali e ulteriori fattori protettivi.

*American Journal of Clinical Nutrition*

TOP



Novità dalla ricerca

Novità dalla prevenzione

Corsi e congressi

Le ricette del cuore

Numero verde

## NOVITA' DALLA RICERCA

### LA DIFFERENTE ATTIVITA' DEGLI ACE INIBITORI

L'enzima ACE (angiotensin-converting enzyme) agisce nel nostro organismo su due molecole circolanti nel sangue: aumenta l'angiotensina II (che alza la pressione) e diminuisce la bradichinina (che la abbassa). L'obiettivo dello studio in vitro pubblicato su *European Journal of Pharmacology* era verificare la diversa affinità e quindi selettività di azione sui siti catalitici dell'enzima Ace per angiotensina II e bradichinina da parte di 5 diversi ACE inibitori: enalaprilat, perindoprilat, quinaprilat, ramiprilat e trandolaprilat. Il tasso di selettività è risultato: perindoprilat, 1.44; ramiprilat, 1.16; quinaprilat, 1.09; trandolaprilat, 1.08; enalaprilat, 1.00. L'affinità degli ACE inibitori è risultata maggiore per la bradichinina rispetto all'angiotensina: secondo gli autori ciò fa pensare che questi agenti siano anzitutto degli inibitori della degradazione della bradichinina e che secondariamente inibiscano la produzione di angiotensina. A dosi e affinità equivalenti per l'angiotensina, perindoprilat ha dimostrato una notevolmente più elevata affinità per il sito catalitico della bradichinina rispetto agli altri ACE inibitori considerati dallo studio. Gli autori dello studio concludono che "la capacità di attività enzimatica verso la bradichinina è più elevata per perindoprilat. Questi risultati in vitro confermano quelli dello studio PERTINENT e possono fornire una spiegazione biochimica per l'efficacia dimostrata da perindopril nella prevenzione di eventi cardiovascolari".

*European Journal of Pharmacology*

TOP



## NOVITA' DALLA PREVENZIONE

### 2008 IN EUROPA ALL'INSEGNA DELLA LOTTA A FUMO E INQUINAMENTO

Lotta al fumo e allo smog: l'Europa del 2008 si annuncia sempre più all'insegna del salutismo. Proprio dall'inizio di gennaio sono scattate infatti in vari paesi nuove norme ad hoc, a partire dallo stop al fumo nei luoghi pubblici in Portogallo e Francia, e il divieto di accesso per le auto inquinanti nei centri di Berlino e altre città tedesche. Col 2008 entra in vigore il divieto di fumo nei locali pubblici anche in Portogallo e in Lituania, e in altri otto Länder tedeschi il divieto di fumare nei ristoranti e nei bar: con le nuove disposizioni sale così a undici il numero delle regioni - inclusa Berlino - che hanno deciso di mettere al bando le 'bionde' nei locali pubblici. I restanti cinque Länder, sul totale di 16, seguiranno l'esempio entro la fine del 2008. Inoltre è partito anche il divieto di circolazione alle auto più inquinanti nei centri di Berlino e di altre due metropoli tedesche. Per l'Italia, dal 2008 per entrare nel centro di Milano le auto più inquinanti dovranno pagare un pedaggio giornaliero. Il capoluogo lombardo è il primo comune in Italia ad adottare un provvedimento del genere per abbattere la concentrazione di Pm10 nell'aria. L'obiettivo del 'ticket antismog' è di ridurre del 30% le emissioni inquinanti nel centro città e alleggerire del 10% il traffico veicolare.

*Ansa*

[TOP](#)



Novità dalla ricerca

Novità dalla prevenzione

Corsi e congressi

Le ricette del cuore

Numero verde

## NOVITA' DALLA PREVENZIONE

**LA TV PUO' FAR SALIRE LA PRESSIONE NEI BIMBI OBESI: NON SUPERARE 2 ORE AL GIORNO**

I bambini obesi che guardano molta televisione hanno con più probabilità la pressione alta dei loro coetanei con uguali problemi di circonferenza addominale e peso che non passano però tanto tempo quanto gli altri davanti alla tv. Secondo la ricerca condotta da Jeffrey B. Schwimmer della University of California, San Diego, questa correlazione potrebbe essere dovuta all'aumento dello stress psicologico e al consumo di merendine e altri cibi confezionati non salutari che spesso accompagna la visione della tv. In particolare i bambini che guardano da 2 a 4 ore di televisione al giorno, corrono un rischio 2,5 volte superiore di avere la pressione alta rispetto ai coetanei che ne guardano meno di 2 ore, rischio che triplica per quei bimbi che stanno davanti al video per più di 4 ore. Nella ricerca sono stati valutati 546 bambini tra 4 e 17 anni con problemi di obesità: il 43% aveva la pressione alta e la maggioranza guardava più di 2 ore di tv al giorno. I ricercatori hanno trovato che il tempo passato al video è proporzionale alla severità dell'obesità e che tempi più lunghi passati alla tv sono associati a un consumo più elevato di cibi salati e grassi che possono causare ipertensione. Inoltre guardare la tv per periodi troppo prolungati aumenta lo stress. I risultati dello studio sottolineano quanto prescritto dall'Accademia americana di pediatria che raccomanda di non permettere che i bimbi passino più di 2 ore al giorno a guardare la tv. Inoltre il dr. Schwimmer aggiunge che la pressione nei bimbi spesso non è misurata o è misurata male mentre invece sarebbe opportuno fare presente anche questa questione quando si va dal pediatra per i controlli.

*Reuters, American Journal of Preventive Medicine*

[TOP](#)



Novità dalla ricerca

Novità dalla prevenzione

Corsi e congressi

Le ricette del cuore

Numero verde

## NOVITA' DALLA PREVENZIONE

### LA FELICITA' FA BENE AL CUORE

Essere felici porta a ridurre i livelli di cortisolo, ormone da 'stress' che a determinati livelli puo' contribuire ad alzare la pressione del sangue con probabili conseguenze cardiache. Lo studio - pubblicato da Andrew Steptoe della University College London sull'American Journal of Epidemiology - è stato condotto su un campione di tremila adulti tra i 53 e i 74 anni di eta': è stato chiesto loro di prendere un campione di saliva (dal quale si puo' risalire al livello di cortisolo presente in quel momento nell'organismo) e di segnare quale sia in quel preciso momento il loro stato d'animo. E' risultata una correlazione diretta tra il grado di felicita' degli individui e il loro stato di salute complessivo.

*Ansa*

[TOP](#)

# CORSI E CONGRESSI



Novità dalla ricerca

Novità dalla prevenzione

Corsi e congressi

Le ricette del cuore

Numero verde

ITALIA*		
Data	Città	Titolo/tema
12/01/2008	Melfi (Pz)	<u>ATTUALITA' IN CARDIOLOGIA CLINICO-INTERVENTISTICA E IN MEDICINA D'URGENZA</u>
12/01/2008	Catanzaro	<u>LINEE GUIDA E PRATICA CLINICA A CONFRONTO NELL' ARITMOLOGIA ITALIANA-CORSI REGIONALI AIAC 2007-CALABRIA</u>
12-13/01/2008	Napoli	<u>CORSO TEORICO-PRATICO A.R.C.A. - IL PAZIENTE IPERTESO CON FATTORI DI RISCHIO CARDIOVASCOLARE E DANNO D' ORGANO: STRUMENTI PER DIAGNOSI E TRATTAMENTO</u>
16-18/01/2008	Padova	<u>CORSI DELLA CARDIOLOGIA DI PADOVA: LE COMPLICANZE CARDIOVASCOLARI DELL'OBESITA'</u>
16-18/01/2008	Trieste	<u>SEMINARIO DI AGGIORNAMENTO "LA GESTIONE DEL PAZIENTE CON SCOMPENSO CARDIACO STAGE RESIDENZIALI DI FORMAZIONE TEORICO-PRATICA"</u>
17/01/2008	Foligno (Pg)	<u>DIFENDIAMO IL CUORE-RIFLESSIONI E STRATEGIE NELLE CONDIZIONI CLINICHE DI ALTO RISCHIO CARDIOVASCOLARE</u>
17-18/01/2008	Torino	III INTERNATIONAL INTERVENTIONAL FORUM
18-19/01/2008	Bari	<u>DISFUNZIONE ENDOTELIALE, ATROSCLEROSI, SINDROME METABOLICA: ESPERIENZE CLINICHE A CONFRONTO E NUOVE STRATEGIE DI INTERVENTO</u>
19/01/2008	Empoli (Fi)	<u>CAMPAGNA EDUCAZIONALE REGIONALE ANMCO TOSCANA: DIFENDIAMO IL CUORE - PREVENZIONE O CARDIOVASCOLARE: LUSO O NECESSITA'?</u>
19/01/2008	Como	<u>IL PAZIENTE IPERTESO NELL'AMBULATORIO DEL MMG E NEL CENTRO PER LA CURA DELL'IPERTENSIONE</u>
23-24/01/2008	Bologna	<u>LA CONSULENZA CARDIOLOGICA PREOPERATORIA: DALLA STRATIFICAZIONE ALLA RIDUZIONE DEL RISCHIO CARDIOVASCOLARE PERIOPERATORIO</u>
23-26/01/2008	Roma	ROME CARDIOLOGY FORUM 2008: AN UPDATE MEETING OF THE ESC

TOP

# CORSI E CONGRESSI



Novità dalla ricerca

Novità dalla prevenzione

Corsi e congressi

Le ricette del cuore

Numero verde

24-26/01/2008	Teramo	XIII CONVEGNO NAZIONALE DI ECOCARDIOGRAFIA TRANSESOFOGEEA
25-26/01/2008	Taranto	TERZO INCONTRO IONICO DI CARDIOLOGIA RIABILITATIVA E PREVENTIVA
25/01/2008	Bolzano	MALATTIA DI FABRY - INQUADRAMENTO GENERALE ED ASPETTI CARDIOVASCOLARI
25-26/01/2008	Genova	NON SOLO CUORE: OPINIONI A CONFRONTO
26/01/2008	Bari	LE MALATTIE DEL CIRCOLO POLMONARE: EMBOLIA POLMONARE – IPERTENSIONE POLMONARE
26/01/2008	Como	ANZIANO E ATROSCLEROSI - FATTORI DI RISCHIO CARDIOVASCOLAREE LORO TRATTAMENTO
26/01/2008	Roma	9° SEMINARIO INTERATTIVO DI ELETTRICARDIOGRAFIA "L'ELETTRICARDIOGRAMMA NELLA CARDIOPATIA ISCHEMICA"
26/01/2008	Milano	LA GESTIONE DEL PAZIENTE CON INSUFFICIENZA RENALE IN CARDIOLOGIA INTERVENTISTICA
28-29/01/2008	Reggio Emilia	ICTUS CARDIOEMBOLICO: ECO COLOR DOPPLER TSA-TRANSCRANICO. ECOCARDIOGRAMMA TRANSTORACICO E TRANSESOFOGEO
30/01/2008	Roma	VII SIMPOSIO ROMANO DI CARDIOLOGIA RIABILITATIVA
30/01/2008-01/02/2008	Busto Arsizio (Va)	6° Congresso Nazionale SIPIC

\* Elenco in parte tratto da [www.cardionet.it](http://www.cardionet.it)

TOP

# CORSI E CONGRESSI



Novità dalla ricerca

Novità dalla prevenzione

Corsi e congressi

Le ricette del cuore

Numero verde

ESTERO*		
Data	Città	Titolo/tema
16-19/01/2008	Parigi	Annual Meeting of the French Society of Cardiology
17-19/01/2008	Boston, MA, Usa	<a href="#">BOSTON ATRIAL FIBRILLATION Symposium</a>
20-25/01/2008	Vienna	Scientific Aspects of Clinical Trials in Cardiovascular Diseases - Protocol development workshop
31/01/2008 - 02/02/2008	Brussels	27th Annual Scientific Meeting of the Belgian Society of Cardiology
31/01/2008 - 03/02/2008	Melbourne, Australia	4th Asian Pacific Congress of Heart Failure

\* Elenco in parte tratto da:  
[http://www.escardio.org/congresses/world\\_agenda/](http://www.escardio.org/congresses/world_agenda/) (sito dell'ESC)

TOP



Novità dalla ricerca

Novità dalla prevenzione

Corsi e congressi

Le ricette del cuore

Numero verde

## LA RICETTA SETTIMANALE

### MELE COTTE AL FORNO

Sei mele renette  
Un cucchiaino di miele per ogni mela  
80 g di uvetta sultanina  
60 g di pinoli  
Un cucchiaio di Marsala o vino rosso per mela (facoltativo)  
Un bastoncino di cannella  
Yogurt magro



1. Lavare, asciugare le mele e togliere il torsolo con l'apposito strumento.
2. Praticare una leggera incisione in senso orizzontale a metà mela.
3. Sistemare le mele in una pirofila su un foglio di carta da forno.
4. Riempire il buco lasciato dal torsolo con l'uvetta e pinoli.
5. Versare sopra ogni mela un cucchiaino di miele e se si vuole, uno di Marsala.
6. Sbriciolare la cannella e metterla nella pirofila.
7. Infornare a 180° e cuocere 20 minuti, coperte con un foglio di alluminio.
8. Abbassare la temperatura a 150°. Togliere il foglio di alluminio e fare cuocere altri 20 minuti.
9. Servire calde con il loro sugo.

TOP

#### KCalorie/porzione 183.7

Proteine tot. g 3.5  
Lipidi tot. g 5.2  
Glucidi disp. g 28.5

Acidi grassi:  
- saturi tot. g 0.1  
- monoinsaturi tot. g 0.0  
- polinsaturi tot. g 0.2  
Colesterolo g 0.0

Ferro mg. 0.9  
Calcio mg. 21.5  
Sodio mg. 10.1  
Fosforo mg. 18.2  
Potassio mg. 255.9  
Magnesio mg. 8.7

Fibra g 3.1

Vitamine: - B1 mg. 0.0  
- B2 mg. 0.0  
- B3 mg. 0.4  
- A µg 0.0  
- B9 µg 4.9  
- E mg. 0.8  
- D mg. 0.0  
- B5 mg. 0.1  
- B8 µg 4.3  
- B12 µg 0.0



Novità dalla ricerca

Novità dalla prevenzione

Corsi e congressi

Le ricette del cuore

Numero verde

Il numero verde è un servizio gratuito attivo  
tutti i giorni feriali dalle 10 alle 12.

E' un servizio di ascolto e counselling,  
che non fornisce risposte di tipo clinico.

TOP