COMOCUORE Onlus
ASSOCIAZIONE GIANMARIO BERETTA PER LA LOTTA CONTRO L'INFARTO



Bilancio Sociale e di Missione

anno 2019

ARICU 118 Croce Rossa Italiana ANPAS FAPS



DONA IL TUO **5X1000** A COMOCUORE

CODICE FISCALE **01575640139**

Ecco gli estremi per chi desiderasse aiutarci.

c/c Banca Prossima
IBAN: IT39P0335901600100000128293

c/c Cassa Rurale ed Artigiana Cantù
IBAN: IT70K0843010900000000260135

c/c Banco Posta - IBAN:
IT14B0760110900000013428222

Comocuore

vive grazie all'aiuto di tanti amici: i soci, in primo luogo, che con la loro iscrizione confermano la vicinanza all'associazione, ma anche molti privati e aziende del territorio e non solo che con le loro donazioni ci sono vicini.

COMOCUORE ONLUS BILANCIO SOCIALE E DI MISSIONE 2019

INDICE

1. Premessa pag. 4

2. La storia in sintesi pag. 6

3. L'identità pag. 8

3.1 Sezione anagrafica pag. 8

3.2 Lo scopo pag. 9

3.3 La Mission pag. 10

3.3.1 I progetti pag. 12

3.3.2 Le raccolte fondi pag. 36

3.3.3 Comunichiamo pag. 43

3.4 La definizione degli Stakeholders e dei Partners pag. 44

3.5 Analisi della struttura di governo dell'organizzazione pag. 45

4. Bilancio d'esercizio e analisi del valore aggiunto pag. 51

4.1 Determinazione quantitativa dei ricavi e dei costi figurativi pag. 80

5. Obiettivi futuri pag. 85

1. PREMESSA

Il presente documento costituisce il X Bilancio Sociale redatto dall'Associazione Comocuore Onlus. Il bilancio è stato realizzato, facendo principalmente riferimento alle linee guida dettate in materia del Bilancio stesso.

La redazione ci consente di affermare il nostro impegno oltre che per la nostra comunità anche per una dimensione allargata in ambito territoriale grazie alla collaborazione con Enti regionali.

Lettera del Presidente

Al termine di un anno impegnativo possiamo esprimere soddisfazione per il lavoro svolto.

Nel 2019 abbiamo continuato le nostre attività relative al progetto "Cuore a Scuola" che ci ha consentito di arrivare all'obiettivo di 6000 bambini esaminati. Naturalmente per la grande maggioranza si è trattato, come sempre, di bambini assolutamente normali, ma ancora sono state individuate situazioni meritevoli di approfondimento: tra queste un'aorta bicuspide (anomalia congenita che può evolvere a stenosi e insufficienza valvolare), un difetto interatriale, un altro blocco atrioventricolare per il momento senza indicazione a impianto di elettrostimolatore. Insieme ad altri casi meno critici ha confermato l'utilità dello studio che evidentemente va a supplire ad alcune carenze della organizzazione sanitaria non sempre in grado di individuare una patologia che al momento non da segni di sé. Molti dei bambini sottoposti allo studio, soprattutto quelli che ancora non avevano iniziato una attività sportiva, non avevano mai eseguito un elettrocardiogramma che si è rivelato fondamentale, insieme alla visita e ai successivi approfondimenti (ECO, Holter, ecc.) per l'identificazione della cardiopatia. Lo studio dimostra quindi la sua efficacia e la necessità di sottoporre tutti i bambini a questo esame che deve essere analizzato con occhio attento vista l'alta percentuale di falsi negativi.

L'analisi dei dati è a buon punto e speriamo di produrre una pubblicazione scientifica sull'argomento appena possibile.

La raccolta fondi quest'anno, nell'ambito della Operazione Salvagente, è proseguita ancora con Missione Cuore, in collaborazione con Intesa Sanpaolo. La raccolta raggiunta, grazie alla distribuzione delle noci di Comocuore, ci ha permesso l'acquisto di circa 25 defibrillatori che abbiamo distribuito alle scuole primarie e secondarie della provincia di Como e della Regione a integrazione della azione del progetto scuola, con l'obiettivo di rendere più sicuro l'ambiente scolastico, come è noto non immune dal rischio di incidenti cardiaci anche mortali. Accanto ai defibrillatori abbiamo donato due miniecografi al 118 di Como e Lecco, apparecchi utilissimi per una diagnosi immediata sulla scena nei grandi traumi e negli arresti cardiaci.

Grande successo hanno avuto le manifestazioni per la giornata mondiale del cuore che anche quest'anno invitava al perseguimento di stili di vita virtuosi allo scopo di prevenire le malattie cardiovascolari (riduzione del 25% della mortalità entro il 2025, questo l'obiettivo della giornata); sia la visita al Duomo con la salita absidale e la misurazione di F.C. e saturazione di O2 per la valutazione del grado di efficienza cardiovascolare che l'abituale Comocuore in bicicletta hanno visto la partecipazione di un pubblico numeroso.

Chiudiamo anche quest'anno con un bilancio positivo grazie alla collaborazione di tutto il gruppo e al sostegno di soci e sostenitori.

Il Presidente

dott. Giovanni Ferrari



2. LA STORIA IN SINTESI

L'Associazione Gianmario Beretta per la lotta contro l'infarto, Comocuore onlus, è stata fondata nel 1985 con lo scopo di diffondere informazioni di educazione sanitaria per la prevenzione delle malattie cardiovascolari degenerative come infarto, ictus e arteriopatie legate all'aterosclerosi; ha successivamente esteso il suo campo di azione anche alla organizzazione del soccorso cardiologico in collaborazione con il SSUEM118.

Grazie all'Operazione Salvagente l'Associazione ha distribuito, in questi anni, oltre 800 defibrillatori semiautomatici che hanno consentito al 118 di costituire una rete per la defibrillazione precoce sul territorio provinciale, una delle prime in Italia.

La diffusione delle tecniche di rianimazione cardiorespiratoria (RCP) nella popolazione scolastica e adulta con il metodo Minianne; ha consentito inoltre il raggiungimento di una maggiore consapevolezza nei riguardi della morte improvvisa prematura. Negli ultimi anni tale attività si è estesa anche alla Regione Lombardia grazie a una partnership con AREU (Azienda Regionale per l'Emergenza Urgenza) nell'ambito del progetto Atuttocuore e che sta continuando con Missione Cuore in collaborazione con Banca Intesa Sanpaolo.

L'attività dell'Associazione è proseguita in questi anni nello studio della epidemiologia del proprio territorio attraverso il rilevamento di dati riguardanti la popolazione, relativi ai fattori di rischio cardiovascolare. Con l'inizio dell'anno scolastico e nell'ambito dell'Operazione Salvagente è partito anche lo studio "Il cuore a scuola", uno screening elettrocardiografico nei bambini delle scuole primarie della città di Como allo scopo di individuare eventuali cardiopatie misconosciute oltre alla sindrome del QT lungo. L'obiettivo è quello di individuare i soggetti con un profilo di rischio cardiovascolare elevato per eventuali aritmie maligne per prevenire l'arresto cardiaco e la morte improvvisa che, come noto, colpisce anche i giovani. Lo studio è coordinato dal prof. Peter Schwartz.

L'Associazione ha rinnovato anche per l'anno 2018 l'iscrizione all'Istituto della Donazione, garanzia di trasparenza gestionale.

Riceve il pubblico interessato e i propri soci presso la sede di via Rovelli 8, in Como, dove medici specialisti eseguono gli screening di ambito cardiovascolare.

Comunica attraverso i propri organi di stampa (notiziario periodico, il giornale La Provincia) e dispone di un proprio sito internet e dei profili sui social network Facebook, Twitter e Instagram.



11 maggio 2019
Foto Gruppo Operazione Salva un Cuore 2019

3. IDENTITA'

L'analisi dell'identità, attività ed organizzazione dell'ente si compone delle seguenti sezioni:

3.1 SEZIONE ANAGRAFICA

Denominazione e indirizzo: Associazione Gianmario Beretta per la Lotta contro l'infarto – Comocuore Onlus, Via Rovelli n. 8 – 22100 Como.

In sede di assemblea di approvazione del bilancio anno 2016 è stato rinnovato il consiglio direttivo per il triennio 2019/2020/2021:

Consiglio Direttivo: Ferrari Giovanni-Presidente, Viganò Emiliana - Presidente Onorario, Zerboni Santo Claudio–Vice Presidente, Baccaglini Sergio ,Botto Gianluca, Buzzi Gianstefano, Corrado Giovanni, Colombo Alessandro, Comerio Pierluigi, D'Antuono Apollonia, Di Gregorio Andrea, Pellicone Angela Maria, Peronese Francesco, Volontè Maurizio.

Tesoriere – Fausta Faccetti

Comitato scientifico: Prof. Rodolfo Paoletti –Presidente Comitato Scientifico, Dott. Giovanni Ferrari, Prof. Giuseppe Mancia, dott. Alberico Catapano, prof. Peter J. Schwartz.

Durata delle cariche: data nomina in Assemblea del 16/04/2019, durata mandato triennio 2019/2020/2021; prossima scadenza fissata con l'approvazione del bilancio al 31/12/2021.

Riepilogo elenco soci al 31/12/2019: n. totale soci n. 4.535; nel dettaglio: 123 enti associativi, 28 Enti pubblici , 2 cooperative, 13 Società di Capitali. 4369 persone fisiche.

Indicazione del numero di assemblee svolte nell'anno, ed elencazione dell'ordine del giorno:

Assemblea 16 aprile 2019, OdG:

- Relazione del Presidente sull'esercizio chiuso al 31 dicembre 2018;
- Presentazione del rendiconto chiuso al 31 dicembre 2018, delibere relative;
- Nomina del Consiglio Direttivo;
- Approvazione nuovo testo di statuto ai sensi ai sensi del D:L: vo 03/07/2017 n. 117;
- Varie ed eventuali.

Indicazione del numero dei consigli direttivi svolti nell'anno, ed elencazione dell'ordine del giorno:

Consiglio direttivo 7 marzo 2019 , OdG:

- Esame ed approvazione bozza di bilancio al 31/12/2018;
- Esame bozza di statuto;
- Fissazione della data dell'assemblea per l'approvazione del bilancio, del nuovo statuto e del rinnovo del Consiglio Direttivo;
- Programma Annuale;
- Prospettive future;
- Varie ed eventuali.

Consiglio direttivo - 16 aprile 2019, OdG:

- Delega poteri al Presidente ed al VicePresidente del Consiglio Direttivo;
- Varie ed eventuali.

Consiglio direttivo - 19 settembre 2019, OdG:

- Programma manifestazioni giornata mondiale del cuore 2019;
- Missione Cuore - Incontro 15 ottobre;
- Programmazione attività prenatalizia;
- Presentazione nuovi consiglieri;
- Varie ed eventuali.

3.2 LO SCOPO

Lo scopo dell'Associazione è documentato dall'art. 3 del vigente statuto, approvato con Assemblea straordinaria dei soci in data 16 dicembre 2003:

"L'Associazione persegue esclusivamente finalità di utilità di solidarietà sociale, assistenza sanitaria e ricerca scientifica, nell'ambito territoriale della Regione Lombardia, ha principalmente lo scopo di promuovere e coordinare tutte le iniziative rivolte a combattere la malattia coronarica, sia a mezzo della diffusione della educazione sanitaria, sia mediante assegnazione di borse di studio a giovani medici per ricerche sulla cardiopatia ischemica, sia a mezzo della organizzazione di incontri scientifici e di tutte le iniziative atte a sensibilizzare la gravità e la diffusione del fenomeno, nella memoria del dott. Gianmario Beretta, infaticabile animatore di iniziative di servizio per la comunità. Al fine del perseguimento degli scopi sociali, di una maggiore divulgazione degli stessi e con la finalità di sensibilizzare il maggior numero possibile di persone al tema della malattia coronarica,

l' Associazione potrà svolgere tutte le attività connesse al proprio scopo istituzionale, nonché tutte le attività accessorie, promuovere anche attività di carattere culturale quali convegni, presentazioni librarie, manifestazioni pubbliche, mostre, spettacoli teatrali e musicali, concerti, proiezioni audiovisive; produrre, gestire e commercializzare opere giornalistiche, librarie e periodici.

L'Associazione, fondata sul volontariato, si basa in modo determinante e prevalente sulle prestazioni volontarie e gratuite dei propri aderenti. Dette prestazioni non ricevono alcuna retribuzione se non nella misura del rimborso delle spese sostenute.

L'Associazione potrà avvalersi di prestazioni professionali nei limiti necessari al suo funzionamento o al fine di qualificare o specializzare l'attività svolta dalla Associazione stessa".

Inoltre, l'Associazione aderisce all'Istituto Italiano della Donazione, regolamentato da "La Carta della Donazione" il cui scopo è di incentivare la trasparenza delle attività poste in essere dalle Organizzazioni non profit che aderiscono a questo codice di autoregolamentazione, a vantaggio delle parti interessate (donatori effettivi e potenziali, volontari, beneficiari delle attività, destinatari dei fondi, associati ed aderenti all'Organizzazione, istituzioni pubbliche e private, etc.).

A tal fine le Organizzazioni senza scopo di lucro che aderiscono alla Carta si impegnano a garantire ai soggetti donatori e ai beneficiari delle loro attività i diritti e a ottemperare ai doveri di seguito enunciati.

3.3 LA MISSION

L'Associazione Gianmario Beretta per la lotta contro l'infarto - Comocuore Onlus è un'associazione non lucrativa di utilità sociale che dal 1985 persegue esclusivamente finalità di solidarietà sociale, assistenza sanitaria e ricerca scientifica allo scopo di promuovere e coordinare tutte le iniziative rivolte a combattere la malattia coronarica.

L'Associazione opera attraverso l'informazione e l'educazione alla popolazione sui fattori di rischio cardiovascolari, con interventi presso le scuole per spiegare ai giovani quali devono essere i corretti stili di vita per evitare di ammalarsi da adulti; con giornate di prevenzione per la popolazione, durante le quali i cittadini si sottopongono ai controlli di prevenzione primaria (colesterolo, glicemia, pressione, ecg); formazione alla gestione dell'emergenza: cosa fare dinanzi ad un arresto cardiaco.

Inoltre l'Associazione aderisce all'Istituto Italiano della Donazione, regolamentato da "La Carta della donazione" il cui scopo è di incentivare la trasparenza delle attività poste in essere dalle organizzazioni non profit che aderiscono a questo codice di autoregolamentazione, a vantaggio delle parti interessate (donatori effettivi e potenziali, volontari, beneficiari delle attività, destinatari dei fondi, associati e aderenti all'Organizzazione, istituzioni pubbliche e private ecc.).



16 dicembre 2019
Installazione totem in piazza Duomo



20 luglio 2019
Cosegna DAE Lido di Villa Olmo

3.3.1 I PROGETTI

1. Valutazione del profilo di rischio cardiovascolare;
2. Il Cuore a Scuola
3. Operazione Salvagente;
4. Missione cuore;
5. Operazione Salva un cuore;
6. Comocuore Academy;
7. Progetto Azienda;
8. Le iniziative per la giornata mondiale per il cuore.

1 - VALUTAZIONE DEL PROFILO DI RISCHIO CARDIOVASCOLARE

È il primo e storico progetto con il quale è nata Comocuore e si riferisce alla esecuzione di controlli accurati dei principali fattori di rischio (colesterolo, pressione sanguigna, glicemia e altri) spesso responsabili di patologie cardiache anche gravi. Scopo principale è la ricerca di soggetti con profilo di rischio elevato, grazie anche all'utilizzo della "Carta del Rischio", nella popolazione apparentemente sana (cosiddetto "case finding").

Si rivolge a tutta la popolazione, anche quella giovanile. È noto infatti che, quanto più precocemente vengono individuati e corretti fattori comportamentali e metabolici tanto più efficace sarà la prevenzione della malattia degenerativa che è all'origine di infarto e ictus. Qualcuno sosteneva in modo solo apparentemente paradossale che l'aterosclerosi è un problema pediatrico, perché è nel periodo infantile che si pongono le basi di un corretto stile di vita.

Si tratta di una attività che si svolge ormai da molti anni e che dal 2005 è formalizzata in un protocollo di collaborazione con l'Amministrazione Provinciale e 80 Comuni del territorio. L'obiettivo di questa iniziativa è raccogliere una quantità di dati tali da permettere la costruzione di un osservatorio cardiologico, che rappresenterà un inestimabile patrimonio per tutta la comunità. In ogni Comune aderente all'iniziativa, si allestisce una "Isola della Salute", dove personale medico ed infermieristico si dedica alla misurazione della pressione arteriosa, della colesterolemia e della body mass-index; effettua una valutazione nutrizionale del soggetto e si prodiga nella diffusione e corretto uso della carta del rischio, quale strumento di analisi dei fattori di rischio cardiovascolare. Decine sono stati finora i Comuni del territorio coinvolti.

Ma non solo. Comocuore, infatti, effettua controlli dei principali fattori di rischio riservati ai soci nella propria sede, oppure per tutti i cittadini in occasioni particolari in concomitanza di manifestazioni di varia natura.

SPECIALE COMOCUORE

A cura di: SPM Pubblicità

Da sapere. Un utile ripasso per "leggere" nel modo giusto gli esami



LDL e HDL: capire meglio i valori del colesterolo

Dottore cos'è il colesterolo HDL?
È una frazione del colesterolo totale. Il colesterolo totale è dato dalla somma del colesterolo LDL, del colesterolo VLDL e del colesterolo HDL. Quando si ritirano i risultati degli esami del sangue, si legge infatti: colesterolo totale, col – LDL e col – HDL.

Cosa si intende per colesterolo HDL?
Si intende la frazione "buona" del colesterolo totale. In termini semplici si parla del colesterolo HDL come dello "spazzino" delle arterie. Mentre il colesterolo LDL si deposita sulle pareti delle arterie, formando in questo modo la placca che determina nel tempo la riduzione del lume delle arterie con una diminuzione del flusso di sangue, il colesterolo HDL ripulisce le pareti delle arterie.

Quindi il colesterolo HDL non è un fattore di rischio per le malattie cardiovascolari?
Assolutamente no. È un fattore di protezione. Più elevato è il valore di colesterolo HDL e più la persona è protetta.

Quindi anche le persone che hanno valori bassi di colesterolo HDL sono a rischio infarto?
Ci sono delle malattie, non certo comuni, che determinano dei valori molto bassi di colesterolo HDL e che espongono i soggetti a rischio di malattie coronariche. Il messaggio è il seguente: si è a rischio quando il valore del colesterolo totale e colesterolo LDL è alto e quando il valore di colesterolo HDL è basso.

Quando si può dire che si è raggiunto l'obiettivo terapeutico, per il valore del colesterolo HDL?
Questo è un punto importante, che merita una riflessione. Nelle Linee Guida, il valore del colesterolo HDL non viene identificato con target terapeutico. Viene solo indicato il valore al di sotto del quale aumenta il rischio. Il ragionale di questa considerazione è legato al fatto che viene considerato un fattore protettivo e non perché abbia un valore inferiore al colesterolo totale e LDL.

Cosa si può fare per avere un livello elevato di colesterolo HDL?
Ridurre nella dieta i cibi ricchi di carboidrati e di grassi (pane, pasta, patate, dolci) diminuire il peso corporeo, ridurre gli alcolici, effettuare regolare attività fisica e ridurre o abolire il fumo di sigaretta.

Anche i farmaci utilizzati per abbassare il colesterolo totale e LDL agiscono sul colesterolo HDL?
La risposta è sì. Per essere precisi, le statine determinano un aumento del 5-10% e anche i fibrati determinano nu incremento dei valori del colesterolo HDL in percentuale simile a quella delle statine.

Anche in questo caso è importante lo stile di vita?
Sì. Per ottenere un incremento dei valori del colesterolo HDL, lo stile di vita è il primo intervento terapeutico che bisogna porre in atto. È una volta iniziato il percorso non va abbandonato, necessita costanza e impegno. Non è tanto difficile iniziare ad avere uno stile di vita corretto, ma è difficile mantenerlo nel tempo. ■

Alberto Lombardi,
medico geriatra
collaboratore
dell'Associazione
Fondazione Italiana
per il Cuore

Quali sono i valori di riferimento? Sono differenti tra uomo e donna?

Secondo le ultime Linee Guida, livelli di colesterolo HDL inferiori a 40 mg/dL negli uomini e inferiori a 48 mg/dL nelle donne, si possono considerare fattori di rischio. Come si può notare vi sono differenze tra uomo e donna e viene posto solo un livello al di sotto del quale aumenta il rischio, mentre non viene posto un limite superiore.

Qual è il messaggio finale?

- **Il colesterolo HDL è il colesterolo "buono"**
- **Il colesterolo HDL è lo "spazzino" delle arterie**
- **Valori bassi di colesterolo HDL determinano un aumento del rischio**
- **Un corretto stile di vita determina un incremento dei valori del colesterolo HDL**
- **Le statine e i fibrati determinano un aumento del 5-10% dei valori del colesterolo HDL.**

Non dimentichiamoci mai del colesterolo LDL, quello cattivo che va tenuto sempre basso e sotto controllo



Cattiva alimentazione, nemica del cuore

Una dieta non sana tra le cause di malattie cardiache

Un ampio studio internazionale ha riscontrato che, nel 2017, undici milioni di decessi in tutto il mondo hanno avuto come causa una cattiva alimentazione ricca di zuccheri, sale e carni lavorate che ha contribuito allo sviluppo di cardiopatie, tumori e diabete. La ricerca, pubblicata online il 3 aprile su The Lancet, ha inoltre osservato che, tra i 195 Paesi studiati, la percentuale di decessi legati all'alimentazione era massima in Uzbekistan e minima in Israele. Gli Stati Uniti si sono piazzati al 43° posto, l'Inghilterra al 23°, la Cina al 140° e l'India al 118°.
Lo studio. Lo studio Global Burden of Disease ha monitorato le tendenze al consumo di 15 fattori alimentari dal 1990 al 2017. Il team di ricerca è stato guidato da Chris Murray, direttore dell'Institute for Health Metrics and Evaluation presso l'Università di Washington. È emerso che, in linea generale, le persone consumano solo il 12% del quantitativo raccomandato di noci e semi – in media tre grammi al giorno, rispetto ai 21 grammi consigliati – e bevono più di dieci volte il quantitativo raccomandato di bevande zuccherine. Le diete ad alto contenuto di zuccheri, sale e grassi cattivi sono noti fattori di rischio per cardiopatia, ictus, diabete e molti tipi di tumore.
Inoltre, si consuma un quarto della quantità raccomandata di cereali integrali – consumo giornaliero medio di 29 grammi rispetto ai 125 grammi consigliati – e quasi il doppio del quantitativo raccomandato di carni lavorate – consumo giornaliero medio di 4 grammi rispetto ai 2 grammi raccomandati. Analizzando nel dettaglio i decessi legati all'alimentazione, lo studio ha osservato che degli 11 milioni che hanno avuto luogo nel 2017, quasi 10 sono avvenuti per cause cardiovascolari, circa 913.000 per tumore e quasi 339.000 per diabete di tipo 2. ■
Da Quotidianosanità.it

Cenare tardi e saltare la colazione: abitudine dannosa

Cenare tardi la sera e saltare la colazione non fa bene al cuore. Lo stabilisce una ricerca pubblicata su European Journal of Preventive Cardiology, pubblicazione della European Society of Cardiology (ESC). I risultati della ricerca indicano che le persone che assommano queste due cattive abitudini presentano un rischio di morte, di un secondo infarto o di una crisi anginosa, da 2 a 5 volte superiore, entro un mese dalla dimissione per infarto.
Si tratta del primo studio in assoluto che è andato a valutare l'impatto di queste abitudini di vita sbagliate nei pazienti con sindrome coronarica acuta. Abitudini molto frequenti purtroppo visto che a saltare la colazione era il 58% delle persone coinvolte in questo studio, a cenare tardi il 51% e a fare entrambi gli errori il 41%. Lo studio ha riguardato pazienti ricoverati per infarto STEMI. "Un paziente con STEMI su dieci è destinato a morire entro il primo anno dall'infarto - spiega il primo autore dello studio Marcos Minicucci, della São Paulo State University (Brasile) - e le abitudini alimentari sono un modo relativamente poco costoso di migliorare la prognosi". Il ricercatore consiglia in particolare di attendere almeno due ore prima di coricarsi dopo la cena e ricorda il detto che consiglia di fare "una colazione da re". "Una buona colazione - prosegue il ricercatore brasiliano - dovrebbe includere latticini (latte scremato, yogurt, formaggi), carboidrati (pane integrale, bagel, cereali) e frutta e dovrebbe contenere il 15-35% dell'apporto calorico totale giornaliero".
Lo studio appena pubblicato ha interessato 113 pazienti ricoverati per infarto STEMI, di età media 60 anni, il 73% dei quali maschi. All'arrivo in unità coronarica veniva chiesto di descrivere le loro abitudini alimentari. "Saltare la colazione" veniva definito come "non mangiare nulla prima di pranzo", escludendo l'eventuale consumo di bevande (caffè e acqua) almeno tre volte a settimana. Per "consumare tardi la cena" si intendeva invece "andare a letto prima di due ore dalla fine del pasto", almeno tre volte a settimana.
Studi condotti in passato avevano evidenziato che chi salta la colazione e mangia tardi la sera molto frequentemente presenta anche altre abitudini di vita sbagliate, quali fumare e fare scarsa attività fisica.
"Il nostro studio - commenta Minicucci - dimostra che queste due cattive abitudini alimentari sono correlate in maniera indipendente con cattivi esiti dopo un infarto; tuttavia chi assomma più cattive abitudini, riesce a rendere le cose ancora peggiori. Le persone che lavorano fino a tardi sono particolarmente a rischio di mangiare tardi la sera e di non aver fame al mattino. Riteniamo inoltre che la risposta infiammatoria, lo stress ossidativo e la funzione endoteliale possano tutti essere coinvolti nell'associazione tra errate abitudini alimentari ed esiti cardiovascolari".
Una curiosità. In questo studio, l'uso di statine prima del ricovero per infarto era più frequente tra i soggetti con errate abitudini alimentari. Quasi che, assumere una statina, sicuramente farmaci fondamentali nella prevenzione cardiovascolare, li facesse sentire esentati dal perseguire un corretto stile di vita, anche sul versante alimentare. "Il nostro studio - conclude Minicucci - suggerisce che i pazienti con STEMI percepiscono le statine come una via alternativa per raggiungere un buono stato di salute; in realtà questi farmaci dovrebbero essere un'aggiunta ad un corretto stile di vita, non certo un rimpiazzo". ■

I nuovi fattori di rischio

Nell'ambito della valutazione del rischio cardiovascolare recenti ricerche scientifiche hanno sottolineato l'importanza di alcuni test di imaging che sono risultati predittivi di eventi clinici .

Tra questi uno dei più significativi consiste nella valutazione ecografica dell'intima carotidea, il cui spessore, qualora si rilevi superiore a 0,9 mm, appare essere indicativo di malattia aterogena dell'apparato cardiovascolare.

Sempre nel campo dell'ecografia l'introduzione della valutazione del tratto addominale dell'aorta consente di individuare una patologia degenerativa potenzialmente pericolosa (vedi AAA cercasi).

La valutazione della rigidità vascolare (anch'essa espressione di fenomeni degenerativi) eseguita mediante metodo Vasera con la rilevazione dell'ABI (indice caviglia-braccio) si aggiunge alle metodiche già descritte nella definizione delle condizioni cliniche del sistema vascolare.

Nel corso dell'anno sono state eseguite le seguenti prestazioni gratuite per gli utenti:

- n. 241 Controlli della pressione arteriosa;

- n. 241 Colesterolo totale;

- n. 241 Controllo glicemia;

- n. 241 Controllo trigliceridi;

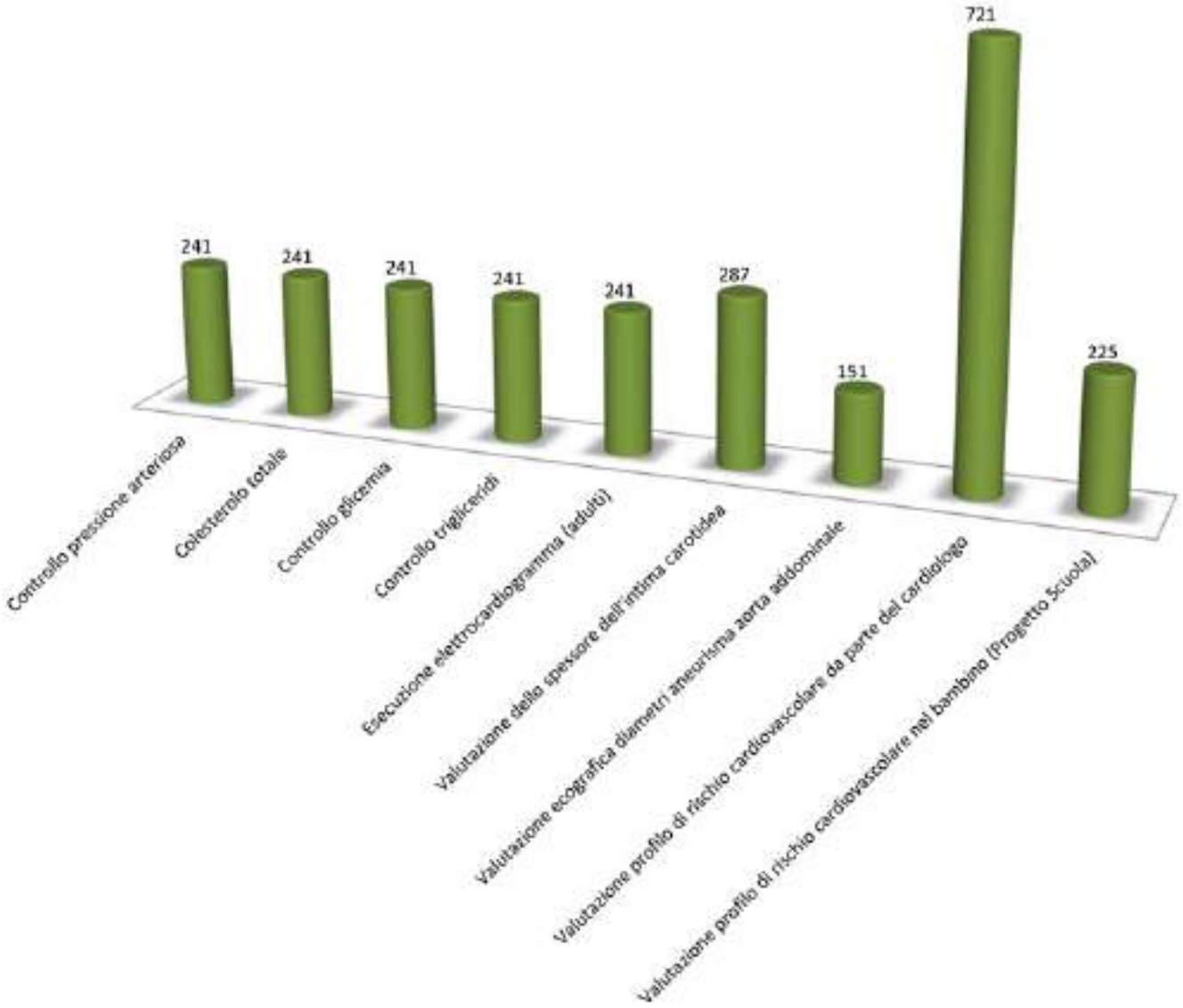
- n 241 Esecuzione elettrocardiogramma;

- n. 287 Valutazione dello spessore intima carotidea;

- n. 151 Valutazione ecografica dei diametri dell'aneurisma dell'aorta addominale;

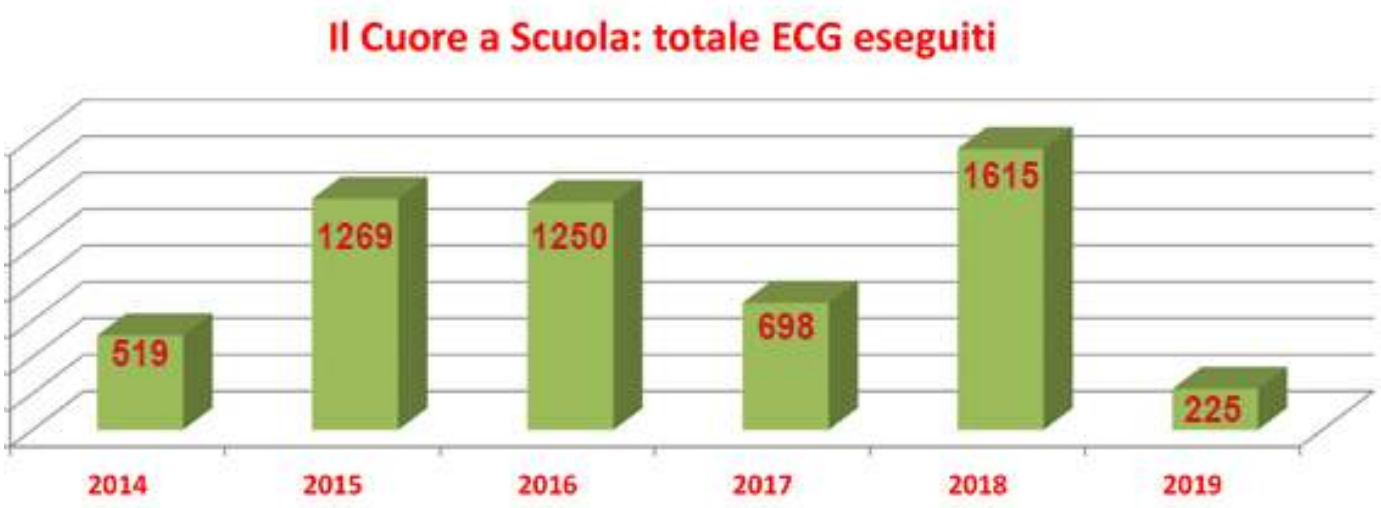
- n. 721 Valutazione del profilo di rischio cardiovascolare nell'adulto

- n. 225 Valutazione profilo di rischio cardiovascolare nel bambino (Progetto Scuola)

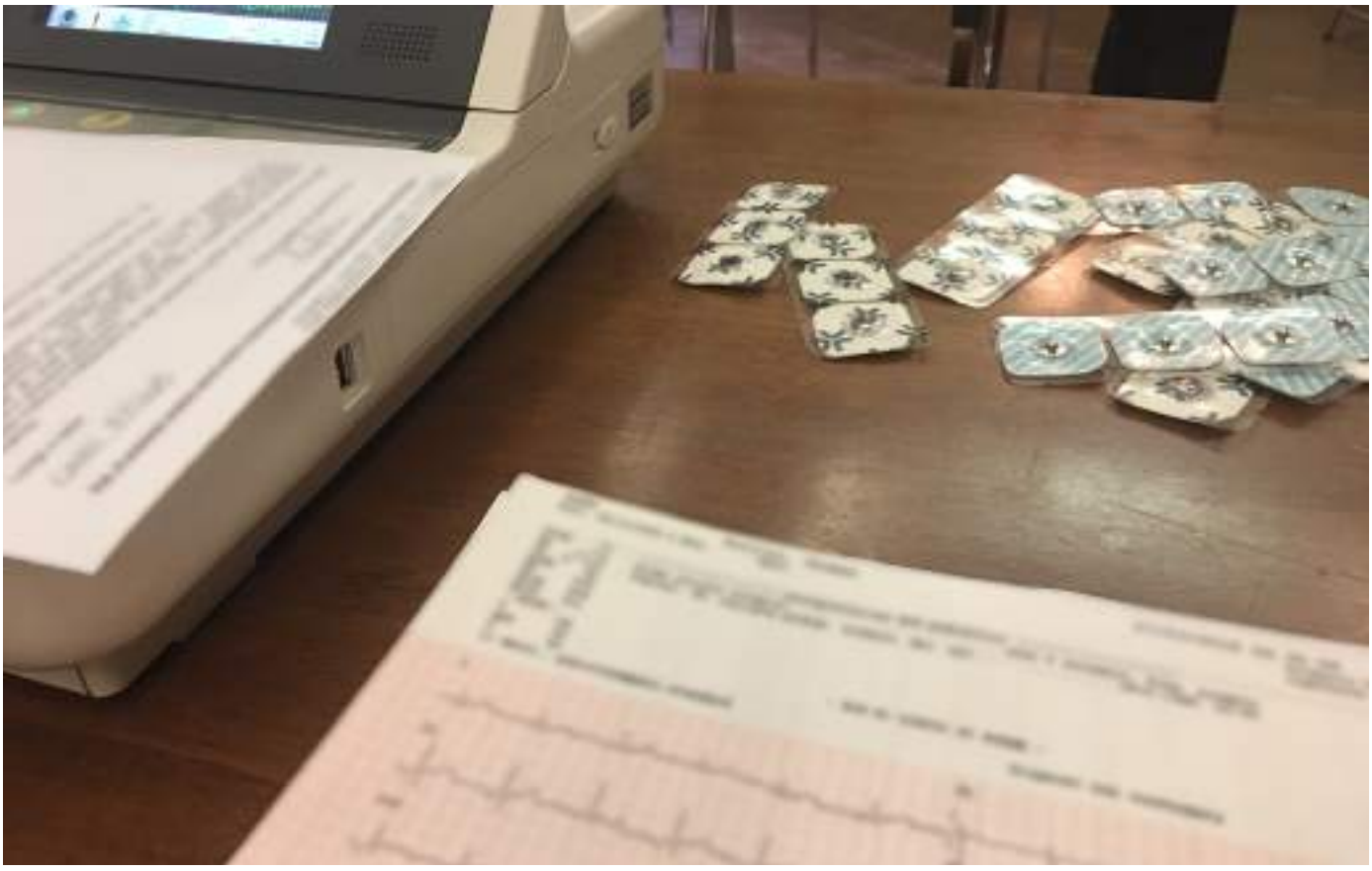

241
241
241
241
241
287
151
721
225
Controllo pressione arteriosa
Colesterolo totale
Controllo glicemia
Controllo trigliceridi
Esecuzione elettrocardiogramma (adulti)
Valutazione dello spessore dell'intima carotidea
Valutazione ecografica diametri aneurisma aorta addominale
Valutazione profilo di rischio cardiovascolare da parte del cardiologo
Valutazione profilo di rischio cardiovascolare nel bambino (Progetto Scuola)

2 - "IL CUORE A SCUOLA"

"Il Cuore a scuola" è uno screening elettrocardiografico che Comocuore effettua sui bambini delle scuole primarie della città di Como (circa 4500 soggetti). Il progetto si propone la ricerca di eventuali cardiopatie congenite o acquisite misconosciute, di disturbi di origine genetica come le sindromi da QT lungo e di Brugada, allo scopo di individuare soggetti a rischio cardiovascolare elevato. Lo studio, coordinato dal prof. Peter Schwartz, direttore del centro di Cardiologia genetica dell'Istituto Auxologico di Milano e approvato dal Comitato Etico di Como Lecco Varese, nell'anno 2019 ha effettuato 225 visite. La campagna è incominciata nel novembre 2014 ed è proseguita negli anni 2015, 2016,2017,2018 ed è prevista la continuazione anche per il 2020.







Progetto "Il Cuore a Scuola"

3 - "OPERAZIONE SALVAGENTE"

L'Operazione Salvagente prende l'avvio nell'anno 2000 con l'obiettivo di dotare tutte le ambulanze con equipaggio di volontari che operano nell'ambito del 118 di un defibrillatore semiautomatico (DAE) per contrastare la morte improvvisa (circa 60 mila decessi/anno in Italia, uno ogni mille abitanti/anno, oltre cinquecento nel nostro territorio). Negli anni immediatamente successivi verrà promulgata la legge che consentirà l'utilizzo del DAE da parte di personale laico. Grazie ai fondi raccolti con campagne di stampa e televisive sono stati distribuiti, nella fase iniziale, 70 DAE, consentendo alle 45 Croci di Volontariato della provincia di avviare, nell'ambito della rete del 118, la defibrillazione precoce.

Successivamente il numero dei DAE distribuiti nel territorio è salito a 250 (coinvolgendo aziende, luoghi aperti al pubblico). Grazie all'Operazione Salvagente la mortalità per arresto cardiaco nel territorio provinciale si è ridotta e la sopravvivenza, inizialmente del 2%, è salita al 30% dei soggetti che hanno ricevuto la defibrillazione. Risultati significativi, ma ancora insoddisfacenti, che potrebbero essere migliorati da un intervento più efficace che prevedesse l'applicazione delle tecniche del massaggio cardiaco da parte degli eventuali testimoni. È noto infatti che i tempi tecnici medi di intervento da parte del 118 nel nostro territorio sono di circa 7 minuti, tempo critico anche per i tessuti cerebrali che non possono tollerare più di 4-6 minuti di anossia, senza subire lesioni irreversibili. È per tale motivo che abbiamo avviato una campagna di sensibilizzazione sia per una tempestiva attivazione del sistema di emergenza ("chiamate 1-1-8"), sia per l'apprendimento delle tecniche di rianimazione cardio-respiratoria (RCP). È nato così il progetto MiniAnne.

4 - "MISSIONE CUORE"

La morte cardiaca improvvisa è una delle cause principali di mortalità; ogni anno 1 abitante su 1000 viene colpito da arresto cardiaco.

In Italia è causa di morte per circa 60.000 abitanti/anno. Il 95% dei pazienti colpiti da arresto cardiaco improvviso, in assenza di un intervento immediato, non sopravvive.

Ma perché il cuore può smettere improvvisamente di battere?

La causa più frequente di arresto cardiaco è la fibrillazione ventricolare: il cuore si ferma e il paziente improvvisamente cade a terra privo di coscienza. La morte del paziente diventa inevitabile se entro 5-7 minuti non si interviene per ripristinare il ritmo regolare del cuore.

Il successo del trattamento è dunque legato alla velocità dell'intervento: per ogni minuto che passa dall'esordio dell'arresto cardiaco all'erogazione della scarica, le probabilità di salvare il paziente scendono circa del 10%.

L'unico modo per interrompere la fibrillazione ventricolare, responsabile dell'85% dei casi di morte

cardiaca improvvisa, è uno shock elettrico, erogato da un defibrillatore.
Il defibrillatore (DAE) è semplicissimo da usare perché specificamente pensato per l'utilizzo da parte di personale non sanitario e non medico opportunamente istruito ed abilitato come previsto dalla normativa vigente.
Attraverso l'applicazione di speciali elettrodi autoadesivi sul paziente, il DAE analizza il ritmo cardiaco e suggerisce se attivare o no la scarica. Se il ritmo analizzato è defibrillabile, il defibrillatore impartisce uno shock elettrico al paziente, con la possibilità di far "ripartire" il cuore che si è fermato a causa di una fibrillazione ventricolare.

Aspetti normativi e giuridici

La prima legge che ha regolamentato l'uso del DAE in ambiente extra ospedaliero è stata la n. 120 del 2001 che cita: "…è consentito l'uso del defibrillatore semiautomatico in sede extra-ospedaliera anche a personale non medico, nonché al personale non sanitario che abbia ricevuto una formazione specifica nelle attività di rianimazione cardiopolmonare…". Di recente il decreto legge 158 (Decreto Balduzzi) ha introdotto l'obbligatorietà per le società sportive professionistiche e dilettantistiche, di dotarsi di defibrillatori semiautomatici.

Obiettivo del progetto

Aumentare il numero dei defibrillatori sul territorio e, al tempo stesso, diffondere la cultura del soccorso. Collaborare con gli enti preposti per realizzare una mappa nazionale di tutte le postazioni DAE.

Risultati raggiunti

Il primo progetto per la diffusione dei defibrillatori è stato realizzato da Comocuore onlus nel 2001 con il nome "Operazione Salvagente", appena entrata in vigore la legge 120. Con quel progetto fu possibile dotare non solo le ambulanze di primo soccorso circolanti in provincia di Como, ma anche un elevato numero di privati: scuole, alberghi, aziende, Polizia di Stato, Polizia Municipale che manifestarono una particolare sensibilità al problema. Successivamente, in collaborazione con AREU (Azienda Regionale Emergenza ed Urgenza) e con la disponibilità di Intesa Sanpaolo, Comocuore ha fornito 156 defibrillatori alle ambulanze circolanti in Regione Lombardia. In totale la nostra associazione ad oggi ha fornito 808 defibrillatori semiautomatici.

Missione cuore: distribuiti 25 Dae e 2 mini ecografi

"Missione Cuore" è **sinonimo di prevenzione**: un progetto che guarda lontano e che, come ogni anno, distribuisce - grazie all'accordo fra Comocuore e Intesa Sanpaolo - decine di defibrillatori semiautomatici destinati a scuole, enti, associazioni, società sportive.

E come ogni anno "Missione Cuore" ha voluto porre l'accento **sull'importanza della defibrillazione precoce** attraverso un incontro scientifico nel corso del quale - oltre a fare il punto della situazione in campo cardiovascolare e sui progressi ottenuti - sono stati consegnati alcuni Dae a realtà che ne erano sprovviste. L'incontro si è svolto martedì 15 ottobre nella sede di Comocuore in via Rovelli quando si è fatto il punto sul tema "Al servizio della comunità nella lotta all'emergenza cardiovascolare". La sessione scientifica è stata aperta dai saluti e dall'introduzione del presidente di Comocuore, dott. Giovanni Ferrari, cui hanno fatto seguito gli interventi del dott. Gianluigi Venturini, direttore regionale Lombardia di Intesa Sanpaolo, del dott. Guido Villa, responsabile aspetti clinici del soccorso e progetto regionale di defibrillazione precoce di Areu Lombardia, del dott. Maurizio Volontè, responsabile del 118 Como, di Umberto Piccolo del 118 Como, e del colonnello Ciro Trentin, comandante del Gruppo carabinieri Como che ha interagito con il prof. Peter Schwartz, direttore del Centro per lo studio e la cura delle aritmie cardiache di origine genetica dell'Istituto Auxologico italiano, fra i massimi esperti in ambito europeo e mondiale.

Nel corso dell'incontro è stato fatto il punto riguardo alla defibrillazione precoce e allo stato dell'arte in Lombardia e nel territorio comasco ed è stata evidenziata **l'importanza di una capillare copertura** della regione con i defibrillatori, autentici strumenti salvavita per fronteggiare malori dovuti ad arresto cardiaco. Particolarmente interessante la testimonianza del comandante provinciale dei carabinieri, il quale, assieme al prof. Schwartz ha raccontato lo sviluppo di una vicenda personale che ha visto protagonista la figlia e che, proprio grazie all'intervento del prof. Schwartz, si è fortunatamente risolta in maniera positiva. Al termine si è svolta la cerimonia ufficiale di consegna dei defibrillatori a scuole e realtà lombarde **acquistati grazie proprio allo sviluppo del progetto**. Due strumenti salvavita sono stati donati alla Polizia stradale e al Comando provinciale dei carabinieri, mentre si è proceduto anche alla donazione al 118 di Como di due mini ecografi portatili di ultimissima generazione.

"Missione Cuore" in questi anni ha saputo espandersi e raggiungere quasi tutta la Lombardia grazie alla **simbiosi fra Comocuore e Intesa Sanpaolo** e alla condivisione degli obiettivi. Attraverso la proposta dei celebri sacchetti di noci alla clientela dell'istituto di credito, il progetto è decollato in maniera esponenziale, consentendo di procedere a una copertura capillare del territorio. Ma non basta: da qualche anno il progetto è anche protagonista sulla piattaforma di crowdfunding "For Funding" di Intesa Sanpaolo proprio con l'obiettivo di coinvolgere tutta la comunità, clienti e non clienti della banca, offrendo un riscontro in tempo reale dell'avanzamento e il racconto di chi l'ha realizzato e ne ha beneficiato. Dal 1° ottobre è già **attiva la nuova raccolta fondi che si chiuderà a fine marzo 2020**. Fare la donazione è semplice, basta andare sul sito forfunding.intesasanpaolo.com, i fondi raccolti saranno destinati all'acquisto di defibrillatori semiautomatici da distribuire sul territorio lombardo alla fornitura di un massaggiatore elettromeccanico esterno.





La consegna dei Dae ai carabinieri e alla polizia stradale

ECCO I DESTINATARI DEI DEFIBRILLATORI

- Scuola bici Melavi - Tirano (Sondrio)
- U.S. Chiavennese - Chiavenna (Sondrio)
- Istituto Comprensivo 2 Damiani - Morbegno (Sondrio)
- Istituto Comprensivo Cantù 3 - Cantù (Como)
- Istituto Comprensivo Cantù 1 - Cantù (Como)
- Istituto Comprensivo Cantù 2 - Cantù (Como)
- Cattedrale di Como
- Istituto Comprensivo Inverigo (Como)
- Comune di Asso
- Fondazione Villaggio Cappa Ricci - Mortara (Pavia)
- Scuola dell'infanzia Sorelle Cittadini - Curno (Bergamo)
- Istituto Padre Cesare Albisetti - Terno d'Isola (Bergamo)
- Associazione soi di Libiola so... - Serravalle Po (Mantova)
- Società sportiva Libiola calcio - Serravalle Po (Mantova)
- Parrocchia S. Maria Assunta - Angera (Varese)
- Comando provinciale Carabinieri Como
- Polizia Stradale Como

SPECIALE COMOCUORE

A cura di SEM Pubblicità

L'evento. Posizionato in piazza Duomo a fianco del negozio di abbigliamento Peter C

Inaugurato il terzo totem salvavita, dono di Natale di Comocuore alla città

È tre! Comocuore prosegue il cammino nel suo progetto "Como città cardioprotetta": lunedì mattina, infatti, per iniziativa dell'associazione e di Intesa Sanpaolo è stato inaugurato il terzo "totem" salvavita, posizionato questa volta in piazza Duomo.

L'installazione è stata resa possibile grazie alla disponibilità dei titolari del negozio di abbigliamento Peter C. La cerimonia si è svolta alla presenza delle autorità istituzionali, del presidente di Comocuore, dott. Giovanni Ferrari, del direttore regionale Lombardia di Intesa Sanpaolo, dott. Gianluigi Venturini, del responsabile del 118, dott. Maurizio Volontè, e dei vertici del Gruppo Carabinieri Como, oltre ai volontari dell'associazione. Un nuovo traguardo raggiunto, dunque, nella collaborazione quasi ventennale tra Intesa Sanpaolo e Comocuore Onlus che ha già consentito di distribuire a privati, scuole e associazioni ben oltre 800 defibrillatori sul territorio lombardo.

"Un regalo di Natale alla nostra città - ha dichiarato il dott. Ferrari -, nel solco di un programma ambizioso ma di altissima valenza sociale, dal momento che il totem con defibrillatore consente in pochissimi istanti di intervenire su persone colte da malore, prestando i primi soccorsi in attesa dell'ambulanza. Abbiamo scelto piazza Duomo in considerazione del fatto che tutta la zona è meta fissa di comaschi e turisti, particolarmente in questo periodo natalizio: l'obiettivo del nostro progetto, infatti, è quello di posizionare tali apparecchiature proprio nelle aree a più intensa frequentazione della città". Il "totem" inaugurato lunedì è, come detto, il terzo posizionato in città, dopo quelli di piazza Cavour (proprio davanti all'ingresso di Intesa Sanpaolo) nel dicembre 2015 e di piazza San Fedele (accanto all'entrata della libreria Ubik) ad aprile 2017.



Il totem con defibrillatore posizionato in piazza Duomo



Un momento della cerimonia di inaugurazione del totem

Ma per non fermare il progetto di Comocuore - che si inserisce nell'ambito di Missione Cuore - occorre impegnarsi ancora più in concreto nella raccolta di fondi. È proprio su questo punto ha voluto soffermarsi il direttore regionale Lombardia di Intesa Sanpaolo, dott. Gianluigi Venturini che ha ricordato: "Dal 1° ottobre è già attiva la nuova raccolta fondi sul sito forfunding.intesasanpaolo.com, la piattaforma di crowdfunding "For Funding" di Intesa Sanpaolo e si chiuderà a fine marzo 2020.

I fondi raccolti saranno destinati all'acquisto di defibrillatori semiautomatici da distribuire sul territorio lombardo e alla fornitura di un massaggiatore elettromeccanico esterno".

I defibrillatori sono dispositivi intuitivi da utilizzare, il che significa che il soccorritore non deve essere formato formalmente per poter salvare una vita.

Sono infatti generalmente molto facili da usare: emettono istruzioni vocali che ti seguono passo dopo passo e spesso ci sono grafiche che guidano durante l'intero soccorso. Se pensi che qualcuno sia in arresto cardiaco improvviso e che quindi abbia bisogno di defibrillazione, dovresti chiamare immediatamente i servizi di emergenza o, meglio ancora, dovresti trovare qualcuno che li chiami mentre tu utilizzi il defibrillatore.

Per iniziare il soccorso dovrai sollevare il coperchio o premere il pulsante di avvio sul tuo defibrillatore.

Ti verrà chiesto di posizionare le piastre sull'addome del paziente, aprire rapidamente le loro confezioni di plastica e incollare le piastre sulla pelle nuda della persona colpita da arresto cardiaco improvviso.

Assicurati di collocarle nelle posizioni corrette – le immagini sulle piastre del defibrillatore ti aiuteranno a capire come fare. Il dispositivo analizzerà quindi il battito cardiaco del paziente per rilevare un eventuale ritmo irregolare; infatti, il Dae riconosce automaticamente se un battito cardiaco richiede uno shock elettrico. Se rileva il bisogno di emettere la scarica elettrica, ti comunicherà di premere il pulsante specifico – non dovrai invece premere nulla se utilizzi un Dae completamente automatico. Lo shock potrà riportare il cuore a un ritmo cardiaco normale. Un'altra gemma preziosa, dunque, va ad aggiungersi all'ambizioso programma di Comocuore e le prossime tappe sono già in cantiere. ■

Oggi. La consegna nella nostra sede

Due miniecografi in regalo al 118 di Como e Lecco

Nuova, importante cerimonia di donazione da parte di Comocuore: oggi pomeriggio, infatti, nella sede di via Rovelli 8, la nostra associazione donerà al 118 di Como e di Lecco due miniecografi di ultimissima generazione, acquistati attraverso il progetto "Missione Cuore". Tale progetto si sviluppa ogni anno in collaborazione con Intesa Sanpaolo, grazie ai noti sacchetti di noci che vengono proposti alle aziende in cambio di un contributo: quest'anno sono stati distribuiti, oltre ai due miniecografi, anche 25 defibrillatori semiautomatici.



Uno dei due miniecografi donati al 118

Si tratta di apparecchi grandi come uno smartphone o come un tablet e sono in grado di aiutare i medici nella diagnosi di innumerevoli patologie, dalle malattie cardiorespiratorie ai disturbi addominali, dai noduli tiroidei alla trombosi venosa.

Potranno essere impiegati dal medico internista, in ambulatorio, in ospedale, dal 118 per esami accurati che, anche in caso non siano risolutivi, indicano comunque gli accertamenti e approfondimenti più indicati da eseguire, consentendo risparmi enormi di tempo e denaro nella gestione del malato.

Il miniecografo inoltre aiuta a decidere quando sia appropriato un ricovero, indirizza velocemente alle terapie più opportune, evita esami inutili: si è stimata una riduzione dei costi per paziente che può arrivare addirittura al 70% attraverso l'uso di queste tecnologie di telemedicina. ■

La novità. Per i nostri smartphone

Where Are U, l'applicazione che può salvarti la vita

Può un'applicazione salvarci la vita? La risposta è sì, se l'app in questione è Where Are U. Si tratta del servizio che permette di contattare, inviando la nostra posizione, le Centrali Uniche di Risposta del NUE 112, ovvero del numero unico di emergenza europeo, disponibile in caso di qualsiasi emergenza. Il NUE 112, come detto, è il numero unico per le emergenze disponibile in maniera gratuita in tutta Europa.

Digitando lo si potrà richiedere l'intervento dei Carabinieri, della Polizia, dei Vigili del Fuoco o del Soccorso Sanitario. In base alle nostre varie emergenze. Perché l'app Where Are U è così importante? L'eccezionalità di questa applicazione, oltre a essere gratuita, sta nel fatto che "dialoga" con il sistema informativo della Centrale Unica di Risposta NUE 112 permettendo una localizzazione puntuale anche nei casi in cui la persona in emergenza o pericolo non sa o non è in grado di fornire dati precisi sulla sua posizione. Usare Where Are U è semplicissimo. L'app rileva la posizione tramite GPS e la rete dati del nostro smartphone. Al momento della chiamata la posizione viene trasmessa tramite rete dati o tramite sms, in caso la connessione dati non è disponibile.

Il doppio canale di trasmissione assicura sempre l'invio della posizione ogniqualvolta sia possibile effettuare una telefonata. Se fossimo minacciati, non da un evento fisico ma da una persona, l'app consente anche di effettuare una chiamata muta per avvisare i soccorsi. Attraverso appositi pulsanti è anche possibile segnalare il tipo di soccorso richiesto. Va ricordato che il NUE 112 chiamato senza usare l'app permette una localizzazione approssimativa mentre se usato attraverso l'applicazione permette di inviare la nostra posizione esatta.

Ovviamente tutti i dati registrati durante le chiamate vengono usati solo ed esclusivamente per portare a termine il servizio di soccorso.

Non ci sono alcuni problemi in termini di privacy. Where Are U è disponibile gratuitamente sia per smartphone Android che per IOS, esiste anche una versione per Windows Mobile. ■





15 ottobre 2019
Consegna DAE Missione Cuore 2019

5 - OPERAZIONE SALVA UN CUORE - 11 maggio 2019

Con “Operazione Salvagente”, in atto ormai da oltre 10 anni, Comocuore è impegnata nella prevenzione delle patologie cardiovascolari.

Con questo spirito sabato 11 maggio si è svolta in Sala Bianca del Teatro Sociale la terza edizione di “Salva un cuore”, giornata interamente dedicata alle manovre di rianimazione cardiopolmonare e rivolta agli studenti delle scuole medie superiori della città.

Da sempre, infatti, Comocuore rivolge le proprie attenzioni agli adulti del domani, attraverso un’intensa attività educazionale (in particolare sugli stili di vita), e una massiccia opera di addestramento proprio delle generazioni più giovani.

In quasi 200 hanno risposto al nostro invito, confermando da un lato che i ragazzi, se sollecitati nel modo giusto, sono sempre molto sensibili a queste tematiche, e dall’altro lato che questo percorso va esplorato con ancora maggiore intensità e pervicacia.

Un successo innegabile che Comocuore vuole condividere con quanti hanno lavorato con noi e per noi: da Areu Lombardia al “118”, da Anpas alla Croce Rossa e a Faps che si sono prodigati con il loro personale nella formazione dei ragazzi. Il grazie va anche agli stessi studenti e alle loro scuole di riferimento che hanno permesso di creare una lunga catena di attenzione nei confronti della RCP.

Naturalmente è doveroso ringraziare anche i numerosi sponsor che hanno voluto essere al nostro fianco in questa intensa ma vivacissima giornata di formazione: grazie a loro e alla loro generosità possiamo dirci orgogliosi di avere nel piccolo esercito delle “sentinelle del cuore” ben 200 soldati in più.

E infine un grazie agli splendidi protagonisti dell’Experience Dance Company che si sono esibiti per Comocuore e per tutti gli amici presenti in un coinvolgente flash mob nell’ambito del Como Lake Dance Award.

A tutti, indistintamente, va il nostro sincero GRAZIE per esserci stati vicini anche in questa circostanza, incoraggiandoci e spronandoci a proseguire sulla strada intrapresa ormai 34 anni fa.

SPECIALE COMOCUORE

A cura di SPM Pubblicità

Sabato. Torna "Salva un cuore" al Teatro Sociale e in piazza Cavour

Tocca agli studenti imparare la RCP

Con "Operazione Salvagente", in atto ormai da oltre 10 anni, Comocuore è impegnata nella prevenzione delle patologie cardiovascolari. E nell'ambito di "Operazione Salvagente", l'Associazione sta allestendo la prossima edizione di "Salva un cuore" che quest'anno si svolgerà sabato 11 maggio 2019 a Como. Anche stavolta - dopo il successo dello scorso anno - i protagonisti della giornata saranno i giovani, in particolare gli studenti delle classi quinte delle scuole superiori cittadine.

Da sempre, infatti, Comocuore rivolge le proprie attenzioni agli adulti del domani, attraverso un'intensa attività educazionale (in particolare sugli stili di vita), e una massiccia opera di addestramento proprio delle generazioni più giovani.

Nel solco, dunque, di una esperienza più che trentennale, Comocuore promuove questa giornata di formazione sulle tecniche di rianimazione cardiopolmonare (RCP) per gli studenti che consta di un corso teorico di due ore al mattino e un'attività pratica di tre ore e mezza al pomeriggio.

La parte teorica avrà luogo nella Sala Bianca del Teatro Sociale, mentre quella pratica è in programma in piazza Cavour (in caso di cattivo tempo i partecipanti si trasferiranno nella stessa location del mattino).

Queste le scuole che hanno aderito al nostro progetto:

- Istituto Gaetano Pessina sede di Como e Appiano Gentile
- Istituto Caio Plinio Secondo
- ISIS Paolo Carcano
- Liceo Scientifico Paolo Giovio
- Liceo Classico Alessandro Volta
- Liceo Statale Ciceri Teresa Ciceri

Complessivamente saranno circa 200 gli studenti che parteciperanno all'iniziativa e una cinquantina gli istruttori formatori appartenenti a Croce Rossa, Areu Lombardia, "118", Anpas e Faps. Come sempre al nostro fianco in questa iniziativa - come in molte altre - c'è Bennet che ci sostiene con passione condividendo i nostri progetti e dimostrando grande attenzione verso le problematiche di prevenzione e formazione



Un momento della precedente manifestazione "Salva un cuore"

care a Comocuore. Prova ne è, fra l'altro, la disponibilità di Bennet a sostenere il nostro notiziario "Comocuore informa" che raggiunge quasi 2000 destinatari, oltre a molto del materiale informativo-divulgativo che distribuiamo nel corso delle varie iniziative sul territorio. Una collaborazione intensa, dunque, frutto della sensibilità dei vertici di Bennet. Quest'anno, poi, "Salva un cuore" sarà impreziosito da una presenza decisamente insolita e proprio per questo accattivante: nel pomeriggio dell'11 maggio in piazza Cavour durante la manifestazione i ballerini dell'Experience Dance Company si esibiranno in un flash mob, a conclusione di un tour in diverse piazze della nostra città. L'esibizione fa da sfondo al Como Lake Dance Award che quest'anno ha voluto condividere il tema proposto in occasione del Giro d'Italia 2019, che si snoderà tra le vie cittadine il 26 maggio 2019, proprio a pochi giorni dal Concorso, al fine di dare un segnale univoco e di cooperazione alle varie proposte. I giovani ballerini del Como Lake Dance Award porteranno in città e nel mondo il concetto del movimento che dà emozione e crea energia. Muoversi, nel nome dell'arte, significa incontrarsi. Dall'incontro nascono le condizioni per il confronto, la conoscenza ed il rispetto reciproco. I giovani, tramite la cultura, sono messaggeri di pace.

Ma non solo. Il movimento fa bene anche alla salute e da qui nasce la collaborazione con Comocuore. ■

L'Editoriale

Prevenzione sempre in prima fila

Al recente congresso di cardiologia "Conoscere e curare il Cuore" tenutosi a Firenze agli inizi di marzo, oltre ai numerosi interventi riguardanti i più diversi aspetti delle cardiopatie, si è parlato anche di prevenzione delle malattie cardiovascolari e soprattutto dell'infarto. In tema di prevenzione primaria sono stati analizzati, oltre agli aspetti riguardanti i noti fattori di rischio presi in considerazione dalle carte riferite a popolazioni italiane ed europee, anche le indagini che mirano a individuare la presenza di segnali di malattia aterosclerotica, come lo studio delle carotidi, dell'aorta addominale e degli arti inferiori con l'ecografia. L'individuazione di placche a livello delle pareti dei vasi ben correla con un rischio alto di incidenti come l'infarto. Oggi poi lo sviluppo della tecnologia consente di valutare attraverso una semplice TAC la morfologia delle coronarie e il loro grado di calcificazione. Ovviamente riserviamo questo esame a casi ben selezionati di soggetti nei quali il sospetto della malattia è elevato per profilo di rischio e segnali di sospetta ischemia coronarica. Non è pensabile infatti di estendere questo esame in prevenzione primaria alla popolazione innanzitutto per le perplessità sui provvedimenti successivi in presenza di quadri dubbi, senza una dimostrazione di ischemia, poi per il rischio biologico derivante dalla esposizione a un carico radiologico pur ridotto con le moderne tecnologie, infine per i costi evidentissimi. In ultima analisi la stratificazione del rischio di eventi in prevenzione primaria su base clinica e con l'aiuto delle carte del rischio a nostra disposizione, integrate dall'utilizzo dell'imaging ecografico, rimane ancora oggi il modo migliore per stabilire il trattamento più adatto a questi soggetti.

Peraltro studi recenti hanno dimostrato che, per non essendo così ligi ai dettami di una buona prevenzione nella osservazione degli stili di vita, gli italiani stanno dimostrando un certo interesse nel sottoporsi a esami strumentali a questo scopo (il 62 % ha fatto esami di propria iniziativa negli ultimi 5 anni) e dimostra anche una buona predisposizione agli screening (il 91% è favorevole). Per contro va segnalata la sempre maggiore tendenza a servirsi di Google per la ricerca di informazioni sulla propria salute (57%), rinunciando al tempo stesso alle cure per motivi economici (il 71%), considerando la rete una vera e propria (e gratuita) alternativa in sostituzione delle spese necessarie per un consulto medico. La rete è certamente una grande miniera di informazioni, numerosi sono anche i siti medici di consulenza online, ma il metodo è spesso fuorviante e la medicina "fai da te" può rivelare dei rischi pericolosi. Mantenere il rapporto di fiducia con il proprio medico rimane fondamentale. Per quanto riguarda la nostra associazione e i suoi programmi prevediamo un importante appuntamento con il pubblico per l'11 maggio con l'ormai consueta giornata di "Salva un Cuore" rivolta agli studenti delle scuole medie superiori. Contiamo di addestrare circa 200 ragazzi alle manovre di rianimazione e all'uso del defibrillatore con un corso BLSD certificato. La manifestazione sarà allietata anche da un intermezzo artistico per la partecipazione degli artisti di ComoLake Dance. L'allungamento della vita media e della aspettativa di vita si accompagna inevitabilmente all'invecchiamento del nostro sistema cardiovascolare e alla comparsa di patologie valvolari che riguardano soprattutto aorta e mitrale, che per molti anni possono decorrere in modo silente per poi esplodere bruscamente in episodi anche drammatici di scompenso cardiaco. Il nostro obiettivo sarà quello di svelarle per tempo attraverso un progetto che chiameremo "Controlla le tue Valvole", nei soggetti di età superiore ai 65 anni che sottoporremo a una visita e ad alcuni esami strumentali nei prossimi mesi. L'identificazione di una eventuale patologia consentirà di avviare questi soggetti verso un successivo percorso di diagnosi e cura.

Da ultimo una simpatica notizia: il professor Giorgio Cosmacini, storico del pensiero medico e delle bioscienze, da anni amico della nostra associazione, pubblicherà, con i tipi di Comocuore, un libro sulla storia della Cardiologia dal titolo "Historia cordis", che verrà presentato durante la prossima edizione di Parolario. Gliene siamo grati. ■

Giovanni Ferrari

Stayin' Alive dei Bee Gees è quella che accompagna meglio la cadenza delle compressioni toraciche

Alcune canzoni perfette per le manovre RCP

La musica può tornare molto utile nel caso si renda necessaria la rianimazione cardiopolmonare (RCP), ovvero la manovra di primo soccorso utilizzata nei casi di arresto cardiaco. Per essere efficaci e ridurre il rischio di possibili sofferenze degli organi, è necessario intervenire rapidamente con un intervento RCP e BLSD, entro 3-5 minuti dall'evento, ogni minuto trascorso porta una diminuzione del 10% delle probabilità di salvataggio. Per effettuare una buona RCP è importante che le compressioni vengano eseguite correttamente. La pressione sul torace deve provocare un movimento di circa 5-6 centimetri per ciascuna compressione. Il ritmo di compressione corretto deve essere di almeno 100 compressioni al minuto ma non superiore a 120 compressioni al minuto,



ovvero 3 ogni 2 secondi, che equivale a meno di 2 volte al secondo (1,66). Trovarsi in una situazione di emergenza e dover affrontare l'RCP potrebbe non essere semplice anche per i soccorritori, i quali potrebbero essere aiutati da un ritmo che corrisponda alla cadenza delle compressioni toraciche.

Non stiamo parlando di avviare necessariamente la playlist dal nostro telefono cellulare, è sufficiente tenere a mente la canzone o le canzoni preferite, ed all'avvio della manovra RCP sentirla mentalmente per allineare le compressioni con il ritmo della musica. Teniamo conto che anche molti soccorritori volontari delle associazioni ANPAS (CRI, SVS, Misericordia, Croce Verde, eccetera), salvo quelli operativi in grandi centri abitati, possono non imbattersi spesso in interventi di codice rosso con arresto cardiaco, oppure anche gli operatori più preparati, possono trovarsi di fronte situazioni non facili da affrontare, come ad esempio il soccorso di un bambino oppure di un conoscente.

In questo può essere di estremo aiuto la musica, con canzoni con un tempo di 100 Bpm (battiti per minuto). Uno degli ospedali di New York, il Presbyterian Hospital, ha pubblicato su spotify una playlist di canzoni in 100 Bpm per il supporto alle manovre RCP. Quali sono queste canzoni utili per le manovre di rianimazione cardiopolmonare?

Ecco l'elenco di alcune delle canzoni più diffuse ed utilizzate:

- Staying Alive, Bee Gees
- Sweet Home Alabama, Lynyrd Skynyrd
- MMMBop, Hanson
- Another One Bites the Dust, Queen
- Cecilia, Simon and Garfunkel
- I Will Survive, Gloria Gaynor
- Dancing Queen, ABBA
- Achy Breaky Heart, Billy Ray Cyrus
- Girls Just Want To Have Fun, Cyndi Lauper
- Jenny from the Block, Jennifer Lopez
- Shake Your Bon-Bon, Ricky Martin
- Quit Playing Games (With My Heart), Backstreet Boys
- Save Tonight, Eagle-Eye Cherry
- Justin Timberlake, Can't stop the feeling!
- Everybody, Backstreet Boys
- Men In Black, Will Smith
- The Final Countdown, Europe
- Stronger, Britney Spears
- Big Girl (You Are Beautiful), MIKA
- Somebody To Love, Queen

6 - COMOCUORE ACADEMY

Un piano di lavoro, un progetto, ma anche un contenitore di tutte quelle iniziative legate alla formazione care all'associazione: questa è "Comocuore Academy", la grande novità che si è registrata nel 2019. Tutta una serie di iniziative legate da un comune denominatore e da un logo appositamente studiato per rendere al meglio l'idea che si vuole proporre e per distinguersi.

In "Comocuore Academy" confluiscono, dunque, le molteplici attività dell'associazione in tema di formazione: dai progetti come "Salva un cuore" e "Missione cuore" ai corsi di Rcp-Blsd che proprio nel mese di novembre sono ripartiti alla grande e con ulteriore impulso. Tali corsi stanno riscuotendo un successo clamoroso come testimoniano le innumerevoli richieste pervenute da inizio anno ad oggi. Sinora l'associazione è riuscita a garantire almeno una sessione di corso al mese, ma si prevede di implementare l'impegno, proprio alla luce delle sempre più frequenti richieste che pervengono da parte di aziende, realtà associative, alberghi, ditte private, scuole, società sportive. Un'attività che, nel tempo, ha rappresentato una stella polare della nostra associazione: basta guardare i dati, infatti, per rendersi conto di quale importanza essa rivesta nella nostra programmazione. In due anni, da novembre 2018 a novembre 2020, sono state 476 le persone formate e circa 80 le realtà locali coinvolte, evidente testimonianza della validità dell'iniziativa.

I corsi si rivolgono alle realtà più sensibili del territorio (ma anche in province limitrofe) rispetto a uno dei temi più cari a Comocuore che è quello della formazione.

ballerini in uno spettacolo di flamenco molto "caliente". Daniela Cardinazzi e i suoi alunni, accompagnati alla chitarra da Antonio Porro e dalla voce di Corrado Ponchiroli, hanno saputo rapire il pubblico presente e portarlo direttamente in Andalusia, la parte più a sud della Spagna, dove il flamenco è nato e si è poi sviluppato varcando i confini iberici e conquistando tutto il mondo. Una serata, dunque, piena di allegria, cultura, sentimento a favore della nostra associazione.

Vi confluiscono le molteplici attività dell'associazione in tema di formazione

Un comune denominatore: Comocuore Academy

Un piano di lavoro, un progetto, ma anche un contenitore di tutte quelle iniziative legate alla formazione care all'associazione: questa è "Comocuore Academy", la grande novità per il 2019. Tutta una serie di iniziative legate da un comune denominatore e da un logo appositamente studiato per rendere al meglio l'idea che si vuole proporre e per distinguersi.

In "Comocuore Academy" confluiscono, dunque, le molteplici attività dell'associazione in tema di formazione: dai progetti come "Salva un cuore" e "Missione cuore" ai corsi di Rcp-Blsd che proprio nello scorso mese di novembre sono ripartiti alla grande e con ulteriore impulso. Tali corsi stanno riscuotendo un successo clamoroso come testimoniano le innumerevoli richieste pervenute da inizio anno ad oggi. Sinora l'associazione è riuscita a garantire almeno una sessione di corso al mese, ma si prevede di implementare l'impegno, proprio alla luce delle sempre più frequenti richieste che pervengono da parte di aziende, realtà associative, alberghi, ditte private, scuole, società sportive. I corsi, infatti, si rivolgono alle realtà più sensibili del territorio (ma sono già calendarizzate trasferte anche in province limitrofe) rispetto a uno dei temi più cari a Comocuore che è quello della formazione.



Inserto quotidiano La Provincia 9 maggio 2019





11 maggio 2019
Comocuore Academy - Operazione Salva un Cuore 2019





11 maggio 2019
Comocuore Academy - Operazione Salva un Cuore 2019

7 - PROGETTO AZIENDA

Il vocabolario definisce il termine "prevenzione" con: adozione di una serie di provvedimenti per cautelarsi da un male futuro, e quindi l'azione o il complesso di azioni intese a raggiungere questo scopo.

Tradotto in ambito sanitario e più specificatamente cardiovascolare, la prevenzione si attua mediante l'adozione di corretti stili di vita (alimentazione, attività fisica, ecc.) che consentono nel tempo di ridurre i cosiddetti fattori di rischio modificabili,

Questo messaggio, che contraddistingue la mission di Comocuore, è sempre tanto piè vero se si considerano le aumentate aspettative di vita(ormai oltre gli 80 anni).

Per ciascuno è quindi importante conoscere al più presto il proprio profilo di rischio cardiovascolare al fine di apportare per tempo i correttivi più idonei .

In quest'ottica si inserisce il "Progetto Azienda" che Comocuore propone agli Enti produttivi della provincia comasca , anche come strumento del cosiddetto welfare aziendale.

Grazie alle tecnologie diagnostiche disponibili è possibile effettuare presso le singole Aziende uno screening di valutazione dei principali fattori di rischio cardiovascolare quali:

- dosaggio ematico, mediante digitopuntura, della colesterolemia totale e HDL, dei trigliceridi e della glicemia
- esecuzione di un elettrocardiogramma
- misurazione della pressione arteriosa

L'insieme dei dati raccolti congiuntamente alle informazioni anamnestiche dei singoli dipendenti aderenti allo screening consentono allo Specialista cardiologo di definire per ciascuno il profilo di rischio cardiovascolare e, conseguentemente fornire consigli e indicazioni su eventuali correttivi da adottare.

Il progetto ha preso avvio nel gennaio 2017 con lo screening alla Harken di Limido Comasco ed è proseguito con i dipendenti di Artsana e Rodacciai, complessivamente abbiamo sottoposto a controlli 619 persone.

Welfare aziendale la nuova frontiera della prevenzione

di **Gianstefano Buzzi**



Una nuova tappa nella storia ultra decennale di Comocuore si è realizzata lo scorso anno in collaborazione con Acsm. Un'iniziativa di significativo valore ideale, allo scopo di **creare le condizioni per la tutela preventiva della salute** delle nuove generazioni. È stato un messaggio di una impresa pubblica al sistema delle imprese: produrre ricchezza e modernità, tramite la competitività, non è incompatibile con l'impegno sociale anzi è dare legittimazione e senso del proprio sviluppo e della propria presenza. Acsm ha voluto donare e dotare di defibrillatori gli istituti scolastici liceali della nostra provincia. In questa iniziativa ha voluto al proprio fianco Comocuore per la parte attinente la formazione del personale laico al loro uso. La scuola è una frontiera decisiva per un'efficace pratica preventiva, non è un caso che si è subito riscontrata una piena disponibilità dei dirigenti scolastici degli istituti interessati, così come da parte del dipartimento scolastico dell'Amministrazione provinciale e della sua presidente al sostegno dell'iniziativa. Comocuore con la **campagna "Mini Anne"**, un manichino e unitamente a un Dvd per diffondere la conoscenza delle pratiche di emergenza e attivare la catena dei soccorsi, ne ha distribuiti gratuitamente a studenti e loro tramite alle famiglie oltre 5.000.

Ancora oggi siamo impegnati come associazione a sviluppare il progetto "Cuore a scuola", che ha esaminato circa 5.500 alunni delle scuole primarie della città di Como e Cantù: i risultati, in corso di elaborazione, confermano l'utilità della ricerca che ha consentito di individuare alcune patologie del tutto ignorate, inserite successivamente in un percorso di ulteriore approfondimento diagnostico e di cura. Determinante per la riuscita dell'iniziativa la sensibilità degli istituti scolastici, del corpo insegnanti e dell'adesione convinta delle famiglie. Si è quindi ampliata la possibilità ed efficacia degli interventi. **Una filosofia questa che dovrebbe mobilitare tutte le istituzioni.** Come si è attrezzato in questi anni il territorio comasco e regionale con la diffusione di defibrillatori, ne abbiamo distribuito oltre 800 in tutta la regione e la metà sul nostro territorio. Sarebbe altrettanto importante diffonderne sulle auto delle pattuglie dei vigili urbani e di tutte le forze dell'ordine. Lo stesso scopo si raggiungerebbe con il posizionamento di totem con defibrillatore nelle piazze e in luoghi accessibili in ogni istante - come si è fatto in piazza Cavour e in piazza San Fedele - consentendo, in caso di emergenza, di attivare un collegamento telefonico automatico con la centrale del 118.

Anche nei luoghi di lavoro si sta estendendo l'interesse nell'ambito delle politiche ambientali e di sicurezza. Alla Sisme di Olgiate Comasco per iniziativa del consiglio di fabbrica ci si è dotati di defibrillatori, mentre all'Artsana Group si sono effettuati controlli su 238 dipendenti, poi è stata la volta della Harken di Limido Comasco e di Rodacciai di Bosisio Parini. C'è qui un campo inesplorato che si sta esaminando positivamente con gli incontri che Comocuore ha sviluppato con i **segretari provinciali di Cgil, Cisl, Uil e con il direttore generale di Unindustria** per la promozione di una campagna di impegno solidale straordinario.

Un'iniziativa che può implementare il già importante impegno delle imprese comasche nella realizzazione di obiettivi di prevenzione della salute e sicurezza nei luoghi di lavoro unitamente alla sperimentazione **di un nuovo welfare aziendale** che si estende, in alcune realtà, alla comunità in collaborazione con gli Enti locali. La decisione di promuovere un protocollo che consenta di diffondere tra le strutture delle organizzazioni sindacali e delle imprese **la cultura dell'intervento emergenziale di soccorso** contro l'arresto cardiaco e loro tramite tra i lavoratori comaschi assume un valore etico importante, ai fini di estendere efficacemente un'attività che ha registrato nei decenni importanti risultati.

CUORE A SCUOLA: IN ARRIVO ALTRI 600 CONTROLLI

Il progetto "Il cuore a scuola" ha ripreso a pieno regime dopo la pausa per le vacanze estive: completato il lavoro sui ragazzi degli istituti di Como e Cantù, l'attenzione è ora rivolta ad altre realtà del territorio. Lo screening elettrocardiografico sui bambini è in corso al plesso di Lucino - scuola primaria Carlo Alberto Dalla Chiesa, al plesso di Montano - scuola primaria A. Manzoni - e infine a quello di Civello - scuola primaria Don Milani -. Si tratta di circa 600 bambini che andranno ad aggiungersi agli oltre 5500 già sottoposti a esami da parte dei medici e delle volontarie di Comocuore.



8 - LE INIZIATIVE PER LA GIORNATA MONDIALE PER IL CUORE

28 settembre – Il cuore in salita

29 settembre - Comocuore in bicicletta

Anche il 2019 è stato caratterizzato dall'adesione alla "Giornata mondiale del cuore" che ha previsto una serie di giornate di "porte aperte" nella sede di via Rovelli, ma anche la tradizionale manifestazione "Il cuore in salita", prova sotto sforzo per verificare l'efficienza cardiaca. Negli anni passati erano stati interessati il Monumento ai Caduti, la Canottieri Lario, la piscina Sinigaglia, il Faro Voltiano di Brunate, il Castello Baradello, l'Eremo di San Donato e, l'anno scorso, la visita del chiostro di Sant'Abbondio con salita della scalinata. Quest'anno la destinazione individuata per "Il cuore in salita" è stato il camminamento del Duomo di Como, raggiungibile attraverso una ripida e impegnativa scala a chiocciola di 71 gradini che, partendo dalla sacrestia di fianco all'altare maggiore, consente di salire sino a circa metà altezza e ammirare la Cattedrale da una prospettiva unica e decisamente insolita. L'iniziativa è stata ribattezzata "Il Duomo dall'alto".

Vale la pena ricordare che normalmente il camminamento è precluso al pubblico e che la nostra Associazione ha ottenuto la concessione all'iniziativa solo grazie alla disponibilità di mons. Flavio Feroldi, Arciprete del Duomo e Canonico del Capitolo della Cattedrale. Nell'occasione abbiamo potuto contare, inoltre, sul prezioso aiuto del Fai di Como, del Rotaract Como e del Kiwanis.

Ma settembre significa anche "Comocuore in bicicletta", un fiore all'occhiello che non smette di catalizzare l'attenzione del pubblico. Quella del 2019 si è svolta il 29 settembre ed è stata la 25ª edizione. Accanto alla classica passeggiata con le due ruote (un percorso cicloturistico di 16 chilometri), è stato proposto un tracciato di abilità per bambini dai 5 ai 12 anni.



29 settembre 2019
Giornata Mondiale per il Cuore
Comocuore in Bicicletta - XXV edizione



28 settembre 2019
Giornata Mondiale per il Cuore
Il Cuore in Salita - Camminata del Duomo dall'Alto



Locandina "Giornata Mondiale per il Cuore 2019"

26 SETTEMBRE 2019 • A cura di SPM Pubblicità • Supplemento al numero odierno de La Provincia La Provincia



Inserto quotidiano La Provincia 26 settembre 2019

SPECIALE COMOCUORE

A cura di SPM Pubblicità

L'editoriale. La Giornata mondiale per il cuore si focalizza in particolare su questo aspetto

La prevenzione sempre al centro dei nostri progetti



> Anche Comocuore celebra la Giornata con una serie di iniziative per tutta la popolazione Emerge ancora una volta l'importanza di seguire stili di vita corretti sulla base delle proprie caratteristiche e del proprio profilo di rischio

Il 29 settembre cade la giornata mondiale per il cuore GMC, 18ª edizione, promossa e coordinata in Italia dalla Fondazione Italiana per il Cuore, membro nazionale della World Heart Federation, in collaborazione con Conacuore, Fondazione Giovanni Lorenzini (Milano-New York-Houston). Comocuore da molti anni aderisce alle attività della Fondazione e anche quest'anno sarà presente localmente con varie manifestazioni, come potrete vedere nel programma all'interno.

Scopo della giornata è richiamare l'attenzione del pubblico **sui temi della prevenzione delle malattie cardiovascolari** che, ancora oggi, rappresentano la prima causa di morte in Italia e nel mondo. L'iniziativa aderisce alla campagna "25by25" che ha lo scopo di ridurre, entro il 2025, il 25% dei decessi prematuri causati dalle malattie croniche degenerative non trasmissibili.

In un recente incontro presso il Ministero della Salute La Fondazione ha partecipato il 10 luglio scorso alla maratona del Patto per la Salute per il triennio 2019-2021 in cui ha ribadito l'importanza di inserire la prevenzione cardio-cerebrovascolare come una priorità assoluta. La mortalità legata a queste patologie è **al primo posto in Italia, tra l'altro con una importante prevalenza del sesso femminile, 127.000 decessi, rispetto al sesso maschile, 98.000.** Nel mondo sono circa 17,5 milioni che nel 2030 aumenteranno a 23 milioni. E' evidente quindi come questi numeri rappresentino un problema di salute pubblica che deve essere affrontato con indirizzi precisi di politiche di prevenzione che nel tempo potranno portare a ricadute positive sul singolo cittadino, ma anche sull'intero Sistema Sanitario Nazionale, oggi in condizioni di evidenti difficoltà. Ancora una volta, quindi, **emerge l'importanza degli stili di vita** che ogni singola persona, sulla base delle proprie caratteristiche e del proprio profilo di rischio, deve seguire per allontanare lo spettro della malattia: l'abolizione del fumo (in aumento tra gli adolescenti), una alimentazione corretta, il controllo della ipertensione e della colesterolemia, l'attività fisica moderata costante, comportamenti virtuosi che rappresentano la base di una efficace prevenzione. Qualcuno dirà "sempre la solita musica, possibile che non vi siano nuovi messaggi?"; il punto è che non se ne tiene conto abbastanza, li diamo per scontati ma la maggior parte delle persone non le applica o non le applica costantemente per cui occorre continuamente ribadire gli stessi concetti.

In verità qualche novità c'è in tema di **cura della pressione nei soggetti anziani: sono stati rivisti i limiti pressori al disotto dei quali è preferibile non scendere, 160 per gli over 80, 150 tra 65 e 80 anni, quando 140** è considerato il limite per porre diagnosi di ipertensione. La SICGe (società di Cardiologia Geriatrica) suggerisce questi limiti, con particolare attenzione durante i mesi estivi quando è opportuno ricalibrare le terapie ad evitare rischi di cadute per ipotensione ortostatica e per prevenire (così pare dimostrato) il declino cognitivo specie nelle persone più fragili.

Per quanto riguarda la rianimazione cardiopolmonare e la defibrillazione precoce nella morte improvvisa occorre segnalare un **importante risultato legislativo** con l'approvazione alla Camera di una legge che oltre a stabilire la diffusione di defibrillatori in tutti gli enti pubblici e della cultura della rianimazione cardiopolmonare nelle scuole primarie e secondarie, **introduce il concetto di immunità** per coloro che si trovassero ad utilizzare il defibrillatore in caso di emergenza (causa di forza maggiore) pur non essendo in possesso della necessaria abilitazione. Questa legge "del buon Samaritano" ci libera finalmente dalla paura di essere ritenuti responsabili di eventuali danni procurati al soggetto soccorso nell'esecuzione delle manovre di rianimazione. Iter legislativo dovrà essere completato al Senato, nella speranza che i recenti fatti politici non ne ostacolino il percorso. ■

LE INFERMIERE DELLA CROCE ROSSA ITALIANA

L'opera dei volontari, un aiuto imprescindibile



Alcuni volontari di Comocuore con le infermiere della Croce Rossa Italiana

Quando si parla di volontariato, si fa riferimento a persone, uomini e donne, che dedicano il loro tempo, le loro energie, le loro professionalità, gratuitamente e spontaneamente o a individui che versano in condizioni di indigenza e che necessitano assistenza, o per fronteggiare emergenze occasionali o prestando opera e mezzi nell'interesse collettivo in maniera individuale o in Associazioni costituite per scopi benefici.

In Italia un gran numero di cittadini pratica il volontariato in varie forme: secondo l'Istat il numero di volontari stimato in Italia è di 6,63 milioni di persone, regolati dalla legge 11 agosto 1991 n. 22, che istituisce delle strutture per lo sviluppo e la crescita del volontariato. Sono soprattutto enti o Associazioni benefiche che si avvalgono dell'opera dei volontari per espletare i loro compiti di sostegno e collaborazione così da permettere la continuità dell'obiettivo prefissato. La Croce Rossa Italiana è un'Associazione privata di interesse pubblico, senza fini di lucro; svolge le proprie attività impiegando personale volontario. Protezione Civile, Emergenze Sanitarie, Trasporto ammalati, Assistenza anziani e altro. A partire dal 1985, anno della sua fondazione, l'Associazione Comocuore Onlus, intitolata al dottor Gianmario Beretta, per la lotta all'infarto,(dopo la firma di una Convenzione tra le due parti), si avvale della collaborazione sia di personale impiegatizio, di amici che prestano la loro opera nelle manifestazioni, sia delle Crocerossine(IVV) per la parte sanitaria. In tutti questi anni durante i quali l'Associazione ha esposto il suo raggio di azione, istruendo, informando la popolazione su come prevenire le malattie cardiovascolari, ha sempre visto le IVV in prima linea. Sempre disponibili, eticamente, moralmente e professionalmente consapevoli del compito loro assegnato e rispettose dell'Ente a cui appartengono, hanno dimostrato di essere un valido e insostituibile aiuto per Comocuore. Molto il lavoro che è stato fatto e che le ha viste silenziose partecipi di grandi traguardi raggiunti, come lo screening" Il cuore a Scuola", indagine svolta nelle scuole elementari di Como e dintorni per una valutazione mirata alle patologie cardiache nascoste nei bambini, oppure la valutazione dell'Obesità sempre nei bambini, la prevenzione rivolta a tutti i cittadini con esami del sangue e controlli elettrocardiografici e altro. Senza mai lamentarsi e sempre orgogliose della divisa che indossano, se chiedete loro, perchè sei volontaria, perchè proprio Crocerossina probabilmente risponderanno che il volontariato è un impulso che nasce dal dentro, un'esigenza che devi soddisfare, che ti rende più forte e alla quale non puoi rinunciare, perché offrire se stessi, donarsi, regalare il proprio tempo a chi è sofferente o ha bisogno di appoggio o sostegno, ti fa sentire utile e felice e appaga di ogni fatica. Quindi, coraggio, è davvero molto gratificante diventare Infermiere Volontarie della Croce Rossa Italiana, e far parte di un'Associazione che contribuisce con il suo impegno a rendere il mondo che ci circonda un migliore.

Sono aperte le iscrizioni al corso per l'anno 2019-2020, per informazioni dettagliate scrivere all'indirizzo: isp.como1@ivcri.it ■

Daniela Corti



28 settembre 2019
Giornata Mondiale per il Cuore - Il Cuore in Salita - Camminata del Duomo dall'Alto



29 settembre 2019
Giornata Mondiale per il Cuore - Comocuore in Bicicletta - XXV edizione - Prova di abilità in collaborazione con ComoLake Team

4, 5 e 6 ottobre - Orticolario

Nei giorni4, 5 e 6 ottobre nella consueta e splendida cornice di Villa Erba ha avuto luogo la seguitissima rassegna Orticolario, per un giardinaggio evoluto. Anche in questa edizione Comocuore era presente con uno stand riservato in cui si è proceduto alla divulgazione del messaggio di prevenzione caro alla nostra associazione e con la vendita dei prodotti che fanno bene al cuore.



4, 5 e 6 ottobre 2019
stand di Comocuore a Orticolario

3.3.2 LE RACCOLTE FONDI

Contributi Istituzionali

Il primo sostegno economico dell'Associazione è rappresentato dai soci che con le loro quote sostengono le varie iniziative. Altre fonti di finanziamento sono rappresentate da donazioni ad opera di soggetti privati, aziende, talvolta anche istituzioni, che intervengono in appoggio ai progetti elaborati dall'Associazione.

Proventi ed oneri da attività tipica

Tutti i contributi si riferiscono all'attività tipica dell'Associazione e, in dettaglio, solidarietà sociale, assistenza sanitaria, ricerca scientifica ma, principalmente, promozione e coordinamento di tutte le iniziative volte a combattere la malattia coronarica, sia a mezzo diffusione dell'educazione sanitaria, sia mediante assegnazione di borse di studio a giovani medici, sia attraverso organizzazioni di incontri specifici.

I contributi su progetti si riferiscono a donazioni effettuate da enti pubblici a sostegno generico delle attività dell'Associazione.

Le campagne di sensibilizzazione

La raccolta fondi è l'attività con la quale l'Associazione trova una delle sue fonti di sostentamento. Nella fattispecie rientrano tutti quei banchetti divulgativi organizzati da Comocuore nei quali si raccolgono offerte in cambio di prodotti noti per esercitare un'azione protettiva sull'apparato cardiovascolare .

Le noci, il succo di melograno, il cioccolato e il mango (ultimo arrivato in famiglia) presentano queste caratteristiche e vengono offerti in occasione delle campagne di sensibilizzazione e in tutte le manifestazioni di divulgazione scientifica.

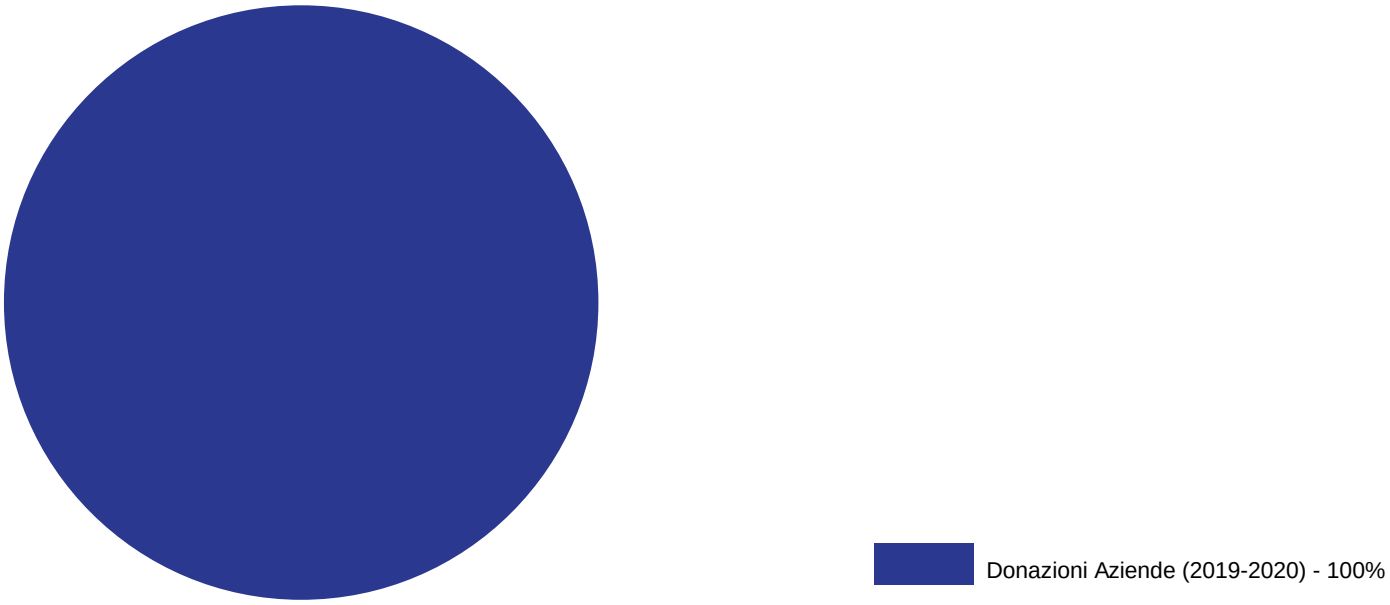
Nel prosieguo vengono elencate le raccolte fondi che si sono svolte nell'arco del 2019.

MIssione Cuore 2019

Proventi raccolta fondi

Missione Cuore 2019/2020

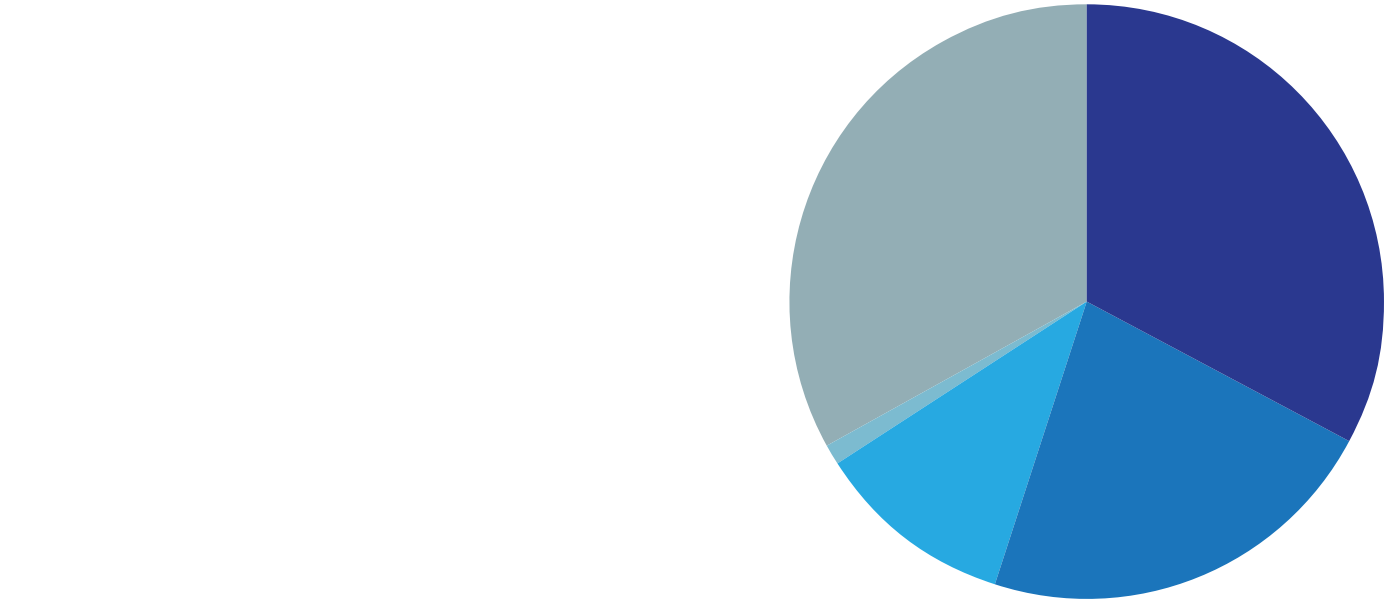
€ 63.000,00



Oneri raccolta fondi

Missione Cuore 2019/2020

€ 45.099,31

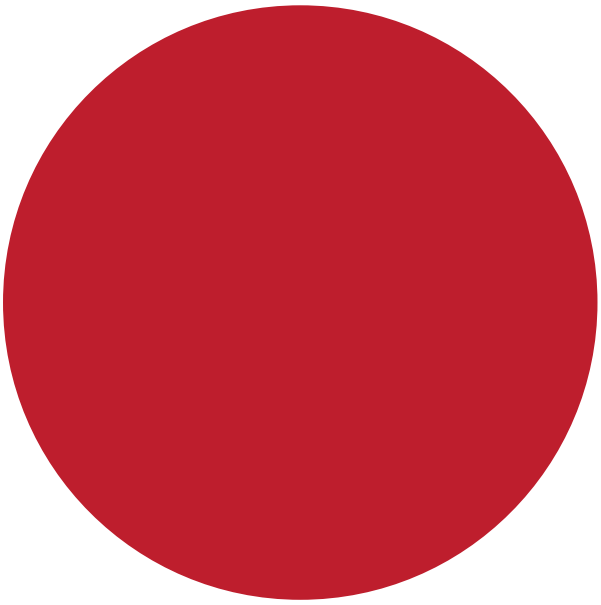


A tuttocuore per lo sport 2019

Proventi raccolta fondi

Atuttocuore per lo sport 2019

€ 10.938,90

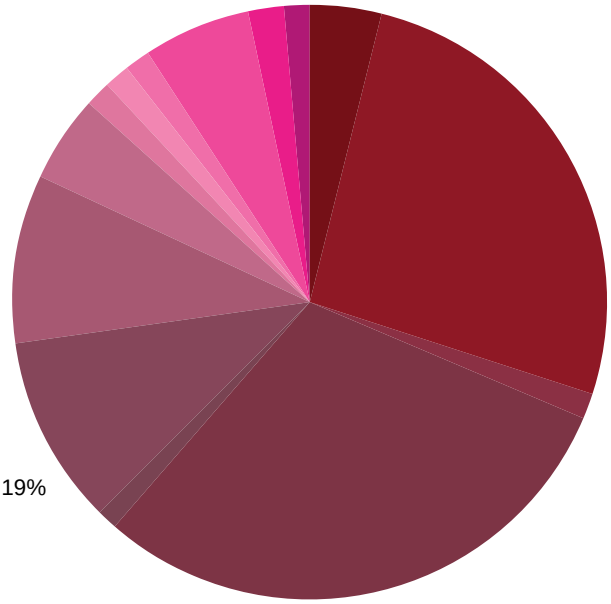


Donazioni Atuttocuore per lo sport - 100%

Oneri raccolta fondi

Atuttocuore per lo sport 2019

€ 4.201,89



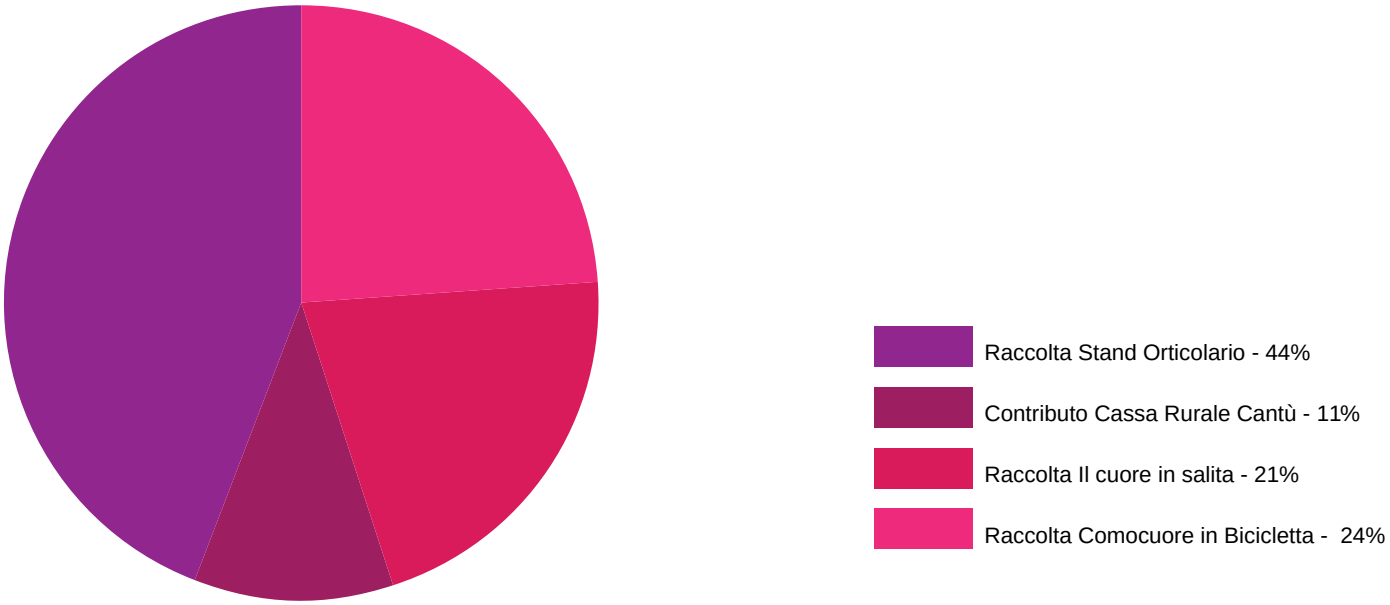
- Materiale di Consumo (pocket Mask) - 1,48%
- Materiale di Consumo (pocket Mask) - 2,08%
- Corso Blsd Casa di Cura Le Betulle (Umberto Piccolo) - 6,43%
- Corso Blsd del 28 febbraio 2019 (Umberto Piccolo) - 1,48%
- Corso Blsd (Umberto Piccolo) - 1,48%
- Corso Blsd del 29 novembre 2019 (Cristian Colombo) - 1,48%
- Corso di Formazione Casa di Cura Le Betulle (Pierpaolo Toppi) - 5,19%
- Supporto tecnico corsi dlsd da novembre a luglio 2019 - 10,16
- Corsi Blsd del 29 novembre (Roberta Andrian) - 1,48%
- Corsi Blsd del 31 gennaio 2019 (Fabrizio Aceti) - 1,48%
- Corsi Blsd da novembre a luglio 2019 (Pierpaolo Toppi) - 32,82%
- Cancelleria - Cartellette - 1,65%
- Formazione Blsd (ma.Co.Learn - Mantova) - 28,46%
- Materiale di Consumo - simulatore per apprendimento manovra di Heimlich - 4,35%

Manifestazioni Giornata Mondiale del Cuore 2019

Proventi raccolta fondi

manifestazioni Giornata Mondiale del Cuore 2019

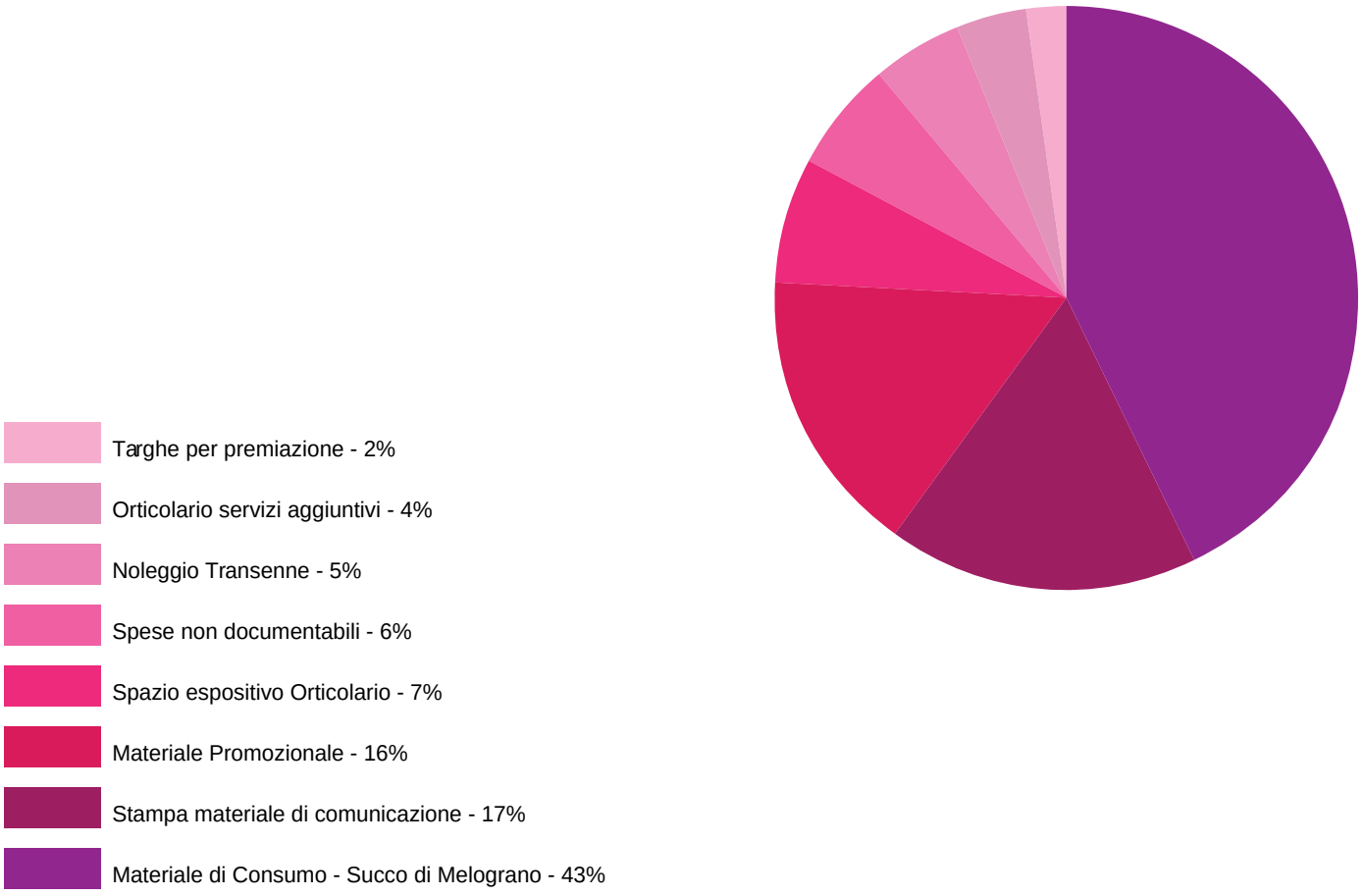
€ 4.695,00



Oneri raccolta fondi

manifestazioni Giornata Mondiale del Cuore 2019

€ 2.690,86

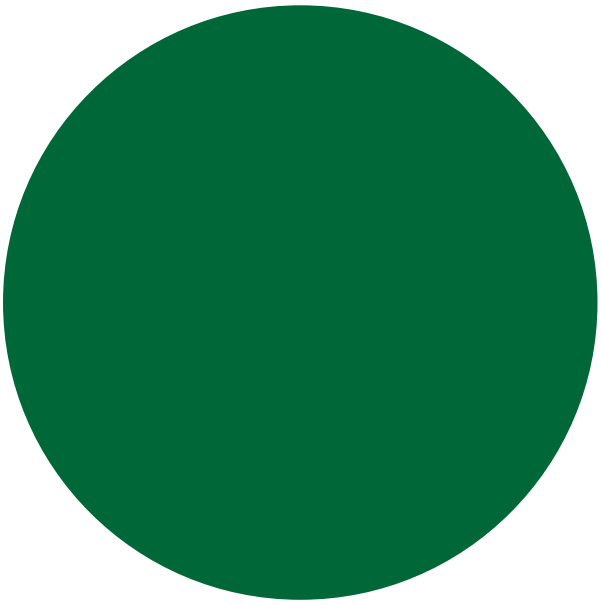


Campagna Noci 2019

Proventi raccolta fondi

Campagna Noci

€ 7.375,00

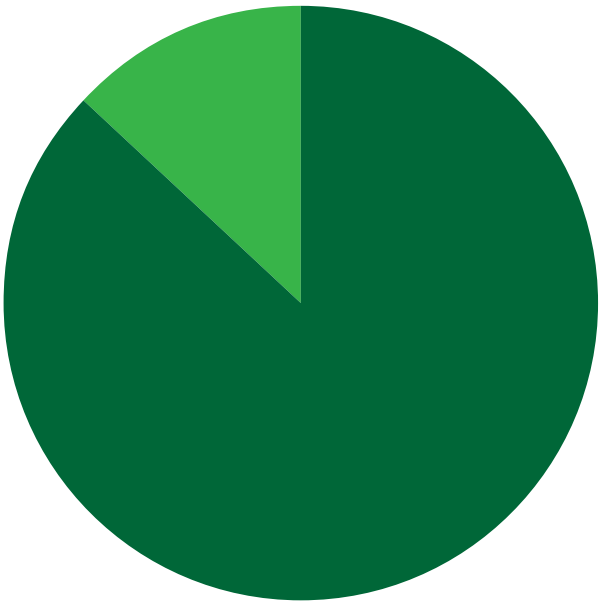


Donozazioni banchetti Comocuore e Aziende - 100%

Oneri raccolta fondi

Campagna Noci

€ 4.003,00



Consegna Noci Aziende - 13%

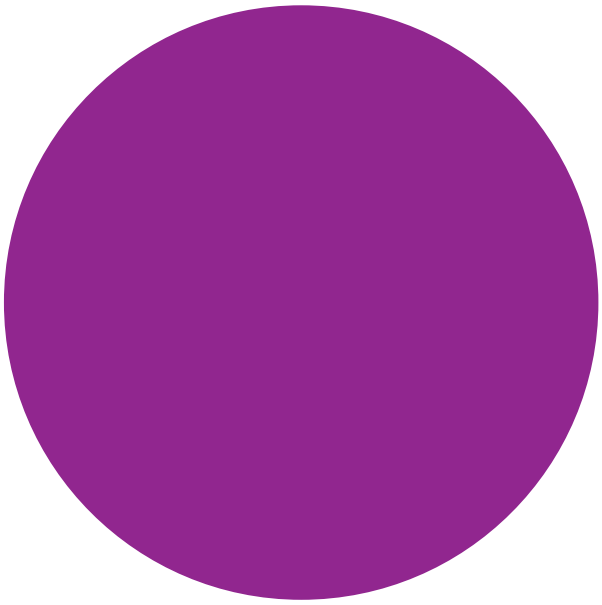
Materiale di Consumo (Sacchetti Noci) - 87%

Salva un cuore 2019

Proventi raccolta fondi

Salva un Cuore

€ 7.375,00

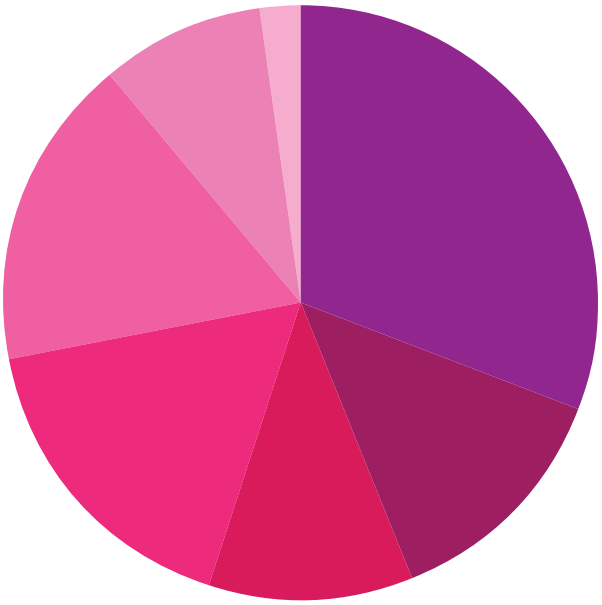


Donazioni Aziende - 100%

Oneri raccolta fondi

Salva un Cuore

€ 1.948,99



Spese di Cancelleria - 2%

Lunch bag istruttori - 9%

Lunch bag studenti - 17%

Materiale promozionale - 17%

Forniture audio/video - 11%

Servizio fotografico - 13%

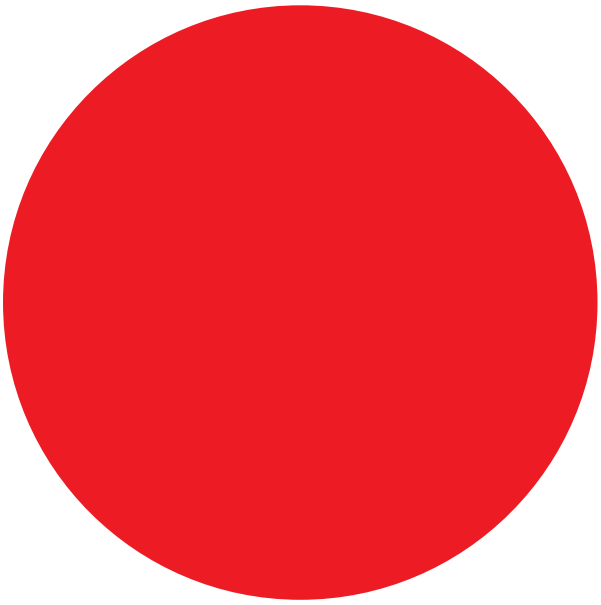
Affitto Sala Bianca - 31%

Friends for Elena 2019

Proventi raccolta fondi

Friends for Elena

€ 4.825,00

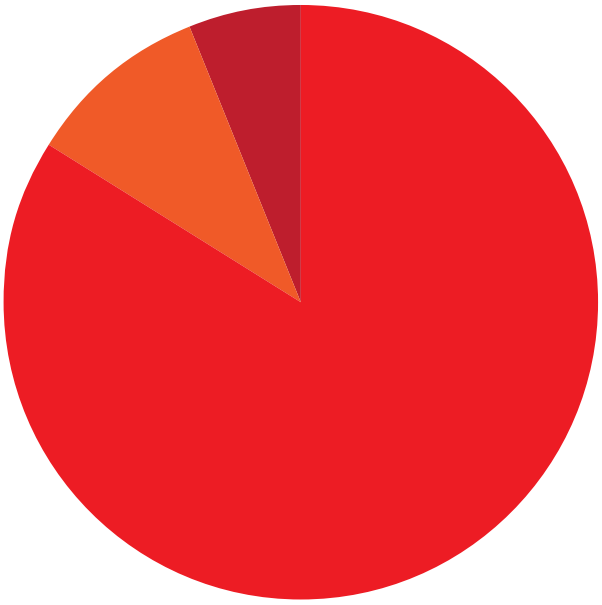


Donazioni - 100%

Oneri raccolta fondi

Friends for Elena

€ 1.040,05



Materiale Promozionale (Acquisto Sacchetti) - 6%

Progetto grafico - 10%

Affitto spazio espositivo - 84%

3.3.3 COMUNICHIAMO

Le nostre campagne di comunicazione sono veicolate principalmente sulla carta stampata, grazie all'aiuto dei nostri sostenitori

Comocuore Informa

Notiziario cartaceo che viene inviato ai nostri soci per aggiornarli sulle nostre attività. e distribuito in occasione dei nostri banchetti ed eventi.

Inserto quotidiano "La Provincia"

La Provincia dedica alla nostra associazione un inserto speciale pubblicato periodicamente, che consente di raggiungere un pubblico più vasto rispetto al nostro house organ, permettendoci di divulgare il nostro operato anche a coloro che non fanno parte della nostra Associazione.

Sito internet: www.comocuore.org

Il sito consente di raggiungere nuovi potenziali sostenitori ed è un importante e fondamentale veicolo scientifico.

Campagne stampe

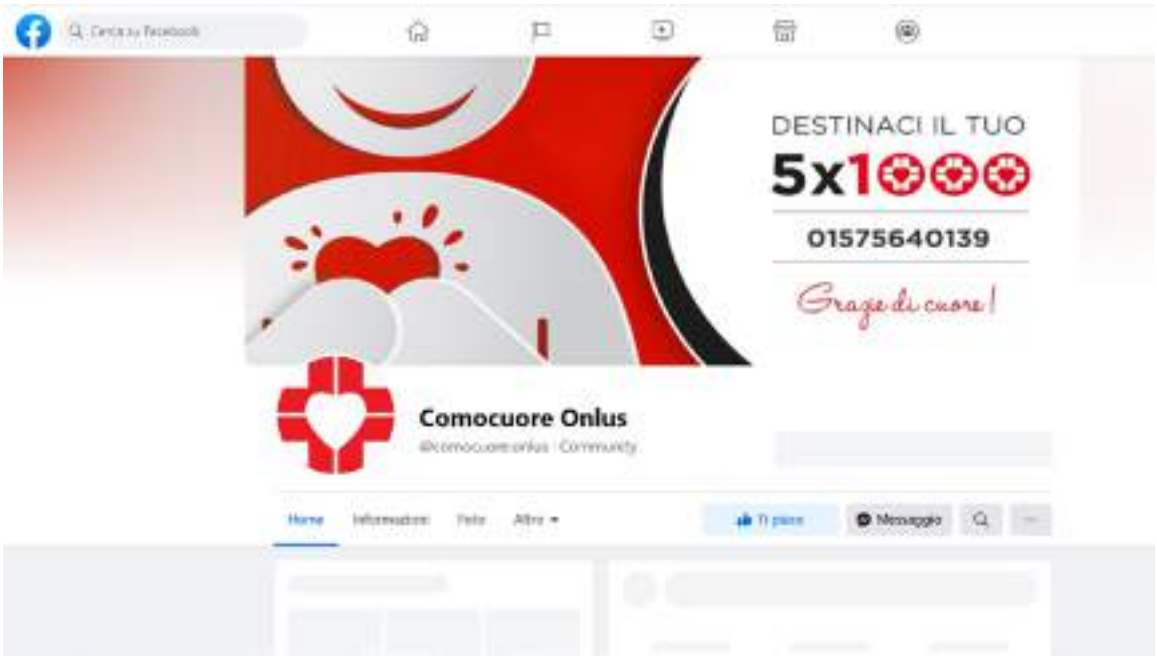
Il Giornale di Como, Il Giorno, Settimanale della Diocesi,La Provincia.

Facebook e Twitter e Instagram

Per restare al passo coi tempi e permettere una maggiore visibilità del nostro operato, abbiamo aperto un profilo sui social network Facebook e Twitter, per poter aumentare la nostra popolarità, cercando di raggiungere anche il pubblico più giovane che spesso utilizza questi mezzi per comunicare.

Newsletter

Un altro veicolo che viene utilizzato per promuovere la nostra attività è la newsletter, inviata agli oltre 4000 soci.



3.4 LA DEFINIZIONE DEGLI STAKEHOLDERS E DEI PARTNERS

Gli interlocutori fondamentali (stakeholders), verso i quali il Bilancio Sociale vuole rendere conto degli obiettivi e delle azioni compiute, in coerenza con la missione dell'Associazione, vengono distinti tra interni ed esterni e viene loro attribuito un valore sulla scala di valutazione da 1 a 10 (dove 1 indica la maggior vicinanza alla vita organizzativa dell'ente e 10 la maggior lontananza) al fine di misurare la loro collaborazione con l'organizzazione.





3.5 ANALISI DELLA STRUTTURA DI GOVERNO DELL'ORGANIZZAZIONE

Nella presente sezione, attraverso analisi documentale, vengono esaminati ed elencati ruoli e processi di decisione dell'Associazione, così come esposti nell'art. 6 dello statuto vigente:

Organi

Sono organi dell'Associazione:

- l'Assemblea dei soci;
- il Consiglio Direttivo;
- il Presidente del Consiglio Direttivo;
- il Vice Presidente del Consiglio Direttivo
- Il Presidente Onorario;
- il Vice Presidente Onorario;
- il Segretario/Tesoriere;
- Il Collegio dei Revisori dei Conti, qualora nominato secondo quanto di seguito stabilito dall'articolo quattordicesimo del presente Statuto.

Art. 7 - Assemblea

L'Assemblea è costituita da tutti i soci.

a) Essa si riunisce in via ordinaria, anche in luogo diverso dalla sede dell'Associazione, purchè in Italia, una volta all'anno e, in via straordinaria, ogni qualvolta l'organo di direzione o il presidente lo ritenga necessario.

b) Le riunioni sono convocate dal Presidente, con predisposizione dell'ordine del giorno indicante gli argomenti da trattare, almeno 10 giorni prima della data fissata, con comunicazione scritta (a mezzo di lettera, espresso, raccomandata, telegramma, fax o posta elettronica) inviata a tutti i soci o in alternativa con pubblicazione sul giornale "La Provincia" e, se nominati, ai membri effettivi del Collegio dei Revisori dei Conti ed indicare altresì il luogo la data e l'ora di seconda convocazione. L'Assemblea si reputerà altresì validamente convocata qualora ad essa, anche in mancanza di formale convocazione, ed ovunque tenuta, partecipino tutti i soci, i membri di direzione e, se nominati, i componenti effettivi del Collegio dei Revisori dei Conti.

c) L'Assemblea è convocata dal Presidente ogni qualvolta questi lo ritenga opportuno oppure ne sia fatta richiesta da almeno un decimo degli aderenti o da almeno un terzo dei Consiglieri.

d) In prima convocazione l'Assemblea è regolarmente costituita con la presenza di almeno la metà dei Soci, presenti in proprio o per delega, da conferirsi per iscritto solo al altro socio. In seconda convocazione è regolarmente costituita qualunque sia il numero dei soci presenti, in proprio o per

delega. Le deleghe non possono riguardare che una sola adunanza assembleare e sono valide anche per le eventuali successive convocazioni e proseguimenti della stessa adunanza qualora le prime convocazioni fossero andate deserte o l'assemblea fosse stata temporaneamente sospesa.
e) L'Assemblea è presieduta dal Presidente del Consiglio Direttivo o, in sua assenza o impedimento, dal Vice Presidente se nominato; in mancanza su designazione dei presenti, da altro membro del Consiglio Direttivo oppure da qualsiasi altro aderente all'Associazione.
f) Ciascun socio non può essere portatore di più di cinque deleghe.
g) Le deliberazioni dell'Assemblea sono adottate a maggioranza semplice dei presenti salvo quanto disposto dal successivo articolo quindici.
h) L'Assemblea ha i seguenti compiti:
- eleggere i membri del Consiglio Direttivo;
- eleggere i componenti del Collegio dei Revisori dei conti; nel caso la sua istituzione fosse divenuta obbligatoria per inderogabile disposizione di legge;
- approvare il programma di attività proposto dal Consiglio Direttivo;
- approvare il rendiconto consuntivo annuale;
- approvare i Regolamenti;
- stabilire l'ammontare delle quote associative qual'ora non vi abbia provveduto il Consiglio Direttivo.

Art. 8 – Il Consiglio Direttivo

L'Associazione è amministrata da un Consiglio Direttivo composto, a scelta dell'Assemblea, da un minimo di cinque membri ad un massimo di quindici membri, compresi il presidente ed il vice presidente. Il Consiglio Direttivo nella sua prima seduta li eleggerà a maggioranza assoluta.
Il Consiglio, sempre a maggioranza assoluta, potrà altresì nominare il Direttore Scientifico, il Presidente e il Vice Presidente Onorario che non faranno parte del Consiglio Direttivo.
I Consiglieri devono essere membri dell'Associazione, durano in carica per tre anni e sono rieleggibili.
Qualora per qualsiasi motivo venga meno la maggioranza dei consiglieri, l'intero Consiglio Direttivo si intende decaduto e occorre far luogo alla sua rielezione.
In caso di cessazione per qualsiasi motivo di un membro del Consiglio Direttivo, il Consiglio stesso fa luogo alla sua cooptazione. Il Consigliere cooptato dura in carica fino alla prossima assemblea.
La carica di consigliere non prevede alcun compenso, salvo il rimborso delle spese documentate so-stenute per giustificate ragioni dell'Ufficio ricoperto.

Al Consiglio Direttivo sono attribuite le seguenti mansioni:

- la gestione dell'Associazione in ogni suo aspetto secondo gli eventuali indirizzi delineati dall'Assemblea e, in particolare, il compimento di atti di amministrazione ordinaria e straordinaria, in relazione agli indirizzi ricevuti dall'Assemblea;
- la nomina del segretario, che potrà anche non essere un Consigliere;
- l'ammissione nell'Associazione dei nuovi soci;
- stabilire l'ammontare delle quote associative;
- la predisposizione annuale del rendiconto consuntivo.

Il Consiglio Direttivo può attribuire ad uno o più dei suoi membri, oppure a mezzo del presidente anche ad estranei, il potere di compiere determinati atti o categorie di atti in nome e per conto dell'Associazione.

Il Consiglio Direttivo è convocato dal Presidente ogni qualvolta questi lo ritenga opportuno, ne sia fatta richiesta da almeno tre Consiglieri o dal Collegio dei Revisori dei Conti se nominato.

La convocazione è fatta mediante lettera raccomandata, fax o e-mail, contenente l'indicazione del luogo, del giorno e dell'ora a tutti i Componenti del Consiglio Direttivo e ai revisori dei Conti, se nominati, almeno cinque giorni prima dell'adunanza.

Il Consiglio Direttivo è validamente costituito qualora sia presente almeno la metà dei suoi membri.

Il Consiglio Direttivo è comunque validamente costituito ed è atto a deliberare, anche in assenza delle suddette formalità, qualora siano presenti tutti i suoi membri e tutti i membri del Collegio dei Revisori dei conti.

Il Consiglio Direttivo è presieduto dal presidente, in caso di sua assenza/impedimento, dal Vice Presidente o in mancanza da altro membro del Consiglio Direttivo.

Le deliberazioni del Consiglio sono prese con il voto favorevole della maggioranza dei presenti; in caso di parità prevale il voto di chi presiede.

Art. 9 - Il Presidente

Al presidente dell'Associazione spetta la rappresentanza dell'Associazione stessa di fronte ai terzi anche in giudizio. Il presidente, su deliberazione del Consiglio Direttivo, può attribuire la rappresentanza dell'Associazione ad altro membro del Consiglio Direttivo stesso.

Il Presidente convoca e presiede l'Assemblea e il Consiglio Direttivo, cura l'esecuzione delle relative delibere, sorveglia il buon andamento dell'Associazione, verifica l'osservanza dello Statuto e dei Regolamenti, ne promuove la riforma ove se ne presenti la necessità.

Il Presidente, di concerto con il Tesoriere, cura la predisposizione del rendiconto consuntivo da

sottoporre per l'approvazione al Consiglio Direttivo e all'assemblea, corredandoli con opportune relazioni.

Art. 10 - Il Vicepresidente

Il Vicepresidente sostituisce il Presidente in ogni sua attribuzione ogni qualvolta sia impedito all'esercizio delle proprie funzioni.

Art. 11 - Il Presidente ed il Vicepresidente onorario

Il Presidente ed il Vicepresidente onorario sono nominati dal Consiglio Direttivo e vengono scelti in relazione a particolari meriti nell'ambito culturale e scientifico; essi hanno una funzione consultiva facoltativa.

Art. 12 - Il Direttore Scientifico

Il Consiglio Direttivo può nominare un Direttore Scientifico con funzione consultiva facoltativa.

Art. 13 – Il Segretario/tesoriere

Il Segretario/tesoriere svolge le funzioni di verbalizzazione delle adunanze dell'Assemblea, del Consiglio Direttivo e coadiuva il Presidente nell'esplicazione delle attività esecutive che si rendono necessarie od opportune per il funzionamento dell'amministrazione dell'Associazione.

Il segretario/tesoriere cura la tenuta del Libro dei verbali delle Assemblee, del Consiglio direttivo, nonché il libro dei soci; cura inoltre la gestione delle somme di pertinenza dell'Associazione da lui riscosse o affidategli e provvede alla tenuta del libro cassa e degli altri documenti contabili inerenti.

Art. 14 - Il Collegio dei Revisori dei Conti

Nei casi previsti dalla legge la gestione dell'Associazione è controllata dal collegio dei Revisori dei Conti o da un Revisore, che dovrà essere iscritto al Registro dei revisori Contabili.

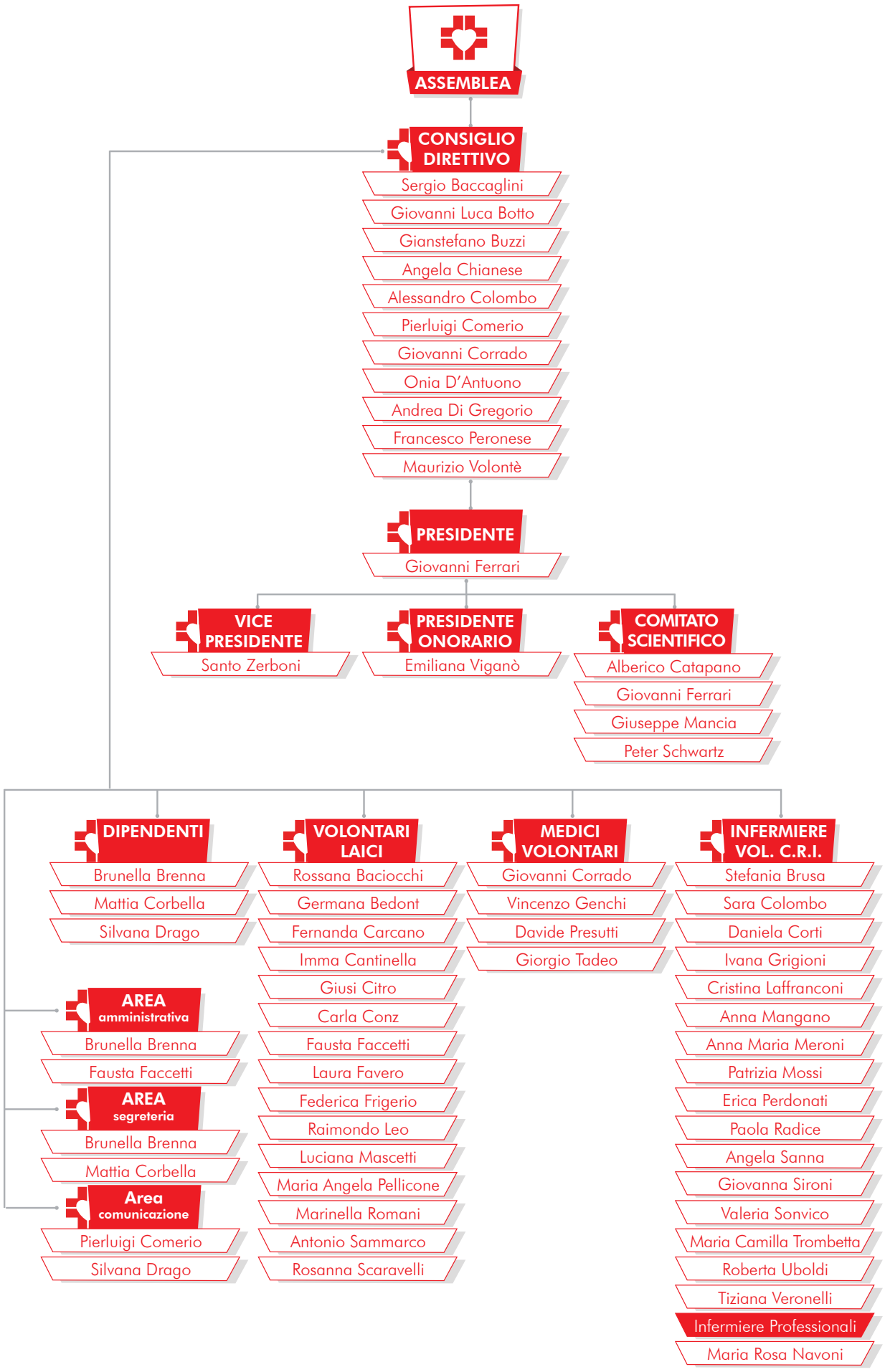
Il Collegio dei Revisori dei conti si compone di tre membri effettivi e di due supplenti (questi ultimi subentrano in ogni caso di cessazione di un membro effettivo); durano in carica 3 anni e sono rieleggibili.

L'incarico di Revisore dei Conti è incompatibile con la carica di Consigliere.

Il Presidente dovrà essere iscritto nel Registro dei Revisori Contabili.

I revisori dei Conti curano la tenuta del Libro delle Adunanze dei revisori dei Conti, partecipano di diritto alle assemblee e senza diritto di voto, a quelle del Consiglio Direttivo, verificano la regolare tenuta della contabilità dell'Associazione e dei relativi libri dando pareri sui rendiconti.

ORGANIGRAMMA COMOCUORE ONLUS



4. BILANCIO D'ESERCIZIO E ANALISI DEL VALORE AGGIUNTO

La presente parte è composta dal rendiconto d'esercizio, riportato in forma sintetica, e l'analisi quantitativa della produzione e distribuzione del valore aggiunto, con il calcolo dei costi e ricavi figurativi.
Il bilancio risulta correttamente redatto e approvato, con assemblea del 15 ottobre 2020, i documenti risultano depositati presso la sede dell'Associazione e pubblicati sul sito, disponibili per la libera consultazione.
Pertanto in fase di redazione del bilancio sociale risulta necessaria solo la riepilogazione generale dei principali dati contabili.

ASS.G. BERETTA PER LA LOTTA CONTRO L'INFARTO-COMOCUORE-ONLUS

Sede in COMO VIA ROVELLI 8
Codice fiscale 01575640139 - Partita IVA 01575640139
R.E.A. di Como n. 274321
BILANCIO AL 31/12/2015

ASS.G. BERETTA PER LA LOTTA CONTRO L'INFARTO-COMOCUORE-ONLUS

Sede in COMO VIA ROVELLI 8
Registro Imprese di Como n. 01575640139 - Codice fiscale 01575640139
R.E.A. di Como n. 274321 - Partita IVA 01575640139

BILANCIO AL 31/12/2019		
STATO PATRIMONIALE		
ATTIVO	**Anno 2018**	**Anno 2019**
A) Quote associative ancora da versare		
B) Immobilizzazioni		
I - Immobilizzazioni immateriali:		
1) costi di ricerca, sviluppo e di pubblicità		
2) diritti di brevetto industriale e diritti		
di utilizzazione delle opere dell'ingegno		
3) spese manutenzioni da ammortizzare		
4) oneri pluriennali		
5) Altre		
Totale immobilizzazioni immateriali	-	-
II - Immobilizzazioni materiali:		
1) terreni e fabbricati		
2) impianti e attrezzature		
3) altri beni	7.383,00	4.071,14
4) Immobilizzazioni in corso e acconti		
Totale immobilizzazioni materiali	7.383,00	4.071,14
III - Immobilizzazioni finanziarie		
1) partecipazioni	76.792,63	76.792,63
2) crediti	23,26	23,26
di cui esigibili entro l'esercizio successivo		
3) altri titoli		
Totale immobilizzazioni finanziarie	76.815,89	76.815,89
Totale immobilizzazioni (B)	***84.198,89***	***80.887,03***

C) Attivo circolante		
I - Rimanenze:		
1) materie prime, sussidiarie, e di consumo		
2) prodotti in corso di lavorazione e semilavorati		
3) lavori in corso su ordinazione		
4) prodotti finiti e merci	252.141,03	242.141,03
5) acconti		
Totale rimanenze	252.141,03	242.141,03
II - Crediti:		
1) verso clienti		
di cui esigibili oltre l'esercizio successivo		
2) verso altri	3.745,00	7.450,64
Totale crediti	3.744,60	7.450,64
III – Attività finanziarie non immobilizzate		
1) partecipazioni		
2) altri titoli		
Totale attività finanziarie non immobilizzate		
IV – Disponibilità liquide		
1) depositi bancari e postali	8.609,00	44.436,60
2) assegni		
3) denaro e valori in cassa	41.484,60	45.540,56
Totale disponibilità liquide	50.093,60	89.977,16
Totale attivo circolante(C)	***305.979,23***	***339.568,83***
D) Ratei e risconti	***153.378,14***	
Totale attivo	***543.556,26***	***420.455,86***
PASSIVO		
A) Patrimonio netto		
I - Fondo di dotazione dell'ente	52.000,00	52.000,00

II Patrimonio vincolato		
1) riserve statutarie		
2) fondi vincolati per decisione degli organi istituzionali		
3) fondi vincolati destinati da terzi		
III - Patrimonio libero		
1) risultato gestionale esercizio in corso	- 34.500,00	- 60.037,43
2) riserve accantonate negli esercizi precedenti	280.169,21	245.667,63
Totale patrimonio netto (A)	***297.669,21***	***237.630,20***
B) Fondi per rischi ed oneri		
1) per trattamento di quiescenza e obblighi simili		
2) altri		
Totale fondi per rischi ed oneri (B)		
C) Trattamento di fine rapporto lavoro subordinato	***38.239,76***	***33.895,97***
D) Debiti		
1) debiti verso banche	56.111,89	23.788,73
di cui esigibili oltre l'esercizio successivo		
2) debiti verso altri finanziatori		
di cui esigibili oltre l'esercizio successivo		
3) acconti		
di cui esigibili oltre l'esercizio successivo		
4) debiti verso fornitori	128.496,45	51.458,42
di cui esigibili oltre l'esercizio successivo		
5) debiti tributari		
di cui esigibili oltre l'esercizio successivo		
6) debiti verso istituti di previdenza e di sicurezza sociale	1.858,31	2.158,36
di cui esigibili oltre l'esercizio successivo		
7) altri debiti	2.827,17	4.861,91
di cui esigibili oltre l'esercizio successivo		
Totale debiti (D)	***189.293,82***	***82.267,42***
E) Ratei e risconti	***18.353,47***	***66.662,27***
Totale passivo	***543.556,26***	***420.455,86***

CONTI D'ORDINE		
1. relativi agli impegni		
2. relativi a garanzie e altri rischi in corso		
3. relativi ai beni di terzi presso l'ente		
4. relativi a beni propri presso terzi		
Totale conti d'ordine		

RENDICONTO GESTIONALE

ONERI	**Anno 2018**	**Anno 2019**
1) Oneri da attività tipiche	**152.675,26**	**87.051,10**
1.1) Acquisti	99.707,24	37.633,77
1.2) Servizi	11.336,42	12.326,86
1.3) Godimento beni di terzi		
1.4) Personale	38.744,60	33.187,47
1.5) Ammortamenti		
1.6) Oneri diversi di gestione	2.887,00	3.903,00
1.7) Variazione delle rimanenze		
2) Oneri promozionali e di raccolta fondi	**86.356,41**	**58.984,00**
2.1) Raccolta "Salva un Cuore"		1.948,99
2.2) Raccolta "Al Cuor non si comanda"	2.589,84	
2.3) Raccolta "Missione Cuore"	78.130,06	45.099,31
2.4) Raccolta "Campagna Noci"		4.003,00
2.5) Raccolta "A tutto Cuore per lo Sport"	3.178,68	4.201,79
2.6) Raccolta "Corollario concerto di cori in teatro sociale"		
2.7) Raccolta "Friends for Elena"		1.040,05
2.8) Raccolta "Manifestazione giornata mondiale del cuore"	2.457,83	2.690,86
2.9) Attività ordinaria di promozione		
2.10) Variazione delle rimanenze merci per raccolta fondi		
3) Oneri da attività accessorie	**-**	**-**
3.1) Acquisti		
3.2) Servizi		
3.3) Godimento beni di terzi		
3.4) Personale		

3.5) Ammortamenti		
3.6) Oneri diversi di gestione		
4) Oneri finanziari e patrimoniali	**-**	**46.537,88**
4.1) Su rapporti bancari		
4.2) Su prestiti		
4.3) Da patrimonio edilizio		
4.4) Da altri beni patrimoniali		
4.5) Oneri straordinari		46.537,88
5) Oneri di supporto generale	**122.693,79**	**98.956,42**
5.1) Acquisti		
5.2) Servizi	46.837,14	39.894,55
5.3) Godimento beni di terzi	22.214,37	20.883,14
5.4) Personale	38.744,59	33.187,48
5.5) Ammortamenti	7.785,81	3.311,85
5.6) Altri oneri	7.111,88	1.679,40
6) Variazione Rimanenze	**- 18.764,37**	**10.000,00**
6.1) variazione rimanenze	- 18.764,37	10.000,00
Totale oneri	**342.961,09**	**301.529,40**
PROVENTI E RICAVI	**Anno 2018**	**Anno 2019**
1) Proventi e ricavi da attività tipiche	**16.460,00**	**108.453,45**
1.1) Da contributi su progetti		95.513,45
1.2) Da contratti con enti pubblici		
1.3) Da soci ed associati		
1.4) Da non soci		
1.5) Altri proventi e ricavi		
1.6) Quote associative	16.460,00	12.940,00
2) Proventi da raccolta fondi	**283.741,38**	**132.984,62**
2.1) Raccolta "Al Cuor non si comanda"	10.600,00	
2.2) Raccolta "Salva un Cuore"		7.375,00
2.3) Raccolta "Missione Cuore"	150.000,00	35.913,00

2.4) Raccolta "Campagna Noci"		7.375,00
2.6) Raccolta "a tutto Cuore per il Sport"	16.815,00	10.938,90
2.7) Raccolta "Missione Cuore" rimanenze noci in giacenza		
2.8) Raccolta "Friends for Elena"		4.825,00
2.9) Raccolta fondi generale	85.627,92	48.499,43
2.10) Contributo 5 per mille	14.773,46	13.363,29
2.11) Raccolta "Manifestazione giornata mondiale del cuore"	5.925,00	4.695,00
3) Proventi e ricavi da attività accessorie	**-**	**-**
3.1) Da Attività connesse e/o gestioni commerciali accessorie		
3.2) Da contratti con enti pubblici		
3.3) Da soci ed associati		
3.4) Da non soci		
3.5) Altri proventi e ricavi		
4) Proventi finanziari e patrimoniali	**8.259,71**	**53,90**
4.1) Da rapporti bancari	38,50	53,90
4.2) Da altri investimenti finanziari		
4.3) Da patrimonio edilizio		
4.4) Da altri beni patrimoniali		
4.5) Proventi Straordinari	8.221,21	
Totale proventi e ricavi	**308.461,09**	**241.491,97**
Risultato gestionale	**- 34.500,00**	**- 60.037,43**

BILANCIO DI ESERCIZIO

31/12/2019

Informazioni generali sull'Associazione

Denominazione:	ASS.G. BERETTA PER LA LOTTA CONTRO L'INFARTO-COMOCUORE-ONLUS
Sede:	VIA ROVELLI 8 22100 COMO CO
Codice CCIAA:	Como
Partita IVA:	01575640139
Codice fiscale:	01575640139
Numero REA:	274321
Forma giuridica:	ASSOCIAZIONE IMPRESA
Settore di attività prevalente (ATECO):	889900 Altre attività di assistenza sociale non residenziale nca

Stato patrimoniale

	31-12-2019	31-12-2018
Stato patrimoniale		
Attivo		
B) Immobilizzazioni		
I - Immobilizzazioni immateriali	0	0
II - Immobilizzazioni materiali	4.071	7.383
III - Immobilizzazioni finanziarie	76.816	76.816
Totale immobilizzazioni (B)	80.887	84.199
C) Attivo circolante		
I - Rimanenze	242.141	252.141
II - Crediti		
esigibili entro l'esercizio successivo	1.821	(1.884)
esigibili oltre l'esercizio successivo	5.629	5.629
imposte anticipate	0	0
Totale crediti	7.450	3.745
IV - Disponibilità liquide	89.978	50.093
Totale attivo circolante (C)	339.569	305.979
D) Ratei e risconti	0	153.378
Totale attivo	420.456	543.556

Passivo		
A) Patrimonio netto		
I - Capitale	52.000	52.000
II - Riserva da soprapprezzo delle azioni	0	0
III - Riserve di rivalutazione	0	0
IV - Riserva legale	0	0
V - Riserve statutarie	0	0
VI - Altre riserve	245.667	280.169
VII - Riserva per operazioni di copertura dei flussi finanziari attesi	0	0
VIII - Utili (perdite) portati a nuovo	0	0
IX - Utile (perdita) dell'esercizio	(60.037)	(34.500)
Perdita ripianata nell'esercizio	0	0
X - Riserva negativa per azioni proprie in portafoglio	0	0
Totale patrimonio netto	237.630	297.669
C) Trattamento di fine rapporto di lavoro subordinato	33.896	38.240
D) Debiti		
esigibili entro l'esercizio successivo	82.267	189.294
Totale debiti	82.267	189.294
E) Ratei e risconti	66.663	18.353
Totale passivo	420.456	543.556

Conto economico

	31-12-2019	31-12-2018
Conto economico		
A) Valore della produzione		
1) ricavi delle vendite e delle prestazioni	119.590	268.968
5) altri ricavi e proventi		
contributi in conto esercizio	95.513	0
altri	26.337	39.456
Totale altri ricavi e proventi	121.850	39.456
Totale valore della produzione	241.440	308.424
B) Costi della produzione		
6) per materie prime, sussidiarie, di consumo e di merci	77.689	175.860
7) per servizi	56.151	58.174
8) per godimento di beni di terzi	20.883	22.418
9) per il personale		
a) salari e stipendi	59.244	63.769

b) oneri sociali	17.113	18.438
c), d), e) trattamento di fine rapporto, trattamento di quiescenza, altri costi del personale	5.018	5.283
c) trattamento di fine rapporto	5.018	5.283
Totale costi per il personale	81.375	87.490
10) ammortamenti e svalutazioni		
a), b), c) ammortamento delle immobilizzazioni immateriali e materiali, altre svalutazioni delle immobilizzazioni	3.312	7.786
b) ammortamento delle immobilizzazioni materiali	3.312	7.786
Totale ammortamenti e svalutazioni	3.312	7.786
11) variazioni delle rimanenze di materie prime, sussidiarie, di consumo e merci	10.000	(18.764)
14) oneri diversi di gestione	51.425	9.804
Totale costi della produzione	300.835	342.768
Differenza tra valore e costi della produzione (A - B)	(59.395)	(34.344)
C) Proventi e oneri finanziari		
16) altri proventi finanziari		
d) proventi diversi dai precedenti		
altri	54	39
Totale proventi diversi dai precedenti	54	39
Totale altri proventi finanziari	54	39
17) interessi e altri oneri finanziari		
altri	696	195
Totale interessi e altri oneri finanziari	696	195
Totale proventi e oneri finanziari (15 + 16 - 17 + - 17-bis)	(642)	(156)
Risultato prima delle imposte (A - B + - C + - D)	(60.037)	(34.500)
21) Utile (perdita) dell'esercizio	(60.037)	(34.500)

Nota integrativa, parte iniziale

Principi di redazione

Struttura e contenuto del Bilancio di esercizio

Il Bilancio dell'esercizio chiuso al 31/12/2019, composto da Stato Patrimoniale, Conto Economico e Nota integrativa, corrisponde alle risultanze delle scritture contabili regolarmente tenute ed è stato redatto in ossequio alle disposizioni previste agli artt. 2423 e 2423-bis del Codice Civile, nonché ai principi contabili ed alle raccomandazioni contabili elaborati dall'Organismo Italiano di Contabilità (O.I.C.).

Il Bilancio è stato redatto pertanto nel rispetto dei principi di chiarezza, veridicità e correttezza e del principio generale della rilevanza. Un dato o informazione è considerato rilevante quando la sua omissione o errata indicazione potrebbe influenzare le decisioni prese dai destinatari dell'informazione di bilancio.

La sua struttura è conforme a quella delineata dal Codice Civile agli artt. 2424 e 2425, in base alle premesse poste dall'art. 2423-ter, mentre la Nota integrativa, che costituisce parte integrante del Bilancio di esercizio, è conforme al contenuto previsto dagli artt. 2427, 2427-bis, 2435-bis e a tutte le altre disposizioni che fanno riferimento ad essa.

L'intero documento, nelle parti di cui si compone, è stato redatto in modo da dare una rappresentazione veritiera e corretta della situazione patrimoniale e finanziaria della Società, nonché del risultato economico dell'esercizio, fornendo, ove necessario, informazioni aggiuntive complementari a tale scopo.

Ai sensi dell'art. 2423-ter per ogni voce viene indicato l'importo dell'esercizio precedente.

Ricorrendo i presupposti di cui all'art. 2435-bis, c.1, del Codice Civile, il Bilancio del presente esercizio è stato redatto in forma abbreviata in conformità alle disposizioni dettate dal predetto articolo.

Inoltre la presente Nota integrativa riporta le informazioni richieste dai numeri 3) e 4) dell'art. 2428 c.c. e pertanto non si è provveduto a redigere la Relazione sulla gestione, come previsto dall'art. 2435-bis del Codice Civile.

Principi contabili

Conformemente al disposto dell'art. 2423-bis del Codice Civile, nella redazione del Bilancio sono stati osservati i seguenti principi:

- la valutazione delle singole voci è stata fatta ispirandosi a principi di prudenza e nella prospettiva della continuazione dell'attività, nonché tenendo conto della sostanza dell'operazione o del contratto;
- sono stati indicati esclusivamente gli utili effettivamente realizzati nell'esercizio;
- sono stati indicati i proventi e gli oneri di competenza dell'esercizio, indipendentemente dalla loro manifestazione numeraria;
- si è tenuto conto dei rischi e delle perdite di competenza dell'esercizio, anche se conosciuti dopo la sua chiusura;
- gli elementi eterogenei inclusi nelle varie voci di Bilancio sono stati valutati distintamente.

I criteri di valutazione previsti dall'art. 2426 del Codice Civile sono stati mantenuti inalterati rispetto a quelli adottati nell'esercizio precedente.

Il Bilancio di esercizio, come la presente Nota integrativa, sono stati redatti in unità di Euro.

Criteri di valutazione applicati

Nella redazione del presente Bilancio sono stati applicati i criteri di valutazione previsti dall'art. 2426 del Codice Civile.

Immobilizzazioni immateriali

Le immobilizzazioni immateriali sono state iscritte al costo di acquisizione o di produzione interna, comprensivo degli oneri accessori di diretta imputazione.

Non vi sono state variazioni delle aliquote di ammortamento rispetto al precedente esercizio.

Immobilizzazioni materiali

Le immobilizzazioni materiali sono state iscritte in Bilancio al costo di acquisto o di produzione interna. Tale costo è comprensivo degli oneri accessori, nonché dei costi di diretta imputazione.

Non vi sono state variazioni delle aliquote di ammortamento rispetto al precedente esercizio.

Immobilizzazioni finanziarie

Le immobilizzazioni finanziarie consistenti in partecipazioni in società controllate e collegate sono state valutate secondo il metodo del costo, comprensivo degli oneri accessori; il valore di iscrizione in bilancio è determinato sulla base del prezzo di acquisto o di sottoscrizione o del valore attribuito ai beni conferiti.

Il costo come sopra determinato viene ridotto in caso si accertino perdite durevoli di valore; qualora vengano meno i motivi della rettifica effettuata, il valore della partecipazione è ripristinato nel limite del costo di acquisizione.

Il valore così determinato non risulta superiore al valore che si sarebbe determinato applicando i criteri previsti dall'art. 2426, punto 4, del Codice Civile.

Rimanenze, titoli ed attività finanziarie non immobilizzate

Le rimanenze, i titoli e le attività finanziarie che non costituiscono immobilizzazioni sono state iscritte con il metodo del costo specifico.

Crediti

I crediti sono stati iscritti secondo il presumibile valore di realizzo, mediante lo stanziamento di un apposito fondo di svalutazione, al quale viene accantonato annualmente un importo corrispondente al rischio di inesigibilità dei crediti rappresentati in bilancio, in relazione alle condizioni economiche generali e del settore di appartenenza, nonché alla provenienza del debitore.

Disponibilità liquide

Nella voce trovano allocazione le disponibilità liquide di cass e le giacenze monetarie risultanti dai conti intrattenuti dalla società con enti creditizi, tutti espressi al loro valore nominale.

Ratei e risconti

I ratei e risconti sono stati determinati secondo il principio della competenza temporale.

TFR

Il fondo trattamento di fine rapporto corrisponde all'effettivo impegno della Società nei confronti di ciascun dipendente, determinato in conformità alla legislazione vigente ed in particolare a quanto disposto dall'art. 2120 c.c. e dai contratti collettivi di lavoro ed integrativi aziendali.

Tale passività è soggetta a rivalutazione a mezzo di indici.

Debiti

I debiti sono espressi al loro valore nominale e includono, ove applicabili, gli interessi maturati ed esigibili alla data di chiusura dell'esercizio.

Contabilizzazione dei ricavi e dei costi

I ricavi e i proventi sono iscritti al netto di resi, sconti ed abbuoni, nonché delle imposte

direttamente connesse con la vendita dei prodotti e la prestazione dei servizi.

In particolare:

- i ricavi per prestazioni di servizi sono riconosciuti sulla base dell'avvenuta prestazione e in accordo con i relativi contratti. I ricavi relativi ai lavori in corso su ordinazione sono riconosciuti in proporzione all'avanzamento dei lavori;
- i ricavi per vendita di beni sono rilevati al momento del trasferimento della proprietà, che normalmente coincide con la consegna o la spedizione del bene;
- i contributi in conto capitale vengono iscritti in Bilancio con i seguenti criteri:
- all'atto del ricevimento della formale delibera di erogazione.
- i costi sono contabilizzati con il principio della competenza;
- gli accantonamenti a fondi rischi e oneri sono iscritti per natura, ove possibile, nella classe pertinente del conto economico;
- i proventi e gli oneri di natura finanziaria vengono rilevati in base al principio della competenza temporale.

Altre informazioni

Riclassificazioni del bilancio e indici

Al fine di evidenziare in modo organico e strutturato le variazioni più significative delle voci di Bilancio si riportano i prospetti relativi alla situazione finanziaria ed economica della società e i principali indici di bilancio.

Posizione finanziaria

Descrizione	Esercizio precedente	Variazione	Esercizio corrente
a) Attività a breve			
Depositi bancari	8.608	35.829	44.437
Danaro ed altri valori in cassa	41.485	4.056	45.541
Azioni ed obbligazioni non immob.			
Crediti finanziari entro i 12 mesi			
Altre attività a breve			
DISPONIBILITA' LIQUIDE E TITOLI DELL'ATTIVO CIRCOLANTE	50.093	39.885	89.978
b) Passività a breve			
Obbligazioni e obbligazioni convertibili (entro 12 mesi)			
Debiti verso banche (entro 12 mesi)			
Debiti verso altri finanziatori (entro 12 mesi)			
Altre passività a breve			
DEBITI FINANZIARI A BREVE TERMINE			
POSIZIONE FINANZIARIA NETTA DI BREVE PERIODO	50.093	39.885	89.978
c) Attività di medio/lungo termine			
Crediti finanziari oltre i 12 mesi	23		23
Altri crediti non commerciali			
TOTALE ATTIVITA' DI MEDIO/LUNGO TERMINE	23		23
d) Passività di medio/lungo termine			
Obbligazioni e obbligazioni convert.(oltre 12 mesi)			
Debiti verso banche (oltre 12 mesi)			
Debiti verso altri finanz. (oltre 12 mesi)			
Altre passività a medio/lungo periodo			
TOTALE PASSIVITA' DI MEDIO/LUNGO TERMINE			
POSIZIONE FINANZIARIA NETTA DI MEDIO E LUNGO TERMINE	23		23
POSIZIONE FINANZIARIA NETTA	50.116	39.885	90.001

Conto economico riepilogativo

Descrizione	Esercizio precedente	% sui ricavi	Esercizio corrente	% sui ricavi
Ricavi della gestione caratteristica	268.968		119.590	
Variazioni rimanenze prodotti in lavorazione,				

semilavorati, finiti e incremento immobilizzazioni				
Acquisti e variazioni rimanenze materie prime, sussidiarie, di consumo e merci	157.096	58,41	87.689	73,32
Costi per servizi e godimento beni di terzi	80.592	29,96	77.034	64,42
VALORE AGGIUNTO	31.280	11,63	-45.133	-37,74
Ricavi della gestione accessoria	39.456	14,67	121.850	101,89
Costo del lavoro	87.490	32,53	81.375	68,04
Altri costi operativi	9.804	3,65	51.425	43,00
MARGINE OPERATIVO LORDO	-26.558	-9,87	-56.083	-46,90
Ammortamenti, svalutazioni ed altri accantonamenti	7.786	2,89	3.312	2,77
RISULTATO OPERATIVO	-34.344	-12,77	-59.395	-49,67
Proventi e oneri finanziari e rettif. di valore di attività finanziarie	-156	-0,06	-642	-0,54
RISULTATO PRIMA DELLE IMPOSTE	-34.500	-12,83	-60.037	-50,20
Imposte sul reddito				
Utile (perdita) dell'esercizio	-34.500	-12,83	-60.037	-50,20

Indici di struttura

Indici di struttura	Significato	Eserc. precedente	Eserc. corrente	Commento
Quoziente primario di struttura	L'indice misura la capacità della struttura finanziaria aziendale di coprire impieghi a lungo termine con mezzi propri.	3,54	2,94	
Patrimonio Netto				

Immobilizzazioni esercizio				
Quoziente secondario di struttura	L'indice misura la capacità della struttura finanziaria aziendale di coprire impieghi a lungo termine con fonti a lungo termine.	3,99	3,36	
Patrimonio Netto + Pass. consolidate				

Immobilizzazioni esercizio				

Indici patrimoniali e finanziari

Indici patrimoniali e finanziari	Significato	Eserc. precedente	Eserc. corrente	Commento
Leverage (dipendenza finanz.)	L'indice misura l'intensità del ricorso all'indebitamento per la copertura del capitale investito.	1,83	1,77	
Capitale investito				

Patrimonio Netto				
Elasticità degli impieghi	Permette di definire la composizione degli impieghi in %, che dipende sostanzialmente dal tipo di attività svolta dall'azienda e dal grado di flessibilità della struttura aziendale. Più la struttura degli impieghi	84,51	80,76	
Attivo circolante				

Capitale investito				

	è elastica, maggiore è la capacità di adattamento dell'azienda alle mutevoli condizioni di mercato.			
Quoziente di indebitamento complessivo	Esprime il grado di equilibrio delle fonti finanziarie. Un indice elevato può indicare un eccesso di indebitamento aziendale.	0,83	0,77	
Mezzi di terzi				

Patrimonio Netto				

Indici gestionali

Indici gestionali	Significato	Eserc. precedente	Eserc. corrente	Commento
Rendimento del personale	L'indice espone la produttività del personale, misurata nel rapporto tra ricavi netti e costo del personale.	3,07	1,47	
Ricavi netti esercizio				

Costo del personale esercizio				
Rotazione dei debiti	L'indice misura in giorni la dilazione commerciale ricevuta dai fornitori,	189	121	
Debiti vs. Fornitori * 365				

Acquisti dell'esercizio				
Rotazione dei crediti	L'indice misura in giorni la dilazione commerciale offerta ai clienti.			
Crediti vs. Clienti * 365				

Ricavi netti dell'esercizio				

Indici di liquidità

Indici di liquidità	Significato	Eserc. precedente	Eserc. corrente	Commento
Indice di durata del magazzino - merci e materie prime	L'indice esprime la durata media della giacenza di materie prime e merci di magazzino.	595	1.252	
Scorte medie merci e materie prime * 365				

Consumi dell'esercizio				
Indice di durata del magazzino - semilavorati e prodotti finiti	L'indice esprime la durata media della giacenza di semilavorati e prodotti finiti di magazzino.			
Scorte medie semilavor. e prod. finiti * 365				

Ricavi dell'esercizio				
Quoziente di disponibilità	L'indice misura il grado di copertura dei debiti a breve mediante attività presumibilmente realizzabili nel breve periodo e smobilizzo del magazzino.	2,19	2,24	
Attivo corrente				

Passivo corrente				
Quoziente di tesoreria	L'indice misura il grado di copertura dei debiti a breve	0,97	0,62	
Liq imm. + Liq diff.				

---------- Passivo corrente	mediante attività presumibilmente realizzabili nel breve periodo.			

Indici di redditività

Indici di redditività	Significato	Eserc. precedente	Eserc. corrente	Commento
Return on debt (R.O.D.)	L'indice misura la remunerazione in % dei finanziatori esterni, espressa dagli interessi passivi maturati nel corso dell'esercizio sui debiti onerosi.			
Oneri finanziari es.				

Debiti onerosi es.				
Return on sales (R.O.S.)	L'indice misura l'efficienza operativa in % della gestione corrente caratteristica rispetto alle vendite.	-12,77	-49,67	
Risultato operativo es.				

Ricavi netti es.				
Return on investment (R.O.I.)	L'indice offre una misurazione sintetica in % dell'economicità della gestione corrente caratteristica e della capacità di autofinanziamento dell'azienda indipendentemente dalle scelte di struttura finanziaria.	-6,32	-14,13	
Risultato operativo				

Capitale investito es.				
Return on Equity (R.O.E.)	L'indice offre una misurazione sintetica in % dell'economicità globale della gestione aziendale nel suo complesso e della capacità di remunerare il capitale proprio.	-11,59	-25,26	
Risultato esercizio				

Patrimonio Netto				

Nota integrativa abbreviata, attivo

Immobilizzazioni

Movimenti delle immobilizzazioni

Nel prospetto seguente sono evidenziati i saldi e le variazioni delle Immobilizzazioni.

	Immobilizzazioni immateriali	Immobilizzazioni materiali	Immobilizzazioni finanziarie	Totale immobilizzazioni
Valore di inizio esercizio				
Costo	67.702	161.908	76.816	306.426
Rivalutazioni	0	0	0	0
Ammortamenti (Fondo ammortamento)	67.702	154.525		222.227
Svalutazioni	0	0	0	0
Valore di bilancio	0	7.383	76.816	84.199
Variazioni nell'esercizio				
Incrementi per acquisizioni	0	0	0	0
Riclassifiche (del valore di bilancio)	0	0	0	0

Decrementi per alienazioni e dismissioni (del valore di bilancio)	0	0	0	0
Rivalutazioni effettuate nell'esercizio	0	0	0	0
Ammortamento dell'esercizio	0	3.312		3.312
Svalutazioni effettuate nell'esercizio	0	0	0	0
Altre variazioni	0	0	0	0
Totale variazioni	0	(3.312)	0	(3.312)
Valore di fine esercizio				
Costo	67.702	161.908	76.816	306.426
Rivalutazioni	0	0	0	0
Ammortamenti (Fondo ammortamento)	67.702	157.838		225.540
Svalutazioni	0	0	0	0
Valore di bilancio	0	4.071	76.816	80.887

Attivo circolante

Rimanenze

Ai sensi dell'art. 2427, punto 4 del Codice Civile si riporta di seguito il dettaglio relativo alla composizione della voce in esame.

	Valore di inizio esercizio	Variazione nell'esercizio	Valore di fine esercizio
Materie prime, sussidiarie e di consumo	0	0	0
Prodotti in corso di lavorazione e semilavorati	0	0	0
Lavori in corso su ordinazione	0	0	0
Prodotti finiti e merci	252.141	(10.000)	242.141
Acconti	0	0	0
Totale rimanenze	252.141	(10.000)	242.141

Crediti iscritti nell'attivo circolante

Variazioni e scadenza dei crediti iscritti nell'attivo circolante

Di seguito viene evidenziata la composizione, la variazione e la scadenza dei crediti presenti nell'attivo circolante (art. 2427, punti 4 e 6 del Codice Civile).

	Valore di inizio esercizio	Variazione nell'esercizio	Valore di fine esercizio	Quota scadente entro l'esercizio	Quota scadente oltre l'esercizio	Di cui di durata residua superiore a 5 anni
Crediti verso clienti iscritti nell'attivo circolante	0	0	0	0	0	0
Crediti verso imprese controllate iscritti nell'attivo circolante	0	0	0	0	0	0

Crediti verso imprese collegate iscritti nell'attivo circolante	0	0	0	0	0	0
Crediti verso imprese controllanti iscritti nell'attivo circolante	0	0	0	0	0	0
Crediti verso imprese sottoposte al controllo delle controllanti iscritti nell'attivo circolante	0	0	0	0	0	0
Crediti tributari iscritti nell'attivo circolante	1.753	(681)	1.072	1.072	0	0
Attività per imposte anticipate iscritte nell'attivo circolante	0	0	0			
Crediti verso altri iscritti nell'attivo circolante	1.992	4.387	6.379	750	5.629	0
Totale crediti iscritti nell'attivo circolante	3.745	3.705	7.450	1.822	5.629	0

Crediti tributari

Descrizione	Esercizio precedente	Variazione	Esercizio corrente
Ritenute subite	862		862
Acconti IRES/IRPEF	106	-106	
Crediti IVA	-77	77	
Altri crediti tributari	861	-651	210
Arrotondamento	1	-1	
Totali	1.753	-681	1.072

Disponibilità liquide

Il saldo come sotto dettagliato rappresenta l'ammontare e le variazioni delle disponibilità monetarie esistenti alla chiusura dell'esercizio (art. 2427, punto 4 del Codice Civile).

	Valore di inizio esercizio	Variazione nell'esercizio	Valore di fine esercizio
Depositi bancari e postali	8.608	35.829	44.437
Assegni	0	0	0
Denaro e altri valori in cassa	41.485	4.056	45.541
Totale disponibilità liquide	50.093	39.885	89.978

Ratei e risconti attivi

La composizione e le variazioni della voce in esame sono così dettagliate (art. 2427, punto 7 del Codice Civile):

	Valore di inizio esercizio	Variazione nell'esercizio	Valore di fine esercizio
Ratei attivi	150.000	(150.000)	0

Risconti attivi	3.378	(3.378)	0
Totale ratei e risconti attivi	153.378	(153.378)	0

Nota integrativa abbreviata, passivo e patrimonio netto

Patrimonio netto

Variazioni nelle voci di patrimonio netto

Il Patrimonio Netto esistente alla chiusura dell'esercizio è pari a Euro 237.630 e ha registrato le seguenti movimentazioni (art. 2427, punto 4 del Codice Civile).

	Valore di inizio esercizio	Destinazione del risultato dell'esercizio precedente		Altre variazioni			Risultato d'esercizio	Valore di fine esercizio
		Attribuzione di dividendi	Altre destinazioni	Incrementi	Decrementi	Riclassifiche		
Capitale	52.000	0	0	0	0	0		52.000
Riserva da soprapprezzo delle azioni	0	0	0	0	0	0		0
Riserve di rivalutazione	0	0	0	0	0	0		0
Riserva legale	0	0	0	0	0	0		0
Riserve statutarie	0	0	0	0	0	0		0
Altre riserve								
Riserva straordinaria	0	0	0	0	0	0		0
Riserva da deroghe ex articolo 2423 codice civile	0	0	0	0	0	0		0
Riserva azioni o quote della società controllante	0	0	0	0	0	0		0
Riserva da rivalutazione delle partecipazioni	0	0	0	0	0	0		0
Versamenti in conto aumento di capitale	0	0	0	0	0	0		0
Versamenti in conto futuro aumento di capitale	0	0	0	0	0	0		0
Versamenti in conto capitale	0	0	0	0	0	0		0
Versamenti a copertura perdite	0	0	0	0	0	0		0
Riserva da riduzione capitale sociale	0	0	0	0	0	0		0

Riserva avanzo di fusione	0	0	0	0	0	0		0
Riserva per utili su cambi non realizzati	0	0	0	0	0	0		0
Riserva da conguaglio utili in corso	0	0	0	0	0	0		0
Varie altre riserve	280.169	0	0	(34.502)	0	0		245.667
Totale altre riserve	280.169	0	0	(34.502)	0	0		245.667
Riserva per operazioni di copertura dei flussi finanziari attesi	0	0	0	0	0	0		0
Utili (perdite) portati a nuovo	0	0	0	0	0	0		0
Utile (perdita) dell'esercizio	(34.500)	0	0	(34.500)	0	0	(60.037)	(60.037)
Perdita ripianata nell'esercizio	0	0	0	0	0	0		0
Riserva negativa per azioni proprie in portafoglio	0	0	0	0	0	0		0
Totale patrimonio netto	297.669	0	0	(69.002)	0	0	(60.037)	237.630

Dettaglio delle varie altre riserve

Descrizione	Importo
Altre riserve	245.667
Totale	245.667

Trattamento di fine rapporto di lavoro subordinato

Il fondo accantonato rappresenta l'effettivo debito della società al 31/12/2019 verso i dipendenti in forza a tale data, al netto degli anticipi corrisposti.

La formazione e le utilizzazioni sono dettagliate nello schema che segue (art. 2427, punto 4 del Codice Civile).

	Trattamento di fine rapporto di lavoro subordinato
Valore di inizio esercizio	38.240
Variazioni nell'esercizio	
Accantonamento nell'esercizio	5.018
Utilizzo nell'esercizio	0
Altre variazioni	(9.362)
Totale variazioni	(4.344)

Valore di fine esercizio	33.896

Debiti

Variazioni e scadenza dei debiti

La composizione dei debiti, le variazioni delle singole voci, e la suddivisione per scadenza sono rappresentate nel seguente prospetto (art. 2427, punto 4 del Codice Civile).

	Valore di inizio esercizio	Variazione nell'esercizio	Valore di fine esercizio	Quota scadente entro l'esercizio	Quota scadente oltre l'esercizio	Di cui di durata residua superiore a 5 anni
Obbligazioni	0	0	0	0	0	0
Obbligazioni convertibili	0	0	0	0	0	0
Debiti verso soci per finanziamenti	0	0	0	0	0	0
Debiti verso banche	0	0	0	0	0	0
Debiti verso altri finanziatori	0	0	0	0	0	0
Acconti	0	0	0	0	0	0
Debiti verso fornitori	132.817	(81.359)	51.458	51.458	0	0
Debiti rappresentati da titoli di credito	0	0	0	0	0	0
Debiti verso imprese controllate	0	0	0	0	0	0
Debiti verso imprese collegate	0	0	0	0	0	0
Debiti verso controllanti	0	0	0	0	0	0
Debiti verso imprese sottoposte al controllo delle controllanti	0	0	0	0	0	0
Debiti tributari	(4.320)	5.381	1.061	1.061	0	0
Debiti verso istituti di previdenza e di sicurezza sociale	1.858	300	2.158	2.158	0	0
Altri debiti	58.939	(31.349)	27.590	27.590	0	0
Totale debiti	189.294	(107.027)	82.267	82.267	0	0

Debiti verso fornitori

Descrizione	Esercizio precedente	Esercizio corrente	Variazione
a) Debiti v/fornitori entro l'esercizio	132.817	51.458	-81.359
Fornitori entro esercizio:	132.817	51.458	-81.359
- altri	132.817	51.458	-81.359
Totale debiti verso fornitori	132.817	51.458	-81.359

Debiti tributari

Descrizione	Esercizio precedente	Variazione	Esercizio corrente

Erario c.to IVA	-1.744	1.744	
Erario c.to ritenute dipendenti	-3.421	4.628	1.207
Erario c.to ritenute professionisti/collaboratori	762	-718	44
Addizionale comunale	188		188
Addizionale regionale	-2		-2
Imposte sostitutive	272	-272	
Arrotondamento	1	-1	
Totale debiti tributari	-4.320	5.381	1.061

Debiti verso istituti di previdenza e di sicurezza sociale

Descrizione	Esercizio precedente	Esercizio corrente	Variazione
Debito verso Inps	1.853	2.248	395
Debiti verso Inail	5		-5
Altri debiti verso Istituti di previdenza e sicurezza sociale		-90	-90
Totale debiti previd. e assicurativi	1.858	2.158	300

Altri debiti

Descrizione	Esercizio precedente	Esercizio corrente	Variazione
a) Altri debiti entro l'esercizio	58.939	27.590	-31.349
Debiti verso dipendenti/assimilati	2.827	3.801	974
Debiti verso banche	56.112	23.789	-32.323
Totale Altri debiti	58.939	27.590	-31.349

Ratei e risconti passivi

Si fornisce l'indicazione della composizione e dei movimenti della voce in esame (art. 2427, punto 7 del Codice Civile).

	Valore di inizio esercizio	Variazione nell'esercizio	Valore di fine esercizio
Ratei passivi	18.353	(2.626)	15.727
Risconti passivi	0	50.936	50.936
Totale ratei e risconti passivi	18.353	48.310	66.663

Descrizione	Esercizio precedente	Esercizio corrente	Variazione
Risconti passivi:		50.936	50.936
Contributo Cariplo		50.936	50.936
Ratei passivi:	18.353	15.727	-2.626
oneri differiti personale	18.353	15.727	-2.626
Totali	18.353	66.663	48.310

RENDICONTO DELLA GESTIONE

PROVENTI E ONERI DA ATTIVITA' TIPICHE:

L'Associazione ha ricevuto nel corso dell'esercizio 2019 contribuzioni così come esposto nella sottostante tabella:

PROVENTI DA ATTIVITA' TIPICA	**108.453,45**
Da contributi su progetti	95.513,45
Quote associative	12.940,00
TOTALE	**108.453,45**

Le quote associative si riferiscono alle adesioni annuali degli associati versate nell'esercizio.
Il contributo di Fondazione Cariplo incassato nel 2019 di € 145.129,07 è un finanziamento per il progetto il "cuore a scuola" e va a coprire i costi sostenuti dal 2014 al 2019.
Si è provveduto a dividere il contributo in due eseercizi.

Gli oneri inerenti l'attività tipica dell'Associazione sono sintetizzati nelle seguenti tabelle:

ONERI DA ATTIVITA' TIPICA	
COSTO PER MATERIE PRIME	**37.633,77**
Materie prime	37.633,77
COSTI PER SERVIZI:	**12.326,86**
Collaborazioni tecniche	5.643,60
Costi di pubblicità	4.810,56
Materiale pubblicitario	1.872,70
PERSONALE	**33.187,47**
ONERI DIVERSI DI GESTIONE:	**3.903,00**
Quote associative	1.403,00
Erogazioni liberali	2.500,00
TOTALE	**87.051,10**

In particolare, si relaziona sulle voci più significative:
- gli acquisti per materie prime si riferiscono principalmente ad acquisti di merce utilizzate per lo screening sul territorio e tutte le altre campagne di prevenzione poste in essere dall'associazione e per attrezzature, quali ad esempio defibrillatori, e materiale vario di consumo;
- i servizi si riferiscono principalmente alle collaborazioni intrattenute con medici, infermieri per l'attività di prevenzione posta in essere dall'associazione e alle spese per materiale di comunicazione;
- gli oneri diversi di gestione sono rappresentati da quote associative e donazioni.
- il costo del personale è stato considerato per la metà del costo totale a favore dell'attività tipica, l'altra metà è stata allocata ai costi di supporto generale e infine € 15.000 a favore della raccolta fondi Missione Cuore.

PROVENTI E ONERI DA ATTIVITA' DI RACCOLTA FONDI

Nel corso dell'esercizio 2019 sono state organizzate diverse attività di raccolta fondi che hanno dato dei buoni risultati sia in termini di sensibilizzazione del pubblico che economici.
Fund raising o raccolta fondi è l'attività con la quale l'associazione trova una delle sue fonti di sostentamento e che vengono messe in atto per sostenere i progetti e le iniziative.
Nella fattispecie rientrano tutti quei "banchetti" organizzati da Comocuore nei quali si raccolgono

offerte in cambio di prodotti che nel nostro caso si caratterizzano per esercitare un azione protettiva sull'apparato cardiovascolare, oltre che negli sportelli presso la banca Intesa San Paolo.
Le noci, il succo di melograno, cioccolato fondente e gli ultimi arrivati in famiglia (i pistacchi) hanno questa caratteristica e vengono offerti dietro libera offerta durante le campagne di sensibilizzazione e in tutte le manifestazioni di divulgazione scientifica .
L'organizzazione di queste attività comporta un grosso dispendio di forze in termini di personale da impiegare ma ci avvaliamo di volontari per la buona riuscita delle iniziative ed è ciò che rappresenta il nostro valore aggiunto in termini di sforzo organizzativo.
Le attività di raccolta fondi per loro natura esigono un enorme supporto di promozione e pubblicizzazione per la buona riuscita delle iniziative e per far si che ci sia un buona affluenza di pubblico .
Durante queste campagne il personale fornisce informazioni ed è importante affidargli materiale informativo che nel nostro caso è spesso veicolo scientifico.
I proventi delle raccolte fondi sono elencate nelle tabelle sottostanti.

RENDICONTAZIONE ATUTTOCUOREPERLOSPORT 2019			
ONERI		PROVENTI	
Materiale di consumo - simulatore per apprendimento della manovra di Heimlich	€ 182,88	DonazioniAtuttocuore per lo sport	€ 10.938,90
Formazione Blsd (Ma.Co.Learn - Mantova)	€ 1.200,00		
Cancelleria - Cartellette	€ 65,51		
Corsi blsd da novembre 2018 a luglio 2019 - (Pierpaolo Toppi)	€ 1.379,00		
Corso Blsd del 31 gennaio 2019 (Fabrizio Aceti)	€ 62,00		
Corso Blsd - corso del 29 novembre 2019 (Roberta Andrian)	€ 62,00		
Supporto tecnico corsi blsd da nevembre a luglio 2019 (I-am Comunicazione)	€ 427,00		
Corso di formazione casa di cura "Le betulle" (Pierpaolo Toppi)	€ 218,00		
Corso Blsd Christian Colombo - corso del 29 novembre 2018	€ 62,00		
Corso Blsd (Umberto Piccolo)	€ 62,00		
Corso Blsd corso 28 febbraio 2019 (Umberto Piccolo)	€ 62,00		
Corso Blsd - Casa di cura Le Betulle (Umberto Piccolo)	€ 270,00		
Materiale di consumo (Pocket Mask)	€ 87,40		
Materiale di consumo (Pocket Mask)	€ 62,00		
TOTALE	**€ 4.201,79**	**TOTALE**	**€ 10.938,90**
AVANZO DI GESTIONE	***€ 6.737,11***		

La somma raccolta ha consentito di dotare di 8 DAE e di formare circa 400 persone all'utilizzo dell'apparecchio salvavita.

RENDICONTAZIONE CAMPAGNA NOCI COMOCUORE 2019			
ONERI		PROVENTI	
Materiale di consumo (sacchetti noci-quantitativo banchetti Comocuore	€ 3.467,00	Donazioni banchetti Comocuore e Aziende	€ 7.375,00

Consegna noci (aziende)	€ 536,00		
TOTALE	**€ 4.003,00**	**TOTALE**	**€ 7.375,00**
AVANZO DI GESTIONE	***€ 3.372,00***		

RENDICONTAZIONE FRIENDS FOR ELENA 2019			
ONERI		PROVENTI	
Affitto Spazio Pifferi	€ 878,40	Donazioni mostra mercato FriendsforElena	€ 4.825,00
Progetto Grafico	€ 104,00		
Materiale promozionale (acquisto sacchetti)	€ 57,65		
TOTALE	**€ 1.040,05**	**TOTALE**	**€ 4.825,00**
AVANZO DI GESTIONE	***€ 3.784,95***		

Il ricavato è stato destinato al Cuore a scuola e ai vari progetti di Comocuore

RENDICONTAZIONE MANIFESTAZIONI GIORNATA MONDIALE DEL CUORE 2019			
ONERI		PROVENTI	
		Raccolta Stand Orticolario	€ 2.065,00
Materiale promozionale (stampa magliette)	€ 423,58	Quote iscrizioni Comocuore ion bicicletta	€ 1.130,00
Noleggio Transenne	€ 142,00	Quote iscrizioni Il cuore in salita	€ 1.000,00
Targhe per premiazione	€ 42,70	Contributo Cassa Rurale	€ 500,00
Materiale promozionale - (adesivi)	€ 61,00		
Stampa materiale promozionale	€ 423,58		
Materiale di consumo - succo di melograno	€ 1.157,00		
Spazio espositivo orticolario	€ 183,00		
Orticolario - servizi aggiuntivi	€ 108,00		
Spese non documentabili	€ 150,00		
TOTALE	**€ 2.690,86**	**TOTALE**	**€ 4.695,00**
AVANZO DI GESTIONE	***€ 2.004,14***		

Il ricavato è stato destinato al Cuore a scuola e ai vari progetti di Comocuore

MISSIONE CUORE 2019/2020			
COSTI		RICAVI	
		Donazioni noci sportelli Intesa	€ 63.000,00

		Sanpaolo e Aziende (2019 -2020)	
Materiale di consumo (sacchetti noci Noberasco)	€ 14.976,00		
Materiale promozionale (sacchetti e spedizioni aziende)	€ 9.940,76		
Materiale promozionale - sacchetti e spedizioni aziende	€ 4.852,55		
Materiale di comunicazione (stampa cartoline)	€ 330,00		
Costi di struttura	€ 15.000,00		
TOTALE	**€ 45.099,31**	**TOTALE**	**€ 63.000,00**
AVANZO DI GESTIONE	***€ 17.900,69***		

Il ricavato ci consentirà di donare in autunno un massaggiatore cardiaco per il servizio di emergenza urgenza territoriale del 118 Como
Il totale della raccolta tiene conto anche delle entrate dei primi mesi del 2020 pari ad € 27.087,00

OPERAZIONE SALVA UN CUORE 2019			
ONERI		PROVENTI	
		Donazioni Aziende	€ 7.375,00
Affitto Sala Bianca	€ 610,00		
Servizio fotografico	€ 244,00		
Fornitura audiovideo - integrazione impianto Sala Bianca	€ 219,00		
Lunch bag studenti	€ 330,00		
Lunch bag istruttori	€ 180,00		
Materiale promozionale (telo Banner - poster)	€ 329,40		
Materiale per lunch bag	36,59		
TOTALE	**€ 1.948,99**	**TOTALE**	**€ 7.375,00**
AVANZO DI GESTIONE	***€ 5.426,01***		

Il ricavato è stato destinato al Cuore a scuola e ai vari progetti di Comocuore

RACCOLTA CONTRIBUTO CINQUE PER MILLE

Contributo cinque per mille	13.363,29
TOTALE	**13.363,29**

RACCOLTA FONDI GENERALE

PROVENTI DA RACCOLTA FONDI GENERALE	
Donazioni generiche	48.499,43
TOTALE	**48.499,43**

Le spese si riferiscono ai costi di struttura non attribuibili alle Varie raccolte fondi e riguardano: i costi per servizi, gli affitti, parte dei costi del personale, ammortamenti materiali ed immateriali ed oneri diversi di gestione.

La seguente tabella evidenzia la distribuzione delle donazioni in relazione alla tipologia di erogazione e al tipo di strumento utilizzato per il versamento, in riferimento alla totalità di tutte le raccolte fondi e le donazioni pervenute per sostegno dell'attività.

Soggetto	%	Strumento	%
Persona fisica	40	Assegni bancari/circolari/bonifici	90
Impresa	60	Altro	10
Totale	100,00	Totale	100,00

ONERI DI SUPPORTO GENERALE

COSTI PER SERVIZI	**39.894,55**
Trasporto di terzi	372,10
Costi altri servizi	1.733,72
Smaltimento rifiuti	703,08
Spese varie	2.203,64
Riparazioni e manutenzioni diverse	1.519,71
Manutenzioni altri beni	84,67
Consulenza fiscale e societaria	11.918,13
Consulenza informatica	380,00
Consulenze organizzative	104,00
Consulenze commerciali	2.970,86
Servizi di elaborazione paghe	2.909,31
Spese e servizi bancari (non finanziari)	2.584,46
Spese telefoni/fax	1.582,38
Spese postali e bollati	1.560,40
Somministrazione energia elettrica	221,51
Somministrazione gas	5.146,54
Assicurazione per responsabilità civile	1.152,44
Altre assicurazioni deducibili	115,50
Assicurazione Auto	1.250,00
Spese vitto e alloggio	688,20
Spese di rappresentanza	167,50
Rimborsi spese generici	228,60
Canoni periodici	297,80
COSTI PER GODIMENTO BENI DI TERZI	**20.883,14**
Costi per godimento beni di terzi	3.094,85
Affitti e locazioni immobili	17.788,29
COSTI PER IL PERSONALE	**33.187,48**
AMMORTAMENTI E SVALUTAZIONI	**3.311,85**
Amm.to ordinario impianti e macch.	1.464,07
Amm.to ordinario altri beni	1.847,78
ONERI DIVERSI DI GESTIONE	**1.679,40**
Imposta di registro	8,00
Imposta di bollo	12,00
Altre imposte e tasse Iva rateizzata	20,00
Pubblicità e insegne	403,00
Abbonamenti e pubblicazioni	319,00
Sanzioni tributarie e previdenziali	20,89

Tassa smaltimento rifiuti	201,00
Interessi passivi bancari	695,51

ONERI STRAORDINARI

Gli oneri straordinari dell'Associazione sono sintetizzati nelle seguenti tabelle:

ONERI STRAORDINARI	**46.537,88**
Sopravvenienza mancato incasso Contributi Missione Cuore 2018/2019	38.000,00
Sistemazione debiti fornitori	8.537,88

CONSIDERAZIONI FINALI

Le risultanze del bilancio corrispondono ai saldi delle scritture contabili tenute in ottemperanza alle norme vigenti ed il bilancio offre una rappresentazione veritiera e corretta della situazione economica, patrimoniale e finanziaria dell'Associazione.
Come già indicato in premessa, l'Associazione è iscritta nell'elenco dei beneficiari del "5 per mille". Nel Bilancio è stato inserito il contributo effettivamente incassato nell'anno 2019 di Euro 13.363,29.=, relativo all'anno 2017.
Alla data di redazione del presente Bilancio è stato reso pubblico l'importo relativo all'anno 2018 che risulta pari ad Euro 13.343,04.=. e l'importo relativo all'anno 2019 che risulta pari ad Euro 11.417,55.=
L'ente risulta già iscritto nell'elenco dei beneficiari del 2020.
Si propone all'Assemblea degli Associati di provvedere alla copertura del disavanzo di esercizio relativo all'anno 2019 di complessivi Euro 60.037,43.= mediante utilizzo altre riserve disponibili.

Como, lì 16/09/2020

Il Presidente
Ferrari Giovanni

4.1 DETERMINAZIONE QUANTITATIVA DEI RICAVI E DEI COSTI FIGURATIVI

Valorizzazione dei costi figurativi:

Prestazioni gratuite	
Tipologia del servizio	numero di prestazioni
Attività di prevenzione in sede e sul territorio - (721)	
Valutazione del profilo di rischio cardiovascolare da parte del cardiologo:	
Controllo pressione arteriosa, colesterolo totale, glicemia e trigliceridi	241
Esecuzione elettrocardiogramma adulti	241
Valutazione dello spessore dell'intima carotidea	287
Vasera Test - Vascular Screening System	
Valutazione ecografica dei diametri dell'aneurisma aorta addominale	151
Esecuzione elettrocardiogramma bambini	225
totali	1.145

Servizio erogato dai volontari	ore svolte dall'operatore del servizio	costo orario di riferimento	valorizzazione costo personale
tiopologia del volontario			
Medico Cardiologo	92	22,00	2.024,00
Radiologo	30	22,00	660,00
Infermiere volontarie della C.R.I.	212	19,00	4.028,00
Volontari raccolta fondi	760	16,00	12.160,00
Ore prestate dal Consiglio Direttivo	1.694	22,00	37.268,00
totali	2.788		*56.140,00*

Il costo relativo alle prestazioni gratuite dei volontari è stato calcolato sulla base del contratto collettivo nazionale di lavoro per il personale dipendente nelle strutture sanitarie AGIDAE, prendendo come di riferimento il costo orario di un livello intermedio.

Per quanto attiene ai consiglieri e presidente non è stato stabilito un costo figurativo, poiché le cariche previste sono svolte a titolo di volontariato gratuito.

Valorizzazione dei ricavi figurativi:
La determinazione quantitativa dei ricavi figurativi consiste nell'individuazione dei servizi gratuiti erogati dall'Associazione, attraverso l'ausilio di prestazioni gratuite offerte da strutture sanitarie pubbliche, utilizzando il tariffario base (tariffa applicata SSN).

servizio erogato	numero prestazioni	costo della prestazione	totale ricavo
Tipologia del servizio - progetto 1			
Attività di prevenzione in sede - check up cardiologico (**UTENTI**)			
Valutazione del profilo di rischio cardiovascolare da parte del cardiologo: costo ticket ospedale			-
Controllo pressione arteriosa, colesterolo totale, glicemia e trigliceridi	241,00	5,10	1.229,10
Esecuzione elettrocardiogramma	241,00	11,60	2.795,60
Valutazione dello spessore dell'intima carotidea	287,00	44,87	12.877,69
Vasera Test - Vascular Screening System	-	47,50	-
Spirometria	-	21,00	
Valutazione ecografica dei diametri dell'aneurisma dell' aorta addominale	151,00	32,70	4.937,70
ecg	225,00	61,76	
Valutazione del profilo di rischio cardiovascolare da parte del cardiologo	721,00	55,00	39.655,00
totali	1.866,00		*61.495,09*

Di seguito, viene riportata la tabella di riferimento per la valorizzazione delle prestazioni gratuite, secondo il tariffario SSN.

Prestazione	codice S.S.N.	Tariffa S.S.N.	codice Solvente	Tariffa SOLVENTE	Tariffa LIBERA PROF.
prima visita cardiologica (comprende controllo pressione arteriosa)	897A3	€ 22,50		€ 37,00	min € 75,00 max € 150,00
monitoraggio continuo pressione arteriosa (24 H)	89611	€ 42,23	==	==	min € 51,65 max € 88,19
colesterolo totale	90143	€ 1,70	L1040	€ 2,50	€ 2,50
glicemia	90271	€ 1,70	L1020	€ 2,50	€ 2,50
Trigliceridi	90432	€ 1,70	L1070	€ 2,50	€ 2,50
Prelievo	91492	€ 2,90	==	€ 4,50	€ 4,50
elettrocardiogramma	8952	€ 11,60	==	€ 27,00	min € 20,00 max € 60,00
valutazione dello spessore dell'intima carotidea (ecocolordoppler tronchi sovraortici)	88735	€ 44,87	X7381	€ 80,00	min € 77,47 max € 100,00
Vasera test	==	==	==	==	==
valutazione ecografia dei diametri dell'aneurisma dell'aorta addominale (ecocolodopplergrafia degli arti sup. o inf. o distrettuale)	88772	€ 44,87	X7443	€ 96,00	radiologi € 96,00

Per regime SSN si intende il costo della prestazione da Tariffario SSN in vigore dal 01/01/2011, specificando che nel caso in cui la cifra superi Euro 36,15 il paziente paga solo il ticket.
Ogni ospedale ha, oltre al tariffario mutualistico, anche un "listino solventi": chi si sottopone ad un esame o visita privo della ricetta rossa del sistema sanitario nazionale, compilata dal proprio medico, paga la prestazione secondo questo listino, che varia da ospedale a ospedale.
Le tariffe solventi sono contenute nel Tariffario Solventi come da delibera n. 461 del 19/07/2006.
Per il laboratorio analisi le tariffe solventi sono quelle approvate con delibera n. 475 del 30/06/2011.
Per la visita la tariffa di Euro 37,00 è da considerarsi se tale prestazione è effettuata per accertamenti secondo il D.Lgs. 81/2008 - tutela della salute e sicurezza sui luoghi di lavoro (ex D.Lgs. 626/94), mentre dovrà essere considerata una tariffa di Euro 80,00 per prestazioni rese nei confronti di soggetti diversi dai privati cittadini che non riguardino il D.Lgs. 81/2008.

RICLASSIFICAZIONE DEL VALORE AGGIUNTO

A) Valore della produzione				**241.438,07**
a. Ricavi delle vendite e delle prestazioni		108.453,45		
b. Variazioni delle rimanenze dei prodotti in corso di lavorazione, semilavorati e finiti (e merci)		-		
c. Variazione dei lavori in corso su ordinazione		-		
d. Altri ricavi e proventi (proventi da privati e contributi da enti pubblici)		132.984,62		
Ricavi della produzione tipica			**241.438,07**	

e. Ricavi per produzioni atipiche (produzioni in economia)		-		
B) Costi intermedi della produzione				**185.304,71**
a. Consumi di materie prime, sussidiarie, semilavorati e merci		37.633,77		
b. Costi per servizi		111.205,40		
c. Costi per godimento di beni di terzi		20.883,14		
d. Accantonamenti		-		
e. Variazione delle rimanenze		10.000,00		
f. Oneri diversi di gestione		5.582,40		
Valore Aggiunto Caratteristico lordo				56.133,36
C) Componenti accessori e straordinari			- 46.483,98	
g. - saldo gestione accessoria		53,90		
Ricavi accessori	53,90			
- costi accessori	0,00			
/- saldo componenti straordinari		- 46.537,88		
Ricavi straordinari				
- costi straordinari	46.537,88			
Valore Aggiunto Globale lordo				**9.649,38**
- ammortamenti della gestione per gruppi omogenei di beni	3.311,85		**3.311,85**	
D) Remunerazione degli operatori		66.374,96	**66.374,96**	
E) Remunerazione dei volontari		0,00	**0,00**	
F) Remunerazione della Pubblica Amministrazione		0,00	**0,00**	
Imposte dirette	-			
Imposte indirette	-			
- sovvenzioni in c/esercizio	-			
(Valore Aggiunto Globale netto)				**- 60.037,43**
G) + Valore Aggiunto Globale Netto			-60.037,43	
H) + Ricavi figurativi			61.495,09	
I) – costi figurativi			56.140,00	
L) Valore Aggiunto Globale Netto Complessivo			**-54.682,34**	
M) Indice di VAG = Valore Aggiunto Globale / Donazioni			-13,61%	

5. OBIETTIVI FUTURI

Per l'anno 2020 si completerà il progetto de "il cuore a scuola", con l'analisi di tutti i dati raccolti e la preparazione di una pubblicazione scientifica. Questo non esclude la possibilità di proseguire negli anni futuri tale attività, assicurando un importante servizio di prevenzione per la popolazione scolastica delle scuole primarie della provincia.

Proseguirà l'insegnamento delle tecniche di rianimazione che da sempre l'Associazione persegue come centro di formazione BLSD riconosciuto a livello regionale. Con l'istituzione di Comocuore Academy, infatti, si è rafforzata la collaborazione con AREU 118 di Como, sotto l'egida di AREU Lombardia, con la creazione di un gruppo per la formazione a BLSD (corsi per l'acquisizione dell'attestato valido per l'utilizzo del defibrillatore) e per l'insegnamento delle manovre salvavita con l'ausilio del manichino e dei mezzi audiovisivi, nelle scuole e al pubblico.

Auspichiamo sempre un incremento delle attività relative al progetto "Welfare aziendale" che si propone di valutare il rischio cardiovascolare dei dipendenti delle aziende del territorio. Tale progetto, già dimostratosi di grande utilità per gli obiettivi che si prefigge (individuazione dei soggetti a rischio in una popolazione attiva apparentemente sana, vedasi l'intervento di successo presso la Rodacciai) assume una importanza significativa nell'ambito della prevenzione primaria delle malattie cardiovascolari e della morte improvvisa.

Infine dovrebbe finalmente partire il progetto "Controlla le tue valvole", rivolto agli ultrasessantenni, per lo studio delle valvulopatie degenerative, legate all'invecchiamento, spesso ad evoluzione silente, che se riconosciute per tempo possono essere corrette con la chirurgia tradizionale o con moderne tecniche meno invasive, in grado di prevenire complicanze gravi come scompenso cardiaco e morte improvvisa.

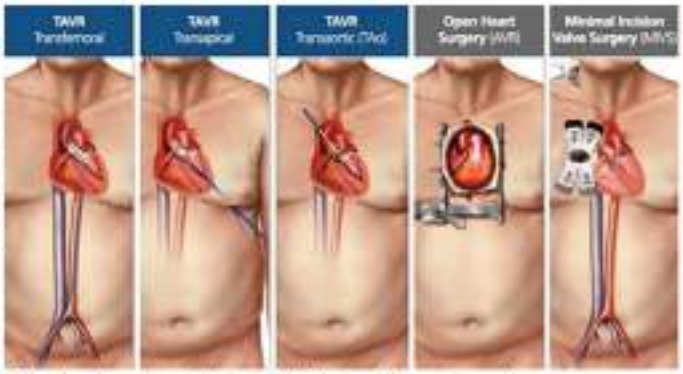
SPECIALE COMOCUORE

A cura di SPM Pubblicità

Novità. Uno studio epidemiologico nella popolazione ambosessi di età superiore a 65 anni

Via al progetto "Controlla le tue valvole"

Con l'aumento della vita media realizzatosi negli ultimi decenni nelle nostre comunità, stiamo assistendo a un progressivo incremento delle valvulopatie degenerative secondarie all'invecchiamento.
Sclerosi e calcificazioni dei tessuti valvolari favoriscono l'evoluzione verso la stenosi e l'insufficienza aortica e mitralica il cui progressivo aggravamento espone i pazienti colpiti a un aumentato rischio di scompenso cardiaco, infarto, morte improvvisa. Recenti studi consentono di valutare una prevalenza di questa patologia nella misura del 5% nella popolazione oltre i 65 anni di età. In particolare per quanto riguarda la stenosi aortica (restringimento della valvola) alcuni studi stimano una prevalenza del 4,6% nei soggetti di età superiore ai 75 anni, salendo fino a quasi il 10% oltre gli 80.
È noto che il tasso di sopravvivenza, dopo la comparsa dei primi sintomi, a 1 e 5 anni è, rispettivamente, del 60% e 32%.
L'evoluzione delle tecniche chirurgiche consente oggi la correzione anche con metodiche percutanee, meno invasive rispetto alla chirurgia tradizionale.
Soprattutto per la stenosi aortica la possibilità di posizionare una protesi valvolare biologica sopra la valvola nativa mediante un cateterismo cardiaco in soggetti anziani sofferenti anche per altre patologie, ha di molto ridotto il rischio operatorio, consentendo un rapido ricupero funzionale.
Per tali motivi Comocuore ha deciso di dare l'avvio a uno studio epidemiologico nella popolazione ambosessi di età superiore a 65 anni appartenenti alla provincia di Como. Il progetto, che si chiamerà "Controlla le tue valvole" consisterà nelle seguenti fasi:
- visita cardiologica con Ecg (eventuali soffi), ecocardiogramma di 1° livello, presso la sede di Comocuore. Se positivo per patologia valvolare:
- esecuzione di ecocardiogramma di 2° livello presso struttura cardiologica ospedaliera di conferma e approfondimento diagnostico
- valutazione clinica finale con indicazione di successivo iter diagnostico terapeutico in condivisione con il medico curante
- analisi statistica, eventuale pubblicazione dei dati.
Il progetto prenderà l'avvio nei prossimi mesi, ne verrà data opportuna informazione alla popolazione. ■

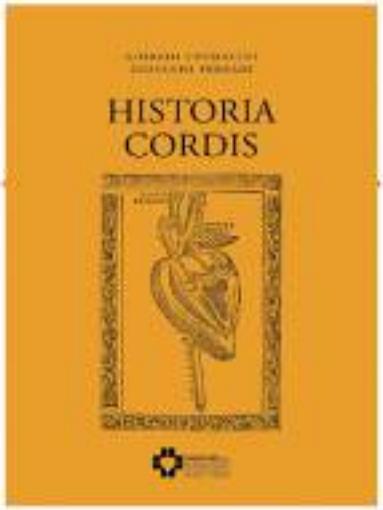


Nella prima: immagine sostituzione della valvola aortica per via percutanea; nella seconda: per via transapicale; nella terza: per via transaortica; nella quarta: sostituzione valvolare a cuore aperto; nella quinta: sostituzione della valvola con chirurgia mini invasiva

Viaggio nel mondo della medicina

In uscita il libro "Historia Cordis"

Nuova, importante iniziativa editoriale di Comocuore: è alle stampe un prezioso volumetto dal titolo "Historia Cordis", un percorso nella storia della cardiologia realizzato con i testi del prof. Giorgio Cosmacini - da sempre amico della nostra associazione - e del dott. Giovanni Ferrari, presidente di Comocuore.
Il libro è una "storia del cuore" che muove dalle idee filosofiche dell'antica Grecia e dal "cardiocentrismo" di Aristotele per approdare alle ricerche e scoperte scientifiche che in età rinascimentale e moderna contribuiscono alla nascita ottocentesca della cardiologia.
Un viaggio a 360 gradi nel mondo della medicina che sarà presentato dai due illustri autori in occasione di Parolario la mattina di sabato 29 giugno alle ore 11 a Villa Olmo. ■



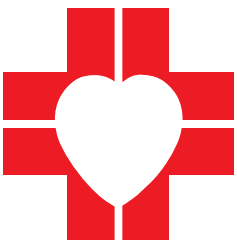
Inserto quotidiano La Provincia 9 maggio 2019

Nota Metodologica

La redazione del bilancio sociale 2019 dell'Associazione è sta realizzata con il contributo del dott. Piercarlo Tiranti e dei suoi collaboratori, che hanno messo a disposizione di Comocuore onlus le proprie competenze in merito alla rendicontazione sociale.

Il percorso di analisi dei dati storici, contabili, gestionali e progettuali è stato svolto dallo staff di Comocuore con la collaborazione di Liana Seminara , e il coinvolgimento degli organi di governo dell'Associazione.

Una ulteriore verifica è stata effettuata dall'Istituto Italiano della Donazione.



COMOCUORE *Onlus*
ASSOCIAZIONE
GIANMARIO BERETTA
PER LA LOTTA
CONTRO L'INFARTO

ASSOCIAZIONE GIANMARIO BERETTA
PER LA LOTTA CONTRO L'INFARTO
Via Rovelli, 8 - 22100 Como
Tel. 031.278862 - Fax 031.3302831
info@comocuore.org
www.comocuore.org