



Magazine di ORAS spa

WE CARE

Check Up di ORAS

Da quasi vent'anni ORAS è eccellenza anche nella prevenzione: parla il medico che ha fatto grande il check up.

Osteoporosi

L'ambulatorio di endocrinologia aiuta ogni anno centinaia di pazienti: vediamo come si cura l'osteoporosi in ORAS

Street Art

Gli artisti sono i pazienti di ORAS: grazie ad un progetto di street art hanno completato una vera opera d'arte.

In questo numero:



04

Check Up di Oras

Da oltre vent'anni è un servizio di prevenzione di eccellenza: ce ne parla il medico che l'ha avviato

09

Move it

Un progetto europeo a favore di pazienti con disabilità cognitive

10

Cos'è stato Klick's on Ways

Cronaca di un viaggio speciale, di un evento memorabile e di una giornata da ricordare

14

Poliambulatorio ORAS

Tutti i numeri della specialistica ambulatoriale di ORAS

16

Street art: gli artisti sono i pazienti

Un progetto che ha coinvolto i pazienti dell'Unità Spinale di ORAS ha prodotto una vera opera d'arte

18

Attività fisica e benessere

Il contributo degli Amici del Cuore ci spiega i vantaggi di svolgere attività fisica continuativa

20

Ambulatorio di endocrinologia in ORAS

L'osteoporosi: cos'è, come si riconosce e come si cura qui in ORAS, eccellenza veneta in questo campo





Un'estate caldissima

Questa del 2023 è un'estate calda non solo dal punto meteorologico. Anche per il nostro ospedale si prepara un periodo "caldo", che introdurrà diverse novità a lungo attese, sia dal nostro personale che dagli utenti e pazienti dell'Ospedale.

Di sicuro, la più importante delle novità in arrivo è probabilmente l'introduzione ormai prossima di una nuovissima risonanza magnetica, che sarà in grado di potenziare in maniera significativa l'efficienza e l'offerta diagnostica del nostro Ospedale.

Sarà un'apparecchiatura di ultima generazione in grado di aumentare notevolmente la capacità prestazionale di ORAS, e di fornire un aiuto concreto alle esigenze non solo di tutta

l'azienda sanitaria ULSS 2, ma anche di tutti i cittadini del territorio. Tuttavia, su questo tema torneremo in futuro, con abbondanza di notizie. I lavori stanno per essere avviati, e si prevede che entro il primo semestre del 2024 la nuova risonanza sarà completamente operativa.

Abbiamo installato in ORAS un nuovo locker di Amazon: questa iniziativa è nata accogliendo i suggerimenti raccolti nell'ambito del progetto di ascolto finalizzato al benessere organizzativo, per favorire ulteriormente la conciliazione dei tempi di vita e di lavoro. È dunque il frutto di attenzione nei confronti delle persone che trascorrono molto tempo in ospedale, dipendenti, ma anche pazienti.

Inoltre, a rendere ancora più "caldo" questo periodo, stiamo pensando ad una serie di iniziative che prenderanno il via a partire dal 2024, nell'ambito delle celebrazioni del compleanno di ORAS. L'Ospedale riabilitativo compie infatti vent'anni, e ci stiamo preparando a celebrarlo insieme a tutti voi.

Dunque, molte cose bollono in pentola, ma per il momento concentriamoci sull'estate che sta arrivando al suo culmine. Auguro a tutti voi buone vacanze, da trascorrere rilassandovi con amici e famiglia.

Dott.ssa Orianna Romanello
Amministratore Delegato ORAS

Da quasi 20 anni: Il Check Up di ORAS

Il primo check up medico erogato da ORAS è stato nel 2005, subito dopo che l'Ospedale di Motta divenne un Ospedale Riabilitativo di Alta Specializzazione.

Se ne ricorda bene il **dott. Quirino Messina**, medio internista, già primario di medicina interna in ORAS, mentre cerca sul suo computer il primo referto mai prodotto di un Check Up Medico nell'Ospedale.

“Siamo stati pionieri di questo servizio, in provincia di Treviso.”
Spiega, mentre scorre con il mouse la storia del Check Up di ORAS “Nel 2005 il check up medico era un servizio che pochi offrivano, forse due strutture, una delle quali era ORAS. Da quel momento, ci siamo specializzati, ampliando l'offerta di esami e prestazioni e completando il servizio con i check up Cardiologico e Pneumologico.”

Ma il “re” dei check up rimane quello medico.

“Esatto. Il check up medico che offriamo oggi è davvero completo. Questo check up si avvale di un coordinatore internistico il quale ha la funzione di mettere insieme tutte le varie visite specialistiche che fa il paziente, dagli esami radiologici a quelli del sangue, e alla fine produce una relazione conclusiva per il paziente e per il medico curante.

I vantaggi del check up sono evidenti: si tratta di una serie di esami che si svolgono tutti nell'arco di poche ore, generalmente quattro, per cui parliamo di una mezza giornata, ma si tratta di prestazioni che, prenotate singolarmente, richiederebbero settimane per essere svolte. Inoltre il check up è organizzato in modo tale che il paziente venga accompagnato da una hostess per svolgere gli esami e le visite specialistiche in modo veloce e mirato.”

*Un servizio di prevenzione
utile, esclusivo, rapido e
completo: andiamo alla
scoperta del Check Up di
ORAS*



Il fattore tempo è importante!

“Si tratta probabilmente del più grande vantaggio del Check Up: oggi il tempo è un bene prezioso, soprattutto in relazione agli impegni di lavoro e di famiglia. Per questo il Check Up si adatta bene a figure professionali costrette ad una attività lavorativa intensa come manager, direttori d'azienda, professionisti che hanno poco tempo da dedicare alla salute e che in poche ore possono avere un quadro completo del proprio stato fisico. Negli ultimi anni abbiamo riscontrato sempre più una maggiore richiesta da parte di queste categorie, che apprezzano la velocità, in primis, ma anche la qualità del servizio offerto da ORAS in termini di ospitalità e competenza.

Naturalmente, il check up pre-

ventivo si rivolge proprio a tutti gli individui che abbiano compiuto 40 anni.”

Con quante frequenza bisognerebbe fare un check up?

“Dipende dall'età del paziente: a partire dai quarant'anni questo tipo di controllo preventivo andrebbe fatto almeno ogni cinque anni. Poi, superati i cinquanta, la frequenza aumenta, e si richiede un controllo ogni due-tre anni e dopo i sessanta si preferisce fare un check up mirato ogni anno in modo tale da poter prevenire eventuali malattie.”

C'è differenza tra uomo e donna?

“Certamente. La prevenzione si fa anche con gli esami del sangue, per cui per quello che riguarda il Check Up ci sono

esami specifici, soprattutto dopo i 50 anni nell'analisi di determinati marcatori che si differenziano tra uomo e donna. Il Check Up di ORAS tiene ben conto anche di queste differenze, per questo diciamo sempre che questo strumento preventivo è sviluppato su misura del paziente perché tiene conto di ogni individuo singolarmente.”

Come termina la giornata di check up?

“Il nostro Check Up finisce nell'arco di quattro o cinque ore. Al termine delle visite il paziente riceverà immediatamente i referti degli esami specialistici e diagnostici effettuati durante la giornata. Dopo due o tre giorni, invece, riceverà via mail o in formato cartaceo la relazione clinica conclusiva, con la visita internistica e gli esami del san-



Dott. Quirino Messina

gue. Nello spazio di tre giorni, dunque, il paziente avrà un quadro completo di tutto quello che ha fatto e che dovrà fare.”

COME FUNZIONA IL CHECK UP

Il check up medico completo è suddiviso in varie fasi, che il paziente svolge nell’arco di poche ore seguito da un team di professionisti dedicati.

- **Colloquio preliminare:** questa fase serve a tracciare un profilo del paziente ed impostare il percorso del check up.
- **Visite specialistiche:** oltre alla visita cardiologica e alla visita internistica finale, il paziente eseguirà anche la altre visite specialistiche.
- **Esami strumentali cardiologici:** vengono eseguiti un Elettrocardiogramma, un’Ecocolor-dopplergrafia cardiaca bidimensionale, un test ergometrico al cicloergometro o al treadmill e talvolta un test da sforzo cardiopolmonare.
- **Esami di imaging:** al paziente vengono proposti alcuni esami di diagnostica per immagini: si tratta di esami ecografici total body, Rx-torace, ecografia mammaria per le donne sotto i 40 anni ed una mammografia per le donne sopra i 40 anni.
- **Esami di laboratorio:** vengono eseguiti esami del sangue, delle urine e di ricerca del sangue occulto nelle feci dopo i 50 anni per indagare su una serie di parametri che vanno dall’emocromo, alla funzionalità metabolica, a quella renale ed epatica, alla PCR, alla VES, all’Elettroforesi proteica, alla funzionalità tiroidea e ai marcatori di malattie.

DOMANDE FREQUENTI SUL CHECK UP:

1) Perché fare il check up medico?

Il check up medico ha lo scopo di fotografare, in poche ore, lo stato di salute del paziente, si inserisce pertanto nella politica di prevenzione primaria e secondaria, che rappresenta la migliore strategia per ridurre l'incidenza e le complicazioni delle principali malattie del nostro tempo.

2) A quale età si consiglia il 1° check up?

In un paziente apparentemente sano solitamente si consiglia a partire dai 40 anni.

3) Quali visite e quali esami vanno inseriti di solito nel check up?

La visita internistica e la visita cardiologica. Gli esami bioumorali di routine (emocromo, PCR, glicemia, parametri epatici, renali, assetto lipidico, elettroliti, elettroforesi proteica e TSH), l'esame urine completo, la radiografia del torace e l'ecografia dell'addome completo.

4) Ci sono altre indagini da fare per una diagnosi precoce dei tumori?

Sì, queste indagini vanno eseguite in maniera mirata e più avanti negli anni, sempre su prescrizione medica.

5) Quali sono le indagini più comuni?

Mammografia e Pap-test per le donne, PSA per gli uomini, ricerca del sangue occulto nelle feci per entrambi.



10 BUONE RAGIONI PER SCEGLIERE IL CHECK UP DI ORAS

PRENOTA IL TUO CHECK-UP: Dal lunedì al venerdì, dalle 8:30 alle 13:30 - tel. 0422 28 74 11 - mail: checkup@ospedalemotta.it

IL TEMPO:

Fai in poche ore gli esami che altrove occuperebbero giorni: costruisci in un'unica mattinata in ORAS un futuro di sicurezza



TECNOLOGIA:

Gli esami sono estremamente accurati e affidabili, grazie a una dotazione tecnologica d'eccellenza, sempre aggiornata



RAPIDITÀ:

Tempi di attesa estremamente rapidi: tra la prenotazione e la prestazione passano solo pochi giorni



IMMEDIATO:

I referti delle prestazioni specialistiche vengono consegnati immediatamente. I risultati degli esami bioumorali e la relazione finale, verranno consegnati pochi giorni dopo



SPECIALISTI:

ORAS garantisce la massima competenza professionale dei propri specialisti, grazie a un approccio multidisciplinare di presa in carico



UNICO:

Il tuo check-up è personalizzabile: avrai la possibilità di arricchirlo con prestazioni aggiuntive in funzione delle tue esigenze personali



MASSIMA ATTENZIONE:

Un professionista dedicato esclusivamente a te ti accompagnerà lungo tutto il percorso



FOLLOW UP:

Ai check-up segue un programma di follow-up per monitorare il paziente periodicamente negli anni successivi



COMODO:

Gli spazi dedicati al Check-Up offrono il massimo comfort, rispettando la privacy



CONVENZIONABILE:

ORAS offre alle aziende la possibilità di stringere forme diverse di convenzione per i dipendenti



6) *Avere un fattore di rischio significa essere malati?*

No, però i fattori di rischio modificabili (fumo, alcool, abitudini alimentari incongrue, obesità e sedentarietà) andrebbero eliminati perché, a lungo termine, potrebbero causare importanti patologie.

7) *Quali altri esami e visite specialistiche vanno inserite nel check up?*

Le ulteriori indagini biumorali, strumentali e visite specialistiche verranno concordate previo colloquio tra il medico coordinatore del check-up ed il paziente, in base all'età ed alle eventuali richieste motivate.

8) *Dopo quanti anni è opportuno ripetere il check up?*

Se il primo check up è risultato nella norma in assenza di fattori di rischio va ripetuto almeno ogni 5 anni fino ai 50 anni e dopo ogni 2 anni; se presenti fattori di rischio ogni 2-3 anni prima dei 50 e ogni anno dopo i 50.

9) *Quando è indicato l' elettrocardiogramma da sforzo?*

L'esame è prescrivibile a tutte le persone che svolgono attività sportiva, è obbligatorio per conseguire l'idoneità sportiva agonistica, è consigliato nei diabetici, perché sotto sforzo il cuore viene messo alla prova e quindi più facilmente si possono rivelare disturbi elettrici e patologie cardiache. Il cardiologo stabilisce l'opportunità di eseguire l'esame, valutando sia le condizioni cliniche sia l'età della persona.

10) *A chi ci si rivolge per il check up?*

Il medico internista è la figura di riferimento per questo tipo di check up, perché l'internista ha una visione globale, pertanto è in grado di approfondire e di fornire una sintesi tramite la relazione clinica conclusiva.



Move It: una app per promuovere l'esercizio attraverso il gioco per persone con disabilità cognitive

ORAS è impegnato su più fronti anche nell'ambito della ricerca e dell'innovazione, come è anche approfondito nelle pagine di questo numero di We Care.

Uno dei progetti Europei di cui il nostro Ospedale è partner si chiama MOVE IT, e include, oltre alla nostra struttura, l'Università Politecnica di Valencia, che è a capo del progetto, l'Istituto Valenciano di attenzione Socio-Sanitaria, la cooperativa di educazione e riabilitazione portoghese Cercioeiras e l'Università Artica della Norvegia.

Questo pool di partner internazionali si propone di realizzare SORTERIUS, un'applicazione digitale che sarà scaricabile sugli smartphone dei pazienti in grado di aiutare le persone con disabilità cognitive congenite o acquisite a praticare quotidianamente esercizio fisico attraverso il gioco.

Il target del progetto, però non sono solo le per-

sone con disabilità, ma anche caregiver e professionisti della riabilitazione. Da una parte, MOVE IT intende realizzare un contenitore di giochi elettronici capaci di stimolare le proprietà cognitive dei pazienti e produrre, attraverso la tecnica della gamification, un sistema di esercizi che i pazienti, affiancati dai loro familiari e caregiver, potranno svolgere in autonomia.

In questo modo, non solamente i pazienti potranno svolgere e mantenere uno stile di vita attivo anche a casa, grazie all'implementazione di routine giornaliere suggerite dall'applicazione, ma il progetto promuoverà anche l'uso di queste tecnologie ormai quotidiane anche per svolgere attività riabilitative.

Il progetto è in corso e vedrà la sua conclusione ad aprile 2024.



move IT



Co-funded by
the European Union

COS'È STATO

KLICK'S ON WAYS

Centinaia di persone hanno accolto l'arrivo di dieci viaggiatori, al termine di un'impresa davvero eccezionale: l'attraversamento in carrozzina di oltre quattrocento chilometri in Veneto, da Negrar di Valpolicella a Motta di Livenza, sotto la pioggia, al vento, con il sole. Vi raccontiamo la loro storia.





”

Abbiamo fatto questo viaggio per noi, per voi, per chi partirà il giorno dopo averci incontrati e per chi si incamminerà tra dieci anni.

Il 26 maggio è stato un giorno del quale ci ricorderemo a lungo, in ORAS: in quella data, infatti, si è svolto KLICK'S ON WAYS, l'evento celebrativo che ha accolto dieci viaggiatori al loro arrivo da un percorso che li ha portati ad attraversare il Veneto in carrozzina per oltre quattrocento chilometri.

Si è trattata di un'avventura bella e incredibile che ha coinvolto persone con disabilità e ciclisti uniti da un obiettivo comune: comunicare l'accessibilità e le bellezze della nostra regione.

Chi segue ORAS sui social e che legge le news nel nostro sito conosce già la storia, ma la vogliamo raccontare un'altra volta comunque, per i lettori di We Care.

COS'È KLICK'S ON WAYS

Klick's on Ways è un'iniziativa nata nel 2022 ad opera di Free Wheels, un'associazione che promuove percorsi ed itinerari accessibili. Il suo presidente Pietro Scidurlo e i suoi compagni avevano percorso l'Emilia Romagna viaggiando su carrozzine alimentate da un corpo motore chiamato Klick, realizzato ad opera di Andrea Stella, l'imprenditore che ha affiancato ORAS nel progetto Vela 4 All, sempre nel 2022.

Grazie a questo innesto motorizzato le carrozzine delle persone con disabilità hanno la possibilità di affrontare percorsi anche offroad, godendo di buona autonomia. Per questo i partecipati a Klick's on Ways hanno deciso di compiere l'impresa: attraversare una regione italiana ogni anno, visitando di volta in volta gli ospedali con Unità Spinali in ogni regione, portando a pazienti, familiari, medici e operatori un messaggio di accessibilità, speranza e inclusività.

Nel 2023 il loro percorso ha visto come protagonista il Veneto in un viaggio partito da Negrar di Valpolicella e che si è concluso a Motta di Livenza, proprio qui in ORAS.

Ai primi di maggio di quest'anno, il gruppo ha presentato il proprio progetto a Palazzo Balbi, in conferenza stampa con la Giunta della Regione Veneto, accompagnato dal presidente di ORAS il prof. Paolo

Pauletto che ha promesso in quell'occasione "un'accoglienza davvero straordinaria" ai viaggiatori in occasione del loro arrivo nella nostra struttura. Durante la conferenza stampa, i viaggiatori hanno anche annunciato che il loro gruppo avrebbe accolto anche una personalità d'eccezione: la madrina dell'edizione 2023 Jesusleny Gomes, imprenditrice appassionata di sport e famosa per aver percorso a piedi tutti i 574 comuni del Veneto.

IL VIAGGIO

I viaggiatori di Klick's on Ways sono partiti da Negrar di Valpolicella sotto un cielo plumbeo e minaccioso di pioggia, visto il maggio che quest'anno ha negato gran parte della primavera nella nostra regione. Tuttavia, un viaggio è un viaggio, e non può essere certo fermato per le condizioni del tempo, per cui il gruppo è partito dopo una visita all'unità spinale dell'Ospedale di Negrar, diretto verso Verona.

Il loro percorso li ha portati ad attraversare Verona, Lonigo, Vicenza, Camposampiero, Dolo, Monastier, Eraclea e Motta di Livenza, partendo con la pioggia, come abbiamo detto, ma vedendo via via il tempo migliorare ad ogni tappa.

Durante il loro percorso, i Klick's On Ways hanno visitato luoghi e aziende, ospedali e amministrazioni, salutando e facendo conoscenza con la gente veneta e la sua ospitalità.

Per alcuni di loro si è trattata di una conferma, ma molti dei partecipanti all'iniziativa, venendo da tutta Italia (Sicilia, Sardegna, Lombardia, Piemonte), hanno visitato il Veneto per la prima volta, rimanendone colpiti e sorpresi, non solamente dall'accoglienza ricevuta, ma anche dal grande valore paesaggistico e infrastrutturale che la nostra regione offre in campo di accessibilità (per quanto molto lavoro sia ancora da fare, in questo campo).

Il viaggio di Klick's On Ways è durato otto giorni, al termine del quale, dopo un ingresso trionfale a Motta di Livenza, i protagonisti si sono concessi una visita a Venezia.

LA GIORNATA IN ORAS

Al loro arrivo a Motta di Livenza i viaggiatori avvertivano la stanchezza del viaggio che stava terminando. I dieci riders, accompagnati dal loro staff, si aspettavano di incontrare una delegazione dell'amministrazione della città di Motta di Livenza in piazza Luzzatti davanti al municipio, per poi accedere direttamente in Ospedale e visitare il



reparto di Unità Spinale di ORAS.

Ma al loro arrivo la stanchezza si è trasformata in sorpresa e commozione quando in piazza hanno trovato ad accoglierli non solo i rappresentanti dell'amministrazione, ma un foltissimo gruppo di persone: ex pazienti di ORAS, rappresentanti delle tante associazioni di persone con disabilità del nostro territorio, passanti e cittadini interessati all'evento, rappresentanti delle realtà produttive del tessuto mottense, come la BCC Banca Pordenonese e Monsile, che ha partecipato come sponsor alle varie iniziative per festeggiare l'arrivo dei viaggiatori.

Ma soprattutto, ciò che ha maggiormente emozionato i riders di Klick's on Ways è stata l'accoglienza delle bambine e dei bambini delle classi 3^A, 3^B, 4^A e 5^A delle scuole primarie "G. Alessandro" di Motta di Livenza. I piccoli studenti hanno voluto dare il benvenuto ai viaggiatori con il loro entusiasmo e dei coloratissimi pon-pon di carta crepata realizzati con le loro insegnanti nei giorni precedenti.

A questo punto, questo festoso corteo si è mosso per arrivare in ORAS, dove ad accogliere la piccola folla, c'erano medici, pazienti, operatori, impiegati dell'Ospedale, rappresentanti delle Forze dell'Ordine e delle Forze Armate, il Sindaco di Motta

arch. Alessandro Righi, visitatori e curiosi.

Come aveva promesso il prof. Pauletto in conferenza stampa, l'accoglienza è stata davvero memorabile.

I viaggiatori hanno presentato il loro viaggio, raccontandone l'avventura, e in seguito si sono intrattenuti lungamente con i pazienti dell'U.O. Recupero e Riabilitazione funzionale – Unità spinale, ai quali hanno portato le loro storie di vita e di autonomia, raccontando di riabilitazione e di autoaffermazione.

La giornata di Klick's on Ways, però, non è finita lì: alla sera, grazie al prezioso contributo del Comune di Motta di Livenza, di BCC Pordenonese e Monsile e della Pro Loco di Motta, è stato possibile organizzare una serata speciale al patronato don Bosco, nella quale il gruppo di viaggiatori ha potuto raccontare il proprio viaggio alla comunità mottense grazie ad interventi e video. Infine, sul palco del patronato si è esibita la storica rock band trevigiana RADIOFIERA, per chiudere in bellezza una giornata davvero memorabile.



CENTRO PRENOTAZIONI ORAS



126 Medici
17 Specialità
oltre 200 prestazioni

1 poliambulatorio

Il poliambulatorio di ORAS ospita tantissime specialità per venire incontro alle richieste e alle esigenze dei cittadini che ogni giorno vengono nel nostro Ospedale per ricevere prestazioni sanitarie di alta qualità in molteplici modalità.

Ora sul sito di ORAS (www.ospedalemotta.it) trovate la pagina CENTRO PRENOTAZIONI, che vi facilita nella selezione della modalità di visita da scegliere per la vostra salute.

Infatti, l'Ospedale ha implementato sul suo portale una sezione che riporta comodamente tutti i numeri e le tipologie di prenotazione possibili nella nostra struttura.

PRENOTARE UNA VISITA O UN ESAME CON IL SERVIZIO SANITARIO NAZIONALE: per accedere a questo tipo di prestazione è sufficiente chiamare il CUP di ULSS 2 o direttamente

il numero ORAS 0422 145 8000 (dal lunedì al venerdì dalle 8:00 alle 18:00 e il sabato fino alle 13:00).

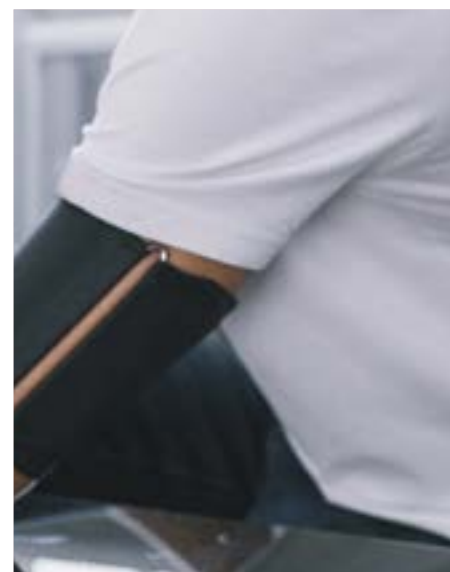
PRENOTARE UNA VISITA AMBULATORIALE FISIATRICA: per prenotare questo tipo di visita basta chiamare al numero ORAS 0422 28 73 11 dal lunedì al venerdì, dalle 10:00 alle 15:00.

PRENOTARE VISITE ED ESAMI IN LIBERA PROFESSIONE INDIVIDUALE: scegliete una visita in Libera Professione Individuale con il vostro medico di fiducia chiamando il numero ORAS 0422 145 8008 dal lunedì al venerdì dalle 8:00 alle 18:00, e il

sabato fino alle 13:00.

PRENOTARE UNA PRESTAZIONE A PAGAMENTO: Scegliete una prestazione tra le centinaia offerte dal poliambulatorio di ORAS chiamando il numero 0422 145 8008 dal lunedì al venerdì dalle 8:00 alle 18:00, e il sabato fino alle 13:00.

CHECK UP: veloce, completo, completamente su misura. Il Check-Up di ORAS è un servizio di alta qualità svolto da un team multiprofessionale per il vostro benessere. Prenotatelo al numero 0422 28 74 11



Prenotare visite ed esami:

PRENOTA CON SSN: **0422 145 8000**

PRENOTA IN LIBERA PROFESSIONE INDIVIDUALE: **0422 145 8008**

PRENOTA UN SERVIZIO A PAGAMENTO: **0422 145 8008**

PRENOTA UN CHECK UP: **0422 28 74 11**

PRENOTA IN AREA AMBULATORIALE FISIATRICA: **0422 28 73 11**

Street Art: gli artisti sono i pazienti di ORAS



La Street Art (o Arte Urbana) è una forma artistica nata come evoluzione del graffitismo, con il quale condivide non solo l'ambiente (e cioè il contesto urbano), ma anche alcune tecniche, come per esempio l'utilizzo delle bombolette spray, di stencil e di stickers, l'utilizzo di aerografi e disegni a mano libera.

Generalmente, questo tipo di arte, dal carattere popolare e dal forte valore di contestazione, viene realizzato in luoghi proibiti, come proprietà pubbliche o private, senza autorizzazioni o permessi, spesso addirittura in pochi minuti, o nell'arco di una notte.

Si tratta di una forma d'arte sempre più studiata e apprezzata, che ha visto tra i suoi più celebri esponenti in Banksy, Keith Haring, Jean Michel Basquiat, che sono diventate vere e proprie icone del pop espressivo.

Un po' di storia dell'arte urbana l'hanno studiata anche i nostri pazienti dell'Unità Operativa di Recupero e Riabilitazione Funzionale - Unità spinale, che hanno partecipato al corso-laboratorio organizzato con il supporto di Kantiere Misto, associazione culturale di Oderzo che si occupa di diffusione e promozione dell'arte urbana.

Il corso si è svolto in otto sessioni, da maggio a luglio, partendo dalla teoria, e dunque dallo studio dell'arte urbana, svolto dai volontari dell'associazione nei locali della palestra occupazionale.

Una volta circostanziato il tema, ed "informati" i pazienti, si è potuti passare alla pratica.

Durante le ore di laboratorio, i pazienti hanno potuto sperimentare l'utilizzo di varie tecniche, tra le

quali i colori spray e le modalità di uso delle bombolette, e la pittura con pennelli.

L'opera che è emersa ha preso il titolo di P&A=R (ovvero: Pazienza e Amore uguale Risultati), e ha visto coinvolti sei pazienti e due operatori di Kantiere Misto.

Una volta terminata l'esecuzione dell'opera i pannelli sono stati rifiniti da Alessandro "Spazio" Alemanno e Andrea La Noce (di K.M.) e restituiti all'Ospedale.

Qui, sono stati montati su un supporto ed esposti al pubblico a partire da martedì 25 luglio, giorno in cui l'opera è stata inaugurata alla presenza dei pazienti che l'hanno realizzata, dei medici e dei responsabili dell'amministrazione di ORAS, rappresentati dall'Amministratore Delegato dott.ssa Orianna Romanello e dal Presidente prof. Paolo Pauletto.

All'inaugurazione del mosaico hanno naturalmente partecipato anche le terapisti occupazionali che hanno seguito il gruppo durante lo svolgimento del progetto, e gli operatori dell'associazione Kantiere Misto.

"Per ORAS questa è una vera prima volta." ha annunciato il Presidente Pauletto "Abbiamo già ospitato mostre di vario genere, ma mai prima una vera e propria opera d'arte collettiva, ispirata alla Street Art, per giunta realizzata con così grande talento dai nostri pazienti. Di pareti, in ORAS, ce ne sono molte, e speriamo che questo sia solo il primo dipinto di una collezione più grande."

I pazienti si sono mostrati felici dell'accoglienza ricevuta dalla propria opera, e hanno speso qualche parola per commentare la loro creazione: "Per noi rappresenta la speranza che l'espe-

rienza riabilitativa qui in ospedale possa portarci non solo al rientro a casa, ma ad affrontare una nuova vita, e vincere nuove sfide. In ORAS si sta bene," hanno concluso "ma fuori si sta meglio."

"Lo scopo della riabilitazione è quello di restituire le persone alla società" ha voluto concludere il prof. Pauletto "e in questo senso l'arte è valida e antica come la medicina: entrambe celebrano le persone, le aspirazioni, l'autoaffermazione. Entrambe valorizzano l'individuo e il suo desiderio di completarsi."

L'opera è stata posta in un luogo di passaggio nell'area accettazione, e pertanto è visitabile da tutti gli utenti di ORAS.





ATTIVITA' FISICA E BENESSERE

L'attività fisica dovrebbe essere considerata una medicina e come tale dovrebbe essere prescritta dal Sistema Sanitario Nazionale anche perché è praticamente a costo zero.

La sedentarietà invece dovrebbe essere considerata una patologia vera e propria. Possiamo distinguere tre tipi di persone:

FISICAMENTE ATTIVI sono coloro che dichiarano di fare esercizi secondo le indicazioni dell'OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità): 30 minuti di attività fisica moderata per almeno 5 giorni alla settimana (camminata a passo veloce circa 4 Km/ora), oppure 20 minuti di attività giornaliera intensa (corsa) per almeno 3 giorni alla settimana, oppure coloro che hanno attività lavorative che richiedono sforzi fisici importanti.

PARZIALMENTE ATTIVI sono coloro che non svolgono attività lavorative pesanti praticano attività fisica senza raggiungere i livelli raccomandati dall'OMS.

SEDENTARI coloro che non svolgono le attività precedenti.

In Italia i tre gruppi si distribuiscono quasi in modo equo il che vuol dire che abbiamo circa 20 milioni di Italiani che non svolgono alcuna attività fisica regolare.

Tanti sono i benefici che l'attività fisica produce sulla nostra salute: mantiene in forma il cuore ed i vasi sanguigni riducendo i grassi, la glicemia e la pressione arteriosa, portando quindi ad una riduzione delle malattie cardiovascolari (infarto, ictus).

Rende i polmoni più efficienti, rinforza le ossa combattendo l'osteoporosi, rende più forti ed elastici i muscoli e le articolazioni riducendo fratture ed artrosi.

Studi recenti hanno dimostrato che l'attività fisica aiuta a ridurre le recidive anche in soggetti con particolari tipi di tumore per esempio soggetti con cancro al seno ed al colon.

Ma quello che più stupisce sono i benefici che il movimento apporta alla salute mentale.

Quando si dice "vado a fare due passi per scaricarmi"... Muoversi agisce in modo positivo sul tono dell'umore, rigenera, crea



benessere ed aiuta a prevenire la depressione e l'ansia, talvolta anche a curarle, associato al supporto psicologico e farmacologico.

Durante il movimento la contrazione dei muscoli produce delle molecole "miochine" che stimolano nel cervello la produzione di fattori che proteggono i neuroni cerebrali e favoriscono la connessione tra di loro.

Tutto ciò si traduce in un miglioramento della memoria, della concentrazione, e delle capacità di apprendimento e di ragionamento.

Ma nonostante che questi dati siano ormai noti i benefici dell'attività fisica non vengono sufficientemente attenzionati dagli operatori sanitari anche in persone con eccesso di peso o patologie croniche. Solo 3 intervistati su 10 riferiscono di aver ricevuto da Medici e Personale Sanitario il consiglio di fare attività fisica regolare e

quasi 4 su 10 di coloro che hanno eccesso ponderale o patologie croniche.

Questo è un danno per la salute dei cittadini (la sedentarietà è responsabile di 1 milione di decessi in Europa ogni anno) e per il Sistema Sanitario Nazionale. Si calcola che i costi sanitari diretti correlati con le 4 patologie associate alla sedentarietà ammontino a 1,6 Miliardi di Euro/anno.

In conclusione l'attività fisica è decisamente un "Medicina" da prendere sempre, dalla prima infanzia alle persone anziane e fragili, sempre adattata alle capacità individuali e sotto il controllo di un Operatore Sanitario.

Non è mai troppo presto ne troppo tardi, insomma, per fare ciò per cui siamo stati costruiti.

Ambulatorio di endocrinologia:

Curare l'osteoporosi in ORAS



La dott.ssa **Daniela Piccin** e le infermiere **Federica Trentin** e **Claudia Diaz** ci accolgono nelle aree di ORAS dedicate all'ambulatorio di Endocrinologia. In questa attività ambulatoriale ricevono i pazienti e li aiutano a pianificare il loro percorso nella cura dell'osteoporosi, che in Italia colpisce una donna su quattro (e anche qualche uomo).

Dell'ambulatorio di endocrinologia in ORAS si è sempre occupata la dott.ssa Piccin: "Lavoro in ORAS dal 2008" ci racconta, "Prima in reparto, e poi nell'area ambulatoriale. L'ambulatorio per l'osteoporosi, però è iniziato dopo, in un primo momento grazie ad una collaborazione con i colleghi di Treviso. Era il 2011, e la spinta propulsiva era proprio la cooperazione con il dott. Di

Virgilio, il punto di riferimento dell'ASL per l'osteoporosi, all'epoca. Era un inizio, certo. Ma le cose cominciavano a muoversi. Più in là sarebbero cresciute notevolmente."

Quando si è resa conto che l'ambulatorio stava diventando più importante?



"Nel 2016. In quell'anno sono diventata Centro Prescrittore per i farmaci di secondo livello per l'osteoporosi, grazie a un progetto regionale in cui si richiedeva un certo tipo di esperienza per la somministrazione di farmaci specifici e la presenza in struttura di una tecnologia come la densitometria ossea. Ecco, da quell'anno possiamo dire che il progetto dell'ambulatorio di endocrinologia è decollato. Allora abbiamo cominciato a programmare i percorsi per i nostri pazienti, compresi i rinnovi dei piani terapeutici. Oggi quindi gestiamo circa 1500 pazienti che vengono seguiti con i farma-

ci di secondo livello."

Ma che cos'è esattamente l'osteoporosi?

"L'osteoporosi è una patologia purtroppo spesso sottovalutata. Non solo dai pazienti, spesso anche dalle stesse figure sanitarie. Eppure, ha un impatto economico davvero rilevante sul Sistema Sanitario: pensate che soltanto le fratture di femori costano alla Sanità Pubblica milioni di euro all'anno. Questa malattia di solito insorge con l'avanzare dell'età: nelle donne, che sono le più colpite, arriva dopo la menopausa. Una donna su quattro

ne soffre, e di queste, una su tre si frattura. Ma il dato più allarmante è che le fratture incidono sull'abbassamento dell'aspettativa di vita. La frattura di una vertebra, per esempio, aumenta la possibilità di potersi procurare altre fratture su altre vertebre. Fratturarsi un femore, soprattutto per soggetti anziani, abbassa di un quarto l'aspettativa di vita. Si capisce dunque che questa è una problematica da considerare, sia dal punto di vista sociale, che dal punto di vista economico. Inoltre, l'osteoporosi è una malattia che si manifesta in forma primitiva e/o post menopausale o in forme più rare dette "secondarie" nelle quali la fragilità dell'osso può essere la manifestazione di altre malattie, come ad esempio patologie ematologiche, o endocrine come l'ipotiroidismo, o addirittura a forme ancora più serie, come la sindrome di Cushing. Nell'uomo l'osteoporosi di solito si presenta in forma severa, soprattutto nei giovani, e in questo caso va diagnosticata quanto prima, perché sottende generalmente altre malattie che vanno individuate subito."

Come si "prende in tempo" l'osteoporosi?

"Di solito la situazione più grave che si verifica è la frattura da fragilità: non si tratta di una frattura da trauma. Normalmente il primo allarme, soprattutto nella donna, è la frattura del polso. Ci sono molte pazienti a cui chiediamo se si fossero già frattura-

te in precedenza, e loro spesso rispondo che sì, è successo anni prima. Ecco, quello era già un campanello di allarme, anche se avvenuto magari un decennio fa. A questo punto si inizia un percorso fatto di terapie basate sul punteggio di rischio che viene elaborato dal nostro laboratorio. Questo punteggio, che viene chiamato "score di rischio" determina il tipo di percorso – soprattutto farmacologico – che viene assegnato al paziente. Come per molte altre patologie, anche per valutare l'osteoporosi sono necessari diversi esami preliminari, tra cui la densitometria ossea."

Per fortuna la densitometria ossea è un esame che si può fare anche in ORAS.

"Sì: uno dei vantaggi di avere un ambulatorio di endocrinologia in ORAS è la possibilità di poter accedere alla densitometria direttamente in struttura. Anche perché questo tipo di esame diagnostico richiede una particolare attenzione per poter rilevare correttamente e completamente i dati che sono necessari all'individuazione di un percorso corretto per il paziente. A differenza della diagnostica per immagini, infatti, la densitometria restituisce dati numerici, che vanno interpretati dal medico specialista, in questo caso si chiama bone specialist. Proprio per questa ragione qui in ORAS è stato tenuto un corso di aggiornamento per i tecnici di radiologia, proprio per in-

crementare le conoscenze nel campo della radiologia al servizio dell'endocrinologia."

Parlare dell'osteoporosi per farla conoscere: ci sono diverse iniziative in corso per sensibilizzare a questo tema e renderlo più riconoscibile?

"Insieme ad altri colleghi di Treviso teniamo molti congressi, facciamo formazione ai medici di base – soprattutto ora ce n'è una grande necessità per il forte ricambio generazionale – per renderli consapevoli di come riconoscere i pazienti affetti da osteoporosi, e come trattarli, laddove è possibile. Molti pazienti infatti possono essere guidati dal medico di base, mentre laddove la situazione dovesse apparire più grave il medico di famiglia deve essere in grado di indirizzare il paziente ai bones specialist. Quest'anno organizzeremo qualcosa anche per i nostri pazienti e utenti in occasione della Giornata Mondiale dell'Osteoporosi il 20 ottobre."

Come si convive con l'Osteoporosi?

"L'osteoporosi si cura. Ma lo si fa quando è il momento di curarla, infatti non si curano i valori densitometrici. Uno stile di vita sano, un'alimentazione varia, l'attività fisica aiutano a preservare la massa dell'osso. Questa è la vera prevenzione: abituare fin da piccoli i bambini e le bambine ad una vita sana e salutare,

per aiutare il corpo ad arrivare nella sua massima forma possibile, anche ai 65 anni.

Oltre a questa forma di prevenzione, ci sono una prevenzione primaria e secondaria, che intervengono dopo una frattura: in questo caso il paziente dovrà comunque assumere buone abitudini fisiche e alimentari, ma il suo percorso verrà accompagnato da una terapia che partirà dall'esame della densitometria ossea, esami bioumorali ed altri esami radiologici gestiti dal bone specialist. La cura e lo stile di vita possono modificare questi dati, migliorandoli. I pazienti che seguiranno i consigli e le terapie del bone specialist vedranno i propri valori cambiare in meglio, aumentando anche la motivazione a proseguire il percorso terapeutico. Peraltro, in questi anni la farmacologia in questo campo ha compiuto passi da gigante, realizzando medicine che riducono anche di molto il rischio di fratture da fragilità.”

Come funziona l'ambulatorio di osteoporosi?

“Una volta individuati i pazienti a cui somministrare le terapie endovenose o sottocutanee noi infermiere ci occupiamo di strutturare il percorso del paziente.” spiegano le infermiere **Federica Trentin** e **Claudia Diaz**.

“La giornata dedicata all'ambulatorio è il venerdì: in quel

giorno noi contattiamo i pazienti per quello che riguarda l'addestramento, vale a dire la gestione a domicilio del farmaco, spiegando loro le modalità di assunzione, di acquisto, di mantenimento. Il sabato invece è la giornata dedicata all'infusione del farmaco Aclasta che si usa per trattare l'osteoporosi. Durante questo giorno accogliamo i pazienti che abbiamo contattato precedentemente, e provvediamo al proseguimento delle cure.”

L'addestramento è una fase importante della presa in carico del paziente.

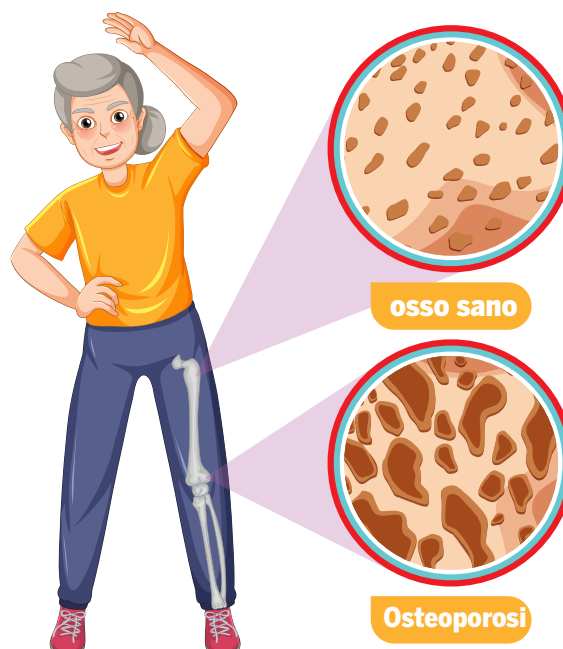
“È fondamentale: durante quello che noi chiamiamo addestramento facciamo anche educazione sanitaria: oltre a spiegare

il farmaco diamo anche delle indicazioni sulla prevenzione delle fratture e indicazioni generali sull'importanza dell'idratazione, di una corretta alimentazione, informazioni utili su postura e movimento, compatibilmente con le condizioni fisiche di ciascun interlocutore. Ogni paziente è unico, ed è sempre al centro del percorso di cura. Quando la dottoressa Piccin rinnova il piano terapeutico, noi adeguiamo le nostre cartelle, in modo da essere sempre aggiornati sui progressi di ciascun paziente.”

L'ambulatorio di Osteoporosi è una vera e propria eccellenza di ORAS, e può essere contattato direttamente al numero 0422 287320 (il venerdì dalle 9:00 alle 13:30) o via mail all'indirizzo segreteria.osteoporosi@ospedalemotta.it

OSTEOPOROSI

L'osteoporosi è una condizione caratterizzata da una graduale perdita di densità ossea, e un incremento del rischio di fratture



PROGETTO PROTOCOLS

Si avviano le fasi finali per il progetto che vede ORAS protagonista in Europa

Ormai ci siamo quasi: il Protocols Project, progetto europeo guidato da ORAS, muove i suoi passi verso la sua conclusione.

La deadline è prevista per il 15 agosto, almeno per la fase operativa. Significa che per quella data i contenuti del progetto dovranno essere completati e caricati sulla piattaforma scelta dai partner. In seguito, ci sarà un periodo per mettere insieme tutto il materiale amministrativo e inviare tutto all'Ente valutatore Europeo, per l'esame finale e l'approvazione del progetto in via ufficiale.

Il Progetto Protocols è partito nel 2020, proposto dall'Ospedale Riabilitativo ad una serie di partner internazionali: il bando del progetto prevede la realizzazione di un corso fruibile gratuitamente online a favore di professionisti riabilitatori e caregiver (ma anche consultabile dai pazienti, eventualmente), impostato sulla teleriabilitazione di persone con mielolesione.

La centralità e l'eccellenza di ORAS in questo campo ne faceva il protagonista perfetto per affrontare questa sfida e realizzare questo ambizioso corso (in due versioni: una da 40 ore e una da 60 ore).

L'obiettivo è di creare una base europea, comune e condivisa, per la formazione di una figura professionale emergente: il teleriabilitatore.

Il progetto, dunque, si propone di fornire contesto di studi, materiali, bibliografie e tecniche per fisioterapisti, terapisti occupazionali, medici fisiatristi e caregiver interessati ad approfondire questo tema e conseguire un accreditamento valido in tutta Europa.

Per ottenere questo obiettivo, ORAS si è rivolto prima di tutto ad un partner "vicino di casa": la Fondazione Lepido Rocco, ente di formazione mottense, incaricato di fornire gli "output" relativi alla valutazione di chi seguirà il corso. Inoltre, si sono aggiunti al gruppo anche AEVA ente di accreditamento portoghese, incaricato di strutturare il corso in linea con le esigenze formative e i criteri Europei, il Polo Tecnologico di Ljubjana che si prenderà cura dell'aspetto tecnico e informatico, dovendo il corso essere caricato su una piattaforma dedicata. Infine, a supporto dei contenuti clinici e formativi, è stato coinvolto uno dei maggiori centri di ricerca europei per la cura e la riabilitazione delle mielolesioni: la Fondazione dell'Ospedale Nazionale dei Paraplegici di Toledo (Fundacion Hospital Nacional de Paraplejicos de Toledo).

Questo team ha saputo, nel corso di questi tre anni, produrre un corso incentrato sullo stato dell'arte

della teleriabilitazione che fornirà un vero e proprio punto di riferimento per una nuova generazione di medici teleriabilitatori europei.

LA FONDAMENTALE ESPERIENZA DI TOLEDO

Prima della conclusione del progetto, i partner si sono riuniti a Toledo, ospiti della Fundacion Hospital Nacional de Paraplejicos per svolgere alcuni importanti test sulla piattaforma e sui contenuti: ogni partner ha coinvolto medici specializzandi, fisioterapisti e caregiver sperimentando per la prima volta i contenuti del progetto, e raccogliendone i feedback. Si è trattata di un'intensa settimana di lavoro, che ha visto i ricercatori di ORAS impegnati nella prima somministrazione del corso ad un gruppo di potenziali utenti.

I feedback ricevuti hanno permesso di operare modifiche, raccogliere suggerimenti e studiare nuove soluzioni per arrivare ad una forma definitiva del progetto.

Ora, la palla passa all'Europa: entro dicembre si aspetta il parere dell'ente valutatore Europeo, e la conseguente pubblicazione del corso sulle piattaforme dedicate.



Punto Prelievi: una nuova modalità di accesso

Dal 10 luglio c'è stato un importante cambiamento nelle modalità di accesso al Punto Prelievi da parte degli utenti.

Vista la crescente richiesta di prenotazioni per gli esami del sangue, ORAS ha aumentato lo slot previsto per le prenotazioni, garantendo ad un numero maggiore di utenti di poter riservare i propri esami di laboratorio in tempi più brevi.

Per poter accogliere un maggior numero di utenti programmati, dunque, l'Ospedale ha cambiato le modalità di accesso al Punto Prelievi di ORAS, introducendo nuovi orari:

DALLE 7:00 ALLE 9:00 ACCEDERANNO SOLAMENTE GLI

UTENTI PRENOTATI.

Durante la fascia oraria 7:00 - 9:00 sarà consentito l'accesso solamente agli utenti già prenotati.

Viene richiesto a questi utenti di presentarsi al Punto Prelievi all'orario indicato nella prenotazione, tenendo sempre a portata di mano una copia della prenotazione stessa, la tessera sanitaria o il codice fiscale. Un operatore dedicato sarà presente fisicamente per verificare l'orario di accesso e garantirlo nei tempi previsti dalla prenotazione.

DALLE 9:00 ALLE 9:30 SOLO PER GLI ACCESSI DIRETTI

L'accesso al Punto Prelievi nella fascia dalle 9:00 alle 9:30 sarà consentito agli utenti in accesso diretto solamente per:

Esami ripetibili (PT, Emocromo, ecc.) se richiesti da soli. Per poter effettuare altri esami, il prelievo va prenotato.

Esami urgenti: cioè esami con priorità U indicata dal medico nell'impegnativa.

Consegna materiale biologico: urine e feci senza prelievo del sangue. Si ricorda che in questo caso deve essere utilizzato il contenitore apposito, disponibile in farmacia e in alcuni supermercati forniti.

Contatta Oras

UFFICIO RELAZIONI CON IL PUBBLICO (URP):

L'Ufficio Relazioni con il Pubblico è al quarto piano del **Padiglione D**, ed effettua il seguente orario:

dal lunedì al venerdì 8:30 – 12:00 e 14:00 – 16:00

Tel. 0422 28 73 49 / Fax: 0422 28 73 21

Mail: urp@ospedalemotta.it

Accesso al Punto Prelievi



**DALLE 7:00
ALLE 9:00
SOLO PRENOTATI**

**DALLE 9:00
ALLE 9:30
ACCESSI DIRETTI**



CENTRALINO: 0422 28 71 11

PRENOTA VISITE ED ESAMI SSN: 0422 14 58 000

PRENOTA VISITE ED ESAMI LP: 0422 145 8008

PRENOTA VISITE ED ESAMI AREA AMBULATORIALE FISIATRICA: 0422 28 73 11

PRENOTA UN CHECK UP: 0422 28 74 11

WECARE

Anno 2, Numero 0.1



www.ospedalemotta.it