

## Palestre, scuole e persino il condominio: Cislagonelcuore crea paesi e città “cardioprotette”

**Pubblicato:** Venerdì 21 Febbraio 2025



Cresce sempre più, nel Varesotto, **la rete di paesi e città “cardioprotette”**, grazie all’impegno dei **volontari di Cislagonelcuore**.

«Cislagocuore ovd nasce più di dieci anni fa – spiegano dall’associazione – dal **desiderio di diffondere la cultura del primo soccorso, nello specifico sui temi della rianimazione cardiopolmonare** e uso del defibrillatore. Perché ogni anno, in Italia, circa 60mila cittadini muoiono in conseguenza di un arresto cardiaco, a insorgenza spesso talmente improvvisa da non essere preceduto da alcun sintomo o segno premonitore».

L’Arresto Cardiocircolatorio (ACC) è una situazione nella quale il cuore cessa le proprie funzioni, di solito in modo improvviso, causando la morte del soggetto che ne è colpito.

La conseguenza immediata dell’ACC è l’assenza di circolazione. La mancanza di ossigeno a cuore e cervello porta rapidamente a morte il paziente se non tempestivamente trattato. La carenza di ossigeno al cervello produce infatti lesioni che possono diventare irreversibili già dopo 4-6 minuti di assenza di circolo. Le possibilità di prevenire questo danno dipendono dalla rapidità e dall’efficacia delle procedure di soccorso riassumibili nella corretta applicazione della Catena della Sopravvivenza.

La sopravvivenza per questo evento è inferiore al 10%. La letteratura scientifica internazionale ha però dimostrato che **un soccorso tempestivo e corretto in caso di arresto cardiaco improvviso**,

## **contribuisce a salvare fino al 30% delle persone colpite**

Ente formatore BLS D accreditato Regione Lombardia, **Cislagocuore con i suoi volontari ha iniziato a formare e cardioprotendere con delle Colonnine DAE pubbliche il paese di Cislago.**

«Ora a distanza di anni più di 500 sono formati al suo utilizzo e **ben diciotto defibrillatori sono piazzati nelle vie del paese** a disposizione della cittadinanza, più tre DAE mobili (su auto della Pro Civ, Carabinieri e Polizia Locale). Ma in questi anni Cislagocuore non si è fermata: attivi nei progetti di cardioprotezione nei paesi limitrofi come **Turate, Fagnano Olona, Gorla Maggiore, Lonate Ceppino, Caronno Varesino**, e ovunque chiedano corsi BLS D. Perché l'obiettivo è diffondere sempre più in maniera capillare questi mezzi salvavita: defibrillatore e manovre rianimatorie. Ma altre iniziative hanno portato l'attenzione su Cislagocuore, come il progetto Responded, dove da qualche anno le nostre teche contenenti il DAE comunicano in tempo reale con un messaggio sullo smartphone, nel momento dell'apertura, a tutti quelli che hanno fatto un corso BLS D. L'obiettivo è di far accorrere, in attesa dell'arrivo dell'ambulanza, più persone in aiuto alla persona da soccorrere».

Altro progetto a cui Cislagocuore tiene moltissimo è **“Dai Un Tetto al Tuo Cuore” che mira a coprire un ambiente scoperto dalla cardio protezione: il condominio.**

«È una struttura a sé, che ricrea un “micro villaggio”, una realtà abitativa con un considerevole numero di persone, soprattutto nelle ore notturne.

Come in tutti i luoghi ad alta concentrazione di persone, la probabilità che accada un arresto cardiocircolatorio è più alta, da qui l'esigenza di avere un defibrillatore a portata di mano e del personale addestrato alla rianimazione di base. Questo dà un enorme vantaggio alla sopravvivenza dell'infortunato in attesa dell'arrivo dei soccorsi specializzati (che in media, nella realtà locale Metropolitana, è di circa 10/15 minuti)».

«Ma **la formazione non dovrebbe limitarsi ai singoli corsi, ma dovrebbe essere parte della nostra cultura.** Da qui nascono *mass training BLS D* nelle scuole. Dopo la legge del Luglio 2021 che permette a qualsiasi cittadino in caso di necessità di utilizzare il defibrillatore semiautomatico anche in assenza di specifica formazione, così l'idea di creare **progetti educativi e divulgativi sull'utilizzo del DAE e conseguenti manovre di rianimazione**».

Il corso Mass training BLS D è ideato per formare un'intera classe alla corretta chiamata di soccorso al 112, identificazione della mancata coscienza del paziente, immediata rianimazione ed eventuale utilizzo del defibrillatore

L'importanza di fornire nozioni salvavita **già dalle scuole secondarie di primo grado** permette di creare un cittadino già pronto a reagire ad eventi inaspettati dove il saper fare fa la differenza, soprattutto in patologie a rapida evoluzione come l'infarto e il conseguente arresto cardiocircolatorio. Dopo una piccola presentazione teorica la classe, ognuno col proprio manichino BLS e riproduzione di un defibrillatore, segue l'istruttore nelle manovre rianimatorie e nell'applicazione degli elettrodi. Il tutto accompagnato da musica che aiuti a regolare il tempo del massaggio. «Un modo per imparare divertendosi»

Inoltre da pochi mesi è attivo **un corso rivolto a ciechi e ipovedenti.** «Dopo la segnalazione di **una discente che si sentiva inadatta ad apprendere le manovre rianimatorie perché affetta da una disabilità**, Cislagocuore si è chiesta perché ci debbano essere limiti a salvare una vita? Grazie alla sinergia di Aat Milano 118 e Areu Lombardia si è creato una **formazione mirata all'Unione Italiana Ciechi ed Ipovedenti** trasformando la parte teorica in audio Ebook e riducendo il rapporto istruttori allievo 1:1. Al termine di queste giornate abbiamo appreso che la disabilità è un valore aggiunto, non un limite».

Cislagocuore è una piccola realtà volontaristica, «rappresenta solo una goccia nel mare, ma che crede che un passo alla volta si possa fare la differenza».

Contatti: Cislagocuore@gmail.com

## Un nuovo defibrillatore a Materia, Spazio Libero VareseNews

Redazione VareseNews  
redazione@varesenews.it