

Quadrimestrale - C.A. - Numero 17 - Anno

il Dono

Associazione Donatori



In copertina riproduzione del quadro originale del pittore Stefano Davidson in esclusiva per Dosca dal titolo

Christmas dreaming

Natale è una cosa seria, mica roba per "grandi"



Stefano Davidson

Nato a Genova il 29 maggio 1962. Pittore, scrittore e giornalista. Vive e lavora a Roma.

Fondatore nel 2008 del movimento artistico NON, la cui Prima Esposizione Mondiale si è tenuta a Roma il 24 aprile 2009 presso le Sale d'Arte Contemporanea del Museo Nazionale degli Strumenti Musicali, con il Patrocinio del Ministero dei Beni Culturali e del Comune di Roma, con introduzione al catalogo del sovrintendente al polo Museale della Città di Roma professor Claudio Strinati.

L'arte di Stefano Davidson pare voler raffigurare un mondo differente da quello reale, quotidiano, nonostante spesso ne utilizzi le forme e non si possa fare a meno di catalogarla tra i "figurativi" più classici. Nei suoi quadri si respirano però atmosfere molteplici e si va da quelle vagamente legate a una sorta di neo-romanticismo, ad altre che si impennano nell'allegoria. Alle volte ci si trova a precipitare con rapide picchiate nel fantastico o, addirittura, si vira bruscamente nell'originario dove, spesso, ci si accosta a quell'istanza profonda che Freud ha descritto nel teorizzare l'inconscio. Nell'opera di Davidson quindi non si tratta più di osservare la natura così com'è o di leggersi un mondo a noi familiare, nonostante l'artista si esprima attraverso tratti assolutamente formali e palesemente figurativi, ma di attingere a qualcosa di insolito che allontani lo spirito dal quotidiano, che dia voce alle angosce e, perché no, alle nevrosi, che presti lo sguardo al sogno più profondo.

Ma attenzione! Questo sogno non deve essere attribuito all'individuo, o all'autore soltanto, bensì alla collettività e alla sua cultura, che si snoda sinuosa come un grasso anacorda tra le rovine di una memoria classica, ormai totalmente sbiadita e le macerie di un futuro che, da lontano e molto debolmente, comunica un presentimento di fine del mondo imminente.

È per questo vagare di Davidson all'inseguimento di ognuna di quelle sinapsi che donano al cervello l'ebbrezza della creazione che, osservando la sua opera, ci si può trovare di volta in volta ad osservare incubi antichi o recenti, mistiche disperate, o addirittura ci si addentra nel simbolico e nel surreale.

In sintesi, per dirla con J.K. Huysmans: "Aveva voluto, per il diletto dello spirito e la gioia degli occhi, qualche opera suggestiva che lo precipitasse in un mondo ignoto, che gli svelasse le tracce di nuove congetture, che gli lacerasse il sistema nervoso con erudite isterie, con incubi complicati, con visioni indolenti e atroci".

Yves Lirriverance

Principali mostre ed esposizioni:

"Paranoipnol - Schegge di delirio" (Personale - Bologna 1991)
"Resplendor de profundo" (Personale - Galleria El Actico, Portomar, Venezuela 1994)
"Equilibrium - Cats on the roof" (Personale - Casino's Gallery - Malindi, Kenya 1997)
"Syri Ya M'buyu - Il segreto del baobab" (Personale - Casino's Gallery - Malindi, Kenya 1998)
"Is there anybody out there" (Personale - Queen's Gate Gallery - Londra 2000)
"Ritratti d'Autoni" (Personale - Libreria Riminese - Rimini, 2003)
"Jazzapennello" (Personale - Galleria dell'Iridis - Rimini, 2004)
"All that jets" (Personale - Isola della Moda - Milano, 2005)
"La cognizione del colore" (Personale - Le Myricae - Roma, 2006)
"Proposte 4" (Collettiva - Teatro Eliseo - Roma 2007)
"13 x 17" (Collettiva - Padiglione Italia - Venezia - 2007)
"Sull'acqua" (Personale - Isola del Cinema - Galleria Tartaglia - Roma 2007)
"Immagina Arte" (Fiera di Reggio Emilia - 2007)
"Il futuro è già passato... ma non ero presente" (Personale - Galleria Tartaglia - Roma 2008)
"Don Chisciotte e altre storie" (Collettiva - Galleria La Spadarina - Piacenza 2008)
"I Quadri di Stefano Davidson" (Personale - Le Myricae - Roma 2008)
"Telethon 2008" (Personale - Bnl corso d'Augusto - Rimini 2008)
"NON - L'arte dell'assenza o l'assenza dell'arte" (Museo Nazionale degli Strumenti Musicali - Roma 2009)
"Arte e Motori 2009" (Collettiva - Palazzo dei Congressi - Riccione - 2009)
"NON - La non essenza o, meglio, l'essenza dell'assenza" (Personale - S. Jacopo in Campo C. - Firenze 2009)
"Telethon 2009" (Personale - Bnl viale Dante - Riccione 2009)
"L'arte si fece infanzia" (Collettiva - Galleria Tartaglia Arte - Roma 2010)
"Tavole e Tavolozze" (Personale -

Farini 13 - Rimini 2010)
"Gentes" (Collettiva - Cittadella of arts - Gozo, Malta, 2010)
"Autoanalisi" (Personale - Loro Piceno, MC, 2010)
"East meets West" (Collettiva - Istituto Italiano di Cultura - La Valletta, Malta 2010)
"Opera & Art Exhibition" (Collettiva - Teatru tal'Opera Aurora - Gozo, Malta, 2010)
"Sintomi Cromatici e non - Allusione retrospettiva" (Personale - Galleria Campioli - Monterotondo 2012)

www.artmajeur.com
www.stefanodavidson.com



6 La porpora trombocitopenica autoimmune idiopatica, o malattia di Werlhof...



11 Un'altra importante medicina non convenzionale in continua espansione...



14 In mostra a Milano dal Museo Nazionale Picasso di Parigi...



17 Il jazz è qualcosa di più di una forma d'arte: ha modificato la percezione...

il Donatore

periodico dell'Associazione DO.S.CA Onlus
Via Pio II, 3 - 20153 Milano
info@doscasancarloti.it

Direttore responsabile
Eduardo Szego

Direttore scientifico
Vincenzo Toschi

Redazione
Monica Ditaranto
Gloria Mireghetti
Fedora Sonnino

Art director
Giorgio Galibariggi

Hanno collaborato a questo numero
Francesco Alberoni
Paolo Consigli
Beatrice Ferrario
Gianfrancesco Fiorini
Giacomo Fregni
Annalisa Gibi
Giovanni Nanetti
Raffaella Oppimitti
Claudio Sessa
Laura Sironi
Eduardo Szego
Vincenzo Toschi
Paola Torriani

Grafica e impaginazione
Giorgio Galibariggi

Stampa
Galli Thierry Stampa srl
Milano

Segreteria DO.S.CA
Tel. 02 48 714 032
Centro Trasfusionale
Tel. 02 48 708 102
n. 17 - Anno VII
Dicembre 2012
autorizzazione
Tribunale di Milano
n. 168 dell'11 marzo 2005

SOMMARIO

5 EDITORIALE
di Eduardo Szego

Speciale

6 LE MALATTIE AUTOIMMUNITARIE DEL SANGUE
La porpora trombocitopenica idiopatica
Seconda parte (conclusione)
di Vincenzo Toschi

Primo piano

8 OMEOPATIA
di Gianfrancesco Fiorini

11 AGOPUNTURA
di Paolo Consigli

17 MUSICA
Storia del jazz
Prima parte
di Claudio Sessa

Vita associativa

34 EVENTI A DOSCA
VI Gita sociale

Percorsi d'arte

14 PICASSO
In mostra a Milano
di Beatrice Ferrario

ALL'INTERNO IL CALENDARIO STACCABILE Dosca 2013

Nel prossimo numero

- Emotrasfusioni: impieghi clinici del sangue ed emoderivati
- Le donne che fecero l'Italia
- Storia del Jazz. Seconda parte
- Mini Chirurgia estetica
- Contributi da terzi: Tutti pazzi per il crudo!

Rubriche

20 I PREMI NOBEL
Enrico Fermi
a cura di Raffaella Oppimitti

22 DA "SAPERE e SALUTE"
La scienza della tazza
di Laura Sironi

24 ANNIVERSARI 2012

26 RISPONDE La psicologa
a cura di Paola Torriani

26 L'ARTE DI AMARE
Francesco Alberoni

27 RISPONDE L'avvocato
a cura di Giovanni Nanetti

28 RISPONDE Il medico
a cura di Vincenzo Toschi

30 LETTI per voi

31 SCRITTI da voi

32 CRONACA in pillole

33 MEDICINA in pillole

36 CINA Report
Wo De Pengyou - I miei amici
a cura di Annalisa Gibi

38 LETTERE alla redazione

42 PRONTUARIO del Donatore

43 CONVENZIONI Dosca

“PERCHÉ CLAUDIA POSSA CONTINUARE AD AMARE
ABBIAMO BISOGNO DI PIÙ SANGUE!”



Chi ha bisogno di sangue ha bisogno anche del tuo aiuto per realizzare i propri desideri. Aiutala con una donazione al Centro Trasfusionale dell' **Ospedale San Carlo Borromeo** di Milano.



DOSCA

www.doscasancarlo.it

Campagna pubblicitaria di Giacomo Fregni offerta gratuitamente e in esclusiva per DOSCA

Eduardo Szego
Presidente Dosca



EDITORIALE **il Donatore**

“mancano all'appello nuovi donatori”

Tra le prime direi senz'altro di annoverare il numero di donatori coinvolti in questi tredici anni, più di 4500 di cui circa 3200 assiduamente attivi.

Tra le seconde mettiamo il fenomeno che più ci preoccupa ossia il forte calo di nuovi donatori; ne troviamo ancora, ma molti meno di quanti si riusciva ad arruolare negli anni passati. Ragione di ciò? Difficile da individuare con certezza. Nel recente passato, quando ha cominciato a manifestarsi il fenomeno, abbiamo pensato che fosse attribuibile in parte anche ad un “prosciugamento” dell'area in cui da anni raccogliamo donatori; poi si è detto, e ve ne abbiamo riferito, che non fosse estranea al fenomeno la crisi economica in atto, che deprime tutto il settore del volontariato.

Infine ha contribuito a questo drastico calo di donazioni, e parallelamente di nuovi donatori, anche il dimezzamento dei sabati in cui si poteva donare, causa mancanza di personale ospedaliero: nei primi tre mesi con sabati dimezzati si è avuto un calo di circa il 20% di donazioni e di oltre il 60% di nuovi donatori.

Questa lenta ma inesorabile “carestia” di nuovi donatori non accenna a fermarsi, ma anzi si acuisce, con nostra seria preoccupazione.

“l'importanza del passa-parola”

Lanciamo pertanto un segnale di allarme sulla gravità della situazione, ribadendo anche e ancora una volta quanto sia importante il “passa parola” e il proselitismo che ciascun donatore può fare verso le persone a lui più vicine o con cui entra in contatto: rivolgete sempre un caldo invito a donare, portatele con voi quando venite a donare, fateli partecipi della necessità e importanza della donazione ma anche della gioia intima che si prova quando si dona.

Mentre andiamo in stampa, disponiamo solo dei dati fino a fine ottobre 2012 che evidenziano una leggerissima ripresa sia delle donazioni che dei nuovi donatori, non tale però da far preagire una ripresa vigorosa su valori raggiunti fino al 2009. Da parte nostra continueremo a premere nelle due direttrici su cui sempre ci siamo mossi per la promozione della donazione di sangue, quella per fidelizzare i donatori attivi e abituali, e quella per acquisirne di nuovi, magari con una maggior incisività su quest'ultima, inventandoci nuovi strumenti di promozione.

Alla crisi delle donazioni, e a quella di bilancio dovuta alle maggiori spese promozionali del 2011 per arginare il calo di donazioni, si è ripetuta sempre più acuta anche la nota difficoltà di disponibilità effettiva di liquidità, causata dai macro-ritardi dei pagamenti da parte dell'Ospedale: quest'anno i primi soldi li abbiamo visti a fine luglio, e solo dopo ripetuti, incessanti, e risentiti solleciti! C'è la consolazione che con la nuova direzione insediata al San Carlo, per Dosca le cose potranno solo andar meglio, perché è difficile che possano andare peggio!

“auspicio di un migliore e più costruttivo rapporto con la Direzione dell'Ospedale”

Sì, infatti quando leggerete queste note, saranno già passati tre mesi circa da quando è stato sostituito il direttore generale dell'ospedale San Carlo e noi ci auguriamo che con la nuova direzione si instauri un rapporto di attenzione, comprensione, condivisione con un minimo di apprezzamento degli sforzi profusi da tutti i collaboratori di Dosca, volontari e non, nel non facile compito di soddisfare il fabbisogno di sangue per le attività cliniche dell'ospedale.

Siamo molto orgogliosi che un noto e apprezzato pittore di Roma, Stefano Davidson, venuto a conoscenza della nostra attività, abbia dipinto appositamente per noi, e gratuitamente, un quadro a soggetto natalizio, per essere riprodotto sulla copertina di questo numero della nostra Rivista. A nome di tutta Dosca ringraziamo vivamente **Stefano Davidson**, per la sua partecipazione alla nostra “mission”.

Così come ringraziamo moltissimo lo scrittore e giornalista **Francesco Alberoni** che ci ha cortesemente inviato un interessante e stimolante riflessione sul tema dell'innamoramento, che siamo lieti e onorati di pubblicare nella nostra Rivista.

Infine ringraziamo molto anche il noto grafico pubblicitario **Giacomo Fregni** che incrociando il nostro cammino è voluto diventare nostro donatore di sangue e ci ha fatto omaggio di una “campagna” basata su tre bozzetti che siamo lieti di pubblicare su questo numero della nostra Rivista.

Riceviamo e pubblichiamo sinceri complimenti alla nostra Rivista da parte di varie persone, e in più constatiamo un aumento di contributi vostri, e comunque un aumento di vostri contatti con le nostre diverse rubriche; vogliamo pensare che ciò sia da attribuire ad una vostra percezione più confidenziale, “friendly” direbbero gli inglesi, del vostro rapporto con la Rivista stessa; e se così fosse, ne saremmo molto lieti tutti.

Questo numero della Rivista, esce in prossimità del Natale e del nuovo anno: una felice occasione per cominciare ad anticipare a tutti i nostri donatori e lettori, i migliori auguri di felicità e serenità, unitamente al nostro tradizionale

buona donazione a tutti!

... e non mancate alla festa di Natale Dosca!

Speciale le malattie autoimmunitarie del sangue

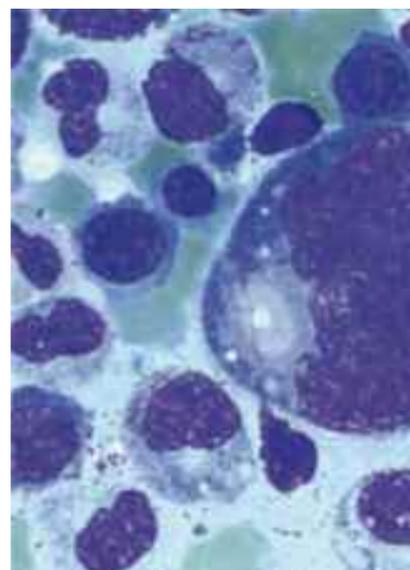
di Vincenzo Toschi
Direttore Centro trasfusionale, ospedale San Carlo Borromeo

Parte seconda

La porpora trombocitopenica idiopatica

Introduzione

La porpora trombocitopenica autoimmune idiopatica, o malattia di Werlhof, è una malattia acquisita caratterizzata da diminuzione delle piastrine in assenza di altre malattie o cause conosciute di piastrinopenia.



La causa è sconosciuta. In molti casi sono presenti nel sangue di questi pazienti autoanticorpi anti piastrine, cioè immunoglobuline che reagiscono contro varie proteine delle piastrine, distruggendole. Questi autoanticorpi possono essere presenti in numerose malattie:

- malattie autoimmunitarie: Lupus Eritematoso Sistemico (LES), artrite reumatoide, tiroidite autoimmune, miastenia gravis, sclerodermia, cirrosi biliare, morbo di Chron e rettocolite ulcerosa ecc.;
- neoplasie: linfomi, mieloma multiplo, tumori di organi solidi;
- malattie infettive acute e croniche: mononucleosi infettiva, infezioni da citomegalovirus, tubercolosi ecc.

Per una corretta diagnosi di porpora piastrinopenica idiopatica autoimmune è necessario quindi escludere una delle suddette malattie e molte altre, che, meno frequentemente, sono associate a piastrinopenia autoimmune.

Caratteristiche cliniche

Molto spesso la piastrinopenia è asintomatica ed è scoperta casualmente

dopo aver eseguito un emocromo per altri motivi. La maggioranza dei pazienti non ha alcun disturbo finché le piastrine non scendono al di sotto di 20.000-30.000/mL. Esistono tuttavia soggetti che stanno benissimo anche con piastrine inferiori a questi livelli.

“La piastrinopenia o porpora idiopatica è una malattia dovuta alla presenza nel sangue di anticorpi che distruggono le piastrine. Gli anticorpi si formano per cause che rimangono quasi sempre sconosciute”.

I principali disturbi sono rappresentati da petecchie ed ecchimosi in genere agli arti; possono esserci epistassi, gengivorragie. Nelle donne il primo sintomo può essere una menorragia. Raramente, e solo nei casi più gravi, sono osservate emorragie degli organi interni.

Decorso e prognosi

Il decorso è sostanzialmente diverso nei bambini rispetto agli adulti.

Nei bambini la piastrinopenia compare spesso in modo acuto, a volte due-tre settimane dopo una malattia febbrile o virale. La maggioranza dei bambini recupera rapidamente un numero di piastrine normale, in media dopo tre-quattro settimane, anche senza alcuna terapia. Nei bambini sono più rare le cronicizzazioni, le emorragie fatali e le recidive dopo la sospensione della terapia rispetto agli adulti.

Negli adulti la porpora trombocitopenica idiopatica, invece, inizia spesso in modo cronico; non è quasi mai preceduta da una malattia febbrile; un maggior numero di casi (circa un terzo) non risponde alle terapie iniziali. Più frequenti sono inoltre le recidive e le complicanze

fatali. Queste a parità di numero di piastrine, avvengono in genere nei pazienti più anziani.

Terapia

La terapia delle piastrinopenie è forse uno degli aspetti più controversi in ematologia.

Nonostante la frequenza di questa condizione non c'è infatti completo accordo fra i vari autori su quando e come trattare una piastrinopenia autoimmune idiopatica.

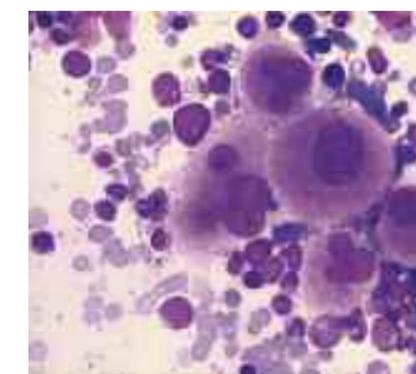
In generale un trattamento per la piastrinopenia è iniziato in presenza di emorragie gravi, indipendentemente dal numero delle piastrine se le piastrine sono inferiori a 20.000-30.000/mL.

Comunque va sottolineato che il limite inferiore di piastrine sopra indicato è arbitrario, e dettato da motivi di prudenza. Molti medici si astengono infatti dal trattare pazienti con questo numero di piastrine, specie se sono asintomatici e conducono uno stile di vita che non li espone a un rischio eccessivo di traumi.

Questo atteggiamento “attendista” è giustificato dai numerosi casi che decorrono asintomatici o recuperano spontaneamente, anche dopo mesi dall'esordio, e dalla consapevolezza che il paziente, quando trattato, è esposto al rischio degli effetti collaterali dei farmaci.

Per la terapia delle piastrinopenie molto utilizzati sono i cortisonici da assumere per un periodo di tempo variabile, dapprima a dosi fisse e poi decrescenti, basandosi sulla risposta ottenuta, cioè sull'incremento del numero delle piastrine.

I cortisonici possono essere somministrati per os o endovena. A volte non si ottiene risposta con questi farmaci o si può avere una recidiva dopo un periodo di tempo molto variabile. In questi casi si ricorre spesso alla splenectomia, cioè all'asportazione chirurgica della milza. Farmaci di seconda scelta, utilizzati cioè dopo fallimento di una o più delle precedenti terapie, sono il danazolo, la ciclofosfamide, l'azatioprina, la vincristina, la ciclosporina e l'interferone, ma la per-

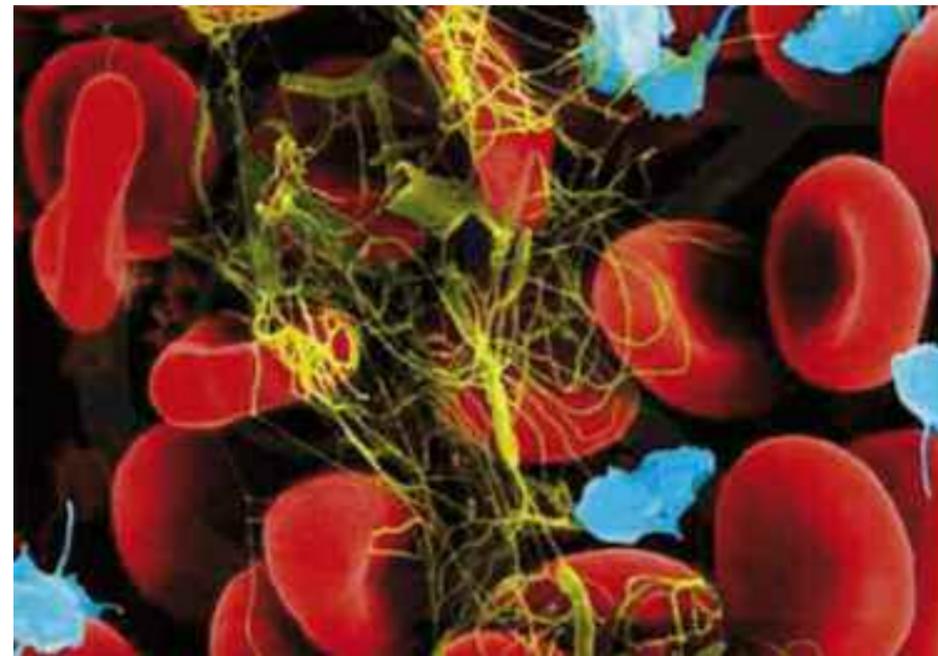


centuale di risposte positive è in genere inferiore rispetto a quella osservata con i cortisonici.

Efficaci sono anche le immunoglobuline endovena: l'effetto è comunque transitorio, durando poche settimane. Si tratta di terapia molto costosa e non completamente scevra di rischi, essendo le immunoglobuline prodotti di origine umana, che è riservata in genere ai casi con emorragie più o meno gravi in atto, in cui è desiderabile un rapido aumento delle piastrine. Alcuni studi comprendenti pochi casi avrebbero ottenuto risposte positive con la Vitamina C e la melatonina. Non esistono, tuttavia dati sicuri su questi farmaci e/o su altre terapie alternative.

Recentemente ci sono state alcune segnalazioni di efficacia, anche nei bambini, del rituximab, un anticorpo monoclonale che reagisce contro i linfociti B (che producono gli autoanticorpi anti-piastrine) distruggendoli. Questo farmaco non è approvato per l'uso nella porpora, ma solo per la cura di alcuni tipi di linfoma, malattie che derivano dalla trasformazione tumorale dei linfociti.

Fine



In Europa ormai il 65% della popolazione utilizza trattamenti e terapie derivanti dalle cosiddette medicine complementari, non convenzionali; un fenomeno che non può essere ignorato, né stigmatizzato, né liquidato con sufficienza. È stato inoltre riscontrato che negli ultimi 3 anni in Italia circa 8 milioni di persone hanno fatto ricorso a forme di medicina non tradizionale. Sono queste rilevazioni che ci inducono a dare spazio, come già abbiamo fatto nei precedenti numeri della nostra Rivista, al vasto mondo della medicina alternativa; uno spazio informativo e di approfondimento scientifico, senza però una presa di posizione sui contenuti e sul valore delle terapie connesse.

il Donatore

di Gianfrancesco Fiorini

Omeopatia

In questo articolo viene messa in evidenza una delle medicine non convenzionali più diffuse in Italia: l'omeopatia. Il numero di pazienti è destinato a crescere per motivi differenti, tra cui gli effetti benefici riscontrati, i costi e la modalità di cura non invasiva del proprio corpo.



Medicine complementari e alternative (CAM)

L'impiego delle medicine alternative o meglio, secondo quanto indicato dall'Oms, delle medicine complementari e alternative (Complementary and Alternative Medicine – CAM) è molto diffuso in numerosi Paesi occidentali. Si calcola che la sua prevalenza superi il 30% in Svizzera, Belgio, Stati Uniti, Australia, Francia, Canada e Germania. In questi ultimi due si attesta addirittura attorno al 60%. E ciò nonostante per la CAM è prevista una forma di rimborso pubblico solo in pochi Paesi, come Inghilterra, Francia e India.

Fra tutte le forme di CAM, una delle più diffuse in Europa è sicuramente l'omeopatia, probabilmente anche grazie alla sua nascita proprio nel cuore dell'Europa.

I principi dell'omeopatia

I due principi fondamentali dell'omeopatia possono essere così riassunti:

- 1 - il simile venga curato con il suo simile (*similia similibus curentur*)
- 2 - il rimedio omeopatico è una sostanza animale, vegetale o minerale opportunamente dinamizzata.

Un po' di storia

Qualche cenno storico aiuta a comprendere i principi enunciati sopra.



L'omeopatia nasce nel 1790 a opera del medico tedesco Samuel C.F. Hahnemann (Meissen, 1755 - Parigi, 1843).

Hahnemann sta in quell'anno traducendo la *Materia Medica* del medico scozzese William Cullen.

Nel corso di tale lavoro egli si imbatte nell'affermazione che la china è in grado di guarire la malaria grazie alle sue proprietà tonificanti sullo stomaco. Anche Hahnemann in gioventù, durante un soggiorno in Transilvania, aveva contratto la malaria, curata con la china; questa sostanza però gli provocava fastidiosi disturbi gastrici. Per tale motivo egli dubita dell'affermazione dell'illustre collega scozzese e decide di verificare la sua affermazione in modo sperimentale, usando se stesso come cavia. In effetti Hahnemann, autosomministrandosi la china, non dirime i dubbi sulle sue proprietà a livello gastrico, ma scopre che essa gli provoca sintomi sovrapponibili a quelli della malaria. I sintomi si ripetono dopo ogni assunzione del rimedio e cessano alla sua sospensione.

Questo esperimento porta Hahnemann a formulare il principio della sperimentazione patogenetica: per conoscere gli effetti di un farmaco occorre sperimentarlo in un soggetto sano; un principio che è poi entrato nella pratica della sperimentazione clinica *premarketing*.

Dopo anni di sperimentazioni, nel 1796, egli elabora la teoria secondo cui ogni singolo farmaco produce nello sperimentatore sano una malattia artificiale simile a quella naturale e questa può essere curata con lo stesso farmaco. Vengono in tal modo definiti il concetto di quadro patogenetico e il principio di similitudine.

Hahnemann impiegherà ancora molti anni in esperimenti con diversi farmaci a diverse diluizioni prima di giungere alla ragionevole sicurezza, nel 1827, che una malattia naturale può essere curata al meglio dal farmaco specifico una volta che esso venga sottoposto a diluizioni successive, ognuna delle quali associata a vigorose succussioni (dinamizzazione). Le più utilizzate sono le dinamizzazioni ottenute da successive diluizioni decimali (D) o centesimali (C oppure CH) della sostanza di partenza, in particolare la più impiegata da Hahnemann era la 30 CH.

Costituzioni e diatesi

Per Hahnemann non esisteva la malattia, ma il malato, il paziente nella sua unicità e nella sua totalità.

Da una tale concezione deriva anche l'osservazione che la predisposizione a contrarre una determinata malattia varia da soggetto a soggetto pur nelle stesse condizioni. Questo concetto, di non semplice accettazione per la medicina moderna, ha portato, nel corso dei secoli a riconoscere diverse costituzioni (insieme di caratteristiche psicofisiche) e diatesi (predisposizione).

Molte sono le classificazioni proposte dai diversi autori, ma quella più impiegata in omeopatia, proposta da Bernard, comprende quattro costituzioni: carbonica, sulfurica, fosforica e fluorica. Anche per le diatesi, cioè per la predisposizione a sviluppare certi tipi di malattie, esiste una classificazione in cui le principali sono la psorica, la sicotica, la luesinica e la tubercolinica.

Ad una determinata costituzione si associa una determinata diatesi, cioè è più facile che determinate malattie si verifichino in certe tipologie di persone. Ad esempio la malattia caratteristica della diatesi psorica era, ai tempi di Hahnemann, la scabbia.



Gianfrancesco Fiorini

Laureatosi in Medicina nel 1972 a Milano, si è poi specializzato in Ematologia e in Allergologia; nel 2000 ha conseguito il titolo di esperto in Medicine Naturali rilasciato dall'Oms tramite l'Università di Milano. Oltre che di medicine complementari, si è interessato di immunologia e di allergologia e ha pubblicato numerosi lavori su riviste scientifiche nazionali e internazionali. Ha sempre lavorato come medico ospedaliero e attualmente è direttore dell'U.O. di Medicina dell'ospedale Maggiore di Crema.

il Donatore

Tipi e rimedi

Con il progredire delle conoscenze sui quadri patogenetici dei rimedi, si è cominciato a scoprire che alcune caratteristiche di un determinato rimedio sono presenti in alcune persone sane.

Queste osservazioni sulla corrispondenza fra rimedio e costituzione individuale hanno portato al concetto di tipo. Ad esempio, chi presenta le caratteristiche del quadro patogenetico di *Nux Vomica* viene definito un tipo *Nux Vomica*, chi presenta quelle di *Arsenicum album* sarà un tipo *Arsenicum album* ecc.

Solo in una minoranza di persone, però, si possono trovare le caratteristiche di un solo determinato tipo; più frequentemente coesistono aspetti di diversi tipi e quindi la prescrizione omeopatica richiede un'attenta valutazione sia della persona nella sua totalità psicofisica sia dei suoi disturbi. Questa è l'unica possibilità di giungere al *Simile* o addirittura al *Simillimum*, il rimedio migliore, l'unico veramente idoneo per una certa persona in una certa situazione.

L'omeopatia infatti cura il singolo malato e non la malattia.

Questo approccio costituisce sicuramente un richiamo molto significativo all'importanza del rapporto medico-paziente. D'altra parte, però, rappresenta anche il maggiore ostacolo da superare negli studi clinici controllati in omeopatia.

Nonostante ciò, l'omeopatia è impiegata attualmente nel trattamento di numerose condizioni patologiche.

Impiego dell'omeopatia

I pazienti che più frequentemente fanno ricorso all'omeopatia sono quelli affetti da patologie immunoallergiche, come asma e rinite, quelli soggetti ad infezioni ricorrenti e quelli con patologie infiammatorie e degenerative croniche dell'apparato muscolo-scheletrico. Il rimedio unitario è sempre quello di prima scelta, in quanto mirato su quel determinato paziente con quello specifico problema; tuttavia sono da tempo disponibili numerosi "complessi" mirati su specifiche situazioni patologiche come rinite allergica, dismenorrea, dolori osteoarticolari ecc., la cui efficacia sembra comunque soddisfacente.

Un altro aspetto interessante dell'omeopatia è che può essere usata in associazione con i farmaci allopatrici, permet-

L'omeopatia può essere utilizzata anche in età pediatrica, talvolta con risultati molto soddisfacenti

il Donatore

tendone di ridurre la posologia di questi ultimi. Ciò comporta anche un risparmio in termini farmacoeconomici, che è stato evidenziato da diversi studiosi. Ad esempio è stato dimostrato che nel caso delle allergopatie l'associazione dell'omeopatia alla terapia tradizionale, riduce il consumo di farmaci nel 56% dei pazienti. È stata osservata prevalentemente una riduzione del consumo di antistaminici, seguita dai broncodilatatori e steroidi, con un risparmio di 24 dollari per paziente durante i tre mesi di durata dello studio.

L'omeopatia può essere utilizzata anche in età pediatrica, talvolta con risultati molto soddisfacenti. A titolo di esempio citiamo i risultati di uno studio condotto con rimedi unitari in bambini affetti da asma allergico: un effetto positivo fu osservato in oltre il 90% dei bambini e circa il 44% riferì un netto miglioramento a fronte dello 0.8% che non ebbe nessun beneficio.



Ricordiamo infine che a differenza di altre forme di CAM, quali ad esempio la fitoterapia, l'omeopatia non induce reazioni avverse ed il suo impiego risulta quindi molto sicuro.

Diffusione delle medicine alternative e dell'omeopatia

Una delle prime accurate valutazioni dell'entità con cui i pazienti fanno ricorso alle medicine alternative è stata effettuata negli Stati Uniti all'inizio degli anni '90 e giungeva alla conclusione che "i medici, ogni volta che raccolgono l'anamnesi, devono chiedere ai loro pazienti se fanno uso di terapia non convenzionale". Questa raccomandazione derivava da due osservazioni sperimentali:

Estrapolando dal campione all'intera popolazione americana in un anno venivano effettuate 425 milioni di visite presso specialisti di CAM (40 milioni in più di quelle effettuate presso il medico di famiglia).

La maggioranza dei pazienti che facevano ricorso alla CAM (83%) utilizzava anche la medicina convenzionale, tuttavia il 72% dei pazienti che usavano entrambi i tipi di medicina non lo comunicava al loro medico curante.

Con il passare degli anni, **il numero di pazienti che impiega la CAM è andato crescendo e parallelamente è aumentato il numero di medici che la consigliano**, gestendola in prima persona o servendosi di una consulenza specialistica. Essi, al finire del secolo scorso, erano negli Stati Uniti oltre il 50%. In Inghilterra, dove il ricorso alla CAM è nettamente inferiore agli Stati Uniti, circa il 40% dei medici di base è in grado di consentire l'accesso a trattamenti di CAM.

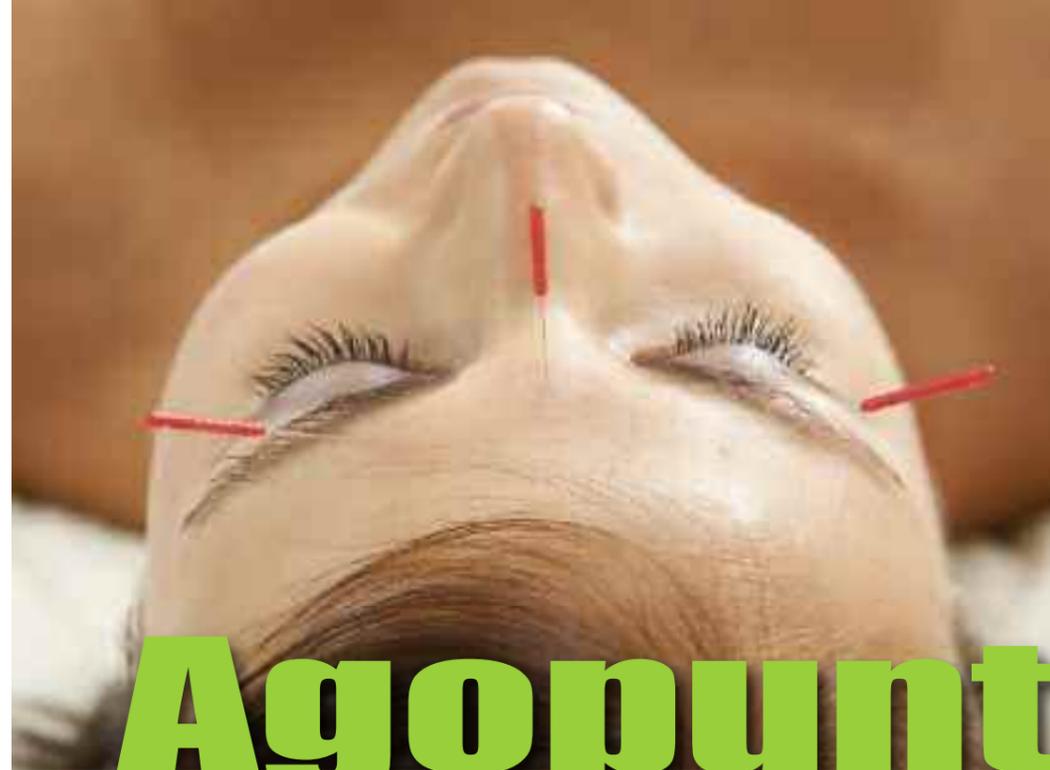
La maggior parte dei pazienti fa ricorso alla CAM per patologie croniche, ma fra di esse sono ben rappresentate anche quelle estremamente gravi. La percentuale di soggetti con sindrome da immunodeficienza acquisita (AIDS) che ricorre alla CAM varia dal 36% al 61%; per le malattie neoplastiche questa percentuale varia dal 6% al 61%.

Per quanto concerne l'omeopatia, **il suo periodo di massima diffusione è stato la seconda metà dell'Ottocento**: il primo ospedale omeopatico fu aperto nel 1832 in Romania, successivamente furono aperti 2 ospedali omeopatici nel Regno Unito e nei decenni successivi **scuole mediche omeopatiche si diffusero in tutta Europa e negli Stati Uniti**. Forse una ragione per questo sviluppo è da ricercare nell'abbandono da parte dell'omeopatia di alcune pratiche negative allora in voga in medicina, come il salasso.

In alcuni **Paesi come l'Inghilterra e la Francia i rimedi omeopatici sono entrati nel regime di dispensazione del Sistema Sanitario Nazionale**, anche se ora le ristrettezze economiche in cui versa l'Europa hanno grandemente ridotto questo tipo di prestazione.

In Italia milioni di persone impiegano la CAM, in particolare circa il 7% della popolazione fa ricorso all'omeopatia; vi sono tuttavia marcate variazioni regionali; per esempio, sempre per l'omeopatia, la regione che fa più ricorso a questa medicina è il Trentino Alto Adige con il 18.3% della popolazione.

L'immissione in commercio dei rimedi omeopatici, nel nostro Paese è regolamentata con decreto legge 185/95 che ne vieta anche la pubblicità.



Paolo Consigli

Laureato in Medicina e Chirurgia all'Università di Milano nel 1986, si è specializzato in Psicologia nel 1990. Diplomatosi in Agopuntura presso la Società Internazionale di Agopuntura di Parigi, ha seguito, tra gli altri, i corsi postuniversitari presso la Medical Association for Chinese Medicine in Europe, di cui è stato membro e docente. Ha completato gli studi in Cina presso le Accademie di Medicina Tradizionale di Harbin e di Pechino. Esercita la libera professione a Milano, è autore di articoli, saggi e del libro *L'acqua pura e semplice. L'infinita sapienza di una molecola straordinaria*.

il Donatore

Agopuntura

Un'altra importante medicina non convenzionale in continua espansione è l'agopuntura. Una tecnica millenaria ed efficace, in grado di prevenire e curare molteplici malattie (più di 200 patologie generalmente trattate). Negli ultimi anni l'agopuntura ha acquisito sempre più riconoscimenti dalla comunità medica e scientifica, permettendo una sua maggior diffusione e conoscenza tra la popolazione italiana ed europea. Anche in questo caso, senza una presa di posizione sull'efficacia terapeutica, vogliamo approfondire un argomento interessante e decisamente attuale.

di Paolo Consigli

L'agopuntura tradizionale cinese è una terapia indolore, sicura e priva di tossicità che da migliaia di anni è praticata in Cina nell'ambito della medicina ufficiale: nel resto del mondo è stata scelta come cura da milioni di persone (solo in Italia se ne contano circa 6 milioni). **L'agopuntura è sostenuta anche da solide prove scientifiche e si basa su un'importantissima scoperta compiuta dai medici cinesi oltre quattromila anni fa**: l'esistenza nel corpo di una rete di specifici canali – conosciuti anche col nome di "meridiani" – campi di forza nei quali scorrono i liquidi organici che nutrono i tessuti e che distribuiscono l'energia negli organismi viventi; l'esistenza dei meridiani è stata scientificamente dimostrata con specifici esami radiografici ed accurate rilevazioni elettromagnetiche. Attraverso la stimolazione di sottili aghi in acciaio sterili su punti specifici lungo questi canali è possibile variare il flusso energetico per correggere disfunzioni organiche e danni ai tessuti cellulari.

La visita di un medico esperto in agopuntura è molto accurata e comprende anche una particolareggiata analisi qualitativa del polso arterioso radiale e l'osservazione della lingua; i medici esperti di medicina cinese utilizzano nell'approccio col malato anche gli esami di laboratorio e la tecnologia diagnostica moderna. **L'efficacia della terapia è subordinata alla preparazione specifica del medico e alla costanza del paziente nel sottoporsi alla cura**, che nella maggioranza dei casi consiste in almeno un ciclo di dieci sedute, cadenziate a seconda dell'acuzie del caso: i risultati sono percepibili già dopo le prime sedute, anche se una certa percentuale dei pazienti tende a rispondere in maniera precoce oppure all'opposto con un certo ritardo, anche a settimane di distanza. **L'inserzione dell'ago è indolore perché è così sottile da passare attraverso i pori della pelle senza ferire i tessuti**.

L'agopuntura è una terapia di prima scelta per molte malattie, dato che non comporta alcun effetto collaterale nocivo. Non è, come molti pensano, una terapia solo antidolorifica: con l'agopuntura si cura il malato e si affrontano gli squilibri fisici e psicoemotivi del paziente.



Nel 1990 l'Organizzazione Mondiale della Sanità ha raccomandato tutti i paesi membri, Italia compresa, di includere l'agopuntura nel proprio sistema sanitario e di promuoverne l'insegnamento, la pratica e la ricerca. Già 15 anni fa il National Institute of Health, uno degli organismi federali più importan-

ti della sanità negli Stati Uniti, ha ufficialmente riconosciuto l'efficacia dell'agopuntura su numerose patologie tra cui spiccano i disturbi digestivi cronici, gli effetti collaterali della chemioterapia, i deficit immunitari; artrosi, artriti e fibromialgie; efficace anche nei dolori postoperatori, nelle anestesi, nelle dismenorree, per il trattamento riabilitativo successivo a infarti e ischemie, nell'asma e nelle cefalee e nell'emicrania. Ricerche più recenti ne confermano l'azione benefica sulla sindrome del tunnel carpale e per la sua azione sul sistema neurovegetativo, su alcuni disturbi cardiaci come extrasistoli, tachicardie ventricolari e ipertensione arteriosa. Per il suo effetto analgesico ed immunostimolante può essere utilizzata come terapia complementare nei pazienti affetti da tumori.

Con l'agopuntura si risolvono infiammazioni, spasmi, paresi: pertanto è efficace nelle malattie muscolo-scheletriche (lombaggine, sciatica, tendiniti e dolori artrosici) e in quelle neurologiche. È utile nelle sindromi ansiose, nelle depressioni reattive e nell'insonnia. Ha un'azione importante sui vasi (sull'angina pectoris, sui disturbi del circolo venoso), sul sistema respiratorio (asma, bronchiti croniche, riniti allergiche), su numerose affezioni dermatologiche e ginecologiche (disturbi mestruali, emorragie funzionali, disturbi della gravidanza, malposizione fetale), oltre che su alcune disfunzioni intestinali e vescicali. Anche chi ha gravi problemi al fegato (epatiti acute e

Testimonianza del medico americano Walter R. Tkach, sull'anestesia tramite agopuntura (primi anni settanta)

Lo scorso febbraio, quando accompagnai il presidente Nixon nel suo viaggio in Cina, non avevo alcuna prevenzione circa l'anestesia mediante agopuntura, anzi nutrivo un vivo desiderio di assistere all'applicazione di questa tecnica da parte dei medici cinesi. La mattina del 23 febbraio, in compagnia di un mio collega, potei assistere a una dimostrazione nell'ospedale dell'Amicizia, a Pechino, provvisto di 600 posti letto e di attrezzature di tipo occidentale.

Facemmo la conoscenza di tre pazienti che stavano per essere sottoposti a intervento chirurgico. Il primo era un uomo sui 65 anni con cataratte a tutt'e due gli occhi; quel giorno sarebbe stato operato all'occhio sinistro. La seconda paziente era una graziosa ragazza di 26 anni con un evidente tumore alla tiroide, sul lato destro del collo. La terza, una donna di 37 anni con una cisti ovarica.

"Come li preparate all'agopuntura e all'intervento?" chiesi ai medici, due dei quali parlavano perfettamente in inglese. Risposero che erano soliti parlare dell'intervento con i pazienti, spiegando loro con precisione dove sarebbero stati infilati gli aghi e che genere di incisione sarebbe stata praticata, stabilendo così un rapporto di fiducia con loro.

All'uomo con le cataratte furono in-

filati nell'orecchio sinistro due sottilissimi aghi di acciaio inossidabile. Uno attraversava l'orecchio quasi parallelamente al lato del cranio, l'altro fu infilato ad angolo retto con la testa. Devo ammettere che questo secondo ago mi fece una certa impressione. Era lungo circa otto centimetri e dovette penetrare fino alla base del cranio. Alcuni elettrodi vennero attaccati alle estremità degli aghi e fui avvertito che ci sarebbero voluti 20 minuti perché si instaurasse l'anestesia completa.

La ragazza con il tumore alla tiroide fu anestetizzata mediante due aghi in ciascun orecchio. Nella terza sala operatoria, la donna con la cisti ovarica parlava tranquillamente con i medici e le infermiere mentre due aghi le venivano introdotti verso il basso da un punto al di sopra del naso, penetrando nel tessuto per almeno cinque centimetri. Altri due le furono spinti verso il basso dopo essere stati infissi ai due lati del dorso del naso. Un ago veniva introdotto con un abile movimento rotatorio, e mi resi conto che era questa rotazione che consentiva all'ago di passare vicino ai nervi e ai vasi sanguigni senza perforarli.

Mentre venivano introdotti gli aghi, i tre pazienti non diedero mai segno di dolore o di fastidio. Durante le opera-

zioni, tutt'e tre conversarono con i medici, e il polso e le altre funzioni vitali si mantennero normali.

Quel che mi fece veramente impressione – e l'avrebbe fatta a qualsiasi medico – fu vedere i pazienti subire operazioni tanto gravi e poi mettersi a sedere, scendere dal tavolo operatorio e camminare senza aiuto fino alla propria stanza... senza choc fisiologico e senza sofferenza evidente. Un quarto d'ora dopo, i tre pazienti vennero a prendere il tè con noi nello spogliatoio dei medici. Parlando tramite un interprete, il vecchio operato di cataratta mi disse: "Non ho sentito assolutamente nulla". La donna alla quale era stata asportata la cisti ovarica disse di sentire "come un graffio sullo stomaco".

Rivolsi ai medici cinesi la domanda che immagino avrebbero rivolto moltissimi occidentali: come e perché funziona questa incredibile anestesia? In tono cortese, professionale ed enfatico, i medici risposero: "Non sappiamo né il come né il perché".

Ma è un fatto che l'anestesia funziona. E nessun indizio avvalorò l'ipotesi che si fosse fatto ricorso all'ipnosi. L'agopuntura non è opera di ciarlatani né si deve permettere che vi si trastullino coloro che lo sono.

L'agopuntura in Europa e in Italia

In Italia l'agopuntura è riconosciuta ufficialmente come terapia medica dal 1982 e può essere praticata solo da laureati in Medicina e Chirurgia iscritti all'ordine professionale. In tutta Europa sono presenti circa 80.000 medici che utilizzano l'agopuntura: nel 1999 l'Unione Europea tramite il Parlamento europeo ne ha ratificato il riconoscimento ufficiale, che nella maggioranza dei Paesi membri era già stato acquisito da tempo. A tutt'oggi in Finlandia e in Francia esistono corsi completi di specializzazione affiliati all'Università, mentre da qualche anno in Italia alcune facoltà di Medicina hanno attivato master post-laurea in Medicina Cinese Tradizionale e Agopuntura.

Data la complessità dell'approccio diagnostico-terapeutico è importante sincerarsi che il medico che esercita l'agopuntura abbia una formazione adeguata, cioè che abbia almeno concluso l'iter di corsi specifici post-laurea della durata di almeno 4 anni, possibilmente con un'esperienza acquisita nelle università e negli ospedali cinesi. Esistono liste di medici agopunturisti presso alcune sedi provinciali dell'Ordine dei Medici. Da oltre trent'anni qualche reparto delle Aziende Sanitarie Locali e strutture sanitarie private convenzionate sul territorio nazionale gestiscono ambulatori d'agopuntura che si possono trovare tramite internet e i servizi d'informazione che si occupano di tali strutture. Mutue private, fondi integrativi e assicurazioni spesso rimborsano le prestazioni d'agopuntura: è consigliabile sincerarsene, consultando le polizze e i tariffari specifici.



croniche, calcolosi, cirrosi) può trarre vantaggio, e per il suo effetto immunoregolatore chi soffre di artrite reumatoide, di LES e di sindromi degenerative come la sclerosi multipla: ha anche un effetto sul metabolismo (l'ipercolesterolemia, l'obesità), è un ottimo coadiuvante nelle terapie contro il diabete e i disturbi a carico della tiroide. L'agopuntura è una terapia disintossicante per chiunque assuma dei farmaci e in alcuni casi è possibile diminuirne o eliminare la quantità di farmaci assunti.

L'ideale sarebbe utilizzare l'agopuntura a scopo semplicemente preventivo, per rafforzarsi e mantenere la propria forma fisica e psichica. In Cina l'agopuntura è considerata uno dei metodi migliori per ottenere un'alta qualità e una lunga durata della vita.

Come si spiega l'azione profonda dell'agopuntura? Non abbiamo ancora una risposta completa a questo quesito, anche se molti anni di ricerche cliniche e di laboratorio hanno riscontrato azioni diverse in ambito biofisico e biochimico. Tra queste, nel 2006 i ricercatori del Cnr a Milano hanno dimostrato con la PET (tomografia a emissione di positroni) che l'agopuntura è anche in grado di attivare alcune aree cerebrali. L'agopuntura provoca il rilascio di neurotrasmettitori come le endorfine e può regolare la secrezione ormonale e la produzione degli elementi corpuscolati del sangue (eritrociti, leucociti e piastrine); a livello del tessuto trattato stimola la secrezione di adenosina, che agisce come antidolorifico naturale.



"Il medico e il paziente sono come il ramo e la radice di un albero", recita un antico detto cinese: se tagli la radice, l'albero cessa d'esistere. Il paziente, come la radice, è l'elemento più importante nel rapporto e ha sempre la priorità. Un medico è sostituibile in ogni momento, lo si può cambiare con un altro: come il ramo di un albero, può essere eliminato. **Secondo la medicina cinese il medico è un fattore secondario**, nel senso che si deve adeguare ai bisogni e alle esigenze del paziente, che variano di momento in momento e da persona a persona: perché in ogni momento siamo sottoposti a continue trasformazioni e ognuno di noi è un essere irripetibile.

Spesso i medici sono abituati ad analizzare i loro malati in parti separate, distinguendo mente e corpo in modo artificioso e semplicistico. Questa visione statica e frammentata della medicina spesso ignora che il corpo non è mai lo stesso, ma è un campo energetico fluido e dinamico. Per la medicina cinese lo stato di salute è un flusso di funzioni in continuo cambiamento.

I criteri diagnostici e terapeutici propri della medicina tradizionale cinese sono volti a comprendere ogni paziente nella sua unicità al fine di personalizzare il più possibile la terapia: si affrontano le condizioni della persona malata nel suo complesso, con un approccio olistico (che significa completo, totale). La medicina olistica richiede un coinvolgimento del paziente sulla strada della guarigione, nel senso che sia informato e che decida autonomamente se e come la diagnosi e la terapia suggerita dal medico siano adatte al suo caso. Parafrasando, potremmo dire: "paziente, cura te stesso".

Le teorie energetiche della medicina cinese oggi sono considerate con rispetto da molti scienziati, perché presentano molte analogie con le più avanzate teorie della fisica moderna. In campo medico si comincia a riconoscere un dato di fatto già acquisito dalla antica medicina cinese: i sistemi endocrino, nervoso, immunitario e l'apparato psichico sono intimamente correlati tra loro. Assistiamo a un progressivo avvicinamento tra la visione della medicina olistica, che punta al riequilibrio globale delle funzioni organiche e vitali della persona, e la medicina convenzionale. **Il futuro, evidentemente, sta nell'integrazione tra medicina convenzionale e medicina cinese**, per una medicina davvero moderna, interessata a una cura profonda e completa del malato.

Picasso

In mostra i Capolavori dal Museo Nazionale Picasso di Parigi

Si è pensato che il "Percorso d'Arte" più importante questa volta fosse all'interno di una mostra, in particolare la mostra in Milano delle opere del grande Picasso, l'evento culturale più importante da molti anni a questa parte nella nostra città.

Così importante che pensiamo seriamente di organizzare una visita guidata riservata agli associati Dosca, come già si fece con la mostra dell'Arcimboldi. In tale previsione, questo articolo funge anche da preparazione alla visita e da guida alla stessa.

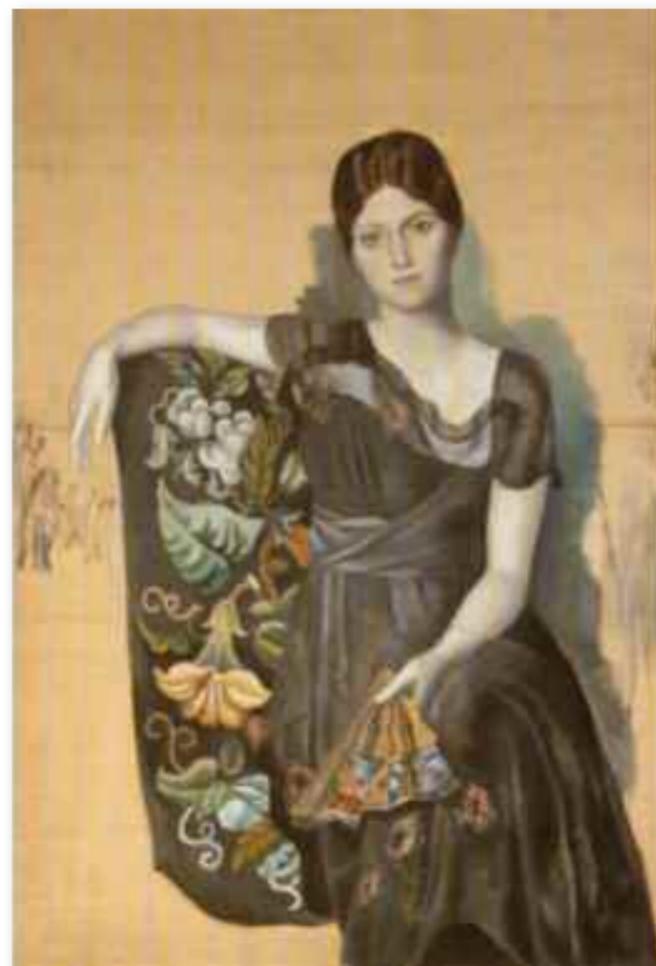


I lanci sul sito della mostra su Picasso, inaugurata a Palazzo Reale il 20 settembre e allestita fino al 6 gennaio 2013, recitano: "Io non cerco, io trovo", oppure: "Quando non ho più del blu, metto del rosso": manifesti di "spezzature" che il genio può permettersi? Certo non se evince il dono della simpatia, ma non credo che l'artista se ne offenderebbe: le parole usate nel 1946 da Orio Vergani per gli artisti delle Avanguardie ben si adattano allo spagnolo: "Invocò i barbari, sperò nella tenebra perché dopo la tenebra viene una luce nuova: negò l'aritmetica e la grammatica perché il loro possesso aveva negato, a un certo punto, la gioia della conquista e della rivelazione: sconquassò coi colpi delle mani nude le cupole corazzate da cui sparavano a zero i cannoni del Grazioso, del Piacevole, del Sentimentale, del Pittorico, del Lussuoso: sculacciò infine pubblicamente le Muse viziosette"! Tra i lanci soprannominati, quello che ci introduce *in media res* recita: "La pittura non è fatta per decorare gli appartamenti. È uno strumento di guerra offensiva e difensiva contro il nemico", dichiarazione di intenti consona all'auspicata soluzione finale contro i chiar di luna veneziani di Marinetti e gli assalti futuristi alla città di Paralisi che animavano il dibattito parigino degli anni dieci del Novecento!

Picasso nasce nel 1881, anno in cui era stato assassinato lo zar Alessandro II. Sono tempi nuovi: nel 1895 i fratelli Lumière costruiranno il primo apparecchio cinematografico; l'anno successivo Alfred Jarry con *Ubu Roi* frantuma le convenzioni della messa in scena e del linguaggio della drammaturgia; nel 1900 Freud pubblica *l'Interpretazione dei sogni*, seguita nel 1904 dalla *Psicopatologia della vita quotidiana*; sono gli anni di

Pirandello e della teoria della relatività di Einstein, pochi anni dopo l'armonia viene scardinata da Schönberg: è il 1911, Mann scrive *la Morte a Venezia* e il Titanic affonda nel suo viaggio inaugurale. Nel 1914 a Sarajevo vengono assassinati l'arciduca Francesco Ferdinando d'Austria e la moglie: inizia la Prima guerra mondiale. Picasso, che dal 1900 è a Parigi, ha 33 anni: è nella piena maturità, di vita e di arte. È già passato per i periodi blu (1901-1904) e rosa (1905-1909), ha dipinto nel 1907 *le Femmine d'Avignone* e con Braque si dedica da tempo al Cubismo.

La mostra, curata da Anne Baldassari, direttrice del Musée National Picasso di Parigi da cui proviene la più parte delle oltre 200 opere presenti in catalogo, ne segue l'intero percorso. Diversi esempi degli anni di formazione si susseguono nella prima sala, che è "illuminata" dalla meravigliosa scultura del *Giullare* del 1905, il protocubismo è introdotto dall'*Autoritratto* del periodo rosa, 1906, che preannuncia per solidità d'impianto i futuri esiti del nostro Sironi, al momento ancora "divisionista", ma lo risolve già in un anticipo di sfalsamento dei piani pur nella geometrizzante solidità monumentale. Tra le opere propriamente cubiste – ricordiamo il termine venne usato per la prima volta dal critico d'arte Louis Vauxcelles nel 1909, che chiamò "bizzarrie cubiste" le opere di Picasso e Braque – la scultura con la testa bronzea di Fernanda, si allinea alle ricerche che Boccioni compiva negli stessi anni sul tema dell'*Antigravioso* con il ritratto scultoreo della madre e quello pittorico di Margherita Sarfatti. L'appena pubblicato *Manifesto futurista* parigino, tra l'altro, sottolineava l'esigenza di "Abolire in



Pablo Picasso
Sacré Coeur, 1910
Ritratto di Olga in poltrona, 1917
Musée National Picasso,
Parigi

scultura come in qualsiasi altra arte il sublime tradizionale dei soggetti", obbligando gli artisti alla ribellione "contro la tirannia delle parole: armonia e buon gusto". Nulla è sacro, neanche il *Sacré Coeur* di Montmartre, la cui cupola e alzati vengono scomposti mostrandocene la prospettiva alterata da diversi punti di vista simultanei, sì che sembra di stare immersi nella vera vita del quartiere. Gli anni della guerra portano allo sperimentalismo dei collage, e il "ritorno all'ordine" del dopoguerra porta Picasso a una rimediazione classicista, impegnata tuttavia degli avvenimenti appena trascorsi: l'inquieto *Ritratto di Erik Satie*, audace rinnovatore del linguaggio musicale che aveva composto *Tre pezzi in forma di pera*, dialoga con il *Ritratto di Olga in poltrona*, in cui è effigiata la danzatrice dei balletti russi Olga Kokhlova, nuova amante e musa del pittore che "galleggia" nella poltrona a cui sembra essere incollata quasi come in un collage, e con il ritratto del loro fragile figlio *Paulo vestito da Arlecchino*, qui raffigurato come gli acrobati dei periodi blu e rosa, instabilmente appoggiato alla sua poltrona: di stabilità, la guerra aveva disgregato ogni certezza, ma l'urgenza di vita di Picasso interrompe questo muto colloquio con *La corsa delle sue donne sulla spiaggia*, che sembrano stiano danzando come antiche menadi.

È il bozzetto che Picasso aveva presentato a Djaghilev come sipario di scena per il balletto *le Train bleu*, con soggetto di Cocteau, musiche di Milhaud e costumi di Chanel.

Nel 1924 il poeta André Breton, influenzato dalla lettura dell'*Interpretazione dei sogni* di Freud, pubblica il *Manifesto del Surrealismo*. Picasso non rimane indifferente alla nuova corrente artistica e gli anni che vanno dal 1924 al 1935 ne sono impregnati. Breton annunciava: "La bellezza sarà convulsa oppure non sarà"; Picasso gli risponde "L'arte non è mai casta": una sensualità esplicita traspare da *Il Bacio*, composizione violentissima e dinamica anche nei colori, dove le forme si compenetrano in un intrico che ne rende difficile la distinzione.

Nuova modella e amante è Marie-Thérèse Walter; in mostra è ricordata in *La Lettura*, dove le sue forme sensuali e morbide sono raffigurate con volumi sferici che ricordano le sculture di Boisgelup, e nel *Nudo in un giardino* che la ritrae come una ninfa addormentata nel bosco che la avvolge e ricorda le coeve ricerche di Matisse con le sue odalische.

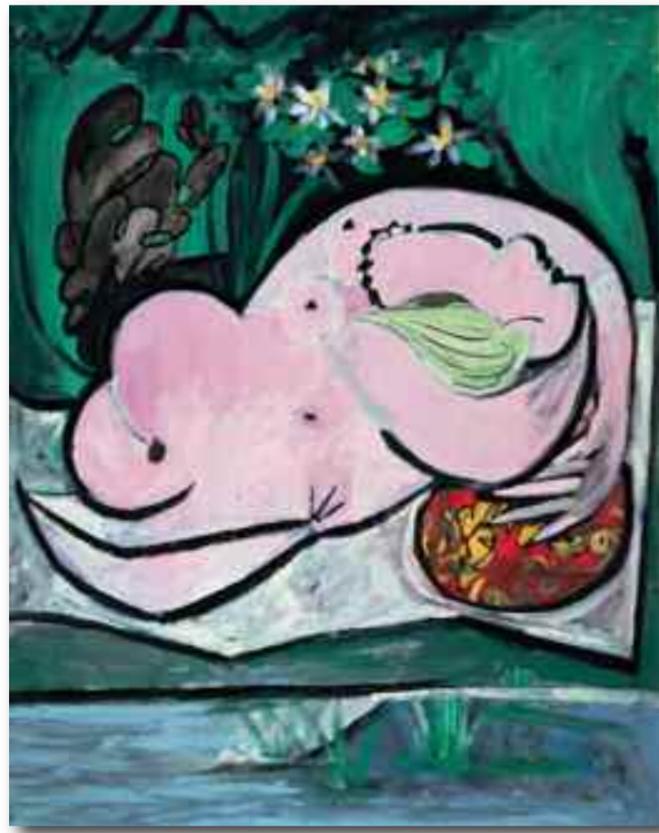
La stessa opulenza delle forme viene nuovamente proposta in *Donne che giocano sulla spiaggia*, ma qui la deriva sur-

Pablo Picasso

Nudo in un giardino, 1934

Il Bacio, 1969

Musée National Picasso,
Parigi



#Donatore P I C A S S O

realista è totale. Per Picasso "non esiste più nemmeno un'arte figurativa e una non figurativa. Tutte le cose ci appaiono sotto forma di figure"³. E le due figure femminili che giocano con una barchetta guardate dal mare da una terza, sembrano intagliate nella pietra ma prive di peso, leggerissime e fluttuanti in un sogno di grazia concentrazione e tenerezza.

Nel 1933 Hitler diviene il cancelliere del Reich, a Berlino si bruciano i quadri di Van Gogh come "arte degenerata": Picasso manifesta all'artista il suo omaggio nei dipinti "impegnati" degli anni tra 1935 e 1939 di Marie-Thérèse e Dora Maar, conosciuta dall'artista a Cannes attraverso il poeta Paul Eluard, e sua nuova amante. Nata Henriette Theodora Markovich, giovane e bellissima fotografa, attrasse Picasso con il suo temperamento "artistico", arrivando ai primi esempi di body art estrema: dopo essersi tagliata le dita su un tavolo con il "gioco del coltello", donò a Pablo il suo guanto insanguinato, esibendolo su uno scaffale del suo appartamento. Non era stata la prima, non sarà l'ultima: nel 1943 Picasso incontrerà Françoise Gilot. Nei nove anni della loro relazione Dora fotografa Picasso mentre realizza *Guernica*. Il dipinto originale non è in mostra ma un sezione speciale ricorda la prima personale dell'artista che si tenne a Milano nel 1953, sempre a Palazzo Reale nella Sala delle Cariatidi appena consolidata dopo le devastazioni dei bombardamenti della Seconda guerra mondiale.



le. L'allestimento originale proponeva *La Pace*, *La Guerra*, e *Il Carnaio*. *Massacro in Crimea*. Presente in mostra anche oggi, ricorda la *Fucilazione* di Goya e il gigantismo davidiano del *Giuramento degli Orazi*.

Gli anni della maturità sono gli anni dei grandi bilanci, esplicitati dall'omaggio ai fondativi maestri del passato: Tiziano, Goya, Velázquez, Delacroix, Manet. Ne escono *Meninas* e *Colazioni sull'erba*, *Toreri* e *Musici*, variazioni originali che si mescolano con ironia alle sculture realizzate con un assemblaggio di *objects trouvés* quali *La Capra*, il cui calco ingesso venne realizzato con materiali di scarto quali una foglia di palma per il dorso, legni e ferri vecchi per gli arti, latta per lo sterno, un cesto in vimini per il ventre e vasi di terracotta per le mammelle.

La mostra si chiude con un altro *Bacio*, del 1969: la stessa sensualità del precedente, questa volta addolcita e al tempo stesso accentuata dalla testa maschile che sembra un ibrido tra un uomo e un toro: nel 1933 Picasso aveva disegnato la copertina della storica rivista di Albert Skira "Minotaure", nel 1960 dichiarerà: "Se si segnassero su un foglio tutti i punti per i quali sono passato e li si unisse con un tratto, forse si otterrebbe un Minotauro"⁴.

Note

- ¹ Orio Vergani, *Alfabeta del XX secolo*, a c. di Guido Vergani, Baldini & Castoldi, Milano 2000, p. 450.
- ² Francesca Toso, *Picasso 1915-1973*, in *I Classici dell'arte, il Novecento*, Rizzoli/Skira, Milano 2004, p. 102.
- ³ Christian Zervos, *Conversations avec Picasso*, in "Cahiers d'Art", numero speciale, Paris 1935.
- ⁴ Dor de la Souchère, *Picasso in Antibes*, Paris 1960.



Claudio Sessa

Claudio Sessa (Milano 1955) si occupa di jazz dalla metà degli anni settanta. Scrive sul "Corriere della Sera", cura trasmissioni radiofoniche e realizza corsi e conferenze. Ha scritto tre libri, sul jazz contemporaneo, su Eric Dolphy e su Gaetano Liguori. Dal 1997 al 2001 è

stato direttore responsabile del mensile specializzato "Musica Jazz" e dal 2001 al 2009 ha insegnato Storia del jazz al Conservatorio Giuseppe Tartini di Trieste. Una sua storia del jazz sarà prossimamente pubblicata dal Saggiatore.

di Claudio Sessa
Scrittore e giornalista

J STORIA DEL Jazz Prima parte

#Donatore

Da tempo ormai nella nostra Rivista diamo spazio alla "musica" con articoli su musicisti di grande fama, talvolta colpiti da gravi patologie (Liszt e Chopin), talvolta ossessionati da turbamenti esistenziali (Mahler), che potevano aver influenzato la loro produzione artistica.

Abbiamo pensato di prolungare questo "dialogo" con la musica, anche se svincolato da un nesso di riferimento musica - patologia, entrando in un campo musicale completamente distaccato dagli stili classici, tonali e atonali, e cioè il Jazz, che fa storia a sé, totalmente svincolato da scuole e stili precedenti e coevi. E que-

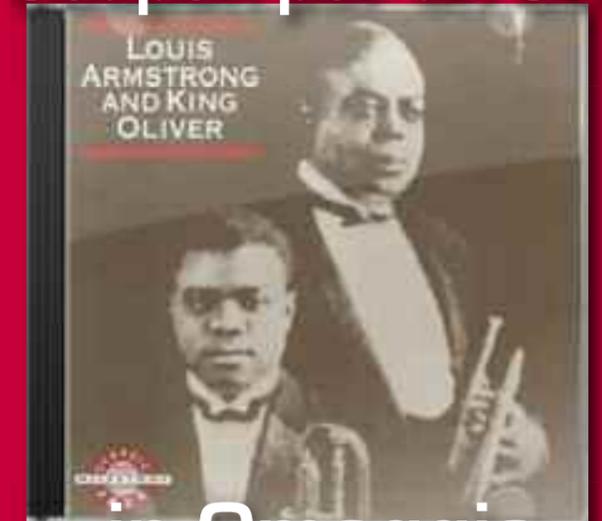
sta storia noi vogliamo offrirvi, raccontata in due puntate e in esclusiva per Dosca dal noto critico musicale Claudio Sessa, a cui va il nostro più sincero ringraziamento.

Il jazz è qualcosa di più di una forma d'arte: nel secolo scorso ha modificato potentemente la percezione che abbiamo dell'ascolto di un brano musicale, e raccontarne la storia significa ripercorrere gli sviluppi del nostro tempo. La sua nascita avviene negli Stati Uniti all'inizio del Novecento, all'epoca delle grandi migrazioni e dell'affermarsi di quella nazione sulla scena mondiale. Di queste trasformazioni planetarie il jazz può essere considerato la metafora, tanto più importante oggi, in un'epoca in cui si stanno ridefinendo i ruoli delle potenze internazionali mentre nuove grandi migrazioni sconvolgono l'occidente.

Non è facile descrivere in poche parole questa musica che, come tante altre sviluppatesi nel Nuovo Mondo, è detta "afroamericana" perché intreccia la tradizione di molte etnie



Coupon per un CD



in Omaggio

Ai primi donatori che presenteranno il coupon di questa pagina **entro il 31 marzo** in segreteria DOSCA verrà omaggiato un cd di jazz fino a esaurimento scorte.



Ritratti fotografici di **Louis Armstrong** (pagina a fianco); in questa pagina da sinistra in senso orario **Duke Ellington**, **Count Basie** e **Benny Goodman**

il Donatore

STORIA DEL JAZZ

africane, trascinate in catene a lavorare nelle colonie create dagli europei, con quella dei dominatori (e a volte dei nativi americani sopravvissuti). Il fenomeno della schiavitù, durato dall'inizio del Cinquecento alla seconda metà dell'Ottocento, oltre che tragico è enormemente complesso nelle sue ricadute culturali; limitandoci agli Stati Uniti, basterà osservare che esso è sopravvissuto ben oltre la sua soppressione formale (alla fine della Guerra civile, nel 1865), causando razzismo, discriminazione e gravissimi scompensi sociali.

La presenza di un'importante minoranza d'origine africana, però, ha anche arricchito la varietà di una nazione che fin dalla sua nascita, alla fine del Settecento, si vantava della propria molteplicità etnica. La lingua, le istituzioni, il modo di pensare, in una parola la "civiltà" statunitense, sarebbe profondamente diversa senza l'apporto afroamericano. Queste considerazioni possono servire a sfatare alcuni miti. **Il jazz non è una musica "nera"; è una musica che vive della dialettica fra neri e bianchi.** Ciò nonostante, essendosi sviluppata fra le minoranze più oppresse della nazione (come gli europei di più recente immigrazione, gli ebrei dell'Est e gli italiani), i musicisti d'origine africana ne rappresentano il cuore; a loro si devono tutte le maggiori svolte stilistiche.

Anche la sua nascita a New Orleans è un mito: come tutti i fenomeni culturali complessi, il jazz ha amalgamato pro-

poste geograficamente e stilisticamente differenti fino a divenire un prodotto relativamente omogeneo e maturo. Ciò è avvenuto nell'arco di due o tre decenni, fra Otto e Novecento; a metà degli anni dieci, grazie anche a un'industria discografica in pieno sviluppo (come molte di quelle a tecnologia avanzate, cresciute proprio negli Stati Uniti), nascono le sue prime, sorprendenti testimonianze sonore. Esse mischiano inestricabilmente elementi "bassi", plebei e commerciali, con una cultura "elevata", benché all'epoca non riconosciuta. **Il jazz è musica da ballo, che accentua fortemente l'aspetto ritmico** (grazie anche all'uso della batteria, strumento inventato proprio nella comunità afroamericana), talmente aggressiva da suscitare forti opposizioni morali da parte dei benpensanti. È una musica dotata di una grande libertà: nel suono degli strumenti, utilizzati spesso in modo eterodosso rispetto alla tradizione europea; nell'uso delle armonie, che risente delle scale africane e soprattutto delle invenzioni del blues, un'altra musica afroamericana nata nello stesso periodo nel Sud degli Stati Uniti; nel ricorso, che diverrà sempre più vasto e sistematico, all'improvvisazione.

New Orleans, si è detto, non è la "culla del jazz"; ma senza dubbio da questa città, caratterizzata da un'attività culturale e da una stratificazione culturale ignote al resto della nazione, **emergono i primi "eroi" di questa musica: Ferdinand "Jelly Roll" Morton, Joe "King" Oliver, Sidney Bechet, Louis Armstrong.** Pianista e compositore, Morton (nato probabilmente nel 1890, morto nel 1941) crea una grande sintesi della tradizione musicale della sua città; nei suoi brani gli impasti sonori sono organizzati in modi sempre nuovi, con una fantasia che va ben al di là di quello che è usualmente considerato lo "stile New Orleans". Che è invece magnificamente codificato da Oliver (1885-1938), il "re" dei cornettisti della sua città, soprattutto nelle incisioni effettuate nel 1923, una vera Bibbia per tutti i jazzisti tradizionali. Clarinetista e sassofonista di esuberante fantasia melodica, Bechet (1897-1959) è stato il massimo divulgatore del jazz in Europa, dove ha suonato a lungo fra gli anni dieci e i venti, prima di stabilirvisi definitivamente nei cinquanta. Ma il massimo ambasciatore di questa musica è stato Armstrong (1901-1971), trombettista e cantante sublime: già al fianco di Oliver nei brani del 1923 (come documenta il disco che offriamo ai nostri lettori), nel resto di quel decennio ha superato con incredibile sapienza espressiva vari stadi del-

lo sviluppo del jazz, creando assoli di magistrale originalità ritmica, armonica e melodica che sono serviti da modello per i successivi vent'anni. Armstrong negli anni trenta contribuirà a rendere popolare il jazz in tutte le classi sociali e nei cinquanta raggiungerà lo status di divo planetario.

Morton, Oliver, Armstrong conoscono il primo successo a Chicago, che cent'anni fa conteneva a New York il ruolo di maggior metropoli statunitense. Qui nascono anche più stretti intrecci fra jazzisti bianchi e neri; da questa più libera temperie culturale emerge la singolare figura del cornettista d'origine tedesca **Bix Beiderbecke** (1903-1931) tragica figura di artista disadattato (un po' come i *bohémien* parigini) che lascerà testimonianza di un modello alternativo rispetto a quello di Armstrong. A Chicago brilla anche il pianista **Earl Hines** (1903-1983), uno dei massimi virtuosi dello strumento, e si fa le ossa il clarinetista **Benny Goodman** (1909-86); trasferitosi a New York, egli costituisce una big band che dalla metà degli

PRIMA PARTE

il Donatore



anni trenta rappresenta la massima incarnazione della cosiddetta **Età dello Swing**, l'epoca in cui il jazz si fa colonna sonora del New Deal rooseveltiano.

La musica di Goodman è tipicamente bianca nella sua perfezione tecnica, ma deve la propria carica agli arrangiamenti di **Fletcher Henderson** (1897-1952), che negli anni venti a New York aveva inventato il suono dell'orchestra nera. Esso conoscerà sviluppi enormemente originali nelle invenzioni di **Duke Ellington** (1899-1974), senza distinzioni di genere uno dei massimi musicisti del Novecento, e di **Count Basie** (1904-1984) che alla fine degli anni trenta fa conoscere la più libera interazione delle orchestre provenienti da Kansas City.

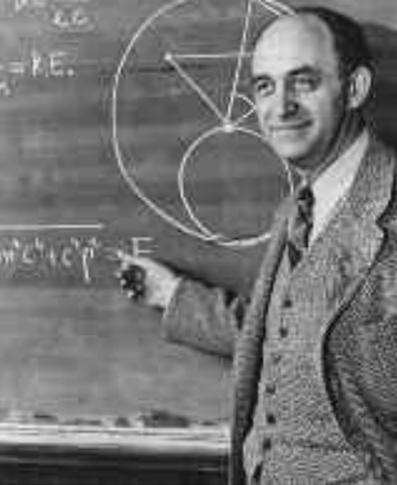
È il decennio dei grandi virtuosi: il sassofonista **Coleman Hawkins** (1904-69) e il pianista **Art Tatum** (1909-56) rappresentano l'apice di un dominio teatrale, lussureggiante, di tutti i parametri dell'improvvisazione, ma figure quali la cantante **Billie Holiday** (1915-59) e il sassofonista **Lester Young** (1909-59) già mostrano una strada nuova, più sfumata e drammatica, lungo la quale si avvierà il cosiddetto jazz moderno del quale parleremo la prossima volta.



Coupon per un CD



in Omaggio



Eccoci giunti a un nuovo numero della rubrica dedicata ai Premi Nobel. Questa volta scopriamo insieme vita e opere di Enrico Fermi, noto per aver ottenuto la prima reazione nucleare controllata, a cui fu assegnato nel **1938 il Premio Nobel per la fisica**

ENRICO FERMI

#Donatore

I PREMI NOBEL a cura di Raffaella Oppimitti

“La sua opera scientifica è così poderosa e geniale, le conseguenze pratiche di alcuni dei suoi lavori sono così importanti e gravi che facilmente chi non abbia avuto la fortuna di conoscerlo è portato a farsi di lui un'immagine molto diversa dal vero. Solo i parenti e gli amici, solo coloro che l'hanno conosciuto sanno che, se da un lato **era difficile separare in Enrico Fermi i vari aspetti di scienziato, di ricercatore, di maestro e di uomo**, poiché intimamente fusi tra loro, d'altro canto la sua semplicità di gusti e di maniera di vivere, la sua calma serena di fronte ai problemi dalla vita, la sua mancanza di qualsiasi posa o stranezza di carattere furono qualità umane ancora più notevoli per il contrasto con le sue eccezionali qualità di scienziato”.

Queste sono parole di Edoardo Amaldi, fisico amico di Fermi con cui ebbe modo di collaborare, pronunciate durante la commemorazione di Fermi, che morì il 29 novembre 1954 di tumore dello stomaco all'età di cinquantatré anni.

Enrico Fermi è un fisico italiano e tra i più noti al mondo conosciuto principalmente per i suoi studi e contributi teorici e sperimentali nell'ambito della meccanica quantistica e più in generale in quella sottobranchia della fisica atomica che è la fisica nucleare.

L'attività di Fermi si è manifestata in molti campi della fisica, ed egli è universalmente riconosciuto come uno dei più grandi scienziati di tutti i tempi.

Tra i suoi maggiori contributi alla Fisica si possono citare la sua **teoria del decadimento beta**, la **statistica quantistica** di Fermi-Dirac, i risultati concernenti le **interazioni nucleari**.

Egli inoltre progettò e guidò la costruzione del primo reattore nucleare a fissione, che produsse la prima reazione nucleare a catena controllata; fu uno dei direttori tecnici del Progetto Manhattan, che portò alla realizzazione della bomba atomica nei laboratori di Los Alamos ed è stato l'iniziatore di una feconda scuola di fisici conosciuta sia in Italia che negli Stati Uniti d'America.

Nel 1938 ricevette il Premio Nobel per la fisica, per la sua identificazione di nuovi elementi della radioattività e la scoperta delle reazioni nucleari mediante neutroni lenti.

Fermi fu un uomo estremamente brillante, dalla inusuale elasticità mentale e senso comune. Fu un teorico dotato di talento che applicava anche sul lavoro in laboratorio, procedendo velocemente e con grande intuito. Lui stesso sostenne che era la sua velocità in laboratorio che lo aveva portato a

ottenere il riconoscimento del Premio Nobel, dicendo che le stesse scoperte a cui lui era arrivato sarebbero state fatte presto da qualcun altro, e che lui semplicemente era arrivato prima degli altri.

Enrico mostrò, fin da piccolissimo, di possedere una memoria eccezionale, oltre a una grande intelligenza, doti che gli permisero di primeggiare negli studi e per non soccombere al dolore della perdita del fratello maggiore Giulio che morì nel corso di un'operazione chirurgica per rimuovere un ascesso della gola, si gettò nello studio della fisica e completò il ginnasio con un anno di anticipo.

Terminati gli studi al liceo **si iscrisse all'università di Pisa ed entrò nella prestigiosa Scuola Normale Superiore di Pisa**. In questi anni portò avanti i suoi studi e pubblicò sulla rivista scientifica “Nuovo Cimento” i suoi primi lavori: *Sulla dinamica di un sistema rigido di cariche elettriche in modo transitorio* e *Sull'elettrostatica di un campo gravitazionale uniforme* e sul peso delle masse elettromagnetiche. Continuando i suoi studi nel 1922 si diplomò alla Scuola Normale Superiore e nello stesso anno si laureò ottenendo in entrambi i casi la lode. Scrisse una tesi di laurea sperimentale sulle immagini di diffrazione dei raggi x prodotte da cristalli curvi. È da notare che **i tubi per i raggi x furono fabbricati da Fermi stesso insieme ad altri due studenti**, nell'ambito dei loro esperimenti liberi all'interno del laboratorio di fisica presso l'Istituto di fisica della Normale. Fermi, svolgendo una tesi sperimentale pur essendo già noto come fisico teorico, dimostrò di essere un fisico completo.

Dopo aver completato gli studi Fermi andò per sei mesi a Gottinga, in Germania, per poi recarsi in Olanda a Leida. Questi furono periodi molto intensi e prolifici e **lo studioso ebbe modo di incontrare e confrontarsi anche con Einstein** di cui scrive:

“Ho conosciuto Einstein che è stato qui per una ventina di giorni; persona molto simpatica benché porti il cappello a larga tesa per darsi l'aria di un genio incompreso. È stato preso da una simpatia vivissima per me, che non poteva fare a meno di dichiararmi ogni volta che mi incontrava”.

Poi **nel 1924 Fermi fu chiamato, su invito del podestà di Firenze a occupare la cattedra di Fisica matematica** presso l'università della città e nel 1926 ottenne la cattedra di Fisica teorica all'Università di Roma.

Le ricerche compiute dal fisico in Italia riguardarono so-



prattutto i fenomeni radioattivi. Gli atomi degli elementi radioattivi emettono dal loro nucleo le particelle dette *a* e *b*. Le particelle *a* sono di massa 4 essendo composte da due protoni e da due neutroni, tutti provenienti dal nucleo dell'atomo. Tale perdita comporta per l'atomo una posizione diversa, precisamente di due posti più bassa, nella scala periodica degli elementi di Mendeleev, poiché in essa la posizione degli elementi è determinata dal maggiore o minore numero di prototipi contenuti nel nucleo. Le particelle *b* sono costituite da elettroni. Poiché questi ultimi non sono contenuti nel nucleo dell'atomo, si assume che nel nucleo stesso durante la loro emissione sia avvenuta una trasformazione di neutroni in altrettanti protoni. Nelle emissioni *b* si è potuta ipotizzare, per rispettare il principio di conservazione dell'energia, l'emissione, oltre che dell'elettrone, anche di una particella priva di carica e praticamente priva di massa detta neutrino.

Il 10 novembre del 1938, il professor Enrico Fermi ricevette, all'età di soli trentasette anni, l'annuncio ufficiale del conferimento del Premio Nobel. L'illustre scienziato italiano decise che, dopo la consegna del premio a Stoccolma, **avrebbe fatto rotta con la famiglia verso gli Stati Uniti, dove si trasferì per protesta contro le leggi razziali fasciste, da cui sua moglie, ebrea, era stata colpita**. In America fu professore alla Columbia University e in seguito, dal 1946, all'Institute of Nuclear Physics di Chicago, oggi intitolato a lui.

In quell'epoca egli era profondamente convinto dell'importanza delle sue ricerche al fine di produrre energia atomica e **realizzò la prima reazione a catena di fissione nucleare controllata nel dicembre del 1942 presso l'Università di Chicago**, lavorando per il resto della Seconda guerra mondiale a Los Alamos, in New Mexico alla progettazione della bomba atomica.

Di fondamentale importanza furono in questo periodo gli studi compiuti sulla fissione, cioè sulla rottura del nucleo dell'atomo dell'uranio 235. In natura l'uranio 235 non esiste, trovandosi soltanto l'uranio 238. Entrambi questi elementi hanno numero atomico 92 (il più alto della scala di Mendeleev). Essi contengono infatti lo stesso numero di protoni 92, ma mentre l'uranio 238 contiene anche 146 neutroni, l'uranio 235 ne contiene soltanto 143. L'uranio 235 è contenuto nell'uranio 238, ma solo nella proporzione all'incirca dello 0,7 per cento, ed è difficilmente isolabile avendo le stesse qualità chimiche. Mentre è possibile la fissione del nucleo dell'uranio 235, non è però possibile la fissione del nucleo dell'uranio 238. Se dei neutroni collidono con il nucleo dell'uranio 235, lo scindono in due parti quasi uguali, con l'emissione di tre o quattro neutroni disponibili per scindere altri nuclei di uranio

Un uomo estremamente brillante, dalla inusuale elasticità mentale

ENRICO FERMI

#Donatore

235 e la conseguente produzione di una grande quantità di energia. Se invece i neutroni colpiscono il nucleo dell'uranio 238, essi ne vengono assorbiti e si forma la reazione a catena. I neutroni che scindono il nucleo dell'atomo in tale reazione sono detti non a caso veloci. Solo rallentandoli si può creare la condizione per non farli assorbire dal nucleo dell'uranio 238 lasciandoli continuare a vagare fino a trovare un nucleo di 235 da scindere. **Durante la Seconda guerra mondiale i tedeschi tentarono di rallentare i neutroni veloci** facendoli scontrare col nucleo dell'idrogeno pesante o deuterio, che ha nel nucleo un protone e un neutrone, e a tal fine utilizzarono il deuterio contenuto nell'acqua pesante. Il problema era di difficile soluzione: se infatti i protoni veloci avessero trovato un nucleo troppo leggero, si sarebbero fermati; se avessero incontrato un nucleo troppo pesante sarebbero rimbalzati con velocità eguale o accresciuta. **Fermi trovò la soluzione nel carbonio puro** (grafite), il cui nucleo contiene dodici protoni. Così fu possibile ottenere una reazione a catena controllata e realizzare la bomba atomica.

Questa scoperta scientifica ha rappresentato una tappa storica per il destino dell'umanità intera. Da quel momento in poi l'uomo ha avuto infatti a disposizione una sorgente potenzialmente distruttrice di grandissima entità. Se da una parte ciò costituiva un mezzo per avvicinare la fine della Seconda guerra mondiale (come poi fu con la bomba di Hiroshima e Nagasaki ponendo fine ai lunghi combattimenti), dall'altra fece scaturire un problema di coscienza nella sfera degli scienziati. Vi erano infatti fronti opposti sull'opportunità di utilizzo della bomba atomica e la volontà quindi di continuare la sua evoluzione tecnica.

La minaccia di un nuovo disastro nucleare si concretizzò poi negli anni della Guerra fredda. Durante la quale gli arsenali nucleari delle due superpotenze, Stati Uniti e Unione Sovietica, vennero costantemente aggiornati e ingranditi fino agli ultimi anni di Guerra fredda (1979-1989), nei quali vennero negoziati una serie di accordi (denominati accordi Start) che portarono a sostanziali riduzioni del numero di ordigni.

Il dibattito sul nucleare è tutt'ora in atto. Possiamo concludere che se da una parte la fisica nucleare ha dato risultati pratici importanti e significativi, la continua evoluzione tecnica in questo campo aumenta, in caso di conflitti, la minaccia di una catastrofe a livello mondiale.



GENNAIO 2013

Oggi non si dona

1	Martedì
2	Mercoledì
3	Giovedì
4	Venerdì
5	Sabato
6	Domenica
7	Lunedì
8	Martedì
9	Mercoledì
10	Giovedì
11	Venerdì
12	Sabato
13	Domenica
14	Lunedì
15	Martedì
16	Mercoledì
17	Giovedì
18	Venerdì
19	Sabato
20	Domenica
21	Lunedì
22	Martedì
23	Mercoledì
24	Giovedì
25	Venerdì
26	Sabato
27	Domenica
28	Lunedì
29	Martedì
30	Mercoledì
31	Giovedì

FEBBRAIO 2013

1	Venerdì
2	Sabato
3	Domenica
4	Lunedì
5	Martedì
6	Mercoledì
7	Giovedì
8	Venerdì
9	Sabato
10	Domenica
11	Lunedì
12	Martedì
13	Mercoledì
14	Giovedì
15	Venerdì
16	Sabato
17	Domenica
18	Lunedì
19	Martedì
20	Mercoledì
21	Giovedì
22	Venerdì
23	Sabato
24	Domenica
25	Lunedì
26	Martedì
27	Mercoledì
28	Giovedì

MARZO 2013

1	Venerdì
2	Sabato
3	Domenica
4	Lunedì
5	Martedì
6	Mercoledì
7	Giovedì
8	Venerdì
9	Sabato
10	Domenica
11	Lunedì
12	Martedì
13	Mercoledì
14	Giovedì
15	Venerdì
16	Sabato
17	Domenica
18	Lunedì
19	Martedì
20	Mercoledì
21	Giovedì
22	Venerdì
23	Sabato
24	Domenica
25	Lunedì
26	Martedì
27	Mercoledì
28	Giovedì
29	Venerdì
30	Sabato
31	Domenica

♥ Puoi donare dal lunedì al venerdì dalle 8.00 alle 10.30.



✂ Anche il sabato dalle 8.00 alle 10.30 con prenotazione obbligatoria al numero 02.487.140.32.

(segue dopo il calendario staccabile)

Fa bene? Fa male?

Sul "nero elisir" che ci aiuta ad alzarci ogni mattina circolano parecchie leggende metropolitane: ecco che cosa dice la medicina

di Laura Sironi

da "SAPERE e SALUTE"

#Donatore

C'è chi al mattino proprio non può farne a meno. Per carburare e tornare nel mondo dei vivi c'è soltanto una cosa da fare: una bella tazzina di caffè. E c'è chi invece lo ha abbandonato da tempo come un brutto vizio, pensando di mettersi al riparo da un pericolosissimo veleno e di aver guadagnato preziosi anni di vita.

I suoi effetti, con quelli del cacao e del tè, sono tra i più studiati al mondo. Probabilmente, anche per l'allarmismo diffuso alcuni anni fa, poi smentito, che vedeva il caffè come uno dei maggiori responsabili di infarto e ictus.

Oggi si può parlarne più seriamente, vista l'enorme mole di studi disponibili. Vediamo che cosa dice la scienza sui miti e sulle leggende metropolitane circolanti intorno al caffè.

Se non si esagera la salute ringrazia

Tra gli effetti più studiati ci sono le sue proprietà antidolorifiche, nel senso che diversi studi hanno rivelato che la caffeina potenzia l'effetto dei classici analgesici, soprattutto nel combattere il mal di testa. A differenza poi di quanto si pensava un tempo, sembra che il caffè svolga anche un effetto preventivo sulle malattie cardiovascolari e sulle infiammazioni, grazie alle proprietà antiossidanti dovute alla presenza di polifenoli.

Meglio comunque non consumarne in quantità eccessiva e limitarsi alle classiche tre tazzine al giorno. Ad alte dosi, in effetti, la presenza di alcuni composti lipidici chiamati di terpeni può alzare i livelli di colesterolo. Va detto però che la

LA SCIENZA nella tazzina



LUGLIO

1	Lunedì
2	Martedì
3	Mercoledì
4	Giovedì
5	Venerdì
6	Sabato
7	Domenica
8	Lunedì
9	Martedì
10	Mercoledì
11	Giovedì
12	Venerdì
13	Sabato
14	Domenica
15	Lunedì
16	Martedì
17	Mercoledì
18	Giovedì
19	Venerdì
20	Sabato
21	Domenica
22	Lunedì
23	Martedì
24	Mercoledì
25	Giovedì
26	Venerdì
27	Sabato
28	Domenica
29	Lunedì
30	Martedì
31	Mercoledì

AGOSTO

1	Giovedì
2	Venerdì
3	Sabato
4	Domenica
5	Lunedì
6	Martedì
7	Mercoledì
8	Giovedì
9	Venerdì
10	Sabato
11	Domenica
12	Lunedì
13	Martedì
14	Mercoledì
15	Giovedì
16	Venerdì
17	Sabato
18	Domenica
19	Lunedì
20	Martedì
21	Mercoledì
22	Giovedì
23	Venerdì
24	Sabato
25	Domenica
26	Lunedì
27	Martedì
28	Mercoledì
29	Giovedì
30	Venerdì
31	Sabato

SETTEMBRE

1	Domenica
2	Lunedì
3	Martedì
4	Mercoledì
5	Giovedì
6	Venerdì
7	Sabato
8	Domenica
9	Lunedì
10	Martedì
11	Mercoledì
12	Giovedì
13	Venerdì
14	Sabato
15	Domenica
16	Lunedì
17	Martedì
18	Mercoledì
19	Giovedì
20	Venerdì
21	Sabato
22	Domenica
23	Lunedì
24	Martedì
25	Mercoledì
26	Giovedì
27	Venerdì
28	Sabato
29	Domenica
30	Lunedì

 Puoi donare dal lunedì al venerdì dalle 8.00 alle 10.30.  Anche il sabato dalle 8.00 alle 10.30 con prenotazione obbligatoria al numero 02.487.140.32.



OTTOBRE

1	Martedì
2	Mercoledì
3	Giovedì
4	Venerdì
5	Sabato
6	Domenica
7	Lunedì
8	Martedì
9	Mercoledì
10	Giovedì
11	Venerdì
12	Sabato
13	Domenica
14	Lunedì
15	Martedì
16	Mercoledì
17	Giovedì
18	Venerdì
19	Sabato
20	Domenica
21	Lunedì
22	Martedì
23	Mercoledì
24	Giovedì
25	Venerdì
26	Sabato
27	Domenica
28	Lunedì
29	Martedì
30	Mercoledì
31	Giovedì

NOVEMBRE

1	Venerdì
2	Sabato
3	Domenica
4	Lunedì
5	Martedì
6	Mercoledì
7	Giovedì
8	Venerdì
9	Sabato
10	Domenica
11	Lunedì
12	Martedì
13	Mercoledì
14	Giovedì
15	Venerdì
16	Sabato
17	Domenica
18	Lunedì
19	Martedì
20	Mercoledì
21	Giovedì
22	Venerdì
23	Sabato
24	Domenica
25	Lunedì
26	Martedì
27	Mercoledì
28	Giovedì
29	Venerdì
30	Sabato



 Anche il sabato dalle 8.00 alle 10.30 con prenotazione obbligatoria al numero 02.487.140.32.

DICEMBRE

1	Domenica
2	Lunedì
3	Martedì
4	Mercoledì
5	Giovedì
6	Venerdì
7	Sabato
8	Domenica
9	Lunedì
10	Martedì
11	Mercoledì
12	Giovedì
13	Venerdì
14	Sabato
15	Domenica
16	Lunedì
17	Martedì
18	Mercoledì
19	Giovedì
20	Venerdì
21	Sabato
22	Domenica
23	Lunedì
24	Martedì
25	Mercoledì
26	Giovedì
27	Venerdì
28	Sabato
29	Domenica
30	Lunedì
31	Martedì

 Puoi donare dal lunedì al venerdì dalle 8.00 alle 10.30.  Anche il sabato dalle 8.00 alle 10.30 con prenotazione obbligatoria al numero 02.487.140.32.

NELLO SPORT AIUTA, MA NON È DOPPING



Il consumo di una quantità moderata di caffè sembra giovare alle prestazioni sportive. La caffeina infatti diminuisce la percezione della fatica e del dolore. In maniera indiretta, quindi, migliora la resistenza fisica e la concentrazione mentale.

In realtà, molto dipende da vari fattori soggettivi, come il tipo di alimentazione, l'età e l'allenamento. Di sicuro però, ed è stato dimostrato in alcune indagini, la caffeina è in grado di liberare gli acidi grassi dagli adipociti e di far crescere la produzione di glu-

cosio, che durante uno sforzo viene trasformato in energia pura.

LA SCIENZA NELLA TAZZINA



preparazione cosiddetta "all'italiana", che non lascia in infusione nell'acqua la polvere ma ne estrae le essenze gustose e aromatiche, fa sì che i componenti dannosi non passino nella bevanda. E non serve nemmeno chiedere il decaffeinato: il processo per togliere la caffeina infatti lascia inalterati i di terpeni.

Gli effetti negativi sulle **coronarie** e sul **cuore** si vedono quindi soltanto se le dosi sono elevate, oltre le sette-nove tazze al giorno: aumentano i livelli di **omocisteina** che, assieme al colesterolo, è un indicatore del rischio coronarico e può provocare disturbi del **ritmo cardiaco** e innalzamento della **pressione**.

Per qualcuno è meglio decaffeinato

Il **decaffeinato** lo devono certamente preferire quelli che soffrono di **acidità gastrica**. Ma non basta: occorre, infatti, eliminare tutte le bevande che contengono caffeina per evitare problemi di stomaco. Ed è altrettanto importante diminuire il volume dei pasti e le bevande gassate o alcoliche.

Un classico caffè e fine pasto sembra invece utile a chi, al contrario, fa fatica a digerire. Stimola la produzione della **bile** e lo svuotamento della **cistifellea** e sembra addirittura avere un effetto preventivo sulle malattie del **fegato**, a patto di non esagerare. Ma se si soffre di **mal di pancia** o **stitichezza** meglio tenerne lontani in ogni caso. I suoi effetti sull'intestino possono essere negativi: fa contrarre la muscolatura intestinale e facilita la perdita di liquidi attraverso un'azione diuretica. Due conseguenze sgradevoli sia per chi va troppo in bagno sia per chi ci va troppo poco.

C'è poi chi, pur apprezzando l'aroma e il gusto del "nero elisir", non tollera gli effetti sul **sistema nervoso**. Tra gli effetti riconosciuti dalla scienza ci sono le proprietà stimolanti che lo rendono adatto a dare una sferzata di energia e una rapida sveglia quando si vuole essere prontamente efficienti dopo una breve pausa. Il caffè ha anche un effetto positivo sull'**attenzione** e sulla **memoria**. In alcuni, però, la caffeina può provocare crisi di **ansia** o intense **palpitazioni**. Oppure, più semplicemente, una notte in bianco se si è predisposti all'insonnia. In questi casi meglio chiedere un decaffeinato, che offre tutte le sostanze e i profumi presenti nella tazzina tradizionale, senza effetti stimolanti.

Il processo di **decaffeinizzazione** infatti si esegue sul chicco non ancora tostato con vapore acqueo, anidride carbonica o sostanze chimiche e lascia intatte le proprietà del caffè, estraendone soltanto la caffeina, unica responsabile dell'effetto eccitante.

Gli effetti sul sistema nervoso non si limitano alla ricarica di energia: sembrano svolgere una vera e propria azione protettiva verso **malattie degenerative** del sistema nervoso come il morbo di Alzheimer e quello di Parkinson.

APRILE

Oggi non si dona

- 1 Lunedì
- 2 Martedì
- 3 Mercoledì
- 4 Giovedì
- 5 Venerdì
- 6 Sabato
- 7 **Domenica**
- 8 Lunedì
- 9 Martedì
- 10 Mercoledì
- 11 Giovedì
- 12 Venerdì
- 13 Sabato
- 14 **Domenica**
- 15 Lunedì
- 16 Martedì
- 17 Mercoledì
- 18 Giovedì
- 19 Venerdì
- 20 Sabato
- 21 **Domenica**
- 22 Lunedì
- 23 Martedì
- 24 Mercoledì
- 25 Giovedì
- 26 Venerdì
- 27 Sabato
- 28 **Domenica**
- 29 Lunedì
- 30 Martedì

Oggi non si dona

- 1 Mercoledì
- 2 Giovedì
- 3 Venerdì
- 4 Sabato
- 5 **Domenica**
- 6 Lunedì
- 7 Martedì
- 8 Mercoledì
- 9 Giovedì
- 10 Venerdì
- 11 Sabato
- 12 **Domenica**
- 13 Lunedì
- 14 Martedì
- 15 Mercoledì
- 16 Giovedì
- 17 Venerdì
- 18 Sabato
- 19 **Domenica**
- 20 Lunedì
- 21 Martedì
- 22 Mercoledì
- 23 Giovedì
- 24 Venerdì
- 25 Sabato
- 26 **Domenica**
- 27 Lunedì
- 28 Martedì
- 29 Mercoledì
- 30 Giovedì
- 31 Venerdì

MAGGIO

Oggi non si dona

- 1 Mercoledì
- 2 Giovedì
- 3 Venerdì
- 4 Sabato
- 5 **Domenica**
- 6 Lunedì
- 7 Martedì
- 8 Mercoledì
- 9 Giovedì
- 10 Venerdì
- 11 Sabato
- 12 **Domenica**
- 13 Lunedì
- 14 Martedì
- 15 Mercoledì
- 16 Giovedì
- 17 Venerdì
- 18 Sabato
- 19 **Domenica**
- 20 Lunedì
- 21 Martedì
- 22 Mercoledì
- 23 Giovedì
- 24 Venerdì
- 25 Sabato
- 26 **Domenica**
- 27 Lunedì
- 28 Martedì
- 29 Mercoledì
- 30 Giovedì
- 31 Venerdì

GIUGNO

Oggi non si dona

- 1 Sabato
- 2 **Domenica**
- 3 Lunedì
- 4 Martedì
- 5 Mercoledì
- 6 Giovedì
- 7 Venerdì
- 8 Sabato
- 9 **Domenica**
- 10 Lunedì
- 11 Martedì
- 12 Mercoledì
- 13 Giovedì
- 14 Venerdì
- 15 Sabato
- 16 **Domenica**
- 17 Lunedì
- 18 Martedì
- 19 Mercoledì
- 20 Giovedì
- 21 Venerdì
- 22 Sabato
- 23 **Domenica**
- 24 Lunedì
- 25 Martedì
- 26 Mercoledì
- 27 Giovedì
- 28 Venerdì
- 29 Sabato
- 30 **Domenica**



DOSCA Associazione Donatori Sangue Ospedale San Carlo Borromeo Milano



Puoi donare dal lunedì al venerdì dalle 8.00 alle 10.30.



Anche il sabato dalle 8.00 alle 10.30 con prenotazione obbligatoria al numero 02.487.140.32.

CENTENARI DELLA NASCITA

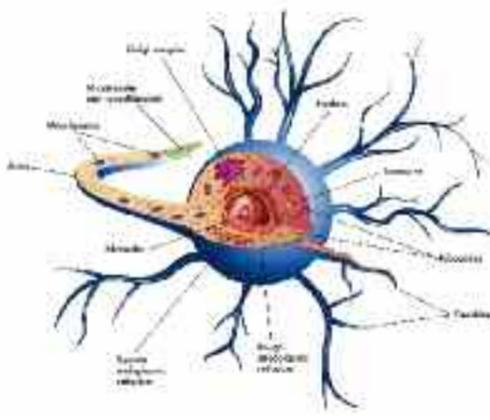
Data

30 maggio 1912

Avvenimento Nasce **Julius Axelrod**, biochimico e farmacologo statunitense. Axelrod completò gli studi di biologia nel 1933 con la volontà di diventare poi medico. Fu però rifiutato da tutte le scuole di medicina presso le quali aveva fatto domanda di ammissione. Nel 1935 cominciò a lavorare presso il National Institutes of Health di Bethesda nel Maryland. Fu proprio

qua che Axelrod perse un occhio a causa dell'esplosione di una bottiglia di ammoniaca. Nel 1946, Axelrod prese servizio presso il Goldwater Memorial Hospital; il suo mentore, Bernard Brodie, fu fondamentale nell'avvio della sua brillante carriera di scienziato. Le ricerche di Brodie ed Axelrod si orientarono sulle sostanze con attività analgesica. Nel 1949, Axelrod, entrò a far parte del National Heart Institute. Iniziò a lavorare sui meccanismi e gli effetti della caffeina, da cui cominciò a interessarsi allo studio del sistema nervoso simpatico e dei suoi prin-

cipali neurotrasmettitori, epinefrina e norepinefrina. Numerosi gli esperimenti su altre sostanze quali la codeina, la morfina, la metanfetamina. Nel 1970 ricevette il Premio Nobel per la medicina con Bernard Katz e Ulf von Euler. Il premio fu conseguito per le sue ricerche sulle catecolamine e sui mediatori nervosi, con particolare riguardo ai meccanismi di accumulo, liberazione e inattivazione di queste sostanze, chiarendo il modo con cui molti farmaci cardiovascolari e antidepressivi esercitano il loro effetto.



CENTENARI DELLA NASCITA

Data

28 Ottobre 1912

Avvenimento

Nasce **William Richard Shaboe Doll** medico britannico, epidemiologo e fisiologo. Pioniere nella ricerca sugli effetti del fumo come principale causa di tumore ai polmoni, pubblicò il primo studio sull'argomento nel 1951. Aiutò inoltre a individuare alcuni rischi lavorativi in particolare legati all'amianto e alle radiazioni. La sua



carriera fu segnata da controversie e pesanti accuse di corruzione. Fu accusato di venire regolarmente pagato in consulenze da alcune industrie mentre indagava sui possibili rischi cancerogeni del lavoro in fabbrica a contatto con alcuni materiali chimici. A riguardo il mondo medico si divide. È comunque appurato il suo grande contributo all'epidemiologia dei tumori e di conseguenza il merito di aver salvato moltissime vite.

ANNIVERSARI

CENTENARIO DELLA MORTE

Data

10 Febbraio 1912

Avvenimento

Muore all'età di 85 anni **Lord Joseph Lister**. Professore di chirurgia, fu l'inventore del metodo dell'antisepsi, rivoluzionando la pratica dell'ope-

razione chirurgica. Si laureò a 25 anni in Medicina all'Università di Londra e nel 1854 divenne primo assistente e amico del chirurgo James Syme di Edimburgo, considerato allora il miglior chirurgo di Inghilterra. Iniziò subito i suoi esperimenti relativi alla coagulazione del sangue e all'infiammazione. Nel 1867 scoprì l'uso dell'acido fenico, che divenne l'antisettico più usato al mondo per la chirurgia. Lister aveva notato che la cancrena, molto diffusa in ambiente ospedaliero era piuttosto rara all'esterno. Ciò lo aveva indotto a ritenere che la malattia, caratterizzata dalla putrefazione dei tessuti, era dovuta non tanto a ipotetici gas contenuti nell'aria quanto al fatto che "qualcosa la trasmetteva" da un paziente all'altro. Per questa ragione, Lister cominciò a utilizzare l'acido fenico (con cui all'epoca disinfettavano le fogne) sulle ferite dei pazienti, in particolare sulle fratture ossee esposte. La sostanza però irritava i tessuti sani, così Lister diluì l'acido con acqua e olio. Questo nuovo metodo fu un successo. Lister pubblicò i risultati sulla prestigiosa rivista "The Lancet". Era il 16 marzo 1867 e nel titolo dell'articolo *Antiseptic Principle of the Practice of Surgery* apparve per la prima volta il termine "antisepsi". Successivamente Lister cominciò a utilizzare uno spruzzatore per cospargere le ferite di acido fenico e per purificare l'aria delle sale operatorie, distruggendo i germi in essa fluttuanti prima che inquinassero la ferita. Nel 1877 divenne professore di chirurgia al King's College Hospital di Londra, dove praticò con successo la Chirurgia dei nervi e del cervello e migliorò la tecnica della mastectomia, cioè l'asportazione della mammella per tumore.

CINQUANTENARIO DELLA MORTE

Data

16 Febbraio 1962

Avvenimento

Muore a Roma **Giovanni Di Guglielmo**, famoso medico italiano. Nato in Brasile da genitori originari di Andretta, paese della provincia di Avellino, ritornò definitivamente in Italia all'età di sei anni. Si laureò in Medicina nel 1911 a Napoli, dove tornò nel 1912, dopo aver praticato un tirocinio medico di sei mesi in Brasile. Conseguì nel 1916 a Napoli la libera docenza in Patologia Speciale Medica dedicò, sotto la guida del Professor Adolfo Ferrata, gran parte dei suoi interessi allo studio dell'ematologia. Dopo la guerra mondiale, alla quale partecipò come ufficiale medico, fu aiuto di Clinica Medica nelle Università di Napoli, Messina, Siena e Pavia. Fu

docente di Patologia medica a Modena (1927-1928) e Pavia (1927-1931) e di Patologia Medica e di Clinica medica a Catania (1931-1938) e a Napoli (1938-1951) ove fu anche preside della facoltà di Medicina e Chirurgia. Concluse la sua attività come Direttore della Clinica medica dell'Università di Roma (1951-1956). È conosciuto in Italia e all'estero per i suoi studi e contributi fondamentali nel campo delle malattie neuroipofisarie, brucellari ed eritemiche. In particolare a lui si deve la scoperta della mielosi eritemica acuta, che porta oggi il suo nome. Fondatore di due periodici, "Progresso medico" e, in collaborazione col Ferrata, "Haematologica", lasciò una vasta produzione scientifica (circa 236 pubblicazioni). Fu autore di importanti osservazioni in vari settori dell'ematologia: studiò la struttura microscopica delle cellule ematiche,

in particolare delle primitive cellule migranti; dimostrò il passaggio nel sangue periferico della cellula di Gaucher; descrisse le caratteristiche fisiopatologiche del sistema reticolo-endoteliale. Per i suoi alti meriti fu per tre volte proposto per il Premio Nobel ed ebbe molti riconoscimenti italiani e stranieri, tra cui le lauree "honoris causa" delle Università di Friburgo (Germania) e di Santiago (Cile); la Legion d'onore della Repubblica Francese; il premio internazionale Riberi; il premio nazionale Feltrinelli dell'Accademia dei Lincei; la nomina a presidente della Società italiana, europea e internazionale di Ematologia; a Membro onorario di molte Società scientifiche italiane ed estere e a Cavaliere di Gran Croce dell'Ordine al merito della Repubblica Italiana; la medaglia d'oro del Ministero della Pubblica Istruzione.



IN MEDICINA 2012

CINQUANTENARIO PREMIO NOBEL

Data

1962

Avvenimento

Ricevono il Premio Nobel per la medicina **Francis Harry Compton Crick**, **James Dewey Watson** e **Maurice Hugh Frederick Wilkins**. Siamo di fronte ad una delle più sensazionali scoperte che hanno cambiato il corso della storia. Gli assunti scientifici che da tempo regolavano il campo della genetica, vengono completamente stravolti. La concezione culturale dell'essere umano viene in qualche modo ridisegnata. Viene svelato l'uomo nella sua essenza più profonda, nel suo comporsi più recondito. Con la scoperta della **struttura della molecola del DNA** si apre così una nuova era. Il 25 aprile 1953 sulla rivista scientifica "Nature" viene pubblicato un articolo di due giovani scienziati, James Watson e Francis Crick. La relazione conteneva una descrizione accurata della struttura del DNA, la cui molecola si presentava come una **doppia elica**. La strada per arrivare a questo risultato fu davvero molto lunga e percorse di fatto la storia della genetica: da Mendel ad Avery (il quale dimostrò che il DNA era davvero il materiale genetico e non solo un accessorio nel meccanismo della trasmissione ereditaria), da Hershey e Martha Chase (che dimostrarono che il DNA conteneva la sua informazione genetica sotto forma di una sequenza definita di basi lungo una catena polinucleotidica) al Gruppo Fago (che studiavano come i geni controllassero l'ereditarietà) e alle analisi sull'architettura delle proteine e degli acidi nucleici della Scuola dei Bragg (attraverso i raggi X).

Nonostante molti studiosi avessero intuito l'importanza della molecola del DNA, i dati chimici che si conoscevano su questa molecola erano praticamente inesistenti. Inoltre erano pochi i genetisti che si interessavano alla materia. Quattro furono i ricercatori fon-



damentali per la scoperta della struttura del DNA. Uno dei primi esponenti che più si interessò all'analisi del DNA fu **Maurice Wilkins**, il quale attraverso la diffrazione dei raggi X aveva fotografato la molecola di DNA, dal quale si poteva evincere una struttura elicoidale. Wilkins spiegò come la densità mostrasse l'impilamento delle basi azotate e lasciasse supporre l'esistenza di due molecole coassiali. Questo risultato fu raggiunto anche grazie alla chimica cristallografa **Rosalind Elsie Franklin**, che entrò nel laboratorio di Wilkins nel 1951. Era stata chiamata presso l'Unità di Biofisica del King's College per aiuto e supporto all'attività di analisi diffrattografica del DNA condotta

da Wilkins. La Franklin riuscì ad ottenere due serie di foto ad alta risoluzione di fibre di DNA cristallizzate. Usò due fibre di DNA, una più idratata dell'altra. Da qui dedusse la dimensione fondamentale dei filamenti di DNA, e capì che i fosfati erano all'esterno di quella che probabilmente era una struttura ad elica.

James Dewey Watson e **Francis Harry Compton Crick**, prendendo spunto dagli studi di Wilkins e della Franklin non ancora pubblicati, erano certi che una volta conosciuta la struttura del DNA avrebbero capito anche come i geni operavano.

Watson fu molto colpito dal lavoro di Wilkins da decidere di dedicarsi allo studio degli acidi nucleici. A tale scopo si rivolse al suo maestro e mentore Salvatore Eduardo Luria, il quale immediatamente riuscì a procurargli un incarico di collaborazione al Cavendish Laboratory con Kendrew. Manifestato il suo interesse per la possibilità di decifrare la struttura del DNA, fu accolto come allievo da Francis Crick. I due, nonostante dovessero occuparsi di altri progetti, iniziarono una stretta collaborazione. Grazie ai precedenti lavori della Franklin e di Wilkins, essi riuscirono a costruire il primo modello completo del DNA, che fu pubblicato nel 1953 su "Nature". Fu una sensazionale scoperta destinata a cambiare il corso della storia e valse ai due scienziati il Premio Nobel per la Medicina, che fu condiviso anche da **Maurice Hugh Frederick Wilkins** per le scoperte riguardo alla struttura molecolare degli acidi nucleici. La Franklin non ricevette il premio perché morta di cancro nel 1958.

a cura
della psicologa
dottoressa Paola Torriani



La dottoressa Paola Torriani,
ha ripreso il normale servizio
di consulenza psicologica.

Per fissare un appuntamento presso
l'associazione o solo per chiedere
informazioni telefonare al numero
347 2360 121

oppure scrivere un mail a
psicologo@doscasancarlo.it

Per contattare
l'avvocato Gianni Nanetti
telefonare al numero
335 8196 499

oppure scrivere una e-mail
avvocato@doscasancarlo.it

a cura dell'avvocato
Gianni Nanetti
Mediatore familiare
e donatore Dosca



il Donatore

RISPONDE LA **PSICOLOGA**

COME INTERRUPE QUESTA RELAZIONE

Buon giorno dottoressa, sono un uomo di 48 anni e vorrei raccontarle la situazione che mi sto trovando a vivere da circa dieci mesi. Sono sposato da 20 anni con una donna fantastica che mi dona tutto il suo amore e ho tre figli di diciassette, tredici e otto anni con cui ho instaurato un bel rapporto. Lavoro da quando mi sono laureato in filosofia in un'azienda di consulenza e mi trovo molto bene sia con il mio capo che con i colleghi; da circa un anno ha iniziato a lavorare nel mio ufficio una donna più giovane di me ed è na-

to un bel rapporto, all'inizio solo di reciproca stima ma in seguito si è trasformato in qualcosa di più profondo. Ora ho deciso di interrompere questa relazione in quanto tengo molto alla mia famiglia, ma faccio molta fatica ad allontanarmi da questa donna e il fatto di vederla ogni giorno non mi aiuta. Ho bisogno di un suo consiglio per capire come poter affrontare questo difficile distacco. La ringrazio molto per la sua disponibilità.
Lettera firmata |

Risposta Comprendo il suo desiderio e la sua estrema fatica ad affrontare questa situazione che

la porta a vivere emozioni contrastanti: da un lato una forte attrazione per una persona più giovane e avvenente e dall'altro un legame e un sentimento per la donna che ha scelto come compagna e madre dei suoi figli. Questa situazione ci porta a riflettere sul fatto che alcune volte ci confrontiamo con delle situazioni difficili da spiegare e da dare un senso, in quanto questo è presente solo a livello inconscio. Quando si è attratti da un'altra persona significa che qualcosa è mutato attorno e dentro di noi, magari non si riesce più ad esprimere le proprie potenzialità o a

realizzare i desideri e così si cerca qualcosa che possa far assaporare un nuovo modo di essere. Non si può neppure escludere che vi siano più ampie motivazioni inconscie che possono aver favorito il cedimento ad una nuova attrazione estranea alla famiglia. È importante perciò capire l'origine dell'allontanamento da sua moglie e comprendere quale è il suo vero desiderio e se desidera davvero e come poter ricostruire un rapporto che forse sotto alcuni aspetti ha un po' ceduto. A tal proposito vorrei suggerirle il contatto con un psicologo su base professionale.

Francesco Alberoni per "il Donatore"

L'ARTE DI AMARE. IL GRANDE AMORE EROTICO CHE DURA

Ci sono delle coppie in cui entrambi, anche dopo anni, restano amanti, restano innamorati. Non ci interessa sapere se questo dura tutta la vita o solo un lungo periodo. In queste coppie le proprietà straordinarie dello stato nascente hanno la proprietà di rigenerarsi. Il movimento diventa istituzione, ma l'istituzione conserva la freschezza, l'energia del movimento. L'innamoramento diventa amore, ma l'amore conserva l'emozione, l'erotismo, il brivido dell'innamoramento. Ciascuno guarda l'altro con gli stessi occhi stupiti e riconoscenti con cui l'innamorato guarda l'innamorata. Svegliandosi al mattino, resta stupito di vedere la bellezza accanto a sé. Ogni tanto, d'improvviso, prova un brivido di commozione e un senso di struggimento. Ed è cosciente dello straordinario privilegio, dello straordinario dono che gli è stato

concesso. Allora può legittimamente dire "sono innamorato di mia moglie, sono innamorato di mio marito". Come è possibile? Per rispondere dobbiamo ricordare quanto abbiamo scoperto, rispondendo alla domanda "che cos'è l'amore?". L'amore non è una modalità di stare, ma di diventare. È la risonanza interna di un processo in cui ciascuno genera ciò che a sua volta lo genera. È un aprire gli occhi, stupiti, sulla bellezza dell'essere. Una coppia resta innamorata se le due persone cambiano, crescono, si trasformano e si ritrovano, si riscoprono, si rivedono con gli occhi splendenti dello stato nascente. Una coppia può restare unita dall'abitudine, dalla tenerezza, dall'aiuto reciproco, dal fatto di avere costruito delle cose in comune. Ma resta innamorata soltanto se conserva una componente di sor-

presa, di rischio, di incertezza, di scoperta, di rivelazione. La vita amorosa della coppia si svolge fra due polarità opposte ed entrambe indispensabili. La prima è la sicurezza, la fedeltà, la assicurazione reciproca, lo sviluppo di schemi comuni di comportamento con cui affrontare, nello stesso modo, i problemi e i pericoli. La seconda polarità è mistero, incantesimo, avventura. È necessario che il rapporto fra i due amanti conservi un margine di incertezza, di insicurezza, di alea. L'assoluta prevedibilità del comportamento è tipica del mondo inanimato, dell'automata, della macchina. La vita è, per definizione, imprevedibilità. Lo spirito è libertà. Nella coppia innamorata ciascuno deve scrutare il volto della persona amata per vedere se è contenta oppure no, per cogliervi una risposta e un sorriso. Dietro le quinte deve esservi sempre un po'

di insicurezza, batticuore, gelosia, ansia. Ciascuno deve avvicinarsi all'altro con attenzione con rispetto, perfino con timore, perché nessuno può essere assolutamente certo di venir ricambiato. Ma questa ricerca, questo dubitare, questo scrutare il volto dell'amato in attesa del sì, si conclude sempre in modo positivo. Il romanzo è a lieto fine.

Francesco Alberoni



RISPONDE L'AVVOCATO

il Donatore

MI TRATTIENE L'AMORE PER MIA FIGLIA

Vivo una situazione domestica triste, mia moglie da quando ha partorito ha lasciato il lavoro, tra l'altro dandomene la colpa; in realtà l'ha fatto per meglio accudire la figlia che oggi ha 10 anni. Da circa tre anni la situazione è andata sempre peggiorando, abbiamo lasciato la casa in affitto dove vivevamo e ci siamo trasferiti da mia suocera. Io lavoro come statale, ovviamente tra affitto e bollette facevamo molta fatica perché lei è molto esosa nelle spese per l'abbigliamento, praticamente viviamo con il rosso in banca, mi vergogno di tutto ma tra lei e la madre spendono cifre esorbitanti in abbigliamento di marca per lei e la piccola. A casa passa il suo tempo su facebook e per il resto fa tutto sua

mamma, mi hanno accusato di vivere sulle loro spalle e si sono rivolte ad un legale per mandarmi via, tra l'altro mi hanno minacciato di non farmi vedere più la bimba. Al loro legale hanno raccontato che io sperpero i soldi, che non la mantengo come dovrebbe essere e che non partecipo alle spese domestiche, allora io ho diviso i conti correnti, e provvedo a pagare tutto tramite banca e non più in contante, la situazione sembrava si fosse calmata, poi sono ritornate all'attacco e mi hanno mandato una raccomandata con la quale mi invitavano ad andarmene. Le cose che mi hanno trattenuto fino ad ora sono state l'amore per mia figlia che alla fine avrei potuto vedere a fine settimana alternati più 15 giorni in estate e 5 a natale, altro motivo l'eventuale mantenimento, mi avevano chiesto 1000 euro al mese più le spese aggiuntive più partecipare alle bollette



da aggiungere poi una casa in affitto mi costerebbe minimo 400 euro al mese più 2000 euro di spese condominiali, come potrei farcela? A volte credo d'impazzire. non riesco più a capire da che parte girarmi, mi pare che l'intenzione di mia moglie è quella di farsi uno stipendio stando a casa continuare a succhiare i soldi dai suoi. Mi consigli qualcosa per favore... la ringrazio.

AM (donatore Dosca) |

Risposta Egregio, la sua appare come una disperata richiesta di aiuto e posso certamente comprendere che questo sia il Suo stato d'animo. Tuttavia anzitutto Le consiglio di cercare di analizzarlo con calma e lucidità i vari elementi del caso, per trovare le soluzioni migliori. E dunque, la situazione è delicata, l'ideale resta sempre un accordo

che porti ad una separazione consensuale, se però non è possibile bisogna agire in Tribunale con estrema prudenza.

Ciò detto non posso nascondere che separarsi significa di fatto accettare dei sacrifici, soprattutto rispetto ai propri figli ed al rapporto con loro.

In concreto, certamente si dovrà regolamentare il rapporto fra Voi genitori e Vostra figlia, stabilendo giorni ed orari di visita: in proposito comunque Le segnalo che i Tribunali sono sempre più sensibili in argomento, cioè valutano sempre più importante il tempo che il minore trascorre con entrambe le figure

genitoriali, ovvero anche al padre oggi è riconosciuto un ruolo concreto.

Sotto l'aspetto economico si dovrà necessariamente stabilire il "costo" mensile di Vostra figlia ed il giusto contributo di ciascun genitore, in proporzione al reddito di ciascuno, alla disponibilità di tempo e via dicendo.

Da quello che scrive mi pare che le richieste avanzate siano esagerate, ma come immagina è necessario mettersi "a tavolino" e ragionare numeri alla mano.

Quanto al clima familiare, percepisco la tensione e l'intollerabilità della convivenza, ma in ogni caso senza un accordo equo elaborato da un legale consiglio di non lasciare la casa coniugale.

Il mio consiglio insomma è quello di evitare di ritrovarvi in Tribunale in via contenziosa per far decidere al Giudice, ma semmai quello di raggiungere un accordo da far ratificare in Tribunale in via consensuale.

Per fare tutto ciò l'esperienza mi porta a dirle che l'intervento sin dall'inizio di un legale di fiducia specializzato in diritto di famiglia è fondamentale.

Sperando di esserle stato utile, resto a sua disposizione per ogni ulteriore sviluppo.



a cura del dottor Vincenzo Toschi
Direttore Centro trasfusionale,
ospedale San Carlo Borromeo



APPROFONDIMENTO

Mioma: Termine generico con cui si indicano i tumori benigni derivati dal tessuto muscolare. Si distinguono leiomiomi e rabiomiomi. Leiomiomi. Sono costituiti da fibrocellule muscolari lisce e sono molto comuni soprattutto nell'utero, nell'apparato digerente, nella cute. Rabiomiomi. Sono costituiti da fibre muscolari striate e sono molto rari. Possono insorgere nella lingua, nei muscoli del collo, nella parte superiore dell'esofago.

Isteroscopia: Diretta visualizzazione della cavità uterina attraverso un sottile endoscopio a fibre ottiche, l'isteroscopia, introdotto nel canale cervicale. Per l'esame, la cavità uterina viene dilatata opportunamente con una soluzione salinica o anidride carbonica. L'isteroscopia viene utilizzata per la diagnosi di patologie come polipi uterini, fibromi sottomucosi, aderenze o setti intrauterini, patologie maligne e per individuare la presenza di prodotti del concepimento o dispositivi intrauterini (IUD) ritenuti in utero. Viene impiegata anche per il trattamento dei setti e delle aderenze uterine, per la asportazione di fibromi sottomucosi, per l'ablazione endometriale, per visualizzare gli osti tubarici e incannularli.

il Donatore

RISPONDE IL MEDICO

ESCLUSO PER SEMPRE?

Buongiorno, sono stato per un brevissimo periodo vostro donatore.

Sto assumendo quotidianamente due farmaci dopo una serie di accertamenti che hanno escluso danni pregressi: Doxasosina 2mg e Carvedilolo 25mg.

Debbo considerarmi escluso per sempre come donatore? Cordiali saluti.

PF |

Risposta Gentile Donatore, i farmaci che lei assume sono antipertensivi, sono cioè sostanze che vengono utilizzate per ridurre una pressione arteriosa abnormemente elevata (ipertensione arteriosa). La legge italiana non vieta la donazione di sangue nel soggetto iperteso purché ben controllato dalla terapia. La risposta alla sua domanda è pertanto che può continuare la sua attività di donatore.



DONARE POST ISTEROSCOPIA

Buongiorno, sono una donatrice di plasma.

Ho fatto un'isteroscopia, con eliminazione di un polipo, in anestesia totale. Vorrei sapere dopo quanto posso venire a fare la donazione.

LB |

Risposta Gentile Donatrice, dopo un intervento chirurgico o una manovra invasiva come quella a cui lei è stata sottoposta, per riprendere l'attività di donatore devono intercorrere, per legge, quattro mesi.

MIOMA UTERINO

Volevo chiederle un'informazione, con un mioma uterino asintomatico si può donare?

Lettera firmata |

Risposta Gentile Donatrice, il mioma uterino è una neoformazione benigna, che può avere come conseguenza quella di indurre un'eccessiva perdita mestruale con conseguente anemia da carenza di ferro. Di conseguenza la presenza di un mioma in sé, purché non vi sia anemia e/o carenza di ferro, non costituisce una causa di esclusione dalla donazione.

RE-INNAMORAMENTO E RIAPPROPRIAZIONE DELLA VITA

Ho 46 anni, non ancora in menopausa, e in passato, cinque-sei anni fa, sono stata vostra donatrice di sangue. Poi in concomitanza con importanti vicende familiari, sono caduta in depressione alternando periodi di relativa normalità con periodi sempre più frequenti di assoluto disagio, classico di queste patologie.

Anche lo spirito che mi animava e che mi indirizzava con entusiasmo alla donazione si è totalmente spento. Recentemente però ho cominciato a pensare che potrei sforzarmi e riprendere a donare, trovando forse in questo gesto un motivo di re-innamoramento e riappropriazione della mia vita.

La domanda è se una persona nelle mie condizioni, cioè con depressione ciclica importante, può riprendere a donare il sangue, tenendo presente che faccio uso di una non indifferente serie di farmaci che include Taroxetina, Anafranil, Lamictal, Prozac, tutti prescritti dai medici che mi hanno in cura.

La ringrazio e saluto cordialmente
MR |

Risposta Gentile Donatrice, apprezzo molto il suo desiderio di ritornare ad una vita normale ed, in particolare, all'attività di donazione. Tuttavia devo precisare che per ragioni unicamente legate alla normativa italiana, l'assunzione di farmaci antidepressivi è una causa di non idoneità alla donazione. Le preciso anche che, qualora dovesse interrompere la terapia in corso, da lei dichiarata con grande senso di responsabilità, può regolarmente riprendere a donare.



Per richiedere
il parere del dottor Vincenzo
Toschi
scrivere una e-mail a
info@doscasancarlo.it

“PERCHÉ SILVIA POSSA CONTINUARE A SOGNARE
ABBIAMO BISOGNO DI PIÙ SANGUE!”



Campagna pubblicitaria di Giacomo Fregni offerta gratuitamente e in esclusiva per DOSCA



Chi ha bisogno di sangue ha bisogno anche del tuo aiuto per realizzare i propri desideri. Aiutalo con una donazione al Centro Trasfusionale dell'Ospedale San Carlo Borromeo di Milano.



DOSCA

www.doscasancarlo.it



L'arte di amare. Il grande amore erotico che dura

Autore: Francesco Alberoni
Casa Editrice: Sonzogno
Pagine: 206 Prezzo: 16,50

Molti sono ancora convinti che ci sia una traiettoria obbligata dell'amore che incomincia con l'innamoramento, la passione ma poi declina e si spegne nella convivenza quotidiana, quando non finisce nel tradimento e nel divorzio.

Ma sbagliano. Questo libro dimostra che la felicità e il piacere più intensi sono possibili soltanto nel grande amore erotico che conserva la freschezza dell'innamoramento, l'ardore della passione e che, anziché affievolirsi, col passare degli anni si intensifica. Dobbiamo tornare a dare alla parola amore il suo significato più pieno, più autentico. Perché il vero amore è rivelazione, ammirazione, adorazione, fusione con qualcosa che ci trascende e che dà un nuovo senso al



mondo. Solo l'amore totale ci sa dare il brivido dell'assoluto, lo stupore del nuovo, il terrore della perdita e una felicità misteriosa, meravigliosa e divina. Il grande amore erotico si ottiene abbandonandoci all'amore, alla voglia di vivere, al candore dei sentimenti, alla sincerità, alla verità, alla libertà, chiedendo ciò che ci piace senza pudore, senza paura.

Siamo lieti di pubblicare come sempre scritti creati e inviatici dai nostri donatori.



LETTI PER VOI

Enrico Fermi. Il genio obbediente

Autore: Giuseppe Bruzani
Casa Editrice: Einaudi Editore
Pagine: 386 Prezzo: 24,50

In questo libro, estremamente documentato e accurato, l'autore traccia la storia scientifica di Fermi, che è anche la storia dei trent'anni che hanno rivoluzionato la fisica e che hanno cambiato per sempre il destino dell'umanità. "Che cosa stupida aver scoperto questo fenomeno casualmente senza averlo saputo prevedere". Questo è il commento di Enrico Fermi dopo aver osservato in maniera del tutto fortuita i sorprendenti effetti della paraffina sui neutroni e averne dato, a distanza di poche ore, la giustificazione teorica. La scoperta dei "neutroni lenti" porta nel 1938 il fisico romano a Stoccolma a ritirare il premio Nobel e da lì direttamente negli Stati Uniti, a costruire la prima pila atomica e poi a dirigere una sezione del Progetto Manhattan per la costruzione della bomba. Un percorso per approfondire l'immagine di un ge-

nio, di un protagonista assoluto del periodo più esaltante della scienza contemporanea.



L'acqua pura e semplice. L'infinita sapienza di una molecola straordinaria

Autore: Paolo Consigli
Casa Editrice: Tecniche Nuove
Pagine: 374 Prezzo: 19,90 euro

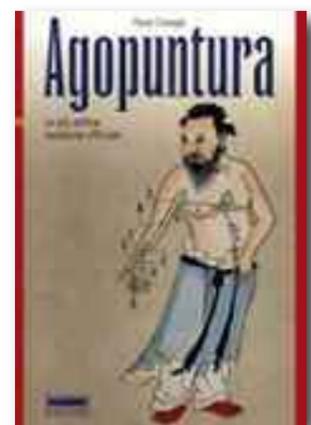
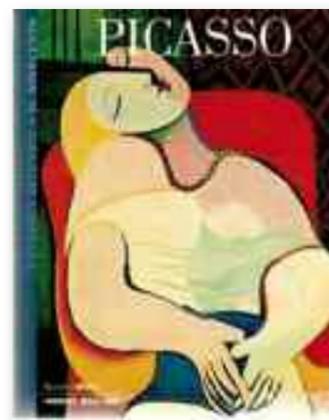
È la molecola più semplice in natura eppure fondamentale per l'esistenza sulla terra. L'acqua costituisce il 70% del nostro organismo, l'85% del nostro cervello e il 70% della superficie terrestre. La storia dell'acqua si interseca con la nostra storia, perché in essa sono nascoste le origini della vita. Essa ci circonda e ci influenza nella quotidianità, tra una pioggia improvvisa e una bottiglietta in borsa per dissetarsi. Fa parte di noi e del nostro mondo. Attraverso questo saggio chiaro e suggestivo, l'autore ci coinvolge in un viaggio tra conoscenza e misticismo, dove la rigorosa e moderna ricerca scientifica si fonde con la sapienza delle antiche civiltà. Una vera e propria indagine sull'acqua, sulle sue virtù curative, benefiche e creative.

L'acqua come forza potente in grado di plasmare il nostro pianeta e l'esistenza stessa; ma anche l'acqua come intelligenza e coscienza. Un ottimo libro per imparare a conoscere se stessi e migliorare la propria salute mentale, fisica e spirituale

I classici dell'arte. Il novecento. Picasso 1915-1973

Autore: Massimiliano De Serio e Francesca Toso
Casa Editrice: Rizzoli / Skira
Pagine: 189

Una breve antologia critica e diversi consigli bibliografici sono intercalati da illustrazioni riprodotte delle opere del secondo Picasso. Le opere, riprodotte direttamente dalle edizioni Skira, hanno una pregnanza e una capacità comunicativa che fanno scordare di essere di fronte a riproduzioni e coinvolgono emotivamente il fruitore. Il lettore si cala all'interno dell'opera riprodotta tanto da identificarsi psicologicamente nella sensibilità, e quindi nella personalità, di Picasso.



Autore: Paolo Consigli
Casa Editrice: Fabbri Editori
Pagine: 287 Prezzo: 13,00 euro

Una medicina millenaria ormai diffusa in tutto il mondo, pratica antica, ricca di benefici e principi. Si parla dell'agopuntura tradizionale, esercitata in Cina da migliaia di anni come medicina ufficiale. Il Dott. Paolo Consigli descrive accuratamente gli aspetti teorici, pratici della medicina cinese, soffermandosi sull'azione dei campi di forza, dell'energia e del concetto di salute e di equilibrio. Un approccio che ha come scopo quello di migliorare la qualità della vita. L'agopuntura funziona: questa la posizione chiara dell'autore. Essa serve a curare diverse patologie e disturbi, arrivando a volte ad eliminare l'uso di farmaci. Aiuta anche a prevenire le malattie e a raggiungere uno stato di salute ottimale. Oggi è stata appurata scientificamente l'efficacia di questa tecnica e riconosciuta da prestigiosi organismi di controllo in Occidente. Scorrevole e divulgativo, questo manuale accurato permette di conoscere a fondo ogni aspetto dell'agopuntura.

SCRITTI DA VOI

IL CIELO NEL CUORE (2011)

Hai acceso una parte oscura con una fiammella che mai si spegnerà.

Arde d'amore e spinge questo cuore ferito a non perdersi

nel deserto e a bere l'acqua alla sorgente

che solo tu sai offrire.

Sei parte di me quando sorridi

e nei tuoi lunghi capelli

ritrovo la ragazza che sono stata.

Lasciami il tempo

per accarezzare il tuo sguardo di velluto

o per cogliere nei tuoi occhi scuri

sgranati alla vita e pronti di vanità

una fuggevole onda di mare riflesso.

Dammi la chiave per aprirti alla vita

e saperti al sicuro senza il mio tormento

di madre alla deriva.

Grazie a chi mi ha voluta accanto a te

mia bambina per sempre.

(Dedicato a Clarissa Beatrice)

Marina Pedrini

SOFFIO DI DONNA

Donna guardi sempre alla vita con quello sguardo amorevole. Donna guarda gli amori sfioriti somridi ai tuoi dolori. Il tuo sorriso sia sempre sulle tue labbra. Il tuo sguardo sarà luce per gli altri che si perdono per le strade del mondo. Il tuo sguardo sarà come un raggio di sole per tutti come un soffio di donna.

Giovanna Capuano

DONARE SANGUE È

Donare sangue non vuol dire solo cedere, elargire, regalare o offrire; non è insomma una attività unilaterale.

Donare sangue vuol dire stabilire una relazione profonda tra due entità (il Donatore e il Donatario).

Donare sangue vuol dire avere la consapevolezza di mettere qualcosa in comune con chi soffre.

Donare sangue vuol dire stabilire un legame affettivo con il prossimo, quasi un legame "antropologico".

Dopo essere stato figlio, fratello, marito, padre e nonno ... sperimentare questa speciale relazione per oltre cento volte è stata una delle cose più belle della mia vita.

Ennio Dozzi

(Segretario AVIS Treviglio)

LA GITA

Un bel gruppo di persone, s'incontrano, non si conoscono, cominciano a parlare con familiarità e nasce uno scambio di parole, con gesti di convivialità. Sono quasi tutti donatori. Sono a Milano davanti al Castello Sforzesco, una breve visita poi vanno a pranzo. Pomeriggio si recano a Villa Litta

e li rimangono colpiti per la storia che gli raccontano le guide. Ma il gioco di acqua che li sorprende era una cosa gioiosa. È stata una giornata fantastica, con tutte queste persone (140). La cosa più bella che mi ha sorpresa, è stato stare insieme a persone che non conoscevo. Per me questo è fare amicizia.

Giovanna Capuano

La doppia elica

Autore: James D. Watson
Casa Editrice: Garzanti Elefanti
Pagine: 329 Prezzo: 15,00 euro

Il 25 aprile 1953 una breve paginetta sulla rivista "Nature" firmata da James Watson e Francis Crick chiariva definitivamente la struttura a doppia elica del DNA, la sostanza chimica che funge da messaggero della trasmissione genetica. Quindici anni dopo, nel 1968, uno dei due autori di quell'articolo, insigniti nel 1962 del Nobel per la medicina, scandalizzò la comunità scientifica narrando in modo vivace e provocatorio i retroscena dell'avventura intellettuale che aveva portato alla clamorosa scoperta. Per la prima volta il mondo della ricerca appariva nella sua cruda realtà: pieno di luci e ombre, di simpatie e odi profondi, di rivalità e inganni. Con "La doppia elica" James Watson riesce a far entrare il lettore in un universo spesso incomprensibile per chi non è del mestiere. In questo caso la scienza diventa piacevolmente alla portata di tutti.





L'auto tascabile

Stressati per trovare parcheggio ogni mattina? Multe per aver posteggiato in doppia fila? La vita da automobilista a volte è davvero complicata. Niente paura! Arriva la soluzione a tutti i vostri problemi. Per ora è ancora un prototipo, ma nel 2013 si potrà già comprare: è l'auto tascabile. Le ruote posteriori si spostano, l'auto si piega e si parcheggia ovunque. Prodotta in Spagna, si chiama Hiriko Fold ed è una city car elettrica a due posti dotata di un retrotreno scorrevole

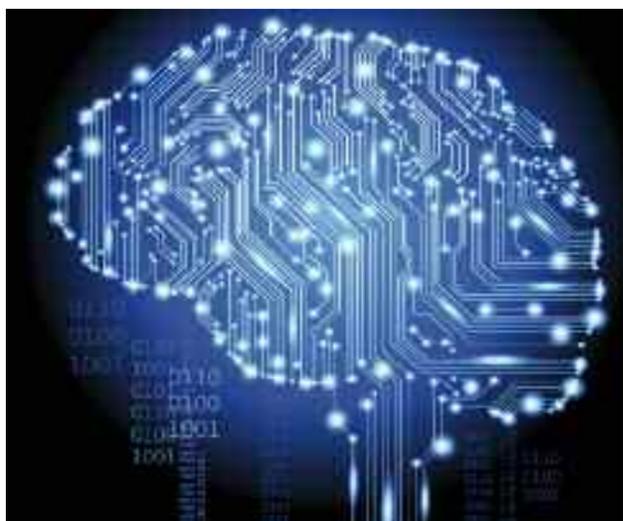
che può scivolare in avanti per ridurre l'ingombro complessivo del veicolo. Molti meccanismi sono stati sostituiti da dispositivi elettronici comandati via cavo che non ostacolano la ripiegatura del veicolo. Non ha il volante, che è stato sostituito da un joystick, e nemmeno le portiere. Per entrare e uscire si passa dal grande portellone anteriore che si apre ad ala di gabbiano. Siamo davvero curiosi di vederla, e sentirsi come l'ispettore Gadget (hop hop gadget mobile) sarà davvero esilarante.



CRONACA IN PILLOLE

Pensieri sotto osservazione

Non sarà più un pensiero fatto ad alta voce a rivelare le nostre intenzioni. La tecnologia avanza e presto sarà possibile captare immagini, testi e suoni in elaborazione dal cervello. Leggere il pensiero diventerà una tecnica precisa e diffusa. Questo l'assunto di un team di ricercatori dell'Università della Pennsylvania e della Thomas Jefferson University, il quale ha osservato pazienti con epilessia in attesa di un intervento chirurgico. Gli elettrodi impiantati nel loro cervello hanno permesso ai ricercatori di misurare con precisione i segnali elettrici emessi dalle cellule nervose, trasmessi poi ad un computer. Jere Manning, uno degli autori dell'Università della Pennsylvania ha affermato che "gli schemi cerebrali di ogni persona formano una sorta di impronta digitale neurale che può essere utilizzata per leggere i modi in cui si organizzano i ricordi attraverso le associazioni tra le parole". Aggiunge poi: "oltre a guardare i ricordi organizzati nel tempo si potrebbe usare la nostra tecnica per identificare i segnali di come il cervello organizza le informazioni apprese secondo aspetto, dimensioni, struttura, suono, gusto, ubicazione o qualsiasi altra proprietà misurabile". State attenti perciò a cosa pensate...potrebbe diventare un problema!



che le mail inquinano. Sicuramente meno delle lettere cartacee, ma consideriamo che la quantità di e-mail inviate rispetto alla posta tradizionale è di enorme rilievo. Calcolare l'impatto di un messaggio "virtuale" non è facile, perché occorre considerare il percorso che questo compie attraverso i vari server di Rete che lo condurranno a destinazione. Uno studio dell'Agenzia francese per l'ambiente ed il controllo energetico (Ademe) dimostra che nella serie di passaggi tra l'invio e la ricezione di un messaggio di un megabyte vengono emessi in media 19 grammi di CO2. Potrebbe sembrare poco ma spedire 8 e-mail equivale a guidare un'auto per un chilometro. Per ridurre il nostro impatto ambientale in ufficio, quindi, possiamo iniziare con il rinunciare alle mail non necessarie. In pausa pranzo, meglio prendersi un caffè con un amico piuttosto che chattare in facebook. Migliorano i rapporti interpersonali e si tutela l'ambiente.

Anche le e-mail inquinano

Quante e-mail inviamo al giorno? Dieci, venti, cinquanta? Sicuramente troppe, a parere degli esperti. La posta elettronica è sicuramente il mezzo più comodo e veloce che oggi abbiamo per comunicare. Purtroppo però an-

Correre: la chiave evolutiva del genere umano

I tempi moderni sono dominati dalle comodità. La poltrona è diventata la nostra miglior alleata contro lo stress e la fatica. In

realtà non siamo sempre stati così pigri. L'uomo infatti sarebbe nato per correre. Secondo uno studio pubblicato sul Journal of Experimental Biology l'evoluzione del genere umano avrebbe avuto compimento proprio grazie alla corsa.

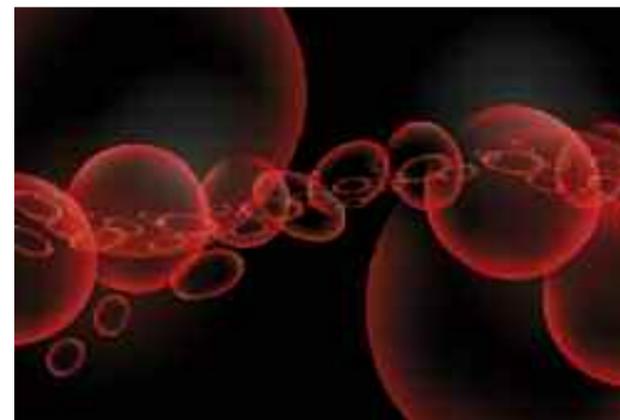
Per i nostri antichi progenitori essere in grado di correre più veloci delle proprie prede e dei propri nemici era indispensabile alla sopravvivenza e solo gli individui più forti, scattanti e resistenti agli infortuni riuscivano a riprodursi. Un piede ferito o un'emia erano sufficienti per costringere all'immobilità, all'impossibilità di cacciare e quindi alla morte per fame o per mano di un predatore. Corriere inoltre scatenava anche sensazioni piacevoli che premiavano lo sforzo compiuto.

Come sappiamo, a volte è bene tornare alle vecchie e sane abitudini. Nonostante la specie sia ormai evoluta, la corsa resta una delle attività fisiche più salutari. Quindi non ci resta che scattare!



DUE NUOVI GRUPPI SANGUIGNI

Con gli ultimi 2 appena scoperti siamo a quota 32. I gruppi sanguigni non si limitano ai quattro che conosciamo abitualmente: A, B, AB e O. In realtà la composizione del nostro sangue è molto più complessa. Un gruppo di ricercatori dell'Università del Vermont ha appena scoperto la presenza di due nuovi gruppi, battezzati Junior e Langreis in onore dei portatori, i quali sono stati identificati isolando due proteine (ABCB6 e ABCG2) mai osservate prima nei globuli rossi dei due pazienti.



MEDICINA IN PILLOLE

UNA MELA AL GIORNO LEVA... L'OBESITÀ DI TORNO

Spesso gli antichi proverbi sono vere fonti di saggezza. Mangiare una mela al giorno è davvero un toccasana, anche per tenere sotto controllo il nostro peso. Una ricerca effettuata presso l'Università dell'Iowa ha dimo-



strato che le sostanze contenute nelle bucce delle mele sarebbero in grado di amplificare il consumo di calorie.

Gli studiosi americani hanno infatti osservato come un gruppo di roditori da laboratorio abbia reagito in modo differente ad una stessa dieta ad alto contenuto di grassi con uguale attività fisica. L'unica differenza era stata quella di somministrare alla metà degli animali un supplemento di acido ursolico, contenuto in grandi quantità nella buccia di mela. I topi la cui dieta includeva l'acido ursolico mangiavano più cibo rispetto a quelli a cui non era stato somministrato il supplemento. Nonostante ciò, i topi trattati con acido ursolico guadagnavano me-

no peso e il loro livello di zucchero nel sangue rimaneva quasi normale. Questi animali non sviluppavano nemmeno l'obesità correlata alla malattia del fegato grasso, una condizione comune che colpisce circa un adulto americano su cinque.

TETRIS PER DIMENTICARE

Volete dimenticare brutti ricordi o traumi passati? Semplice: giocate a Tetris. Secondo una ricerca condotta dall'Università di Oxford, sfidare il famoso videogioco a mattoncini subito dopo un evento traumatico sarebbe una soluzione utile per dimenticare. Cimentarsi infatti con i tetramini (le figure del Tetris) dopo una brutta esperienza aiuterebbe a ridurre i flashback e i sintomi da di-

sturbo post trauma. Il Tetris avrebbe perciò l'effetto di un vero e proprio psico-farmaco. L'esperimento è stato effettuato su tre gruppi di volontari sottoposti alla visione di immagini violente. Il primo gruppo è stato poi successivamente invitato a giocare a Tetris. Il secondo è stato messo alla prova con un videoquiz, mentre il terzo nullafacente è stato tenuto sotto controllo. I risultati sono stati eclatanti: mentre i giocatori di Tetris hanno avuto molti meno flashback rispetto al gruppo di controllo, coloro che hanno giocato con il videoquiz ne hanno avuti molti di più. Emily Holmes, ricercatrice del dipartimento di Psichiatria dell'Università di Oxford e responsabile della studio ha precisato che "il gioco comunque non cancella i brutti ricordi", ma riduce la loro riproposizione".

MAMMA: LAVORA CHE TI PASSA!

Entrare in maternità e dedicarsi esclusivamente al proprio bambino sembrerebbe la strada più giusta da percorrere. In realtà non c'è scelta più sbagliata sia per la salute della mamma che per l'equilibrio della vita familiare. Secondo una ricerca dell'Università del North Carolina di Greensboro, le donne lavoratrici con neonati o bambini in età prescolare, sono risultate essere più sane e felici rispetto a quelle che avevano preferito non lavorare. I ricercatori hanno anche dimostrato, coinvolgendo e osservando i comportamenti di circa 1300 donne dal 1990 al 2000, che coloro che avevano un impiego part-time riportavano meno sintomi depressivi rispetto a chi era rimasta a casa. Le mamme lavoratrici risultavano essere infatti più serene in quanto percepivano la loro occupazione come un reale supporto al benessere della propria famiglia. Nulla si dice degli effetti sul neonato nelle due differenti situazioni.





In 150 a spasso per Milano

Quest'anno nel scegliere la meta della **nostra annuale Gita Sociale** abbiamo decisamente sorpreso voi donatori. **DOSCA**, come dire, ha voluto "giocare in casa" e organizzare così un'escursione del tutto casalinga. Non vi abbiamo

assolutamente scoraggiato con questa decisione e infatti... avete partecipato numerosi! È stato molto bello riunirci insieme in 150 a spasso per Milano, **la nostra caotica ma sempre cara città**. Per un giorno abbiamo potuto dimenticare lo smog, il traffico e la frenesia.

Abbiamo goduto di quel lato affascinante di Milano; la Milano dell'arte, della cultura e della leggenda. Vi voglio ringraziare, carissimi donatori, per accogliermi ogni volta con grande entusiasmo. Sono sempre molto emozionata e non nascondo di divertirmi moltissimo a scorrazzare con voi tra monumenti e ristoranti.

Amo parlarvi e ascoltarvi per capire cosa pensate e cosa vivete quando venite a donare. **Un doveroso ringraziamento ai prodi volontari** targati DOSCA, che rendono tutto possibile e ovviamente ancora più piacevole: Franco, Ilona, Francesca, Rosa, Loredana, Getulio, Angelo, Monica, Rosina,

Antonio, Maria, Pieris, Maria Pia, Francesco e Ornella. Era presente anche il nostro Presidente Szego, mente organizzativa di tutti gli eventi dell'Associazione. **La giornata è stata piena e ve la voglio raccontare** per mantenerla viva nei ricordi e appenderla come un quadro sulla parete delle esperienze DOSCA.

#Donatore EVENTI A DOSCA

16 Giugno 2012 – Ore 8.30. La città si sveglia e con lei anche noi. Non c'è che dire, il meteo è completamente dalla nostra parte. Il sole splende nel cielo e la sveglia suona, ahimè, questa volta anche di sabato mattina. Alzataccia sì, ma assai piacevole. Il Castello Sforzesco è il nostro punto di ritrovo e pian piano la piazza si popola di donatori del sangue. La divisione in sei gruppi rende l'appello un arduo compito, ma alla fine, una volta convinta di non aver perso qualcuno, partiamo all'attacco. Le porte di uno dei castelli più famosi d'Italia si aprono davanti ai nostri occhi. Ci accompagnano nel percorso 5 guide preparate e appassionate, in grado di farci rivivere epoche e fatti ormai lontani. Un vero e proprio tuffo nel passato. Siamo andati alla scoperta del Bramantino, grande artista lombardo del Rinascimento, con i suoi affreschi, arazzi e dipinti. Abbiamo curiosato nelle sfarzose sale del Castello e ammirato la Pietà Rondanini di Michelangelo, rimanendo col fiato sospeso.

Ore 13.30. Lo stomaco brontola. Un filosofo indiano dell'VIII secolo d.C. diceva: "La conoscenza è cibo". Non potrei essere più d'accordo e in altro luogo approfondirei questa massima estremamente importante. Ma è il caso di essere onesti e, potete testimoniare anche voi, finita la visita al Castello lo stomaco reclamava qualcosa di più sostanzioso della pura e semplice conoscenza. Così saliti sui pullman, partenza diretta per l'Agriturismo Cascina Carla nei pressi di Cornaredo. Il momento del ristorante è una pausa ristoratrice e nel contempo conviviale. Risate e chiacchiere si diffondono presto intorno ai tavoli crando un'atmosfera divertente e gioiosa. Abbiamo degustato la cucina lombarda, con un pranzo davvero ricco. Impossibile dimenticare la deliziosa polenta con il gorgonzola, apprezzata dai palati più fini anche nella caldina di giugno. Il convivio si prolunga e nell'allegria generale non ci accorgiamo di essere in grande ritardo. Villa Litta ci aspetta! Così beviamo il caffè in fretta e furia e risaliamo sui pullman, questa volta con la pancia piena.

Ore 17.00. Siamo in netto ritardo, corriamo a Villa Litta! Venti minuti di relax prima di riprendere le forze. La gita non è ancora finita e dal centro di Milano ci spostiamo in provincia, precisamente a Lainate, luogo dov'è situata la splendida e bizzarra Villa Borromeo Visconti Litta.



Ad accoglierci un simpatico gruppo di volontari, pronti a spiegarci i segreti dell'intero complesso costruito da Pirro I Visconti Borromeo. Le sorprese non sono mancate: i giochi d'acqua, gli scherzi, le fontane ci hanno accompagnato nel percorso quasi fiabesco e ludico della villa. In luoghi strategici erano appostate persone addette ad azionare marchingegni ingegnosi. Le urla e le risate per gli spruzzi d'acqua hanno animato l'intero pomeriggio. I bambini si sono divertiti moltissimo e oserei dire anche gli adulti.

Ore 20.30: stanchi ma sorridenti Purtroppo il tempo vola ed è venuta sera in fretta. Ritornare a casa stanchi morti però racchiude in sé una bella sensazione, ovvero di aver vissuto pienamente tutti i momenti della giornata. Il mio bilancio: nella mia confusionaria organizzazione mi sono come al solito divertita moltissimo. Spero sia stato altrettanto per tutti voi. Non mi resta che invitarvi alla prossima gita, lasciandoci con l'invito di continuare a donare e ringraziandovi ancora per il grande gesto di altruismo e solidarietà che siete ormai (fortunatamente) abituati a compiere.

L'ITALIA(na) in CINA

Secondo appuntamento con la nostra corrispondente in Cina, Annalisa Gibi, che in questo numero ci parla dei suoi nuovi amici locali. Un tuffo in una cultura apparentemente lontana, per poi scoprire che "tutto il mondo è paese"



il Donatore

CINA REPORT

WO DE PENGYOU – I MIEI AMICI

Tianjin, 12 settembre 2012

I miei due amici cinesi si chiamano Carmen e Richard. Hanno la stessa età, cioè la mia, fisicamente si assomigliano, magri ma non così bassi, capelli neri, occhi neri, a mandorla, e carnagione pallida. Carmen e Richard a un certo punto della loro vita si sono inventati un nome nuovo perchè entrambi hanno studiato inglese e credono che avere un nome occidentale li aiuti ad essere distinti e riconosciuti dagli stranieri.

Oppure perchè è semplicemente più semplice crearsi un indirizzo email con le lettere del nostro alfabeto. Richard per i suoi amici d'infanzia e per i suoi genitori si chiama Zhu he, quale sia il nome o il cognome non l'ho mai capito. Di Carmen non ho mai saputo il vero nome, ma so che ha una passione per la Spagna. Richard e Carmen non si conoscono.

Una volta, durante un aperitivo milanese, mi hanno chiesto cosa, dopo un anno e mezzo, mi stupisce ancora della Cina. Tra tante stranezze la cosa che paradossalmente mi incuriosisce di più sono proprio i punti di contatto che mi fanno spesso sospirare "tutto il mondo è paese", nonostante le tante contraddizioni.

Ho incontrato Richard una mattina in ascensore, abita nel mio stesso condominio. Anche i miei vicini francesi Claude e Florence hanno conosciuto Richard in ascensore un pomeriggio, e persino Dave, l'americano taciturno del decimo piano, ha conosciuto Richard in ascensore. Crediamo che Richard faccia su e giù in ascensore molte volte al giorno per socializ-



Richard e la sua famiglia.

zare. Mi ha dato subito il suo biglietto da visita *double face*, da una parte scritto in cinese, dall'altra con gli indirizzi in inglese. Richard lavora presso un'agenzia pubblicitaria che vende alle imprese gli spazi su cartelloni, schermi in piazza, mezzi pubblici. Durante il weekend frequenta anche un master in Business Administration a Pechino e con i suoi amici di corso intrattiene rapporti molto stretti legati alle possibilità di creare qualche attività economica possibilmente molto redditizia, e a questo proposito ha voluto spesso chiedermi informazioni riguardo ai *brand* di moda italiani. Richard adora vestirsi con loghi e marchi belli in vista, dalla tuta del Milan all'abito d'ufficio con le ciabatte Crocs. Mi chiede spesso quali siano i colori della prossima stagione e io, in qualità d'italiana, mi vergogno quando tentenno se non ne ho idea. Una volta siamo usciti a cena insieme, appuntamento alle 18:30 in un ristorante tipico di qualche zona della Cina con pietanze felicemente più vicine al gusto di noi occidentali.

Ho incontrato Carmen in una bella serata tra amici al ristorante italiano che frequentiamo. Lo chef del ristorante è di

Bergamo ed è un nostro amico. Vive in Cina da molti anni quindi conosce molte persone, e Carmen è una sua amica. Carmen è abituata a ordinare una pizza al centro del tavolo, perchè in Cina al ristorante si fa così, e credo non le piaccia tanto. Quella sera, ancora prima di iniziare una piacevole conversazione sulle donne in carriera, mi ha subito dato il suo biglietto da visita *double face*, da una parte scritto in cinese, dall'altra con gli indirizzi in inglese. Parla molto bene inglese perchè ha lavorato per alcuni anni in un'azienda che si occupa di import-export con l'Europa. Da poco si è messa anche lei in proprio e ha piccoli clienti svizzeri che ogni anno comprano, grazie alla sua mediazione, gadget molto belli di legno, così belli che io li rifiuterei persino come regalo. Carmen è sempre vestita "tutta in tiro" e alla sua veneranda età è anche capace di cambiarsi d'abito in macchina a metà serata dopo il ristorante prima di entrare in un altro locale, un po' come facevamo io e le mie amiche a sedici anni. E a questo proposito ha voluto spesso chiedermi informazioni riguardo ai *brand* di moda italiani. Per premiarsi, ogni tanto, si compra una borsetta con marchi ben in vista. Borsette che per altro io non ho mai avuto.

Richard è sposato con una ragazza molto carina, timida e riservata. I loro genitori erano amici, forse soci d'affari, e hanno fatto in modo che tra i due, compiuti 25 anni, nascesse l'amore, che si è presto concretizzato in un felice matrimonio, come tradizione vuole. C'è molta pressione, da parte delle famiglie, in questa direzione e a dire il vero so che i divorzi in Cina sono in grande aumento. I genitori di Richard hanno aiutato il figlio ad accendere un mutuo per l'acquisto del costoso appartamento in cui Richard e la moglie vivono, dopo tutto, non troppo lontano da casa dei nonni. Sì, Richard è da poco papà di un bel maschietto, secondo la legge cinese, l'unico figlio che avrà. Colleziona le foto del bebè sul suo I-phone e le mostra orgoglioso a chiunque incontri per strada. Questa, come si capisce, è una pratica innata, di ogni dove. La moglie e il nascituro per i primi mesi dopo il parto non sono usciti da casa, sotto la vigile sorveglianza delle nonne che hanno gareggiato per accudire, consigliare, servire, fotografare il nipotino. La tradizione vuole che la neomamma, per non si sa quale motivo, non si possa lavare per tre mesi, ma le ribelli ragazze cinesi oggi pare abbiano sfatato questa pratica. Credo che la nonna materna, vittoriosa, si sia trasferita per un periodo a casa loro e come spesso accade, sarà lei a crescere il bambino



La mia amica Carmen.



Reportage fotografico matrimoniale

il Donatore

per tutta la sua infanzia, questo per permettere alla madre di tornare al lavoro senza avere altri pensieri-problemi.

Carmen non è sposata e a 35 anni suonati non è neanche fidanzata. Questa è una grave colpa per la mia amica, un osso duro da digerire per la sua famiglia. Ho l'impressione che, nonostante la vita movimentata, sia una ragazza molto sola. La sua famiglia si è trasferita lontano in una zona al sud della Cina per accudire i figli della sorella. Si tiene in contatto con loro quotidianamente via Skype e quando va a trovarli una volta o due all'anno porta molti regali per i nipoti, alla sorella e ai genitori. Forse Carmen è l'unica della sua famiglia ad avere un'automobile.

Fondamentalmente Carmen cerca l'amore, ma per essere più specifici, cerca un marito, e più precisamente lo cerca nella comunità internazionale della sua città. Inizialmente ero molto critica con lei per questo atteggiamento, che riterrei più consono a ragazze senza grandi possibilità con la voglia di cambiare la propria vita in maniera facile e veloce. Di qualunque nazionalità o estrazione sociale infatti, un uomo occidentale per molte ragazze cinesi significa tranquillità economica e forse anche serenità domestica. Viceversa una moglie cinese mi dà l'impressione di essere una buona manager della baracca e al contempo una malleabile compagna senza portafoglio. Carmen invece per come la vedo io è molto in gamba, una persona che ha conquistato autonomia, osservatrice e con tante aspirazioni. Il punto è che, alla sua età, come mi ha spiegato senza mezzi termini lei stessa, per un uomo cinese rappresenta una seconda scelta, le sue possibilità sono limitate a uomini divorziati o a uomini rifiutati dalle altre. E così cerca e va in brodo di giuggiole per ragazzi che le offrono da bere o una cena, al secondo appuntamento fa progetti di vita comuni, al terzo appuntamento viene scaricata perchè per quanto le intenzioni possano essere serie, le pressioni sono molto sbagliate. Ci sono stati anche casi in cui ho visto ragazzi europei interessanti e romantici vedersi rifiutare dalla mia amica perchè con un contratto a termine in Cina, il che significa, nessuna possibilità di matrimonio.

I miei due amici cinesi si chiamano Carmen e Richard. Hanno la stessa età, cioè la mia, fisicamente si assomigliano, non si sono mai incontrati. Vivono nella stessa città, ma di due mondi paralleli. Non chiedetemi come sono i giovani cinesi, non così diversi da noi, ma così lontani.

continue a scriverci numerosi, esprimendo i vostri commenti sull'attività di Dosca, le vostre idee, richieste, suggerimenti, critiche e, perché no, anche apprezzamenti.

info@doscasancarlo.it



LETTERE ALLA REDAZIONE

RISTORO POST-DONAZIONE

Il nostro donatore Bruno Borsa scrive alla Segreteria Dosca, la seguente lettera a che volentieri pubblichiamo perché riguarda qualcosa che pensiamo interessi molti di voi donatori.

Spett.le Segreteria, in seguito ad accordi intercorsi con vostra operatrice, sono con la presente ad esprimere mio sincero stupore e conseguente disappunto in merito a quanto accaduto.

Attorno alle ore 9:00 in compagnia di un mio caro amico anch'egli vostro associato, ci siamo recati presso la struttura sita all'interno dell'ospedale San Carlo per effettuare con la solita serenità e gratuitamente, la nostra donazione di sangue.

Alla fine di questa come di consueto, ci siamo recati presso il bar convenzionato per poter consumare quanto indicatoci dal documento preposto.

Con nostra sorpresa giunti alla cassa del bar, dopo averci ritirato quanto sopra, ci hanno consegnato a loro volta un altro ticket a testa indicante gli alimenti da consumare a disposizione del donatore (così come originariamente evidenziati nel foglio preposto), fatta esclusione della voce "panino", cancellata con una linea di penna a sfera blu sovrascritta e sostituita dalla voce "michetta".

La cosa fastidiosa, non è naturalmente la differenza che può passare tra la michetta ed il panino... ma, più che altro, il fatto che le quattro misere michettine a "disposizione" dei donatori (sono nato a Milano da genitori milanesi, quindi di michette me ne intendo), fossero "imbottite" (si fa per dire) o con la mortadella oppure con un paio di fettine di "prosciutto"?... (o forse sarebbe meglio dire... spalla?).

Inoltre, nel domandare se fosse possibile scegliere un panino col salame al posto di quanto appena descritto, ci è stato risposto che, pagando naturalmente la differenza, avremmo potuto scegliere ben altro (e fu così che scoprimmo l'America...!).

Ora, io non sono persona abituata a discutere per certe "piccolezze" ma, probabilmente, grazie all'esperienza accumulata in più di trent'anni di esercizio nell'ambito della mia attività, penso di essere in grado di intuire quando determinate condizioni contrattuali vengono più o meno rispettate sia da una parte, che dall'altra!

In considerazione di questo, come associato Dosca e nell'interesse quindi di tutti quelli che ne fanno parte, ritengo utile ed opportuno sensibilizzare l'attenzione a chi di dovere, per considerare eventualmente se non sia il caso di meglio precisare e concordare, quale sia la tipologia e la qualità degli alimenti spettanti a chi possa desiderare usufruire di quanto in oggetto. Ringraziandovi per l'attenzione prestatami, colgo l'occasione di porgere i miei più distinti saluti.

Bruno Borsa (donatore Dosca) |

Risposta Caro donatore Bruno Borsa, abbiamo pensato di pubblicare sulla nostra Rivista sia la sua lettera che la nostra risposta, perché, come diciamo nella premessa, l'argomento interessa molti amici donatori ed è stato in passato causa di altre rimostranze.

Va innanzi tutto detto che la nostra Associazione non è stata coinvolta, e nemmeno informata se non a cose concluse, sulla convenzione che è stata perfezionata tra l'AO e il bar/ristorante interno, per quanto riguarda il ristoro post donazione. Non disponendo di strumenti per capire se e quale



torto le era stato fatto, non eravamo in grado di dare adeguata risposta alla sua lettera. L'abbiamo pertanto subito rimessa agli uffici dell'AO chiedendo di darci loro la risposta e soprattutto di valutare se c'erano stati comportamenti non conformi alla convenzione da parte del Bar e, in caso affermativo di intervenire per riportare le cose nel binario della Convenzione stessa, onde evitare il ripetersi di simili spiacenti inconvenienti.

C'è stato il classico rimpallo italico delle competenze per cui non si perveniva a nessun risultato. Abbiamo sollecitato alcune volte, da ultimo il 29 agosto e il 9 ottobre, ma al momento di andare in stampa non c'è ancora arrivata alcuna risposta. Noi speriamo che con l'avvento di una direzione profondamente rinnovata, si possa avere un miglior dialogo e una miglior comprensione delle problematiche che incontriamo nella

nostra attività, nell'interesse anche dell'ospedale stesso.

In assenza della risposta dell'AO, proviamo lo stesso a formulare noi alcune considerazioni sul fatto lamentato.

Sembra, ma non è ufficiale perché nessuno si è preso la briga di informarci al riguardo, che la Convenzione ospedale-bar preveda un rimborso al bar di 3,5 euro a consumazione, ridotto rispetto ai 5 euro precedenti, realizzando così un risparmio di circa 9000 euro/anno, pari a circa l'1 x 100 del valore del sangue donato dai donatori a cui viene contestato il panino.

Non entriamo nel merito e non commentiamo queste strategie dell'AO, probabilmente dettate da oggettive necessità di riduzione delle spese.

Abbiamo però voluto verificare, un po' grossolanamente, una componente del ristoro previsto per il donatore: il panino, del resto

LETTERE ALLA REDAZIONE

oggetto del contendere nel caso in esame. Ebbene comprando il pane e gli ingredienti, da comune mortale in un normale negozio, quindi non avvalendoci dei particolari sconti di cui può godere un esercizio che acquista grandi quantità di prodotti, siamo riusciti a confezionare un ricco panino imbottito di prosciutto e formaggio + bibita, al costo di 2,16 euro! D'accordo che andrebbero aggiunte le spese fisse di un esercizio, tasse, e oneri diversi, ma forse con un margine di 1,34 euro a panino più le particolari agevolazioni di acquisto di cui gode un esercizio come il bar-mensa dell'Ospedale, dovrebbe esserci spazio per un comportamento più dignitoso e cortese del bar stesso nei confronti dei donatori; pensando anche che se mai un giorno, Dio non voglia, uno degli ad-

detti o titolari del bar dovesse avere bisogno di una trasfusione di sangue, avrà certezza di riceverla grazie a quei donatori a cui tenta di rifilare una povera michetta semi vuota, anziché un ricco panino imbottito a cui hanno diritto, per legge per di più.

Caro signor Borsa, non so se le ho chiarito un po' la situazione in cui anche noi talvolta ci troviamo, e se ciò può almeno in parte consolarla di quanto le è successo. Personalmente credo che talvolta anche piccoli accadimenti siano specchio di una realtà del nostro Paese non proprio entusiasmante. Ciascuno di noi deve continuare a mettercela tutta per migliorare le cose, a cominciare dai migliori, ossia voi donatori, che col vostro gesto continuamente dimostrate interesse al bene degli altri, e quindi al bene della Società in cui vivete.

COMPLIMENTI ALLA RIVISTA 1

Riceviamo complimenti alla nostra Rivista dalla dottoressa Gianna Tomasina, professoressa di lettere, ricercatrice e scrittrice, e volentieri pubblichiamo.

Caro Eduardo, complimenti per la Rivista, godibilissima e piena di articoli interessanti. Un abbraccio
Gianna |

Risposta Carissima Gianna, che piacere mi fanno i tuoi complimenti alla Rivista! L'aggettivo "godibilissima" è sinonimo del risultato che volevamo raggiungere; facciamo ogni sforzo per distaccarci dalla veste di giornalino aziendale, sconfinando un po' anche sull'intrattenimento, informazione e, parola grossa, cultura. Mi sembra che questo tu, persona di lettere, abbia apprezzato. Un abbraccio Eduardo

COMPLIMENTI ALLA RIVISTA 2

Riceviamo dal professor Franco Testore del Politecnico di Torino, questa lettera di apprezzamento, che volentieri pubblichiamo

Caro Eduardo, da mesi non ho più contatti diretti con te, ma ricevo regolarmente la splendida pubblicazione "Il Donatore", che leggo con grande interesse, e che merita i più vivi complimenti per la presentazione sempre elegante, ma soprattutto per i contenuti molto ben illustrati, e comprensibili da una vastissima gamma di lettori, anche se dotati di scarsa conoscenza dei temi trattati. L'opera della tua Associazione è altamente meritoria, in mezzo a

tante difficoltà. Ammiro assai te e i tuoi collaboratori. Ancora auguri e complimenti, e gradisci il mio pensiero affettuoso.
Franco |

Risposta Caro Franco, mi ha fatto molto piacere la tua mail, anche per i bellissimi apprezzamenti sulla nostra Rivista.

Vedi che l'invio della Rivista ha assolto anche al compito di mantenerci in contatto! Ciao, ti abbraccio e chissà che non ci si incontri qualche volta. Eduardo

CONVENZIONI con DOSCA

Buonasera, "navigando" nel vostro sito, ho visto che ci sono delle convenzioni, posso sapere di che tipo.

Grazie
Lettera firmata |

Risposta Carissimo donatore, Dosca sottoscrive e stipula convenzioni con differenti esercizi commerciali, i quali applicano sconti e agevolazioni ai donatori dell'Associazione stessa. In particolare abbiamo differenti settori: Sport - benessere - estetica; Abbigliamento e valigeria; Salute; Casa; Varie.

Per ricevere lo sconto, il donatore dovrà esibire il tesserino Dosca. La invito a consultare le convenzioni sulla nostra Rivista "Il Donatore" oppure sul sito web di Dosca al seguente indirizzo:

http://www.doscasancarlo.it/main/?page_id=178.

Per stipulare una convenzione con Dosca telefonare al numero **02/48714032** o scrivere a **info@doscasancarlo.it**



“PERCHÉ GIULIO POSSA CONTINUARE A CRESCERE
 ABBIAMO BISOGNO DI PIÙ SANGUE.”



Campagna pubblicitaria di Giacomo Fregni offerta gratuitamente e in esclusiva per DOSCA

Chi ha bisogno di sangue ha bisogno anche del tuo aiuto per realizzare i propri desideri. Aiutalo con una donazione al Centro Trasfusionale dell'Ospedale San Carlo Borromeo di Milano.



DOSCA

www.doscasancarlo.it

Per scrivere a Settimo News
settimo@doscasancarlo.it

a cura di Antonio Vuotti
 Volontario responsabile della sede
 di Settimo-Seguro



SETTIMO NEWS

#Donatore



DOSCA IN FESTA!

Come ogni anno, ottobre è un mese molto pieno e ricco di iniziative. DO.S.CA conferma la sua presenza alla sagra di Baggio e alla festa di Settimo Milanese. Il nostro gazebo bianco è stato punto di incontro e mezzo efficace per comunicare con tanti possibili futuri donatori. Abbiamo distribuito volantini e i gadget sono andati a ruba. Grazie alle nostre volontarie Rosa e Rosina abbiamo potuto offrire una prova gratuita della glicemia ai passanti. Questo piccolo servizio è stato molto apprezzato. Le giornate sono state molto intense e pervase da una bellissima atmosfera di gioia e voglia di raccontare chi siamo e cosa facciamo. La condivisione e il passaparola sono effettivamente i metodi più efficaci per sensibilizzare chi ha ancora non conosce il mondo della donazione di sangue. Senza il prezioso contributo di tutti i nostri volontari tutto ciò non sarebbe stato possibile e per questo è davvero un immenso "grazie".

Rinnovo i miei più cari saluti a tutti i donatori!

GIORNATA MONDIALE DEL DONATORE DI SANGUE

Lo scorso 14 giugno 2012, Giornata Mondiale del Donatore di Sangue, DO.S.CA ha organizzato un incontro con aperitivo nella sede di Settimo Milanese per festeggiare insieme ai donatori e ai volontari della zona. La serata è stata introdotta dalle parole del nostro Presidente e dell'Assessore Vincenzina Nardi, che hanno sottolineato l'enorme importanza del donatore, una figura emblematica di responsabilizzazione per la collettività. L'happy-hour ha poi avuto piacevolmente inizio. E' stato un momento animato da simpatia e buonumore, in cui abbiamo chiacchierato, mangiato e bevuto insieme. L'obiettivo di DO.S.CA è ampliare le iniziative nella sede di Settimo per tutti i donatori di questa ospedale cittadina, affinché si crei un punto di ritrovo vivo e stabile. Ringraziamo tutti per la partecipazione!



CARTA D'IDENTITÀ DEL DONATORE

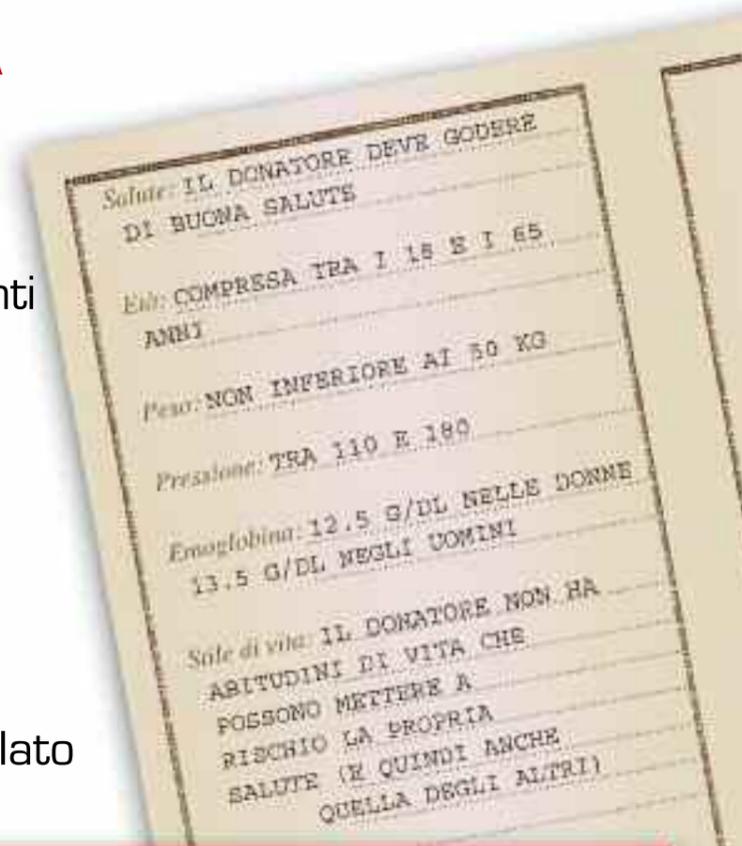
Possono donare sangue e gli altri emocomponenti le persone con le seguenti caratteristiche fisiche:



PRONTUARIO DEL DONATORE

SOSPENSIONI TEMPORANEE

Sono regolate da quanto segnalato nella tabella:



EVENTO	SOSPENSIONE
In caso di influenza o febbre superiore a 38°C	2 Settimane dopo la guarigione clinica
In caso di raffreddore	sospensione limitata alla fase acuta
Assunzione di aspirina, antinfiammatori non steroidei, antidolorifici, Antibiotici o antimicotici	7 giorni dall'ultima assunzione
Intervento odontoiatrico minore con anestesia locale	1 settimana
Vaccinazione antiallergica	72 ore
Vaccinazione contro rosolia, tubercolosi, febbre gialla, morbillo, antivaiole, antipolio orale, parotite	1 mese
Vaccinazione contro tetano (non con siero), influenza, difterite, pertosse, febbre tifoidi e paratifoide, colera, rabbia (a scopo profilattico)	48 ore
Sieroprofilassi (es. contro tetano o epatite B)	4 mesi
Vaccinazione contro epatite A	48 ore
Vaccinazione contro epatite B	48 ore
Viaggio in zone endemiche per malattie tropicali	3 mesi se al rientro non si segnalano episodi febbrili
Viaggio in zona malarica (con o senza profilassi)	6 mesi se al rientro non si segnalano episodi febbrili
Soggiorno per oltre 6 mesi, anche se non continuativi, nel Regno Unito, dal 1980 al 1996. Trasfusioni allogene nel Regno Unito dopo il 1980	sospensione definitiva
Per i rischi relativi ai viaggi	consultare informazioni ai viaggiatori nella sezione Prevenzione e Controlli del Ministero della salute oppure, le pagine dell'OMS (Organizzazione Mondiale Sanità - in Inglese)
Tatuaggi, piercing o foratura orecchie	4 mesi
Aborto	6 mesi
Parto	1 anno
Interventi chirurgici importanti Es. per gravi traumi, tireoidectomia, su grosse articolazioni, ecc.	4 mesi (a giudizio del medico in relazione alla patologia)
Interventi chirurgici minori	1 settimana
Endoscopia, Gastroscoopia, Colonscopia	4 mesi



Dosca CONVENZIONI*



Art di De Santis Nicola
imbiancatura - verniciatura
 Via Postumia, 3 - Milano
 Tel. 3497516591

sconto 20% su imbiancature, verniciature e decorazioni murali di ogni tipo

Leporatti Maurizio
riparazioni idrauliche
riscaldamento - climatizzazione
 Via Acacie, 12 - Cesano Boscone
 Tel. 024500802 - 3395206584
 maurioleporatti@alice.it

sconto 15% sulle prestazioni

Fantasie d'Interni di Bossi M. Evelina
 Rivenditore autorizzato Thun, Foppa Pedretti, Maretti Marflex, gadget Coca Cola, gadget Vespa ecc.
 Via Turati, 2 - Settimo Milanese
 Tel. 0233502235
 info@fantasiedinterni.com

sconto 10% su tutti gli oggetti esposti (non cumulabile con altre promo)

Karimi Tappeti centro vendita restauro - lavaggi tappeti
 Via Carlo Ravizza, 11 - Milano
 Tel. 0248197857

sconto 15% su tutto

Tappeti Orientali Persiani di Anna Rossi
 Via Organdino, 2 - Milano
 Tel. 0248004670
 annacesararossi@gmail.it

sconto 10%

Asd "Postura e Benessere"
 Via Postumia, 3 - Milano
 Tel. 3348259063
 info@posturabenessere.com

sconto 10% su tutte le attività di gruppo (corsi di Pancafit, educazione al movimento, Ti chi, Yoga, Pilates ecc.)

Centro Discipline Orientali Tai Chi Shaolin
 Via Tomicelli, 2 - Settimo Milanese
 Tel. 3291543983
 francesco.placenza@libero.it

sconto 10% sulla quota di partecipazione

Centro Estetico Bellissima
 Via Appennini, 11/A - Milano
 Tel. 0237072133
 gianna.schiavone@virgilio.it

sconto 10% su tutti i trattamenti estetici

Hair Fashion - Mod' parrucchiere uomo - donna
 Via Santa Rita da Cascia, 3 - Milano
 Tel. 0289125994

sconto 10% su tutti i servizi

Ma-Ra prodotti per capelli
 Via Palmi, 2 ang. Forze Armate - Milano
 Tel. 024563796
 maxdimara@libero.it

sconto 10% su tutti prodotti

RC Beauty Center istituto di bellezza - specialisti in depilazione progressiva definitiva
 Via Beolchi, 15 - Milano
 Tel. 0239430607
 ricciecapricciparrucchieri@hotmail.it

sconto del 10% su tutti i servizi, e inf. su promo e giornate Open

Ricci e Capricci parrucchieri
 P.za Rosa Scolari, 4 - Milano
 Tel. 0248201908
 ricciecapricciparrucchieri@hotmail.it

sconto 10% su tutti i trattamenti

Sgagnamanuber di Porfilio Francesco
 Via Friuli, 61 - Milano
 Tel. 025457834
 fporfilio@email.it

sconto 10% sulle bici
sconto 15% su accessori e abbigliamento

Valigeria De Angeli
 P.zza De Angeli, 14 - Milano
 Tel. 02435730
 Fax: 02435730
 valigeriadeangeli@libero.it

sconto 15% su tutti i prodotti (non cumulabile durante il periodo saldi o promozioni)

Farmacia Washington
 Via Washington, angolo via Caboto - Milano
 Tel. 0248006001

sconto 10% su prodotti di dietetica, cosmetica, igiene, medicazione, integratori prodotti per la prima infanzia (escluso il latte per neonati). Sconto non cumulabile con altre iniziative promozionali già in atto

Gsg Dental Sas studio dentistico
 Via San Giusto, 52 - Milano
 Tel. 0248205684
 gsg.dental@alice.it

sconto 10% su listino prestazioni

Dichiarazione mod. 730
 Via Ippolito Nievo, 1 - Settimo Milanese
 Per appuntamento:
 Daniela Spica
 Tel. 3886918765
€ 25.00 per i soci

Infamiglia Soc.Coop. Sociale Onlus (Telesoccorso)
 P.zza Selinunte, 3 - Milano
 Tel. 0238005013
 N. Verde: 800046337
 info@teleassistenzainfamiglia.it

sconto 10% su tutti i servizi: Telesoccorso con centrale operativa H24 - Assistenza domiciliare (Asa, Oss, badanti) e ospedaliera - Guardia medica privata 24 ore su 24 - Guardia infermieristica 24 su 24 - Fisioterapisti a domicilio - Accompagnamenti sociali con pulmino ecc.

Bonola Case Srl agenzia immobiliare
 Via Ugo Betti, 40 - Milano
 Tel. 023084996

sconto 15% sulla provvigione

Italcredi Spa finanziamenti e prestiti
 C.so Buenos Aires, 79 - Milano
 Tel. 0266721711
 N. Verde 800780330
 Ref. di zona: Stefania Germani
 Tel. 3492982143
 s.germani@italcredi.it



Dona il sangue, per gli altri e per te.

Ti aspettiamo al Centro Trasfusionale dell'Ospedale
San Carlo Borromeo, Milano. T. 02 48714032



Associazione
DO.S.CA
ONLUS