

INFORMI ASCOR

Il 24 settembre, in Piazza Cavour, ritorna a Rimini

LA "GIORNATA MONDIALE DEL CUORE"

Sabato 23 "Camminata della salute con poesia"

Anche quest'anno, com'è tradizione, l'Associazione Sostenitori Cardiologia Ospedaliera Riminese aderisce alla "Giornata Mondiale del Cuore" organizzando a Rimini un appuntamento dedicato sia alla prevenzione delle cardiopatie che alle problematiche relative "ai giorni dopo" l'avvento di tali patologie.

Preceduta dalla "Camminata con poesia" di sabato 23, la "Giornata del Cuore 2017" si svolgerà il 24 settembre prossimo, in Piazza Cavour.

Sarà dunque, ancora una volta, l'occasione di un confronto con i medici ed il personale paramedico della Cardiologia Riminese che fa capo al Dottor Giancarlo Piovaccari, per riceverne consigli e informazioni. Ma si tratterà, nel contempo, anche di un ulteriore momento teso a far conoscere l'Ascor ed il suo programma di iniziative, oltretutto di un "appuntamento affettivo" caratterizzato dalla consegna di riconoscimenti a personaggi



cui l'Ascor deve particolare riconoscenza.

Il programma prevede:

Sabato 23 settembre, alle ore 9.30 (per chi vuole e se la sente) la partenza dal monumento al "Parco Cervi" della "Camminata della salute", per raggiungere il Gazebo

Centrale del Parco Giovanni Paolo II (Parco della Cava). Qui, dalle ore 10.30 alle ore 12, sia i "camminatori" che tutti gli altri Soci e amici saranno allietati da alcuni poeti invitati a presentare le loro creazioni. L'iniziativa gode del supporto e della collaborazione di "CI.VI.VO Parco della Cava".

Domenica 24 settembre, in Piazza Cavour, dalle ore 10 alle 12.30 e dalle 16 alle 18, svolgimento della "Giornata" vera e propria, con presenza di Medici e Paramedici che si occuperanno del "tema salute" e di Soci e dirigenti Ascor ad illustrare ragioni e obiettivi di questa nostra Onlus aderente a Volontarimini.

GRAZIE FERDINANDO!

Caro Ferdinando, nel momento in cui ricevo da te il testimone, desidero rivolgerti il saluto affettuoso e l'immenso grazie sia dei nostri Soci che dei tanti ai quali, nei lunghi e fruttuosi anni della tua presidenza, hai saputo far conoscere e apprezzare il protagonismo dell'ASCOR, da te diretta con saggezza, lungimiranza e abnegazione. Doti, queste, che siamo certi continuerai a non farci mancare anche nel tuo nuovo ruolo di Presidente Onorario.

Nando Piccari



Nando Piccari nuovo Presidente ASCOR Ferdinando Rossi Presidente Onorario

L'Assemblea dei Soci, tenutasi lo scorso 20 aprile, ha eletto i nuovi Organi Sociali dell'ASCOR per il prossimo triennio, che risultano composti come segue.

Consiglio Direttivo

Antonio Baccini, Roberta Balducci, Gabriele Cucchetti, Antonio Destro, Guglielmo Fiorenza, Olga Giardi, Damiano Mongiello, Luciano Monti, Ferdinando (Nando) Piccari.

Invitati permanenti

Patrizia Bonelli, Oliviero Corradini, Ferdinando Rossi.

Sindaci Revisori

Effettivi: Flavio Paci (Presidente), Rita Fiorini, Marisa Nobili. Supplenti:

Rosanna Arlotti, Bruno Bargelli.

Comitato tecnico-scientifico

Flavio Bologna (coordi-

Probiviri

Mauro Fratti, Marcella Gregori, Angela Tondini.

Nella sua prima seduta, il Consiglio Direttivo ha no-

per tanti anni aveva chiesto di essere avvicinato; ha quindi eletto **Nando Piccari nuovo Presidente**, confermando il Cav.



natore), Paola Cappella, Nicoletta Franco, Pierluigi Semprini.

minato **Presidente Onorario il Dottor Ferdinando Rossi**, che dopo aver presieduto l'Associazione

Damiano Mongiello nel ruolo di Vicepresidente e l'Ing. Gabriele Cucchetti in quello di Tesoriere.

Finalmente in vigore il "Decreto Balduzzi"!

Dopo troppi rinvii e tentennamenti pretestuosi, al limite del boicottaggio, dallo scorso 1 luglio il "Decreto Balduzzi" è finalmente uscito dal limbo delle scelte annunciate, per diventare ad ogni effetto legge della Repubblica Italiana.

Una legge da tanti auspicate sia nel mondo dello sport, che in quello medico-sanitario e, più in generale, in vasti strati della pubblica opinione; ma altrettanto osteggiata da taluni "potentati" che imperano nel vasto universo sportivo, indifferenti alla "dolorosa contabilità" delle troppe morti per arresto cardiaco durante eventi agonistici.

Oggi anche l'ASCOR gioisce di questa importante "vittoria", alla quale ha senz'altro contribuito l'incessante iniziativa di Conacuore, animata fra gli altri dal "nostro" Dottor Antonio Destro.

Allo stesso tempo ci fa piacere constatare che il Comune di Rimini (come speriamo altri, di cui non siamo



a conoscenza) non abbia voluto attendere l'obbligo di legge per dotare di defibrillatore le sue palestre.

Le prescrizioni che la normativa introduce risultano semplici, chiare e concrete.

Essa dispone infatti l'obbligo affinché ogni impianto sportivo sia dotato di defibrillatore; così

come l'impossibilità di svolgere ogni tipo di attività sportiva agonistica (promossa da Federazioni sportive nazionali, da Discipline sportive associate, da Enti di promozione sportiva o da società dilettantistiche) senza la presenza di una persona formata all'utilizzo del defibrillatore. Il quale dev'essere inoltre segnalato anche al pubblico, registrato nel Sistema 118 e avere un referente che ne garantisca costantemente la perfetta funzionalità nel rispetto delle norme. A tal fine l'AscOr è disponibile a fornire gratuitamente suggerimenti operativi, in particolare ad Enti Pubblici e realtà del volontariato.

Questioni di Cuore: oggi parliamo del test da sforzo

Dott. Pierluigi Semprini
Dirigente Medico

Prima di parlare di test da sforzo, cerchiamo di comprendere il comportamento del cuore sotto sforzo?

Il cuore funziona come una pompa che distribuisce il sangue a tutto il corpo ed è un organo fondamentale per la nostra vita. Durante lo sforzo le esigenze dei vari organi aumentano e il cuore si deve adattare a queste condizioni: aumenta la frequenza cardiaca da 60-80 battiti al minuto fino a 180-220 battiti (dipende dall'età); aumenta la pressione arteriosa massima, mentre la minima rimane invariata o cala, e si realizza così un aumento della portata cardiaca (sangue immesso dal cuore in un minuto) che passa da 5-6 litri minuto fino a 25-30. La realizzazione di tale obiettivo è possibile grazie al corretto funzionamento di tutte le parti del cuore: muscolo, valvole, impianto elettrico (elettrocardiogramma).

Quando è indicata l'esecuzione del test da sforzo?

A livello cardiologico trova indicazioni nella diagnosi di dolori toracici, sia di nuova insorgenza che dopo rivascularizzazioni (angioplastica-by pass), in caso di rivascularizzazioni incomplete, nella diagnosi di dispnea da sforzo, in presenza di aritmie o malattie ad alto rischio di aritmie (cardiomiopatia ipertrofiche o sindrome da pre-eccitazione, ecc) e nella valutazione funzionale in caso di scompenso per quantificare la sua gravità. Vi sono inoltre condizioni ad elevato rischio, specie se associate

(familiarità precoce per malattie cardiovascolari, diabete, dislipidemie, fumo, ipertensione, arteriopatie periferiche) o valutazioni pre-operatorie in cui l'esame può essere effettuato anche in assenza di sintomi.

A livello pneumologico, serve per cercare di identificare meglio causa di dispnea da sforzo (spesso la patologia cardiologica e polmonare coesistono). In Medicina del lavoro, per valutare il grado di capacità funzionale particolarmente in lavori a rischio collettivo (autisti di mezzi pubblici, addetti a servizi di emer-

ziare il disturbo riferito dal paziente.

Alla fine del test il medico elabora un referto con indicazioni per il paziente: positività o negatività dell'esame; continuare o modificare la terapia medica; necessità di ulteriori approfondimenti (tests d'immagine, accertamento coronarografico, ecc).



Nel laboratorio sono presenti tutti gli ausili per un'eventuale rianimazione cardiopolmonare. Durante l'esame il paziente è tenuto a segnalare ogni sintomo e seguire le istruzioni degli operatori.

Come comportarsi con la terapia?

Il medico che dà indicazioni all'esame deve fornire informazioni sulla necessità di continuare

o sospendere la terapia: in generale quando occorre fare diagnosi è utile sospendere temporaneamente farmaci come beta bloccanti, o calcio antagonisti come verapamil o diltiazem. Nel secondo caso, a diagnosi già confermata occorre valutare caso per caso ma in genere l'esame si effettua con terapia in atto. Non è necessario sospendere la terapia per l'ipertensione, onde evitare marcati rialzi pressori da sforzo.

Sono possibili valutazioni combinate?

Il segnale elettrocardiografico ha dei limiti e spesso si ricorre all'uso di altri segnali per migliorare la capacità



genza, ecc), specie se in età maggiore di 40 anni

Viene molto usato nella Medicina dello Sport, per evidenziare patologie misconosciute e limitare danni dapprima con il test di gradini e successivamente con l'utilizzo di ergometri.

Come si esegue un Test da sforzo?

Il segnale che viene analizzato è l'elettrocardiogramma a 12 derivazioni. Per rendere possibile lo sforzo vengono utilizzati gli ergometri Cyclette, treadmill o tappeto rullante, con carichi di lavoro incrementali a gradini di varia durata (2-3 minuti), allo scopo di raggiungere la massima frequenza teorica (220-età) per eviden-

prosegue a pag. 4 →

Questioni di Cuore

← segue da pag. 3

del test, quali:
 analisi della saturimetria periferica (utile nella dispnea da sforzo); analisi dei gas espirati (ergo spirometria), particolarmente utile nell'identificare il grado di compromissione funzionale dei pazienti con scompenso cardiaco e dare indicazioni sulla terapia, o a impianto di sistemi di supporto ventricolare;
 scintigrafia miocardica da sforzo, abbinando alla prova da sforzo l'iniezione di un tracciante radioattivo (di solito tecnezio) per evidenziare presenza di ischemia miocardica e/o vitalità;
 ecocardiogramma da sforzo/ecostress farmacologico, con analisi sia dell'elettrocardiogramma che della componente contrattile del cuore e valutando l'eventuale peggioramento delle valvulopatie o la presenza di ostacoli allo svuotamento del ventricolo sinistro.

Ci sono delle condizioni in cui tale esame da scarse informazioni?

Il segnale analizzato è l'elettrocardiogramma ed in particolare il segmento

ST indicativo della ripolarizzazione ventricolare che in caso di ischemia si sottoslivella o soprasslivella, in presenza di blocco di branca specie sinistro tale segmento è già di base modificato, così pure in presenza di severe ipertrofie ventricolari sinistre con sovraccarico o in caso di cardiomiopatie ipertrofiche per cui non è possibile fornire informazioni sull'ecg ma solo sui sintomi del paziente.
 Il paziente con marcata compromissione funzionale e la presenza di severa arteriopatìa arti inferiori (crampi agli arti quando si cammina) limitano fortemente il valore del test

Quando ripetere il test da sforzo?

Mentre per il cardiopatico la visita cardiologica annuale con ecg rappresenta un momento fondamentale, per gli esami strumentali (test da sforzo, ecg dinamico, holter, ecc) non esiste necessità né utilità di una ripetizione automatica, ma è prima necessario un giudizio clinico sulla necessità e utilità di quell'esame.
 Invece in caso di comparsa di nuovi sintomi è opportuna una valutazione cardiologica in tempi brevi o l'accesso in Pronto Soccorso.

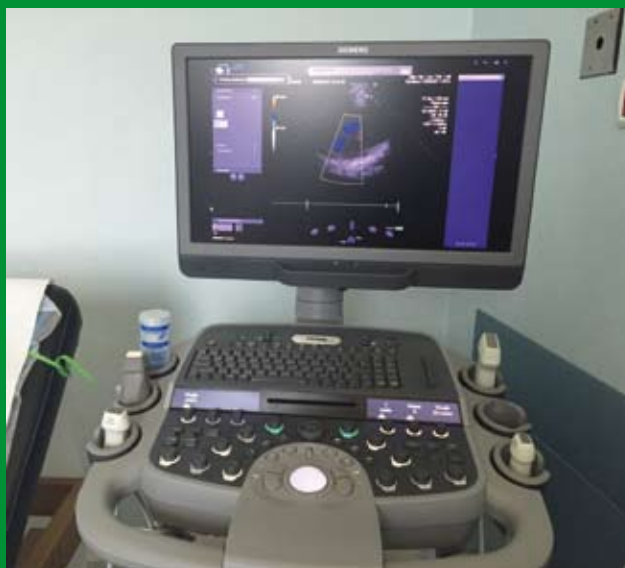
Le nostre condoglianze al Dottor Giancarlo Piovaccari



Si è spenta lo scorso 23 luglio, all'età di 102 anni, la Signora Linda Casamenti in Piovaccari, madre del Dottor Piovaccari, alla quale il nostro giornale ebbe il piacere di dedicare un servizio due anni fa, in occasione dei festeggiamenti per il suo 100° compleanno.
 Al Dottor Piovaccari e agli altri famigliari, il cordoglio sincero e commosso di tutti i noi dell'Ascor, insieme al sentito ringraziamento per aver disposto una raccolta di fondi a favore della nostra Associazione durante le onoranze funebri.

L'Ascor e la Cardiologia devono molto alla benefattrice Ines Stella Casalbani

Dopo avere donato nel 1015 un ecocardiografo di ultima generazione alla Cardiologia dell'Ospedale di Rimini, l'Ascor... si ripete. Nei giorni scorsi, infatti, la nostra Associazione ha formalizzato l'acquisto di un identico apparecchio, anch'esso donato all'Unità Operativa Cardiologia di Rimini, per essere utilizzato dai cardiologi che quotidianamente operano presso l'Ospedale di Santarcangelo di Romagna.
 L'Ascor ha così avuto un ruolo decisivo nel contribuire alla realizzazione di un importante obiettivo postosi dal Dottor Giancarlo Piovaccari: garantire ai pazienti necessitanti di un'ecocardiografia presso l'Ospedale di Santarcangelo, la medesima "ecel-



lenza qualitativa" riservata a chi si sottoponga allo stesso esame all'Ospedale di Rimini.
 Se queste due significative donazioni sono state possibili, ciò lo si deve al generoso lascito testamentario a favore dell'Ascor disposto dalla Signora Ines Stella Casalbani, che merita l'immensa gratitudine nostra e dei tanti che già beneficiano, e continueranno a beneficiare in futuro, della sua grande generosità.
 Una generosità alla quale l'Ascor dedicherà un piccolo ma significativo gesto di gratitudine, in occasione della prossima cerimonia di consegna dell'ecocardiografo destinato all'ospedale di Santarcangelo.

L'angolo della dietista

ESTATE....VOGLIA DI FRUTTA



Dott.ssa Vittoria Salvatori

In estate troviamo una varietà di frutta superiore rispetto alle altre

stagioni.

È importante consumare i prodotti che la natura ci offre nelle sue stagionalità ; la frutta che risulta maturata naturalmente ,cioè “sull’albero” è più saporita, più sana ed economica.

Con il caldo siamo attratti dalla frutta perché ci disseta, ci rinfresca e quindi ne consumiamo molta, ma attenzione... la frutta oltre le fibre , le vitamine e i sali minerali ,contiene zuccheri quindi , per chi ha problemi di sovrappeso o di diabete, la deve consumare con moderazione.

Ora esaminiamo la frutta estiva con più precisione.

COCOMERO: conosciuto anche come Anguria o “Melone d’acqua”, è il frutto che contiene la maggiore percentuale di acqua, cioè il 95,3%. Lo zucchero presente è solo il 3-4% su 100 gr. di parte edibile. Quindi è un frutto molto valido come dissetante ed è indicato anche nelle diete dimagranti. Ha scarso apporto di vitamine e sali minerali.

ALBICOCCA: Nessun frutto contiene dosi così elevate di Potassio e Carotene, la sostanza che l’organismo utilizza per la formazione di Vitamina A. L’azione lassativa è favorita dalla presenza di un particolare zucchero, il Sorbitolo.

CILIEGIA: È uno dei frutti più piacevoli da vedere e da gustare. È ricca di sali minerali e oltre ad essere diuretica , è lassativa e va masticata molto bene in quanto la quantità della buccia è alta ed è più facile digerirla.

MELONE: Ne esistono molte varietà: a forma sferica, con buccia reticolata a polpa gialla, con buccia liscia e

sottile, però la composizione è all’incirca simile. Oltre alla percentuale di acqua (90% circa) e una piccola percentuale di zuccheri (3%), contiene Vitamina C e Potassio.

PESCA: Frutto succulento e profumato. La quantità di acqua è alta (90%) e il contenuto zuccherino varia dal 6% al 12% secondo il grado di maturazione e secondo le varietà.

Data l’alta percentuale di acqua di questa frutta voglio fare qualche considerazione importante e utile soprattutto per chi sta seguendo un’alimentazione controllata (cioè una dieta):

- essendo ricca di acqua si tende ad assumerla in quantità elevate per dissetarci
 - meglio consumarla lontano dai pasti
 - la quantità giornaliera varia da persona a persona, ma la media è circa 800 gr. (provate a pesarla...)
 - per reintegrare l’acqua persa con il sudore oltre alla frutta, bere acqua e mangiare anche tanta verdura.
- Buona estate a tutti voi!!!

CON L'ASCOR... A SCUOLA DI BENESSERE E SALUTE

Ancora una volta, nel corso dell’anno scolastico 2016-2017, l’Associazione Sostenitori Cardiologia Ospedaliera Riminese ha partecipato al Progetto “Scuola Benessere Salute”, promosso dal Dipartimento di Scienze per la Qualità della Vita dell’Università di Bologna-Campus di Rimini, insieme a Comune di Rimini, Ufficio Scolastico Provinciale, Uni.Rimini Spa, Coni Provinciale, Ausl Romagna-Rimini.

La promozione e l’incentivazione di corretti stili di vita (alimentazione e attività motoria in particolare), è da alcuni anni lo scopo dell’iniziativa rivolta agli studenti e agli insegnanti di scuola media inferiore degli Istituti Scolastici riminesi (“Alighieri”, “Bertola”, “Centro Storico”, “Marvelli” e “Miramare”) nonché ai genitori dei ragazzi.

Il contributo della nostra Associazione è consistito nel partecipare al “Gruppo di Progetto” e, soprattutto, nel garantire la presenza del cardiologo-relatore ad ognuno dei cinque incontri con le famiglie, grazie alla disponibilità dei Dottori Antonio Destro, Flavio Bologna



e Pierluigi Semprini.

Alla “Giornata dello sport”, il festoso evento finale svoltosi in una splendida mattinata di sole allo Stadio Romeo Neri, l’ASCOR è stata poi presente col suo gazebo (vedi foto), all’ombra del quale trovavano riparo Antonio Baccini, Nando Piccari e Antonio Destro...con l’immane defibrillatore.

Grazie all'Ascor, la spiaggia libera è più sicura. Come pure la spiaggia di Bellariva, per merito della Nuova Romagna Balneare

Anche quest'anno l'ASCOR-Onlus ha fornito il defibrillatore (DAE) destinato a coprire le eventuali necessità di soccorso sia sul tratto di spiaggia libera di Rimini che nella retrostante area del Porto canale. A consegnare il DAE agli addetti della "Cooperativa Salvataggio" operanti sulla spiaggia libera hanno provveduto il Vicepresidente Ascor, Cav. Damiano Mongiello ed il Tesoriere, Ing. Gabriele Cucchetti.

Nella malaugurata evenienza di un arresto cardiaco, la spiaggia libera è così dotata delle stesse potenzialità di soccorso presenti nella restante parte dell'arenile, organizzata in "bagni". Questo grazie alle disposizioni normative vigenti, alle quali è auspicabile si aggiunga la sempre più diffusa prassi a non limitare l'utilizzo del defibrillatore alla porzione di spiaggia ed agli orari strettamente connessi all'attività balneare.

Per questo l'ASCOR ha volentieri fornito in dotazione il defibrillatore che rimarrà collocato tutta l'estate



nella torretta del "salvataggio" antistante il Bagno 86/a, assecondato così l'encomiabile sensibilità dei ragazzi della "Cooperativa Nuova Romagna Balneare", i quali non si sono "accontentati" dell'ordinanza ufficiale che non prevedeva l'obbligo del defibrillatore anche in quella torretta.

Il prezioso strumento salvavita (vedi foto 2) è stato consegnato dal Vicepresidente Damiano Mongiello, accompagnato dai Consiglieri Antonio Baccini, Olga Giardi e Luciano Monti (che però non compare... perché impegnato a scattare la foto). A riceverlo Luca Piccari, Responsabile Servizio Salvamento della Cooperativa, insieme al collega Augusto Matteini e al bagnino dello stabilimento, Maurizio Roggi.



La parrocchia di San Raffele è cardioprotetta

Con una semplice ma suggestiva cerimonia, lo scorso 14 maggio è stato inaugurato presso il Circolo ANSPI (Associazione Nazionale San Paolo Italia) della Parrocchia di San Raffaele Arcangelo, a Rimini, un defibrillatore il cui donatore ha chiesto di non essere citato. L'ASCOR, che ha fornito la consulenza tecnica all'installazione tramite il Dott. Antonio Destro ed ha donato cinque iscrizioni al corso di abilitazione al primo soccorso, ha presenziato all'evento con il suo Vicepresidente, Cav. Damiano Mongiello, il Tesoriere Ing. Gabriele Cucchetti e lo stesso Dott. Destro.



Come il movimento può influire sul sistema cardio-circolatorio

Conversazione con la Dott.ssa Antonella Serafini, Insegnante di attività motorie

Quali sono gli effetti del movimento sul sistema cardio-circolatorio?

Il movimento, soprattutto se svolto in maniera sistematica e giustamente calibrato, produce nel nostro organismo una serie di adattamenti e trasformazioni, che lo rendono capace di prestazioni sempre più elevate. Noto ed evidente è il contributo che l'allenamento reca all'apparato muscolo scheletrico: migliora la forza, l'elasticità muscolare, la consistenza delle ossa. Meno si sa sugli effetti che un buon movimento produce su muscolo cardiaco e apparato circolatorio. Ne elenco qualcuno: il cuore cambia la sua forma, diventa più grande e le cavità interne (atri e ventricoli) aumentano di volume; le pareti del cuore si ispessiscono; aumenta la

quantità di sangue messa in circolo in un minuto (gittata sistolica); le pulsazioni diminuiscono, sia a riposo che durante il lavoro fisico; aumenta la capillarizzazione muscolare che assicura una migliore nutrizione e irrorazione e d'altra parte l'eliminazione di scorie prodotte dalla contrazione muscolare

Come vengono eliminate queste scorie?

Attraverso il sistema venoso il sangue, povero di ossigeno e ricco di scorie, torna al cuore per poi andare ai polmoni e ricaricarsi di ossigeno. A differenza della circolazione arteriosa, che si irradia in tutti i distretti corporei grazie alla spinta del cuore, il sistema venoso, per permettere al sangue di tornare dalla periferia al centro, viene influenzato dalla



“contrazione muscolare”.

È per questo che il movimento migliora tutta la circolazione?

Certo, il movimento muscolare comprime le vene profonde degli arti inferiori e spinge il sangue verso il cuore.

Questa azione di pompa è molto importante; se è poco efficiente ce ne accorgiamo

perché le gambe si gonfiano, diventano pesanti e doloranti! Ma accanto a questo sistema c'è, non meno importante e dipendente anch'esso dal movimento muscolare, il “sistema linfatico” costituito da un complesso reticolo di vasi che portano ovunque i preziosi liquidi di cui il corpo umano ha bisogno e raccolgono dai tessuti i liquidi in eccesso non completamente



ma è messo in moto dalla contrazione dei muscoli corporei che, agendo con una compressione sui vasi linfatici, spingono la linfa e ne evitano il ristagno. La linfa raggiunge le ghiandole linfatiche, qui avviene una sorta di sua purificazione e ritorna nel sistema sanguigno. Nel corpo umano sano non supera i due litri e mezzo, ma in un corpo malato raggiunge un volume decisamente elevato, addirittura fino a venti litri.

Quindi il mio consiglio è adottare uno stile di vita attivo, le camminate sono importanti come lo è una attività di movimento in palestra con esercizi mirati, guidati da un professionista per rendere il movimento più armonico, meno affaticante e utile al miglioramento di tutte le funzioni motorie quotidiane.

assorbiti dal sangue (acido lattico, batteri), svolgendo un'azione di drenaggio dei tessuti da liquidi e sostanze di scarto.

Qual è dunque il legame tra il sistema linfatico e l'apparato muscolare?

Al pari del sistema venoso, anche il linfatico non ha una pompa di spinta, come lo è il cuore per il sangue,

La pagina della poesia

E' suris

*Sla sinéstra, sòta e brac de su om
e sla destra, pugèda m'un bastóm,
a sint cla dis :
Menghe, te tal cnoss ma quel chi le' ?
L'e' la terza volta che e pasa di che'
e tót al vòlte um fa un gran suris.
At diro' che sta ròba l'an mi piis.
Sa tót quel c'us sint a di'!
Vléma turne' indri ?
E me? A surid; a surid ma tot,
bell e brót.
A surid e a vosa elta a chent,
benche' stunèd da to e sentiment.*

Dò dutur amig adl'Ascor

Il sorriso

*Con la mano sinistra sotto il braccio del suo uomo
e la destra, appoggiata su un basto-
ne,
sento che dice :
Domenico, tu lo conosci a quello li' ?
È la terza volta che passa da qui
e tutte le volte mi fa un gran sorriso.
Ti dirò che la cosa non mi piace.
Con tutto quello che si sente dire!
Vogliamo tornare indietro?
Ed io? Sorrido, sorrido a tutti,
belli e brutti.
Sorrido e a voce alta canto,
benché stonato da far svenire.*

Due medici amici dell'Ascor



Ricordi...

*Cullami ancora o terra mia bella
con la musica delle onde del mare,
dello stormire delle fronde,*

*e con la melodia
delle campane rintoccanti a festa,
nel paesello cadente e desolante...*

*Mentre la mia infanzia
scivolava via, nell'aria aleggiava
un profumo di zagara.*

*E maggio puntualmente
portava
le lucciole con lanterne
intermittenti
che rincorrevo festoso per
le vie...*

*Annoiato, udivo tutto il
di,*

*con la calura estiva,
il frinire strepitoso delle cicale.*

*Ricordo ancora i contadini
affrettarsi verso i campi,
già biondeggianti di grano,*

*al vespero calavano a frotte,
grondanti di sudore, stanchi e contenti,
con la schiena curva ed annerita dal sole.*

*Nel sobborgo aspro ed assolato
iniziava così la mia fanciullezza,
sognando un futuro fantastico....*



Emilio Giovanni Paparo

(Estratta dal racconto
inedito "Terra bruciata")