

il DONATORE

DI SANGUE

il DONATORE DI SANGUE



periodico a cura di
Do.s.ca. Onlus
via Pio II 3 - 20153 Milano
info@doscasancarlo.it

Direttore responsabile
Eduardo Szegö

Redazione
Monica Ditaranto
Gloria Mereghetti

Grafica e impaginazione
Anna Molteni

Hanno collaborato a questo numero

AIRC
Francesca Boggio
Chiara Ferrante
Beatrice Ferrario
Folco Giusti
Giovanni Nanetti
Maria Papavasileiou
Martina Rossi
Eduardo Szegö
Sapere&Salute
Vincenzo Toschi

Stampa
Galli Thierry Stampa srl

Autorizzazione
Tribunale di Milano
n. 168 dell'11 marzo 2005
Segreteria Do.s.ca
telefono 02 48714032
Centro trasfusionale
telefono 02 48708102
numero 26
anno XI Aprile 2016
<http://www.doscasancarlo.it>

Il Donatore di sangue è una rivista periodica inviata gratuitamente a tutti gli associati e amici di Dosca.

Gli articoli firmati rispecchiano il pensiero dell'autore e non impegnano il giornale.



Orari donazioni

È possibile **donare sangue** dal lunedì al venerdì dalle ore 8.00 alle ore 10.30. La donazione di plasma invece è effettuabile dalle ore 8.00 alle ore 10.00. Per la **donazione del sabato** è necessario prenotarsi direttamente sul sito o telefonando allo 02-48714032. La **donazione del sabato** si effettua secondo due **fasce orarie: dalle 8.00 alle 9.00** (sangue e plasma) **e dalle 9.15 alle 10.15** (solo sangue).
Sabati di apertura fino a fine anno: 14 maggio, 18 giugno, 16 luglio, 10 settembre, 15 ottobre, 12 novembre e 10 dicembre.



Per informazioni sulla donazione

La segreteria dell'Associazione Donatori Sangue San Carlo è aperta dal lunedì al venerdì dalle 8.30 alle 12.30. Per ricevere informazioni o notizie sulle attività, le convenzioni o per qualsiasi dubbio legato alla donazione di sangue, è inoltre possibile contattarci a info@doscasancarlo.it o al numero 02-48714032.

L'iscrizione all'Associazione Dosca è gratuita. È sufficiente compilare il modulo di richiesta e consegnarlo in segreteria dove vi verrà consegnato il tesserino BLU di appartenenza.

Prima Della Donazione

È consentito bere caffè o tè con zucchero o dolcificante. Non è consentito assumere latte e creme. Nella saletta "Ristoro" all'interno del Centro, un volontario dell'Associazione offre caffè, tè, acqua a chi deve donare.

Dopo La Donazione

Presso il bar dell'Ospedale viene offerta una colazione dolce o salata.



Agevolazioni per raggiungere il Centro

PARCHEGGIO GRATUITO PER I DONATORI

Nel parcheggio del pronto soccorso, i donatori del sangue possono parcheggiare l'auto gratuitamente, mostrando al parcheggiatore, dopo la donazione, il modulo rilasciato dal Centro Trasfusionale.

ATTENZIONE: all'ingresso del parcheggio bisogna ritirare alla sbarra il biglietto d'entrata e conservarlo. Prima di uscire dall'area parking, basta mostrare al parcheggiatore il foglio relativo alla donazione e il biglietto d'entrata.

RIMBORSO BIGLIETTO ATM

I donatori che si recano presso il Centro Trasfusionale con i mezzi pubblici, consegnando in segreteria il biglietto utilizzato per arrivare all'Ospedale San Carlo, avranno in cambio due biglietti Atm del valore di 1,50 euro.



" io dono il sangue
all'Ospedale San Carlo
tramite
L'Associazione DOSCA
... e sono felicissima! "

OLTRE AL SANGUE
DONA IL TUO 5X1000 A DOSCA!
Codice Fiscale: 97208500153

Sommario

NUMERO 26

Editoriale

6-7 / di *Eduardo Szegö*



8 L'infezione da
Virus Zika



24
L'aloè cura il
cancro?

Informazione

18-19-20-21 / **Eros e
Chioccioline.** di *Folco Giusti*

22-23 / **Fuori dal tunnel...
carpale.** Da *Sapere & Salute*
di *Laura Sironi*

24-25 / **L'aloè cura il cancro?**
A cura di *AIRC*

Cultura

14-15-16 / **Simbolismo.**
di *Beatrice Ferrario*

14
Simbolismo



Speciale

8-9-10-11 / L'infezione da
Virus Zika.
di *Vincenzo Toschi*

Primo Piano

12-13 / **Parafarmacia.**
di *Chiara Ferrante*

Moda, Tendenze e Attualità

26-27 / **Piccoli trucchi per grandi outfit.** di Martina Rossi

30 / **Come ti organizzo l'armadio in un Tap.**
di Martina Rossi



26
Piccoli trucchi per grandi outfit

28-29 / Aforisma

Vita Sana e Prevenzione

32 / **Nasce il Gruppo Sportivo Donatori Sangue - DOSCA**

33 / **Ricetta. Vellutata di finocchio e sedano.**
di D.ssa Maria Papavasileiu

In copertina:
UN INVITO A COMUNICARE
tra noi
e con altri potenziali
Donatori



34 / LA TRIBUNA **CHIUSA**
DEL DONATORE

Rubriche

36-37 / **Anniversari in Medicina.** Centenari e Cinquantenari

38 / **Letti per voi**

39 / **Scritti da voi**

40-41 / **Lettere alla Redazione**

42 / **Medicina in pillole**

43 / **Cronaca in pillole**

44 / **il Medico risponde**
di Vincenzo Toschi

45 / **lo Psicologo risponde**
di Francesca Boggio

46 / **L'avvocato risponde**
di Giovanni Nanetti



32
Nasce il Gruppo Sportivo Donatori Sangue - DOSCA

Vita Associativa

48-49 / **Festa di Natale.**
Vincitori Premio DOSCAR e Premio fotografico.

50-51 / **Benemerenze DOSCA 2015**

52-53 / **Convenzioni e Prontuario**

54-55 / **Bilancio Consuntivo 2015 e Rinnovo Consiglio Direttivo DOSCA**





Eduardo Szegö
presidente DOSCA

Amiche e amici donatori, volontari e simpatizzanti, come sempre la prima notizia che vogliamo e dobbiamo darvi, riguarda l'andamento delle donazioni nell'ultimo anno, il 2015, messe a confronto con l'anno 2014, e in più riportiamo i consuntivi delle donazioni effettuate da tutte le Associazioni che operano sul territorio milanese, cercando di trarre alcune considerazioni.

DOSCA EVIDENZIA - 3,35%, rispetto al 2014

IL TOTALE DELLE 9 ASSOCIAZIONI CHE OPERANO NELL'AREA MILANESE EVIDENZIA UN MODESTO +0,61, rispetto al 2014

SOLO 4 ASSOCIAZIONI SU 9 chiudono il 2015 in positivo rispetto al 2014

*E' di tutta evidenza una situazione abbastanza preoccupante, e ben lontana dai risultati che si raggiungevano soltanto pochi lustri addietro; **verrebbe da concludere che vi sia un calo di tensione emotiva nei confronti della donazione.** Ma questa non è tutta la verità, e sarebbe altamente ingiusto far ricadere tutta la colpa degli scarsi risultati di raccolta, sui donatori stessi; si constata infatti che **la crescita negativa si è avuta laddove minori sono stati i sabati aperti alla donazione e dove le domeniche sono state escluse** (questi sono i due giorni preferiti dai donatori, anche a costo di perdere la giornata di riposo retribuita), e allora buon senso spingerebbe a dare il massimo dello spazio alla donazione nei sabati e nelle domeniche. **E invece no**, molti Centri trasfusionali limitano l'apertura a pochi sabati, e talvolta a nessuna domenica: il San Carlo è l'indiscusso campione in questo perchè **è l'unico Centro aperto un solo sabato/mese e nessuna domenica**, nonostante le nostre reiterate richieste rivolte alla Direzione perchè concedesse perlomeno qualche sabato in più. Comunque tutte le Associazioni appoggiate ai Centri che limitano i sabati e le domeniche di accesso alla donazione, hanno avuto crescita negativa nel 2015. A ciò si deve aggiungere la pratica della donazione differita, imposta per ragioni che sfuggono alla comprensione, che comporta altre perdite di donazioni (e donatori) alle Associazioni afferenti ai Centri che la praticano, come abbiamo già avuto occasione di far notare.*

Per il resto, le cose vanno abbastanza bene: abbiamo fatto la nostra ormai tradizionale Festa di Natale (di cui trovate resoconto e foto nelle pagine che seguono), e premiati in quell'occasione i vincitori del Premio Doscar, per la poesia e le arti figurative.

Registriamo purtroppo il ripetersi del disservizio delle Poste nella distribuzione della nostra Rivista (due mesi ed oltre di ritardo per moltissime consegne in Milano, ed anche altre fuori Milano, a cui vanno sommate le moltissime mai arrivate a destinazione).

Tra gli eventi che registriamo con piacere, c'è il rientro dal congedo di maternità di Gloria, per cui nella nostra Segreteria hanno ripreso ad echeggiare le sue allegre risate che mettono buon umore a tutti.

*E' stato concretamente varato **il progetto di creare un nostro Gruppo Sportivo Donatori Sangue**, i cui atleti già parteciperanno a fine aprile ad una minimaratona a Settimo, e forse a giugno-luglio anche a Milano; chi ci legge e vuole coltivare un suo sport preferito, a livello dilettantistico, contatti subito la nostra Segreteria.*

Dal punto di vista economico non sussistono problemi, come potete vedere dai documenti di bilancio che sono stati presentati all'Assemblea di Aprile e riportati in sintesi qui di seguito.

Con questo concludiamo la nostra rapida carrellata, salutando con cordialità e amicizia, ed augurando

BUONA DONAZIONE A TUTTI !

DIFFERITA SI' o DIFFERITA NO

Per quanto riguarda l'adozione della differita, nella nostra forte avversità alla stessa ci sentiamo confortati dai dubbi espressi da autorevoli esperti che ci sembra nulla abbiano da invidiare ai locali addetti ai lavori: si tratta del Sanquin Blood Supply Foundation di Amsterdam, che sulla Rivista *Tranfusion* del febbraio 2015, così conclude un ponderoso articolo:

“Il filtro sui candidati donatori, attuato con la differita, comporta una evidente perdita di donazioni, ma potrebbe prevenire effetti finora non rilevati. Ulteriori studi sono però necessari per determinare il valore del filtro costituito dalla differita quale misura aggiuntiva di sicurezza”.



Fig. 1 - Zanzara del genere *Aedes aegypti* nell'atto della puntura della cute umana con conseguente inoculazione del virus Zika.

L'INFEZIONE DA VIRUS ZIKA

di Vincenzo Toschi

*Il virus Zika è un virus a RNA appartenente alla famiglia Flaviviridae, isolato per la prima volta nel 1947 su una scimmia in una riserva naturale dell'Uganda, la foresta Zika, ed a questa deve pertanto il suo nome (Fig. 2). Negli ultimi anni l'infezione da virus Zika si è poi diffusa in tutti i continenti, Europa inclusa. Negli esseri umani l'infezione provoca una malattia nota come "zika" o febbre Zika. Il virus è strettamente correlato a quelli che provocano la dengue, la febbre gialla, l'encefalite del Nilo occidentale e l'encefalite giapponese. Questi virus sono trasmessi principalmente da punture di insetto. Il virus Zika, in particolare, è trasmesso da numerose zanzare del genere *Aedes*, presenti soprattutto negli ambienti equatoriali, come la*

Vincenzo Toschi



Direttore del Servizio di Immunoematologia e Medicina Trasfusionale dell'Ospedale San Carlo Borromeo

Aedes aegypti, e in quelli temperati, come la *Aedes albopictus*, nota anche come zanzara tigre.

Trasmissione del virus

L'infezione da virus Zika si contrae prevalentemente tramite la puntura di zanzare (v. sopra), pur essendo possibile anche un contagio diretto attraverso emoderivati, da cui l'importanza

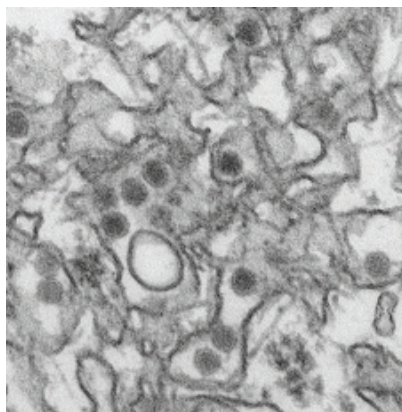


Fig. 2 - Immagine del virus Zika osservato al microscopio elettronico.

trasfusionale dell'infezione

stessa, o per via sessuale a causa della presenza del virus nel liquido seminale di uomini malati. I principali serbatoi animali dell'infezione sono le scimmie, alcuni grandi mammiferi quali ippopotami, impala, elefanti, capre, pecore, leoni e zebre ed i roditori. Durante la prima settimana di infezione, il virus è presente in circolo, può essere isolato nel sangue del soggetto portatore dell'infezione e può pertanto essere trasmesso attraverso una trasfusione di sangue. Altre vie di trasmissione dell'infezione sono attraverso la saliva, le urine ed il latte materno. È molto importante ricordare il contagio materno-fetale. Il virus Zika è stato infatti isolato all'interno della placenta e nel liquido amniotico di donne gravide portatrici dell'infezione e la trasmissione del virus al feto da parte della madre può causare effetti teratogeni (malformazioni gravi) sull'embrione, ed in particolare microcefalia, soprattutto se il contagio avviene nel primo trimestre di gravidanza. La possibilità della trasmissione del virus con la saliva, attraverso il bacio, teoricamente possibile, è però molto rara a causa della scarsa concentrazione del virus stesso in questo liquido biologico, mentre la possibilità di una trasmissione dell'infezione per via sessuale attraverso lo sperma è, al contrario, stata chiaramente documentata nel corso dell'epidemia verificatasi nel mese di febbraio 2016.

Storia ed epidemiologia

Il virus fu isolato per la prima volta nel 1947 da un esemplare di scimmia nota come macaca mulatta (Fig. 3) presente nella foresta Zika in Uganda, e nel 1968 fu per la prima volta isolato in esseri umani in Nigeria. Dal 1951 al 1981, campioni umani positivi per il virus sono stati osservati anche in Uganda, Tanzania, Egitto, Repubblica Centrafricana, Sierra Leone, Senegal e il Gabon. Nel 2006 il virus è stato anche riscontrato in paesi asiatici quali India, Malesia, Filippine, Thailandia, Vietnam e Indonesia, mentre la prima epidemia nota da virus Zika fuori dall'Africa si ha nel 2007 nell'isola di Yap, nella Micronesia. Il

virus Zika è stato isolato nel 2015 anche in Colombia, Suriname, El Salvador, Guatemala, Capo Verde, isole Figi, Samoa, Nuova Caledonia, isole Salomone, Indonesia, Messico, Brasile e, più recentemente, in Giamaica. Nel febbraio 2016 l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) dichiara, che l'epidemia da virus Zika è una 'emergenza di sanità pubblica di portata internazionale', e ciò a pochi mesi dall'inizio delle Olimpiadi del 2016 che si svolgeranno ad agosto in Brasile. Sempre l'OMS, in attesa che venga approntato un vaccino efficace e a causa della possibile crescita esplosiva dei casi di microcefalia nei neonati nati da gestanti contagiate, suggerisce di ricorrere all'aborto terapeutico nei paesi coinvolti dall'epidemia. Nella figura 4 è riportata la mappa della diffusione del virus nel mondo.

Caratteristiche dell'infezione e quadro clinico

Il periodo di incubazione della malattia dopo la puntura della zanzara è di circa 10 giorni. La malattia provocata da virus Zika decorre in modo asintomatico nel 25% dei casi e, secondo il Center for Disease Control (CDC) di Atlanta (USA), l'80% circa delle persone infettate con il virus è asintomatico oppure presenta una sintomatologia lieve. In questi casi, i sintomi possono essere febbre di modesta entità, eruzione cutanea

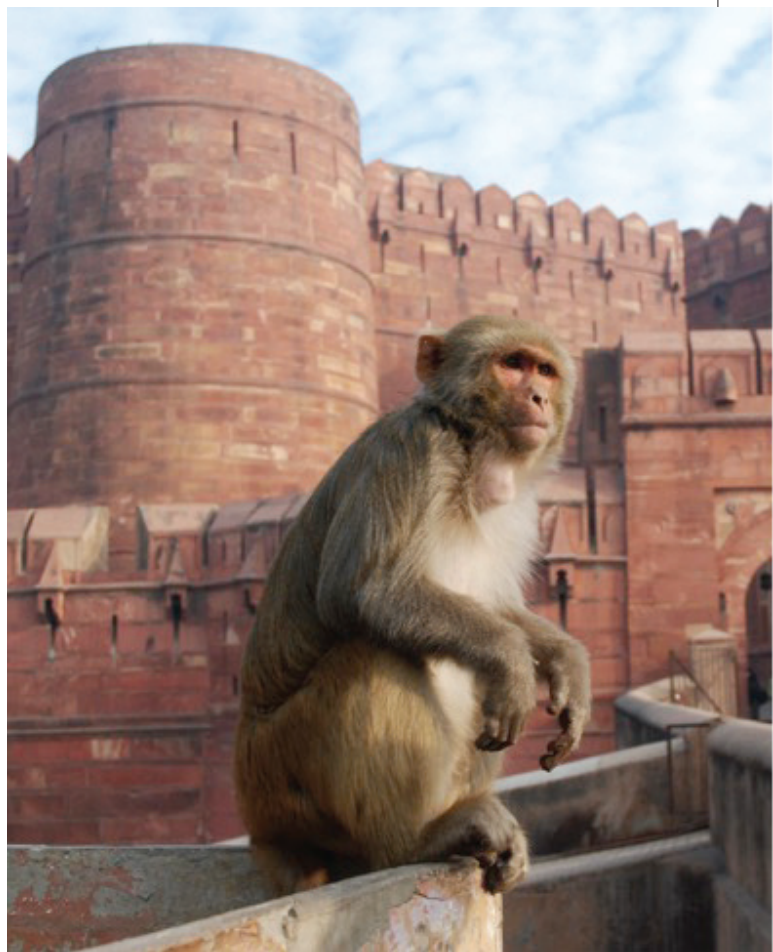


Fig. 3 - Esemplare di macaca mulatta.

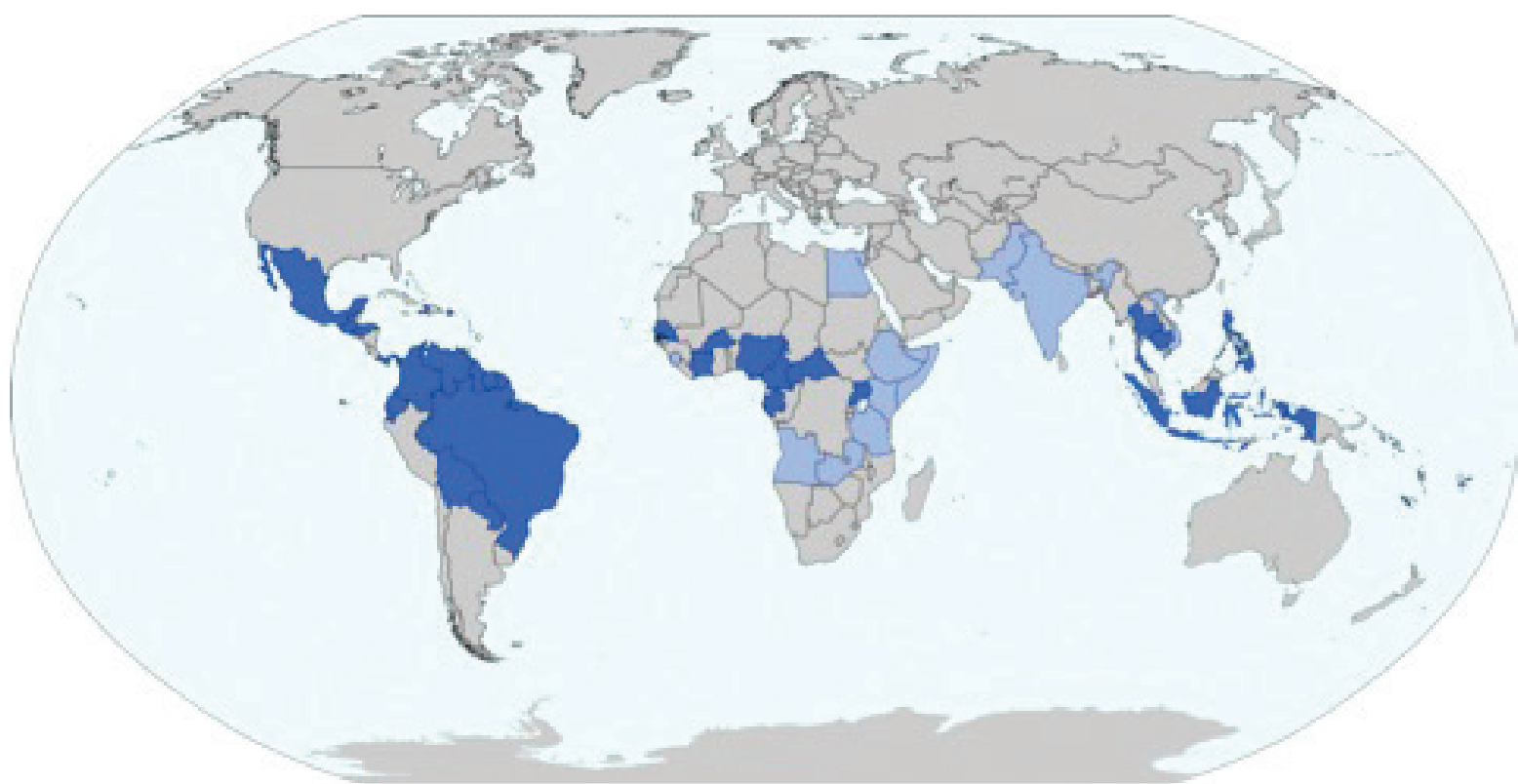


Fig. 4 - Diffusione del virus Zika nel mondo aggiornata al febbraio 2016.

(esantema), congiuntivite e cefalea. L'infezione virale da virus Zika è in genere mite, con sintomi che durano solo pochi giorni. Come in molte infezioni virali, non esiste una terapia eziologica capace di combattere l'infezione ed il trattamento si concentra essenzialmente sul controllo dei sintomi e sulla prevenzione del contagio. La prevenzione e il controllo del contagio si basano sulla riduzione dello sviluppo di zanzare del genere *Aedes* e sulla riduzione del contatto tra le zanzare e persone per mezzo di barriere quali sostanze repellenti, zanzariere, eliminazione delle zone con acqua stagnante, che favoriscono lo sviluppo delle larve di zanzara. Quando possibile è necessaria la eliminazione anche della zanzara adulta nelle aree e nelle comunità a rischio. Del tutto recentemente, infine, è stata segnalata la possibilità che l'infezione da virus Zika sia trasmessa oltre che dalla zanzara genere *Aedes*, anche dalla zanzara comune. Nella figura 1 è raffigurata la zanzara del genere *Aedes*.

Diagnosi

I test diagnostici per il virus Zika sono la identificazione del genoma (RNA) virale mediante reazione a catena della DNA polimerasi RNA dipendente (trascrizione inversa, RT-PCR) su siero e la ricerca degli anticorpi neutralizzanti di classe IGM che si sviluppano, in genere, verso la fine della prima settimana di malattia.

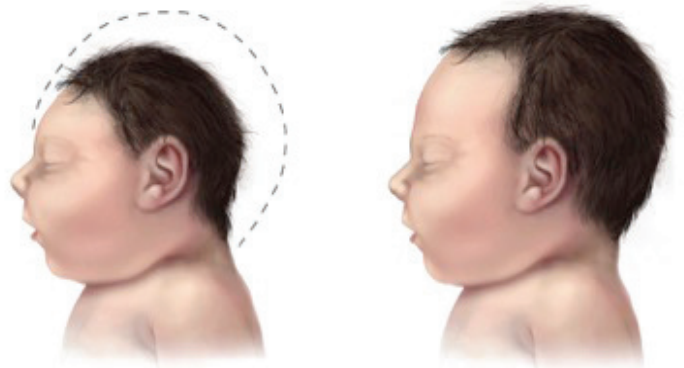


Fig. 5 - Aspetto clinico di un neonato affetto da microcefalia (a sinistra).

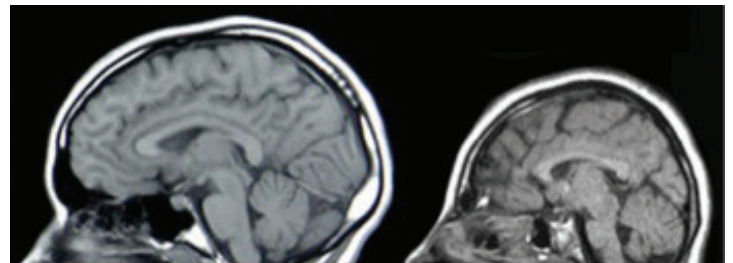


Fig. 6 - Risonanza magnetica cerebrale (RMN) di un neonato affetto da microcefalia. Si noti la evidente riduzione dello sviluppo delle circonvoluzioni cerebrali (a destra).

Complicanze

I meccanismi con cui si esplicano le complicanze cliniche dell'infezione da Zika sembrano da imputare alla duplicazione del virus all'interno delle cellule nervose. Ciò provoca, nell'animale da esperimento, una ritardata duplicazione cellulare, morte della cellula neuronale e riduzione del numero delle cellule staminali neuronali progenitrici. Tali meccanismi sono sufficienti a spiegare la microcefalia che si osserva nei neonati di madri portatrici dell'infezione.

Microcefalia

L'infezione da virus Zika nelle donne gravide si ritiene che possa determinare nel nascituro un quadro di microcefalia e altre malformazioni fetali gravi soprattutto a carico del sistema nervoso. La microcefalia è una malformazione neurologica caratterizzata da una circonferenza del cranio notevolmente più piccola della media per età e sesso, associata ad un ridotto sviluppo del cervello (Fig. 5 e 6). La manifestazione clinica compare in genere alla nascita o nei primi mesi di vita. Nel 2015, nel nord del Brasile vi è stato un incremento molto importante dei casi di microcefalia, la cui causa sembra essere in stretta relazione con l'infezione da virus Zika nelle donne gravide, infezione decorsa anche in modo asintomatico. L'autopsia dei feti ottenuti da aborti spontanei ha dimostrato la mancanza o una netta riduzione delle circonvoluzioni cerebrali, idrocefalo, e calcificazioni distrofiche multifocali nel tessuto cerebrale (corteccia cerebrale e sostanza bianca), associata ad un quadro di infiammazione del tessuto cerebrale stesso. Il virus Zika è stato inoltre isolato dal tessuto cerebrale fetale ed è stato possibile studiarne il genoma. Tale evidenza conferma la relazione tra infezione da virus Zika contratta in gravidanza e la microcefalia osservata nel neonato o nel feto. Il CDC di Atlanta (USA) nel gennaio 2016 ha emanato una raccomandazione che riguarda le donne gravide o a rischio di gravidanza affinché, se possibile, evitino di recarsi nei paesi a rischio di Zika quali Brasile, Colombia,

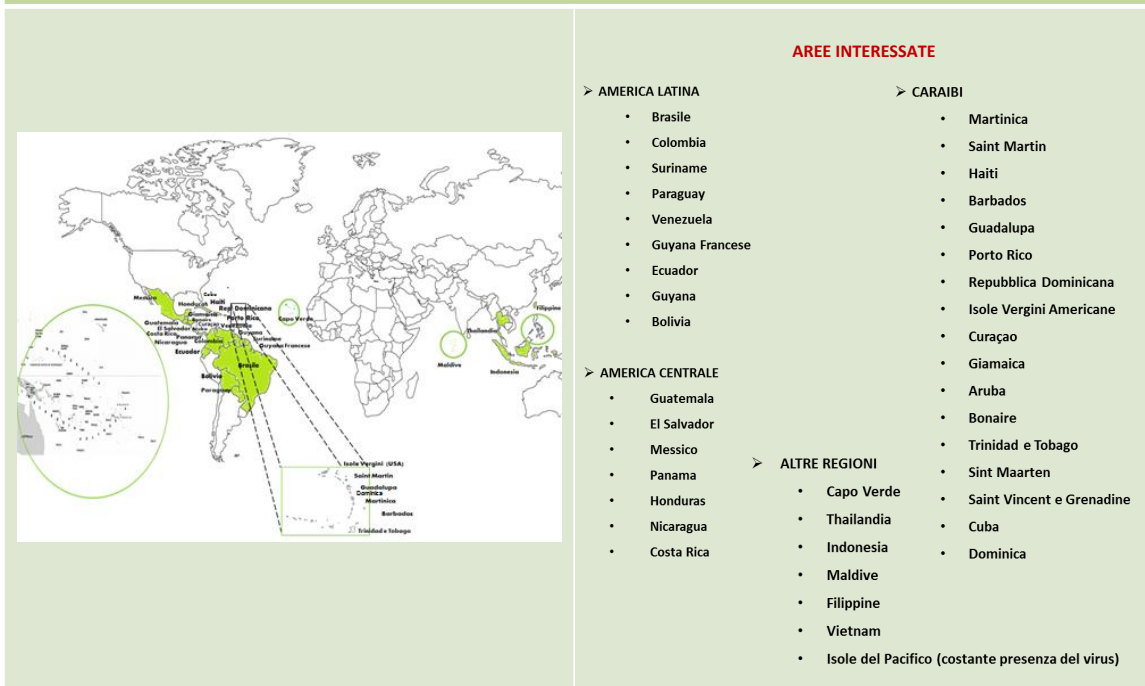


Fig. 7 - Mappa dei paesi a rischio per infezione da virus Zika, pubblicata sul sito del Centro Nazionale Sangue (CNS) (centronazionale sangue.it). La mappa è costantemente aggiornata in funzione delle variazioni nell'epidemiologia dell'infezione.

El Salvador, Guyana francese, Guatemala, Haiti, Honduras, Martinica, Messico, Panamá, Paraguay, Porto Rico, Repubblica Dominicana, Suriname e Venezuela. Altre complicanze sono l'interessamento del nervo ottico o una polineuropatia periferica (S. di Guillain-Barré), in genere del tutto reversibile con opportuna terapia immunosoppressiva.

Implicazioni in medicina trasfusionale

In considerazione della possibile trasmissione del virus Zika per via trasfusionale da parte di donatori, anche asintomatici, che hanno soggiornato nelle zone a rischio, il Centro Nazionale Sangue (CNS), ha predisposto una mappa dei paesi a rischio (Fig.7) e, quale misura di prevenzione della trasmissione trasfusionale, viene raccomandato di applicare il criterio della sospensione temporanea per 28 giorni per i donatori che abbiano soggiornato nelle aree dove si sono registrati casi d'infezione. Il CNS effettuerà inoltre periodicamente il monitoraggio della situazione epidemiologica internazionale attraverso la consultazione del sito dell'European Centre for Disease and Control (ECDC) e provvederà ad aggiornare la tabella di riepilogo riportata e pubblicata sul sito del CNS stesso, nonché ad emanare specifiche note relative a questa infezione emergente, quando necessarie.





vie aeree. Come tutti i farmaci anche questi vanno usati con cautela e solo in caso di effettiva necessità sempre seguendo scrupolosamente le indicazioni dei professionisti sanitari. In parafarmacia NON possono essere dispensati i farmaci che richiedono obbligatoriamente la ricetta, sia quelli a carico del SSN (quelli di fascia A, che si prendono in farmacia con la cosiddetta

PARAFARMACIA

a cura di Chiara Ferrante

PARAFARMACIA

Una parafarmacia è un punto vendita eterogeneo che ruota intorno alla figura del farmacista (bianco e distintivo) e dei farmaci, sia per uso umano che per uso veterinario i quali non richiedono obbligatoriamente la ricetta medica. Collateralmente, e spesso più rappresentativi, ci sono numerosi articoli complementari quali:

- integratori alimentari
- dispositivi medici
- preparazioni officinali e fitoterapiche allestite in laboratorio
- prodotti omeopatici
- cosmetici
- prodotti per la prima infanzia
- prodotti per alimentazione particolare (senza glutine, aproteici, senza zucchero)
- ausili ortopedici e sanitari

La liberalizzazione dei farmaci SOP (Senza Obbligo di Prescrizione) e OTC (Over the Counter -farmaci da banco-) comincia con il decreto sulle liberalizzazioni varato dal Ministro

Bersani nel 2006. A livello fiscale OTC e SOP appartengono prevalentemente alla fascia C (a totale carico del cittadino) nonostante diano diritto ad una detrazione nella misura del 19% dell'ammontare totale della spesa sostenuta nell'anno di imposta dedotta la franchigia di euro 129,11. I farmaci senza obbligo di ricetta, che troviamo sia in parafarmacia che in farmacia, sono medicinali di automedicazione per patologie lievi e di breve durata. Hanno una composizione ben nota e utilizzata da tempo e questo li rende ampiamente sperimentati e di conseguenza considerati sicuri: ne fanno parte molti antinfiammatori, colliri, decongestionanti delle vie aeree, medicinali per le sindromi allergiche, pomate e lassativi. Esistono anche i farmaci vegetali tradizionali che non necessitano di ricetta, un esempio molto particolare di questa categoria è l'estratto di una radice di geranio (*Pelargonium sidoides*), utilizzata nel curare raffreddore e infezioni delle prime

“ricetta rossa”), sia quelli a pagamento (di fascia C). Quali vantaggi?

La liberalizzazione dei medicinali vendibili presso questi negozi consente agli utenti di poter trovare prezzi competitivi sui farmaci stessi e assortimenti di prodotti diversificati, inoltre la scelta di altri articoli trova un valido appoggio nella figura del farmacista che accompagna il cliente e lo consiglia.

ERBORISTERIA

In questo negozio troviamo tutto ciò che rimanda alla tradizione e non solo: entrandovi si viene avvolti da profumi e fragranze che incantano i sensi e rimandano a saperi che vengono da lontano. Se alcuni danno la precedenza ad un vasto repertorio di erbe sfuse, tisane composte al momento o secondo ricette tipiche, cosmetici semplici a base di cera d'api e olii essenziali, oleoliti curativi ed estratti alcoolici; altri aprono le porte alla modernità



contribuendo ad arricchire e diversificare il repertorio dei rimedi. Accanto alle piante essiccate ed ai loro estratti liquidi troviamo innovative miscele in capsule, compresse, cosmetici leggeri e ricchi di principi attivi che nulla hanno da invidiare a quelli pubblicizzati dai mass media. Estratti liofilizzati da sciogliere in bocca, bibite drenanti.. insomma un repertorio che si muove al passo con le esigenze moderne senza trascurare le conoscenze fitoterapiche che accompagnano l'uomo da millenni. Per quanto le piante abbiano un' azione comprovata sul nostro organismo, i prodotti che le contengono sono registrati per lo più (e comunque lo sono tutti quelli vendibili in erboristeria) come



o tramite corsi non ben identificati e questo non è certo una garanzia a tutela di chi si affaccia al complesso mondo dell'erboristeria.

Chi lavora in questi esercizi commerciali dovrebbe osservare la buona norma di esporre i propri titoli al fine di informare correttamente la clientela circa l'attendibilità della propria preparazione. Sfortunatamente in Italia non è ancora presente alcuna abilitazione al titolo di erborista. La FEI (Federazione Erboristi Italiani) a fronte di ciò oltre a tutelare in mancanza di sufficienti leggi la figura dell'erborista, si occupa di tenere un registro degli erboristi diplomati.

Una piccola nota: cavalcando l'onda del biologico, molti sponsorizzano i propri prodotti erboristici come Bio. La legge comunque prevede che le piante

ufficiali (quelle vendute sfuse o presenti nelle preparazioni) debbano essere coltivate seguendo misure stringenti: no ai pesticidi, fitofarmaci e fertilizzanti chimici. Un biologico implicito che non renderebbe

necessaria la certificazione, se non per informare chi acquista (a scapito del prezzo!).

BIOFARMACIE, FARMACIE VEGANE

Essenzialmente questi negozi sono farmacie che si diversificano da quelle tradizionali per uno spiccato interesse e cura per tutto ciò che riguarda il mondo dei rimedi naturali. Non solo! Negli ultimi anni le comunità di vegetariani (coloro che escludono carne e pesce

Chiara Ferrante,
*appassionata di piante,
 Laureata in Tecniche
 Erboristiche e Farmacia,
 sviluppa il proprio
 percorso attraverso
 la Fitoterapia e la
 Medicina Antroposofica.
 Pur essendo nata e
 cresciuta a Milano, e lavorando in una
 parafarmacia, ama ritagliare momenti
 da dedicare all'osservazione delle piante
 in natura, incontro fondamentale per
 l'ampliamento della comprensione del
 vivente anche in relazione agli aspetti
 terapeutici per l'essere umano*



dalla propria dieta ma non rinunciano ai prodotti derivati quali latticini, latte, uova, miele) e vegani (chi invece decide di eliminare qualsiasi contributo animale dalla propria dieta e più in generale da tutto ciò che acquista) si sono assai ampliate e le persone sono sempre più attente e informate non solo in ambito alimentare ma anche circa le certificazioni Bio, Demeter, ICEA, BDHI, Cruelty Free... che compaiono su prodotti cosmetici e integratori alimentari a sostegno delle proprie qualità di rispetto per l'ambiente e aventi una certa etica di produzione, quindi sostanzialmente tutto il campo del fitoterapico.

Vegetariani e vegani sono inoltre molto attenti e spesso esigenti. I farmacisti aderenti a questo network, per non rimanere indietro rispetto a queste interessanti tendenze, hanno ampliato il proprio profilo professionale acquisendo competenze specifiche nell'alimentazione e integrazione alimentare in relazione alle scelte dei vegetariani dei vegani e apprendendo metodi di cura e prevenzione dei disturbi più comuni per queste persone. Rimane il fatto che anche chi cerca un'aspirina o un farmaco dispensato dal SSN può recarsi in questi esercizi, il farmacista rimane comunque la figura di riferimento che tutti conosciamo.

ALCUNI DEI DISTURBI PIÙ COMUNI CURABILI CON ERBE

Contratture muscolari, ematomi	Preparazioni a base di Arnica (gel, unguenti, creme) almeno al 10%
Arrossamenti della pelle, pruriti, lievi scottature / Piccoli tagli, abrasioni	Preparazioni a base di Calendula almeno al 10%. Usata come tintura madre la Calendula ha proprietà disinfettanti e cicatrizzanti
Raffreddore	Sambuco, Tea Tree, Propolis, estratto di semi di Pompelmo
Tosse secca-grassa	Piantaggine, Miele, Timo, Drosera, Pino mugo
Agitazione, palpitazioni, difficoltà ad addormentarsi	Gemmoderivato di Tiglio, tintura di Biancospino, Preparazioni contenenti Valeriana, Passiflora, Griffonia
Acidità di stomaco	Tisane o preparazioni contenenti Malva, Argilla verde ventilata, gemmoderivato di Fico
Stipsi occasionale	Psillo, preparazioni contenenti Fico, Rabarbaro, Senna, Mannite (estratta dal frassino)
Favorire la produzione di latte	Finocchio, Anice, Carvi, Galega

integratori alimentari. Questo sta a significare che non possono vantare proprietà terapeutiche. Se utilizzati con coscienza e nei giusti termini anche questi prodotti offrono numerosi vantaggi per chi li assume. Chi troviamo dietro il banco? Vi è un po' di confusione. Solo previo diploma di laurea triennale e autorizzazione commerciale è possibile esercitare la professione di erborista. In passato però molti hanno ottenuto dei diplomi brevi



SIMBOLISMO

a cura di Beatrice Ferrario

Il 18 settembre 1886 veniva pubblicato sul «Figaro» il *Manifesto del Simbolismo* di Jean Moréas. In opposizione al determinismo dei naturalisti e all'estetica parnassiana, il simbolismo esprime l'anelito alla soggettività e all'interiorità, e il continuo mutamento dell'anima e dei pensieri umani. Il manifesto indicava Charles Baudelaire quale precursore del movimento: con i Fiori del Male – pubblicati nel 1857 - il poeta affermava la necessità di superare il realismo e proporre una nuova visione volta a comprendere “la lingua segreta delle cose mute”: il rapporto con il mondo interessa nella

sua accezione puramente sensuale, al di fuori della logica della ragione, che tende a una verità “oscura” inesprimibile, raggiungibile attraverso “uno sregolamento di tutti i sensi” e che può esser accostata solo tramite le suggestioni della musica e le allusioni della parola poetica: in *Vocali* gli stessi suoni hanno valore evocativo e simbolico, e la sinestesia la fa da padrona, mentre in *Corrispondenze* la natura è vista come una foresta di simboli che racchiudono la chiave del significato dell'universo. Grande fascino ritrova il mito di Orfeo, il poeta diventa un veggente e l'artista un profeta, come

per i Nabis.

C'è uno specifico senso di inquietudine che si traduce nel rifiuto della modernità, del progresso scientifico e tecnologico, e nella fuga dalla realtà della rivoluzione industriale, che si compie nell'allontanamento temporale con il revival storico, e nell'evasione verso la natura e la campagna, e i territori dell'inconscio, del sogno, della trance ipnotica e dell'estasi mistica o amorosa, o del loro connubio. La bellezza diventa multiforme e polisemantica, e lo shakespeariano Calibano, creatura ripugnante ma dall'interiorità ricca e profonda, viene

Jean Delville, La morte d'Orfeo, 1893

ritratto da Odilon Redon durante il suo sonno: se il sonno della ragione genera i mostri, il sogno del mostro ci trasporta invece nel mondo dell'immaginazione: "Noi siamo fatti della stessa sostanza dei sogni; e nello spazio e nel tempo di un sogno è racchiusa la nostra breve vita". Gli artisti ridanno vita ai sogni perduti, fuggendo in un altrove che è anche fecondo di innovazione tecnica: Segantini fugge dal mondo milanese verso le vette sublimi delle montagne, giungendo alla novità iper luministica del divisionismo. Con la rivalutazione della mitologia che la contemporanea nascita della psicanalisi indaga in maniera del tutto rinnovata, anche i grandi riti iniziatici riecheggiano nei boschi nuovamente percorsi dai centauri: *L'letto* di Ferdinand Hodler sembra aprire nel 1893 la strada al tema della *Sacre du Printemps* che Stravinsky comporrà vent'anni dopo. Nel grandissimo e suggestivo dipinto, che mostra un paesaggio ancora acerbo dopo il disgelo, l'artista svizzero colloca sei figure angeliche intorno a un esile bambino, messaggero di primavera, inginocchiato di fronte a un alberello spoglio: entrambi protagonisti del "rito d'iniziazione alla vita" - come recita il pannello didattico in mostra - "che



Ferdinand Hodler, *L'letto*, 1893-94

si ripete perennemente nel risveglio della natura, nell'armonia innocente e sacrale tra uomo e creato". E' la stessa atemporale primavera dell'*Amore alla fonte della vita* dipinto nel 1896 da Giovanni Segantini, e così descritto dall'artista: "Esso rappresenta l'amore giocondo e spensierato della femmina, e l'amore pensoso del maschio; alacciati insieme dall'impulso naturale della giovinezza e della primavera. La stradicciola sulla quale avanzano è stretta e fiancheggiata da rododendri in fiore, essi sono in bianco vestiti (figurazione pittorica dei gigli). Amore eterno dicono i rossi rododendri, eterna speranza rispondono i zembali sempre verdi. Un angelo, un mistico angelo sospettoso stende la grande ala sulla misteriosa fonte della vita. L'acqua viva scaturisce dalla viva roccia, entrambi simboli dell'eternità. Il sole inonda la scena, il cielo è azzurro...".

Ma il simbolismo indaga anche tutt'altro tipo di atmosfere, e di pulsioni: in mostra si apre una saletta riservata a varie copie dei *Pornocrati* di Felicien Rops, frutto di una femminilità eccitante che genera un conflitto interiore e fa

scattare i meccanismi dell'inconscio, attigua alla galleria riservata al ciclo di disegni a penna (1878) e poi incisioni (1881) di Max Klinger *Un quanto*, sorta di straordinario fumetto con immagini ambigue e ambivalenti, dedicate al feticcio che scatena sogni, desiderio e angosce, poi ripreso nella canzone di de Gregori. Paragonato a una piccola preziosa sinfonia, con i Leitmotiv e i diversi movimenti degli adagi, vivaci e allegretti, il *Quanto* è opera di un artista che era deciso assertore dell'unità di tutte le arti, e - ispirato da Brahms in diverse composizioni - eseguì ritratti ai più grandi musicisti del suo tempo, come Beethoven, Wagner e Liszt. Tema di sottofondo del Simbolismo, l'unione di letteratura musica poesia e arti

Galileo Chini, *La primavera*, 1914



IL SIMBOLISMO. Arte in Europa dalla Belle Époque alla Grande Guerra
03 febbraio 2016 - 05 giugno 2016

Palazzo Reale
Piazza del Duomo 12, Milano

Orari
lunedì 14.30-19.30
martedì, mercoledì, venerdì, domenica 9.30-19.30
giovedì e sabato 9.30-22.30

Ingresso
Intero: € 12 / Ridotto: € 10

www.mostrasimbolismo.it

figurative non si risolve nelle reciproche influenze, bensì nella complementarità delle diverse discipline per aggiungere stratificazioni di differenti e molteplici percezioni, ciascuna apportatrice di un aumento del livello di significato. Se la poesia di Mallarmè viene musicata da Debussy, la musica di Chopin è consonante al *Chiaro di luna* di Previati, e dello stesso autore *L'Eroica* ha come ideale colonna sonora la terza sinfonia di Beethoven, mentre Wagner è consonante oltralpe alle più svariate rivisitazioni neomedievali.

I temi vengono anche affrontati nella maniera più diversificata: se *La Sposa del Mare* di Pompeo Mariani ci mostra l'innamoramento del mare in un abito spumoso come la schiuma, il *Tritone e Nereide* di Max Klinger ci coinvolgono nella loro voluttà, mentre *La Sirena* di Aristide Sartorio ci fa presagire la tragica fine dell'inconsapevole amante.

A "pescare nel torbido", la figura femminile diventa specialista: tentatrice seducente e distruttiva come ne *Il Peccato* di Franz Von Stuck, o morbida lusinga che mostra e nasconde il pericolo allo stesso tempo nelle *Carezze* di Ferdinand Knopf, dove il ghepardo

dal viso di donna diventa emblema della morbosità del mondo moderno alimentata da pulsioni antiche (commistione della parte umana e di quella animale nelle figure di sirena, medusa o sfige). Molte le opere in mostra di Alberto Martini, pittore di cui il collega Federico Zandomenighi disse colpito e "impaurito" dalla sua "fantasia infinita", specialmente del suo caratteristico piccolo formato, mentre di Aristide Sartorio possiamo vedere gli enormi teleri del Poema della vita umana, ciclo pittorico realizzato per la Biennale d'Arte del 1907, con le scene principali de *La Luce, Le Tenebre, L'Amore, La Morte* che si alternano in una complessa iconografia - con riferimenti alla concezione dell'eterno ritorno di Nietzsche - approvata anche da D'Annunzio. *L'uomo è una fune tesa tra il bruto e il superuomo; una fune sopra l'abisso. Un pericoloso andare di là, un pericoloso essere in cammino, un pericoloso guardare indietro, un pericoloso*



Felicien Rops, Pornocrati, 1878

rabbrivire e arrestarsi. Ciò che è grande nell'uomo è d'essere un ponte e non uno scopo: ciò che si può amare nell'uomo è il suo essere un passaggio e un tramonto. Friedrich Nietzsche, "Così parlò Zarathustra".

Franz Von Stuck, Il Peccato, 1908



Aristide Sartorio, La Sirena, 1893



Ferdinand Knopf, Carezze, 1896



Beatrice Chiara Ferrario

Storico dell'arte e guida turistica abilitata per la provincia di Milano. Da più di otto anni collabora in

qualità di assistente con il professor Philippe Daverio, con mansioni di ricerca, assistenza didattica e coordinamento. Collabora anche con l'associazione italiana Amici del National Museum of Women in the Arts, di cui segue il coordinamento e la progettazione culturale. Collabora con riviste e case editrici specializzate per la redazione di testi a carattere storico artistico. Ha conseguito il master in Museologia Europea dell'Università IULM di Milano.

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



Campagna pubblicitaria di Giacomo Fregni offerta gratuitamente 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



Fig 1 - Due esemplari di *Helix pomatia* in accoppiamento.

EROS E CHIOCCIOLE

a cura di Folco Giusti

Che ci azzeccano, direbbe un noto personaggio politico dei nostri tempi, le chioccioline con il dio dell'amore, l'Eros dei Greci, il Cupido o l'Amor dei Romani, il grazioso fanciulletto alato che, armato di arco e frecce, trafigge il cuore degli amanti? All'apparenza, nulla, ma, per chi studia e conosce a fondo i molluschi e in particolare le chioccioline, forse addirittura molto.

Numerose chioccioline terrestri, tra le quali quelle della famiglia Helicidae che raggruppa le grosse specie eduli presenti nella nostra vecchia Europa, sono caratterizzate da una peculiarità che riguarda la riproduzione: **l'ermafroditismo**. Ogni individuo, cioè, è allo stesso tempo maschio e femmina e, quando si accoppia

feconda ed è fecondato. Ovvio, quindi, che **l'apparato riproduttore delle chioccioline sia assai complesso**. Infatti, oltre alla gonade (nella quale vengono prodotti sia spermatozoi che uova), è formato da un **dotto ermafrodito** (che, in tempi diversi, reca spermatozoi e uova al resto dell'apparato riproduttore), da un piccolo diverticolo claviforme, detto **talon** (nel quale sono contenuti i ricettacoli del seme e la tasca di

fecondazione delle uova), da una voluminosa *ghiandola dell'albume* (deputata a secernere nutrimento per le uova fecondate) e, quindi, da un *ovispermiodotto*, costituito da due metà in buona parte fuse longitudinalmente, una maschile (prostatica) e una femminile (uterale).

Nella sua parte terminale (Fig. 2), questo apparato riproduttore si sdoppia in un tratto maschile e in un tratto femminile. Il tratto maschile è provvisto di un canale deferente e di un organo copulatore composto a sua volta da un'appendice lunga e snella e a fondo cieco, detta *flagello*, da un epifallo e da un vero e proprio pene estroflettibile, che al suo interno spesso contiene una papilla peniale o glande. Il tratto femminile è fornito di una vagina alla quale fanno capo un lungo canale, talvolta provvisto di un diverticolo laterale, che conduce alla borsa copulatrice o ghiandola gametolitica, una struttura sacciforme deputata a distruggere corpi estranei e spermatozoi non vitali o in eccesso che i partner si sono trasmessi durante l'accoppiamento. Seguono due ciuffi opposti di ghiandole molto ramificate, dette digitiformi o multifide, e un breve e massiccio diverticolo claviforme, detto "sacco del dardo" o "stiloforo". Vagina e organo copulatore confluiscono, quindi, in un'unica apertura genitale o *gonoporo* che si apre sulla parte anteriore del fianco destro della chiocciola, a poca distanza dall'ommatoforo destro, cioè dal tentacolo retrattile che, sulla destra del capo, reca all'apice un occhio.

Come dicono i suoi stessi nomi, il sacco del dardo o *stiloforo*, una volta che l'apparato riproduttore è giunto a maturità, secerne al suo interno una peculiare struttura, detta appunto dardo o "gypsobelum" o "telum amoris", fatta a mo' di freccia o di punta di lancia, lunga fino a ca. 5-6 mm, di aspetto ialino e composta di carbonato di calcio (Fig. 4).

Inevitabile la sorpresa dei primi studiosi che, nell'esaminare i dettagli del peculiare apparato riproduttore delle chiocciole, per primi scoprirono l'esistenza del dardo, di una freccia calcarea, cioè, associata al tratto genitale femminile e, quindi, sicuramente non deputata ad una qualche funzione difensiva. La sorpresa, tuttavia, durò solo fino a quando un qualche studioso più curioso non si preoccupò di interessarsi al comportamento sessuale, "amoroso", delle chiocciole e scoprì, penso con un'ulteriore sorpresa, **che tale loro comportamento era decisamente simile a quello umano, ma, con in più, una particolarità: lo sparo, appunto, di un dardo, nelle fasi che precedono la copula.** Una stranezza, peraltro ben rilevabile ad occhio nudo nelle chiocciole più grosse.

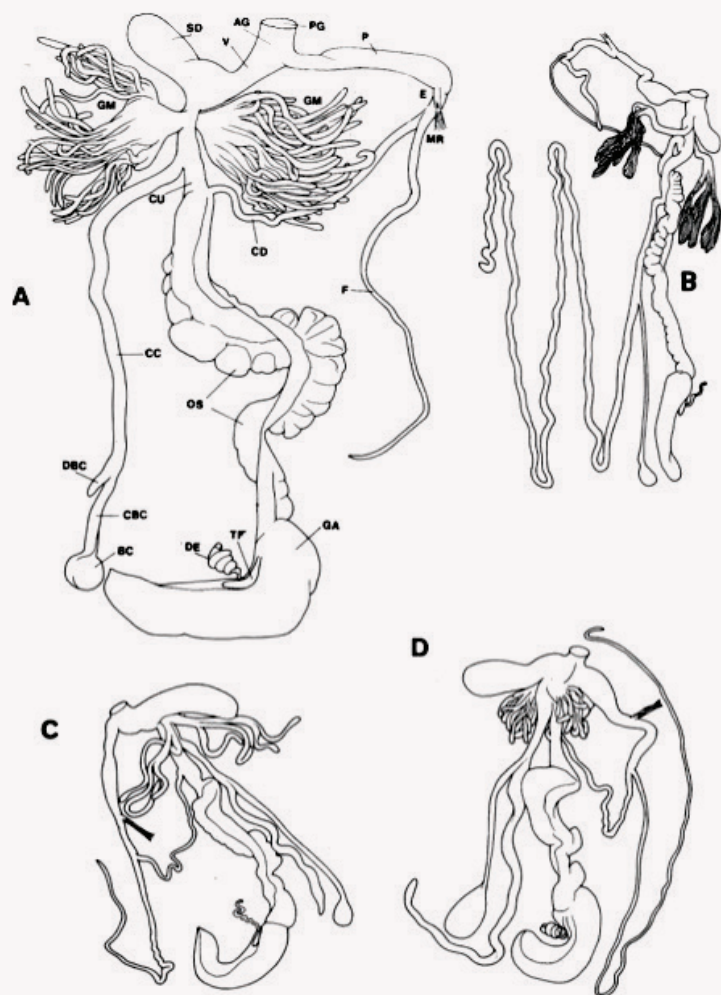


Fig. 2 - Riproduzione dell'apparato genitale di alcune specie di chiocciole viventi in Italia: A) *Helix lucorum* (Linnaeus, 1758); B) *Eobania vermiculata* (Müller, 1774); C) *Tacheocampylaea tacheoides* (Pollonera, 1909); D) *Cornu aspersum* (Müller, 1774) (da Giusti e Lepri, 1981). AG atrio genitale, BC borsa copulatrice, CBC ultimo tratto del canale della borsa copulatrice, CC primo tratto del canale della borsa copulatrice, CD canale deferente, CU canale uterale, DBC diverticolo del canale della borsa copulatrice, DE dotto ermafrodito primo (collega la gonade, qui non raffigurata, al resto dell'apparato riproduttore), E epifallo, F flagello, GA ghiandola dell'albume, GM ghiandole digitiformi, MR muscolo retrattore del pene, OS ovispermiodotto (composto da una parte prostatica e da una uterale), P pene, PG poro genitale, SD sacco del dardo, TF talon (contiene la tasca di fecondazione e i ricettacoli del seme), V vagina.



Fig.3 - Cupido

L'accoppiamento, ad esempio, del Cornu aspersum (nota in passato come Helix aspersa), la "escargot petit-gris" dei Francesi, una delle chioccioline eduli più comuni in Italia, prevede una serie di fasi che implicano, agli inizi, un approccio tra i due partner che ricorda un corteggiamento, al quale segue una fase di pre-copula, una di copula, seguita a sua volta da una fase di post-copula (Giusti & Lepri, 1981).

In estate, quando l'ambiente è reso umido di notte dalle rugiade o di giorno dopo una pioggia, tra due individui che si incontrano e che sono motivati sessualmente (ciò è evidente dalla dilatazione dei loro pori genitali), inizia uno scambio di attenzioni che implica il disporsi "testa a testa" (Fig. 1) e,

subito dopo, lo struscio fianco destro contro fianco destro, lo scambio di tocamenti con i tentacoli e con le labbra e addirittura di morsi più o meno dolorosi (l'individuo morsicato si ritrae visibilmente dolorante). Tale scambio, dopo un tempo che può variare da un minimo di circa cinque minuti fino a quasi un'ora, porta alla brusca estroflessione dell'apice della tasca del dardo e, quindi, allo "sparo" più o meno simultaneo del dardo, che viene, quindi, infisso nelle carni del partner, in prossimità del poro genitale. La reazione a questo evento è chiaramente dolorosa: i due partner si ritirano e interrompono il rapporto, per riprenderlo, quasi sempre poco dopo, con altri scambi di tocamenti.

Talvolta, tuttavia, l'infissione del dardo è sufficiente a far desistere uno dei partner dal proseguire l'accoppiamento. Il partner, evidentemente poco motivato, si allontana "sdegnato". Ciò ha suggerito l'ipotesi che lo sparo del dardo abbia lo scopo di verificare la reale motivazione dei partner: se si resiste al dolore, la motivazione è provata e vale la pena, allora, di proseguire nell'approccio. Altra ipotesi vuole che l'infissione del dardo serva a iniettare sostanze ormonali che sarebbero secrete dalle ghiandole digitiformi e che servirebbero a indurre la prosecuzione dell'accoppiamento, a facilitare la produzione di uova e la loro fecondazione.

Ai tocamenti post-sparo del dardo, segue la ulteriore dilatazione dei pori genitali e, quindi, l'estroflessione talvolta simultanea dei peni. Nel momento in cui, dopo una serie di tentativi falliti, i due partner riescono a penetrarsi reciprocamente, inizia la copula. Durante la copula, che può durare da un minimo di 2 ad un massimo di 7 ore, i due partner sembrano assopirsi: si retraggono parzialmente nelle loro conchiglie, ritirano e afflosciano i loro tentacoli e, infine si immobilizzano. È in questo periodo che all'interno del corpo e, per la precisione, all'interno del flagello peniale e dell'epifallo viene secreta la spermatofora, una sorta di lungo astuccio di materiale proteico, nel quale vengono immagazzinati gli spermatozoi. Ultimata la preparazione delle spermatofore, senza che esternamente nulla lo riveli, avviene il reciproco trasferimento delle stesse e con esse degli spermatozoi. Le spermatofore, sospinte all'interno del canale della borsa copulatrice, si aprono, permettendo, quindi, agli spermatozoi vitali di raggiungere l'apposito distretto (i ricettacoli seminali) nel quale verranno conservati integri in attesa di

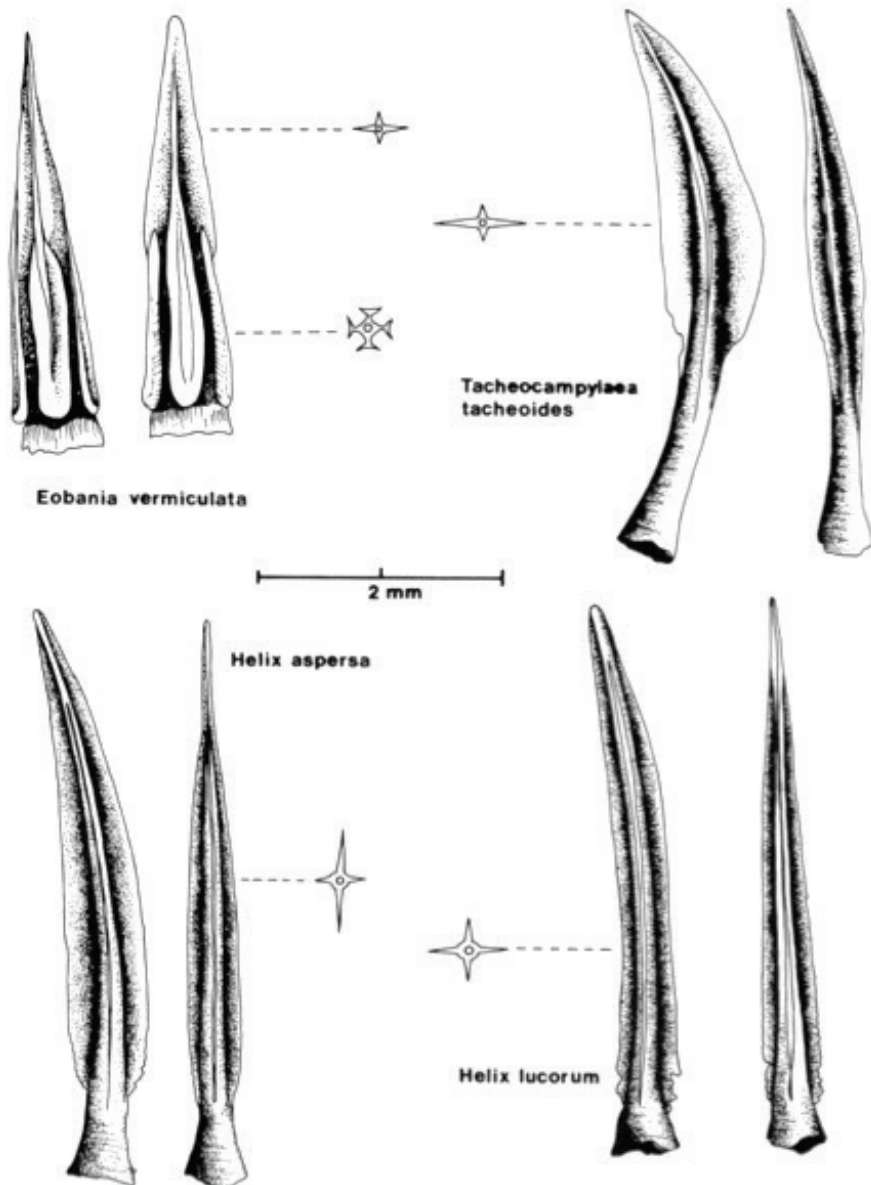


Fig. 4 - Riproduzione grafica di dardi di alcune specie di chioccioline (da Giusti e Lepri, 1981).

fecondare le uova (la produzione delle uova e la loro deposizione avviene in genere nel successivo autunno). Ultimata anche questa fase, i partner riprendono l'attività: richiamano i loro peni all'interno del corpo e, infine, si separano per poi allontanarsi, come se nulla fosse accaduto, in direzioni diverse. Come si è detto, **lo sparo del dardo è un evento facilmente osservabile ad occhio nudo**, ovviamente a distanza ravvicinata. Come non collegare, per un osservatore attento, il lancio e l'infissione di questa piccola freccia calcarea nel corpo del partner al buon esito della successiva copula?

Come non pensare, quindi, che proprio questo peculiare evento che caratterizza la modalità di accoppiamento delle chioccioline non abbia suggerito agli antichi umani, la leggenda del fanciulletto scagliatore di frecce amorose?

Un'ipotesi fantasiosa? Forse. Ma se si pensa all'acutezza delle osservazioni sul mondo animale che il primo vero zoologo della nostra storia, Aristotele (384-322 a.C.), seppe compiere al suo tempo, di che meravigliarsi?



Prof. Folco Giusti

Toscano DOC, nativo di Pisa. Professore ordinario di Zoologia dal 1980 all'Università di Siena, è stato Presidente della Società Malacologica Italiana e membro del Comitato Scientifico per la Fauna d'Italia del Gruppo Cattolico di Bioetica. Ha collaborato e diretto diversi progetti regionali a indirizzo agricolo-forestale, faunistico e ittico. Membro di numerose Società Scientifiche ed Associazioni italiane e d'estero, attualmente impegnato in ricerche di faunistica per la conservazione della fauna della Toscana e dell'Arcipelago Toscano, tassonomia e conservazione dei molluschi non marini, ed altre specie. Ha al suo attivo circa 180 lavori a stampa, una buona parte dei quali sulle più importanti riviste internazionali del settore. Ideatore ed editore di volumi didattici e naturalistici, è autore di un volume intitolato "Un'isola da amare. Capraia: storie di uomini e di animali", pubblicato in prima edizione nel 2003 a cui nel 2004, è stato conferito il Premio Letterario "Castiglioncello-Costa degli Etruschi".

Bibliografia:

Giusti F. & Lepri A., 1981. "Aspetti morfologici ed etologici dell'accoppiamento in alcune specie della famiglia Helicidae (Gastropoda, Pulmonata). Atti IV Congresso S.M.I., Siena, 6-9 Ottobre, 1978, in: Lavori della Società Italiana di Malacologia, 17-18: 11-71.



FUORI DAL TUNNEL... CARPALE

a cura di Laura Sironi

Un tempo era considerata una malattia tipica di alcune professioni. Oggi a rischiare sono in molti. Ecco come si interviene

*Mario è un campione nel suo videogioco preferito, gioca spesso online con un gruppo di amici che vivono nei posti più disparati del mondo e si incontrano in una città virtuale. Con loro trascorre buona parte del pomeriggio, della sera e anche della notte. E vuole mantenere il suo primato. Fino a quando compare all'improvviso un **dolore** al polso e uno strano **formicolio** alle dita. Soprattutto di notte e appena sveglia. Tanto che il medico gli dice di stare a riposo per un po' e indossare un tutore per mantenere il polso immobile. Il sospetto, infatti, è che si tratti di **sindrome del tunnel carpale**.*

MANO GONFIA E FORMICOLII ALLE DITA

Il canale carpale, come tutti i tunnel, è formato da un pavimento, cioè le **ossa del polso**, e da un soffitto, vale a dire il **legamento trasverso anteriore del carpo**, che tiene assieme ossa e muscoli. All'interno scorrono il **nervo mediano** e i **tendini flessori** delle stesse dita, che sono ricoperti dalle **guaine tendinee**. Il tunnel carpale non può aumentare di calibro. Per cui basta un **ispessimento** delle guaine o del legamento, magari dovuto a uno **sforzo eccessivo** e

prolungato o a **microtraumi** ripetuti, per comprimere il nervo mediano e causare il

dolore. La mano si gonfia e le prime tre o quattro dita diventano intorpidite e formicolanti.

Il problema riguarda circa il 5 per cento della popolazione: colpisce di più le **donne**, forse perché il loro canale è più piccolo di quello maschile. La mano che corre più rischi è quella dominante, la sinistra nei mancini e la destra in tutti gli altri. Chi usa molto e sforza dita e polso, per lavoro o per hobby, è più esposto. Non a caso è considerata una vera e propria **malattia professionale** di coloro che lavorano nell'industria manifatturiera o nel confezionamento, di chi prepara gli alimenti, fa pulizia, cucina o lavora alla cassa di un supermercato. Negli ultimi anni il ventaglio del rischio si è allargato anche a chi lavora al **computer**. Non tanto per lo sforzo richiesto nell'utilizzo di mouse e tastiera, quanto per la **postura scorretta** assunta da spalle, braccia e



mani, mantenuta per molte ore. Sono stati anche condotti studi di ergonomia per progettare tavoli, sedie e tastiere che favoriscano il mantenimento di posizioni confortevoli e prive di tensioni permanenti.

BISTURI O FARMACI? Così si interviene

Gli esperti sono quasi tutti d'accordo: il **trattamento** della sindrome dovrebbe iniziare il più presto possibile, appena si manifestano i **primi sintomi** e c'è una **diagnosi certa**. Trattando nel contempo, se ci sono, le cause che l'hanno provocata.

Le prime cure consistono nel mettere a **riposo** per un paio di settimane la mano e il polso, l'utilizzo di un **tutore** che immobilizzi l'articolazione per evitare i movimenti di torsione e flessione e l'applicazione di impacchi freddi in caso di infiammazione e

PIANOFORTE, VIOLINO E FLAUTO I PIÙ RISCHIOSI

I musicisti di professione, soprattutto chi suona il pianoforte, il violino oppure il flauto traverso, devono allenarsi per parecchie ore al giorno, costringendo mani e polsi in posizioni innaturali. Per questo il rischio di sviluppare la sindrome del tunnel carpale, e altri disturbi come il dito a scatto o l'artrosi del pollice, è più elevato. Quando compaiono i primi sintomi, che possono manifestarsi sotto forma di ripetute tendiniti del polso, si dovrebbe innanzitutto cercare di assumere una postura corretta di mano e polso, magari con l'aiuto di un fisioterapista specializzato, e controllare la tecnica di lavoro. Poi, soprattutto per i più piccoli che stanno imparando a suonare, è regola importante fare pause e stretching, al fine di sgranchire mani, braccia e spalle dopo qualche ora di esercizi. Inoltre è utile praticare uno sport, come il nuoto, che non mette a rischio le dita.



gonfiore delle dita. Se il problema non si risolve in questo modo si opta di solito per un trattamento che possa agire sulla sindrome in modo più duraturo. Si ricorre ad alcuni **farmaci**, agli **ultrasuoni**, alla **fisioterapia** o alla **chirurgia**. Il trattamento farmacologico prevede l'uso di antinfiammatori non steroidei (Fans) quando i sintomi sono presenti da poco tempo oppure se la sindrome è causata da un'attività intensa, ma occasionale, che può dar luogo anche a una tendinite, come nel caso del ragazzino maniaco dei videogame. Anche i **diuretici** possono servire se, per esempio, c'è gonfiore alla mano. Le infiltrazioni di **cortisonici** o **lidocaina** possono dare sollievo pressoché immediato in caso di sintomatologia intermittente, alleviando la pressione sul nervo mediano. Ma per il ricorso a questi rimedi è obbligatorio il controllo medico.

Alcuni studi recenti hanno mostrato che la **vitamina B6** è efficace nell'alleviare i sintomi, mentre tra gli interventi non farmacologici si sono rivelati utili sia gli **ultrasuoni**, sia la **fisioterapia**: esercizi appositi di stiramento e rafforzamento, che devono

essere condotti con l'assistenza di un fisiatra o di un terapista occupazionale, il quale può anche aiutare a mantenere nel tempo i benefici di salute ottenuti. Chi sceglie **l'intervento chirurgico** deve invece sapere che è uno degli interventi più comuni in assoluto. Si esegue quando il dolore non diminuisce anche dopo mesi di terapie e consiste nella recisione del legamento carpale che circonda il polso, così da ridurre la pressione sul nervo. Si esegue in day hospital con anestesia locale. Talvolta si ricorre all'**endoscopia**, cioè si interviene senza "aprire" il polso. È stato visto in alcuni studi che operando in questo modo il dolore postoperatorio è inferiore,

anche se i tempi di recupero e i risultati ottenuti non differiscono di molto dalla chirurgia "in aperto". La **ripresa completa** richiede alcuni mesi di fisioterapia. Non sempre però forza e manualità si recuperano in toto: il polso può rimanere debole per la recisione del legamento e si può anche rendere necessario un cambio di mansione al lavoro. Tra tutti i possibili interventi, in ogni caso, è la chirurgia a offrire i risultati migliori. Recenti ricerche hanno messo a confronto i diversi tipi di intervento disponibili per la sindrome del tunnel carpale: è emerso che la chirurgia riporta la mano a funzionare come prima meglio degli altri metodi e cancella i sintomi in misura maggiore. Chi invece decide di curarsi con la fisioterapia e gli ultrasuoni ottiene un miglioramento del dolore e della manualità complessivamente inferiore, ma in ogni caso non avrà più bisogno di alcun intervento chirurgico successivo. La scelta può quindi ricadere su una o l'altra opzione, in relazione alle preferenze individuali, ma soprattutto a seconda dell'intensità del dolore e alla perdita di abilità.

MENO DOLORE SE FAI YOGA

Le terapie complementari, o non convenzionali, per la sindrome del tunnel carpale sono diverse, tra cui la chiropratica e l'agopuntura. L'unica pratica che però ha dimostrato di dare reali benefici è lo yoga. Alcune hasana, posizioni mantenute per qualche minuto secondo i dettami della disciplina orientale, contribuiscono allo stiramento e al rafforzamento della muscolatura, liberando la pressione sul nervo mediano. Inoltre, lo yoga aiuta a ridurre il dolore. Bastano otto settimane di esercizi, un paio di volte alla settimana, per vedere miglioramenti. Apertura del tronco, distensione e stretching di schiena, spalle, braccia, polsi. Oppure: seduti a terra o su una sedia con le mani appoggiate sul piano di seduta, si torce il tronco spingendo le spalle verso

indietro e verso il basso. Ancora: si uniscono le mani stendendo le braccia di fronte al petto, per poi sollevarle distanziando il più possibile tra loro le dita. Sono queste le posizioni più utili. Vanno evitate invece quelle che accumulano una pressione eccessiva sui polsi, che potrebbero addirittura peggiorare la situazione.





L'ALOE CURA IL CANCRO?

NO, ad oggi non esistono studi scientifici che dimostrano un ruolo certo dell'Aloe vera nella prevenzione o nella cura del cancro anche se alcuni dei composti contenuti nella pianta sono attualmente in fase di studio.

CONOSCERE LA PIANTA

L'Aloe è una pianta molto comune anche nel nostro Paese: le sue foglie spesse e carnose la fanno assomigliare a un cactus, ma dal punto di vista della classificazione botanica è molto più simile all'aglio e alla cipolla. Ne esistono moltissime varietà

(la più nota è senza dubbio l'Aloe vera) dalle quali si possono ottenere due tipi di prodotto: il gel contenuto nella parte centrale della foglia e una sostanza chiamata lattice che si trova invece immediatamente sotto la parte verde ed esterna della foglia. Il succo che deriva dalla foglia intera contiene quindi entrambe le sostanze.

UN RIMEDIO ANTICO

I derivati di questa pianta sono noti sin dall'antichità come rimedio per diversi piccoli problemi di salute, soprattutto legati alla pelle e se ne parla già in Mesopotamia, circa 1500 anni prima di Cristo, nell'Egitto dei Faraoni e tra gli antichi greci e romani. La proprietà più apprezzata dai medici del passato era senza dubbio l'effetto cicatrizzante, che rendeva l'Aloe adatta a curare piccole ferite, escoriazioni e bruciature, ma nel tempo la pianta ha assunto un ruolo importante anche come antibatterico e lassativo. Un rimedio popolare ben noto quindi, ma come nasce l'idea che l'aloè possa curare il cancro? Uno dei principali sostenitori di questa teoria, mai dimostrata da studi scientifici nell'uomo, è padre Romano Zago, un francescano nato in Brasile nel 1932, che in una sua pubblicazione descrive le proprietà quasi "miracolose" di questa pianta, capace di curare rapidamente anche i tumori in fase avanzata. La pubblicazione ha fatto scalpore e ha dato anche il via a numerosi studi scientifici, che però non hanno ottenuto risultati convincenti e non hanno quindi dimostrato la teoria.

I RISULTATI DELLA RICERCA ONCOLOGICA

Anche se a oggi non ci sono prove certe dell'efficacia dell'Aloe nella prevenzione o nella cura del cancro, i ricercatori stanno valutando con attenzione gli effetti sull'organismo di alcune delle sostanze contenute in questa pianta e i meccanismi molecolari che li determinano. Prima di descrivere tali molecole è importante però sottolineare che molti degli studi finora effettuati e che hanno fornito in alcuni casi risultati interessanti sono stati condotti solo in vitro, cioè in provette e su cellule coltivate in laboratorio, oppure su particolari modelli sperimentali, ma non nell'uomo. Questo significa, in pratica, che **i dati oggi disponibili non sono sufficienti ad affermare che le sostanze studiate sono efficaci e sicure anche**

nelle terapie umane.

Di fronte ai numerosi composti attivi presenti nell'Aloe, l'attenzione degli esperti si concentra soprattutto su alcune molecole capaci di influenzare il sistema immunitario come per esempio l'**acemannano**, che in modelli sperimentali è in grado di stimolare la produzione di molecole chiamate citochine, o l'aloeride, un forte stimolante del sistema immunitario.

L'**emodina** contenuta nelle foglie di Aloe vera, blocca in vitro la crescita delle cellule e stimola l'apoptosi, ovvero il processo di "morte programmata", fondamentale nella lotta contro il cancro perché permette all'organismo di eliminare le cellule tumorali. Alcuni studi in vitro hanno dimostrato in particolare che l'emodina è efficace contro le cellule di tumore di testa-collo e di tumore del fegato. Infine il DEHP, sigla che indica il di(2-etilesil)ftalato, blocca le cellule di leucemia in modelli in vitro.

E NELL'UOMO?

Sono molti gli studi condotti per capire se l'Aloe e i suoi derivati sono in grado di eliminare o almeno ridurre gli **effetti collaterali** dei trattamenti oncologici classici, in particolare chemio e radioterapia. Nel 2005 sono stati pubblicati i risultati di una ricerca che ha preso in considerazione gli studi che valutavano la capacità dell'Aloe di prevenire i danni della radioterapia a livello della cute. Secondo questi dati, il gel di Aloe applicato direttamente sulla pelle non porta alcun vantaggio. Conclusioni simili anche per uno studio del 2011 che ha valutato invece il ruolo del gel di Aloe nella prevenzione della mucosite,

un problema della bocca piuttosto comune per chi si sottopone a chemioterapia: non sono emerse prove che l'Aloe sia efficace, anche se, al di là dei numeri, molti pazienti hanno percepito come utile il trattamento con questo gel. Per quel che riguarda invece gli effetti sulla crescita cellulare, al momento attuale non è stato possibile replicare sull'uomo i dati ottenuti su colture di laboratorio.

RISCHI DA NON SOTTOVALUTARE

Sulla scia delle teorie che vedono l'Aloe come trattamento anticancro, nel 1996 un'azienda statunitense ha cominciato a produrre e a immettere sul mercato un concentrato di Aloe noto con il nome di T-UP che poteva essere ingerito per via orale o iniettato per via intravenosa e veniva presentato come terapia per cancro, AIDS, herpes e altri disturbi autoimmuni. Dopo pochi anni, le autorità sanitarie hanno però bloccato la vendita di questo "farmaco" e i produttori sono stati accusati di frode, vendita di farmaci non approvati e cospirazione, proprio perché le affermazioni diffuse con il prodotto erano false e potevano rivelarsi molto pericolose e fuorvianti per i pazienti. Le iniezioni del composto si sono addirittura rivelate fatali per alcuni di essi. Oltre a queste reazioni particolarmente gravi, non bisogna dimenticare che **i principi attivi contenuti nell'Aloe** possono essere causa di disturbi molto fastidiosi. Capsule, compresse e succo in forma liquida possono causare problemi intestinali come diarrea, dolore addominale, nausea e vomito provocati soprattutto dalla presenza di antrachinoni, molecole con potente azione lassativa, mentre chi assume già farmaci o altri supplementi a base di erbe deve prestare attenzione alle interazioni: capita infatti che i derivati dell'Aloe interferiscano con altri principi attivi causando per esempio problemi alla coagulazione del sangue. E anche se decisamente meno comuni, si possono verificare reazioni allergiche a gel e creme a base di Aloe soprattutto se utilizzati per periodi molto lunghi: sono più a rischio coloro che già sanno di essere allergici a cipolla, aglio, tulipani e piante simili.

IN SINTESI

- Secondo alcune **teorie non scientificamente dimostrate**, l'Aloe vera - una pianta piuttosto comune anche in Italia - sarebbe in grado di curare molti tipi di tumore, anche quelli in fase avanzata.
- I numerosi **studi scientifici** condotti sull'argomento non hanno finora dimostrato in modo chiaro e indiscutibile che i composti a base di Aloe possano prevenire o curare il cancro nell'uomo.
- Gel e creme a base di Aloe possono essere in genere utilizzate per il trattamento di alcuni problemi cutanei, come piccole ferite o bruciate senza effetti collaterali gravi.
- Anche se spesso ritenuta innocua perché "naturale", in casi particolari l'Aloe può interferire con l'azione di alcuni farmaci e **può causare gravi problemi alla salute**, in alcuni casi addirittura letali.

IN CONCLUSIONE

Gel e altri derivati dell'Aloe sono utilizzati in molte preparazioni cosmetiche e gli studi dimostrano che in genere applicare sulla pelle il gel derivato dalla pianta non è pericoloso e può contribuire alla cura di piccole ferite o ustioni leggere. Il discorso cambia di fronte a capsule e sciroppi che possono causare effetti collaterali anche gravi. Una cosa è certa: a oggi non esiste alcuna dimostrazione scientifica chiara dell'efficacia di questa pianta come terapia anti-cancro. Pensare di sospendere le terapie prescritte dall'oncologo o di assumere contemporaneamente derivati dell'Aloe può essere una decisione molto pericolosa per la salute.





PICCOLI TRUCCHI PER GRANDI OUTFIT

a cura di Martina Rossi

Oggi mi sento un po' SOS Martina e ho deciso di condividere con voi piccoli trucchetti utili nel quotidiano.

Iniziamo subito con l'unico interrogativo che affligge noi donne da tempo immemore, ovvero **come si può resistere tanto tempo sui tacchi senza soffrire in modo esagerato?**

Innanzitutto le scarpe devono essere della misura giusta perché se le scegliete leggermente piccole o appena più grandi, sarete scomode e di conseguenza neanche femminili come vorreste.

Io vorrei fare un monumento alle **suolette in gel**, che oltre a evitarci dolori lancinanti dopo dieci nano-secondi, aiutano

anche i nostri piedini a non scivolare nella scarpa. Sapevate che esistono anche strisce in gel da applicare sul tallone e lungo tutta la calzatura per renderla più confortevole? Pro-va-te-le! Poi certo, se riuscite a scegliere tacchi grossi, che quest'anno vanno anche molto di moda, l'impresa sarà ben più



semplice. In caso di scarpe invernali, o di una tipologia che lo permetta, provate a usare i fantasmini, che vi aiuteranno a diminuire l'attrito della scarpa sul piede, giovando alla vostra resistenza. E poi se sapete di dover fare anche solo due passi in più del dovuto, portatevi le ballerine pieghevoli in borsa. Mi raccomando, salvano serate! Vorrei ora spostare la vostra attenzione dai piedi all'intera figura.

Vi sentite troppo bassine e vorreste guardare il mondo dall'alto, o al contrario siete delle vatusse e vorreste essere notate meno?

Non preoccupatevi, ho io le soluzioni adatte a voi. Partiamo dalle corporature "petite," come me. Per apparire più slanciate e più alte, oltre ovviamente ai tacchi di cui sopra, potreste puntare su **outfits monocromatici**, o in

ogni caso di colori simili, che non spezzando la figura, la fanno apparire più longilinea. E se temete di risultare noiose con un solo colore, aggiungete un po' di varietà giocando con i tessuti, che possono essere differenti tra loro, oppure scegliete un accessorio che spezzi il look, come una borsa di una tonalità vivace. Ma medio-piccola, altrimenti addio sforzi. **L'altezza si può creare anche attraverso delle illusioni ottiche**, per

esempio creando delle linee verticali che possano slanciare la

figura. Questo compito, anche se le più freddolose di voi non apprezzeranno, viene svolto alla perfezione da cardigan, blazer e giacche tenuti sbottonati. E poi c'è lo scollo a V, che oltre a valorizzare il seno, slancia anche il collo, facendo apparire la figura più alta. Per un tocco in più, potete abbinare una maglietta con uno scollo a V con un paio di pantaloni a vita alta: un abbinamento chic e stiloso allo stesso tempo. E altolà ai colli alti ahimè! Le collane lunghe composte da una catena che termina con un ciوندolo, creano delle linee verticali in grado di far sembrare il torso più lungo di quello che è in realtà, contrariamente alle collane corte, che invece accorciano. Per massimizzare l'effetto, potete abbinare a una di queste collane un'acconciatura raccolta o semiraccolta, come il



mezzo chignon. Scegliete abiti abbastanza attillati, e pantaloni skinny. La gamba può essere anche allungata attraverso una scelta sapiente delle scarpe: **ballerine e sandali devono essere in toni neutri, che si avvicinino il più possibile al colore della pelle, per creare la sensazione che la gamba non finisca mai.**

Attenzione attenzione: ovviamente, se si indossano i collant neri, le scarpe dovranno essere dello stesso colore.

Passiamo invece a chi, al contrario di me **vorrebbe apparire più bassa di quanto sia.** Beh amiche mie, qui dovete stare molto attente. C'è poco per fare in modo che le gambe sembrino più corte, perciò provate così: **una camicia, una giacca o un cappotto lungo.** Evitate le strisce verticali che fanno sembrare più alti, e i vestiti aderenti per la stessa ragione. Per la parte inferiore in estate indossate un pinocchietto, che copre 3/4 della gamba, e in inverno preferite stivali al ginocchio. **E mai pantaloni estremamente attillati, ma anzi, provate quelli a zampa.** Per sembrare più basse è utile creare un contrasto tra il torso e le gambe, assicurandovi per esempio che la parte superiore e quella inferiore del completo abbiano due colori diversi, oppure indossando un tessuto a fantasia a contrasto per creare una variazione. Anche i capelli svolgono un ruolo fondamentale in questo caso, alleato perfetto è un taglio scalato con le punte all'insù. Funziona benissimo con qualsiasi tipo di volto e con qualsiasi lunghezza. Evitate ovviamente i capelli gonfi e cotonati, che vi faranno sembrare ancora più alte.

Pronte per provare a mettere in pratica tutto? Fatemi sapere come va!

Martina Rossi

Nata e cresciuta in Toscana, e precisamente a Livorno, ha dovuto lasciare il suo adorato mare per motivi di studio prima, e di lavoro poi. Dopo la laurea in Cinema, Musica e Teatro all'università di Pisa, e dopo alcuni tentennamenti su quale sarebbe stato il suo futuro, ha deciso per la parte creativa: la scrittura. E così si è trasferita a Torino per seguire il master in Editing e Scrittura per Prodotti Audiovisivi, che le ha insegnato i segreti di un mestiere poco conosciuto, quello dell'autore, e che soprattutto poi l'ha portata a lavorare a Milano, la sua città ormai da quasi quattro anni. Qui collabora con diverse realtà sia all'ideazione di campagne di comunicazione offline e online, che alla realizzazione di video per diverse finalità e utilizzi.



Aforisma del giorno



Anche se
il timore
avra' sempre
piu' argomenti,
tu scegli la
speranza.

Seneca



COME ORGANIZZO L'ARMADIO IN UN TAP

a cura di Martina Rossi

Alt, fermatevi e leggete. So come non farvi dimenticare dei capi che giacciono dimenticati nei vostri armadi e come valorizzarli insieme ai più nuovi.

Quante volte abbiamo aperto l'armadio e pronunciato la classica frase "non ho niente da mettermi"? Per noi donne è un grande classico, la cui unica soluzione sembra essere correre in negozio ed acquistare

qualcosa di nuovo! Ma sono erroracci che possono solo nuocere gravemente al portafoglio. La soluzione allora potrebbe essere un'esperta di moda pronta a dare consigli sugli abiti da indossare e sugli abbinamenti giusti per ogni occasione. E può correrci in soccorso il nostro amato smartphone!

Singore e signori a voi le App che ci aiutano a gestire al meglio il nostro armadio:

DressApp

Ogni capo ha la sua sezione e vengono divisi in Stili, Stagioni e Marche; inoltre si può scegliere fra diverse categorie: Casual, Night e Abbigliamento. Questa App, rispetto alle altre, ha un aspetto molto più creativo perché si possono formare e condividere gli outfit personali.

NetRobe

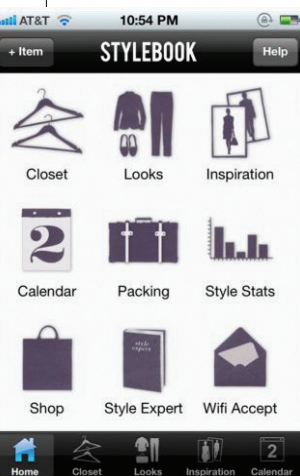
Si configura come un vero e proprio database di vestiti, i vari capi si devono inserire nelle giuste categorie così la Styleboard può aiutare a scegliere il look perfetto per ogni giorno e per ogni situazione speciale. Questa utilissima App conserva tutti i vostri outfit, onde evitare di riproporre un look già usato.

Stylicious

Vi organizza l'armadio vi suggerisce ispirazioni ad hoc con suggerimenti quotidiani. Organizzate poi tutto l'armadio con foto ad abiti, scarpe, borse ed accessori. Forza, correte a prendere i vostri smartphone e buon lavoro!

Stylebook

Quest'applicazione tiene una specie di contatore di ciò che c'è nel guardaroba, segnalando i dieci outfit più indossati e quelli meno usati e tenta sempre di dare il miglior consiglio in fatto di look per ogni situazione. Le caratteristiche di questa App sono tantissime e la cosa più bella è che dalla foto scattata dal cellulare si può rimuovere lo sfondo, così da poter vedere il nostro capo o il nostro accessorio con la massima precisione.



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



Campagna pubblicitaria di Giacomo Fregni offerta gratuitamente 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

VITA SANA E
PREVENZIONE



NASCE IL GRUPPO SPORTIVO DONATORI SANGUE - DOSCA

Cogliamo l'occasione per presentare, con orgoglio, la nostra nuova divisa da runner.



Se ami lo sport e hai voglia di partecipare a manifestazioni sportive con il nostro gruppo scrivi a info@doscasancarlo.it



Vellutata di finocchio e sedano.

Ingredienti

600g di finocchio
 200g di patate
 un cucchiaino di olio extravergine di oliva
 500ml di brodo vegetale (fatto in casa)
 sale
 pepe

Valori nutritivi

Calorie: 445 Kcal
 Proteine: 5g
 Carboidrati: 95g
 Grassi: 5g
 Fibre: 17g

Preparazione

Tagliate il finocchio e le patate a pezzetti. Fate rosolare la verdura insieme ad un cucchiaino di olio (senza utilizzare la cipolla) per qualche minuto e poi ricoprite tutto con del brodo vegetale. Fate cuocere per 40 minuti fino quando le verdure risultano morbide e passate tutto con il mini pimer. Aggiustate tutto con il sale e il pepe.

Questa vellutata è un ottimo rimedio per combattere la dispepsia e gonfiori addominali. Il finocchio migliora la digestione ed è molto consigliato contro le coliche, la formazione dei gas intestinali, di aerofagia e meteorismo.

Dott. Maria Papavasileiou

Laureata in dietologia e nutrizione umana all'Università ATEI di Salonico, ha poi effettuato un ciclo di studi in biologia molecolare alla Staffordshire University (Regno Unito). Iscritta al corso di immunologia all'Università di Osaka (Giappone). Ha prestato 3 anni di servizio a Hippokratio General Hospital of Thessaloniki come nutrizionista per donne con gravidanze ad alto rischi. Specializzata in alimentazione vegetariana e vegana, partecipa costantemente a congressi di Colin Campbell. Attualmente esercita la libera professione di Nutrizionista.





LA TRIBUNA DEL DONATORE

I ripetuti inviti lanciati ai nostri lettori, di partecipare a questa Tribuna, con contributi scritti sugli argomenti inizialmente proposti dalla Redazione, ma anche su qualsiasi altro argomento proposto dagli stessi lettori, non ha sollevato interesse, dobbiamo onestamente riconoscerlo.

La Tribuna è stata lasciata morire lentamente, nessuno ha trovato interessante cogliere l'opportunità di dibattere argomenti seri, con tanti altri potenziali interlocutori, circa 5000 altri interlocutori! Un'occasione che ci era sembrata interessante e insolita, che ha avuto però solo un paio di partecipazioni più un paio di commenti alle stesse; niente di più!

Consci che queste opportunità possono solo essere offerte e non imposte, prendiamo atto con dispiacere dell'esito pressoché negativo dell'iniziativa che non verrà riproposta, ma rimarrà disponibile per chi e in qualsiasi momento volesse riattivarla e scrivervi su qualsiasi argomento, riaprendo il dialogo tra i lettori.

Con l'augurio che ciò davvero accada, salutiamo tutti gli amici che seguono la nostra Rivista.

E.S.

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



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

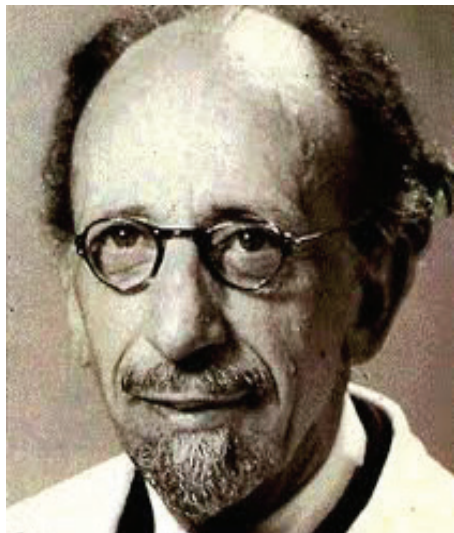
www.doscasancarlo.it

CENTENARIO 1916-2016

CENTENARIO DELLA NASCITA

Data 24 Gennaio 1916

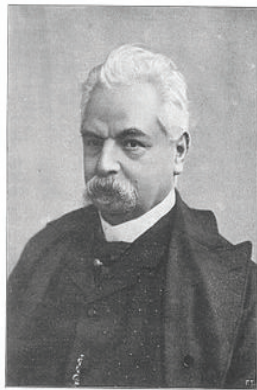
Avvenimento Nasce a Barcellona **Josè Ignacio Barraquer**, *medico e padre della chirurgia refrattiva*. Si laurea in Medicina, specializzandosi poi in Oftalmologia. Barraquer comincia immediatamente a studiare i vizi refrattivi, le cause e i possibili trattamenti. Nel 1964 introduce due nuove tecniche chirurgiche: la cheratomileusi, che prevede la rimozione, il congelamento, la modifica e il reinserimento del disco corneale nell'occhio del paziente, e la cheratofachia, in cui un disco corneale viene introdotto nella cornea per modificarne la forma ed eliminare il difetto rifrattivo. Barraquer idea personalmente alcuni degli strumenti chirurgici necessari nelle sue operazioni; i più noti sono il microcheratomo e il criolato.



CENTENARIO DELLA MORTE

Data 10 Gennaio 1916

Avvenimento Muore **Guido Baccelli**, *noto chirurgo e uno degli uomini più influenti d'Italia a cavallo tra '800 e '900*. Tra il 1852 e il 1853 consegue la doppia laurea in Medicina e in Chirurgia all'Università pontificia de La Sapienza. Nel 1862 ottiene la cattedra di Clinica medica e diventa direttore della clinica omonima che ha sede presso l'Arcispedale di Santo Spirito in Saxia: ricoprirà entrambi questi ruoli per cinquant'anni fino alla sua morte. Nella pratica medica, Baccelli è tra i primissimi in Italia a fare un uso sistematico dello stetoscopio. Il suo paziente più celebre è il Re Vittorio Emanuele II che assiste durante l'ultima fatale malattia



† GUIDO BACCELLI. Fot. Napolitano

broncopolmonare. Baccelli è anche uno dei protagonisti della lotta italiana contro la malaria. Attivo anche in politica, è sette volte Ministro della Pubblica Istruzione.



CENTENARIO DELLE SCOPERTE

Data 1916

Avvenimento **Henrique da Rocha Lima**, medico igienista e batteriologo brasiliano, *scopre la causa della malattia del tifo esantematico, ovvero il batterio Rickettsia Prowazekii*.

Il nome deriva dal patologo statunitense Howard Taylor Ricketts, scopritore delle rickettsie (microrganismi parassiti di insetti e di mammiferi, alcuni patogeni per l'uomo), e dall'amico ricercatore Stanislaus von Prowazek, morto di tifo nel 1915. Rocha Lima sviluppa una grande carriera internazionale nel campo della ricerca medica. In Brasile partecipa alla fondazione della Scuola di Medicina di San Paolo e dell'Università di San Paolo.

50anni Anniversari in Medicina

CINQUANTENARIO 1966-2016

CINQUANTENARIO DELLA NASCITA

Data 1966

Avvenimento Compie cinquant'anni **J. Nozipo Maraire**, *medico e scrittrice zimbabwese*. Gli anni '60 sono un periodo in cui il suo Paese passa da una condizione di sottomissione alla Gran Bretagna all'indipendenza. Durante le ostilità Maraire abbandona lo Zimbabwe per trasferirsi dapprima in Canada, poi negli Stati Uniti ed infine in Giamaica. Torna in Patria mentre si diffonde un'ondata di razzismo da parte della esigua minoranza di bianchi che controlla il potere ai danni della grande maggioranza di neri. Raggiunta l'età di diciotto anni, emigra in America per iscriversi alla facoltà di medicina presso la Harvard University nel Massachusetts. Attualmente lavora alla Yale University nel ruolo di ricercatrice, occupandosi



di disabilità neurologica, emorragie e malformazioni intercraniali.

CINQUANTENARIO DELLA MORTE

Data 10 ottobre 1966

Avvenimento Muore **Mary Ethel Hayter Florey** *medico australiano, prima ad usare e sperimentare la penicillina*. Ottiene la laurea in

Medicina all'Università di Adelaide. Si sposa col dottor Howard Walter Florey, che inizia nel suo laboratorio la sperimentazione dell'efficacia antibatterica della penicillina. Ethel Florey lavora presso l'Oxford Regional Blood Transfusion Service dal 1939 al 1941 e, dal 1942, si dedica, come il marito, alla sperimentazione della penicillina. Usa dapprima la penicillina su infezioni superficiali, come ulcere e ascessi, ottenendo un buon risultato con la sparizione delle infezioni e col risanamento dei tessuti, poi anche su endocardite batterica e setticemia. Nel 1943 la rivista medica inglese The Lancet dà risalto al lavoro dei coniugi Florey, evidenziando la necessità di una maggiore produzione di penicillina, specialmente per la sua utilità nel corso della Seconda Guerra Mondiale.

CINQUANTESIMO ANNIVERSARIO DEL PREMIO NOBEL

Data 1966

Avvenimento *Ricevono il Premio Nobel* **Charles Brenton Huggins**, fisiologo canadese naturalizzato statunitense, e **Peyton Rous**, medico virologo statunitense, *per aver dimostrato come alcuni ormoni possano controllare certi tipi di tumore*. Huggins concentra le sue ricerche sulla fisiopatologia della prostata, riuscendo a dimostrare che sullo sviluppo dei carcinomi prostatici

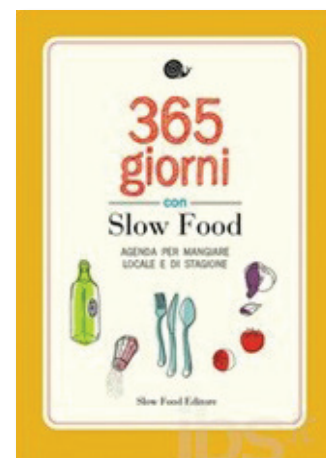
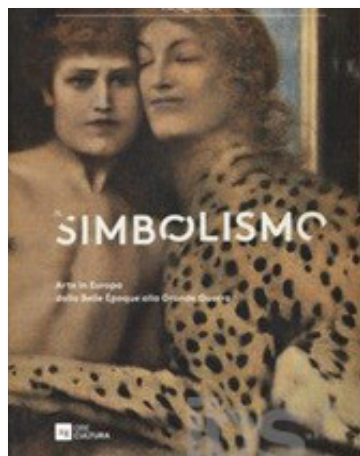
interferiscono gli ormoni sessuali, creando così le basi di un'efficace ormonoterapia in campo oncologico. Rous invece formula una teoria sull'origine virale dei tumori. Attraverso alcuni esperimenti sui polli, scopre infatti che il sarcoma può essere indotto non solo trapiantando delle cellule



tumoriali, ma anche con l'iniezione di un agente submicroscopico estratto dalle stesse cellule tumorali. Anche se inizialmente la sua ricerca viene molto criticata, dopo studi approfonditi, nel 1966 gli viene assegnato il premio Nobel per la medicina, come riconoscimento tardivo del suo lavoro.



Letti per Voi



Il simbolismo. Arte in Europa dalla Belle Époque alla Grande Guerra.

Autore: a cura di Mazzocca F. e Zevi C.
 Casa Editrice: 24Ore Cultura
 Pagine: 319
 Prezzo: 28,90 €

Il termine simbolismo, che corrisponde a un momento indistinto della storia culturale di fine Ottocento, ingloba sotto un unico lemma personalità differenti come quelle di Gustav Klimt e Gustave Moreau, Arnold Böcklin, Fernand Khnopff o Giovanni Segantini. In comune, una somma di rifiuti e negazioni della realtà di fine secolo: negazione del positivismo, del materialismo e del progresso scientifico, e rifiuto di aderire a una società priva di trascendenza e alle regole artistiche dettate dall'accademismo e dal Salon ufficiale. Un'affascinante carrellata di capolavori nel catalogo della mostra che si tiene quest'anno a Milano.

La Salute dalla Farmacia del Signore.

Autore: Maria Treben
 Casa Editrice: Athesia Edizioni
 Pagine: 104
 Prezzo: 14,00 €

Un bestseller mondiale (tradotto in 8 lingue, una tiratura complessiva di oltre 8 milioni), che dimostra l'efficacia delle erbe medicinali. Il libro di Maria Treben è una guida pratica e dettagliata per la cura della propria salute. Sono indicate ben 31 erbe mediche con le modalità di preparazione e il loro utilizzo come infusi, tinture e poltiglie per applicazioni, succhi e bagni.

365 giorni con Slow Food. Agenda per mangiare locale e di stagione.

Casa Editrice: Slow Food
 Pagine: 288
 Prezzo: 9,90 €

Un'agenda perpetua arricchita da consigli utili per la spesa, la cucina e una dispensa senza sprechi. Il tutto seguendo i dettami del "buono, pulito e giusto": la qualità organolettica dei prodotti, la sostenibilità e l'equità sia per chi compra sia per chi vende.



Scritti da Voi Donatori e Amici DOSCA

RUBRICHE

... che siamo lieti di pubblicare.

Per scrivere alla redazione inviare una mail a info@doscasancarlo.it o scrivere all'indirizzo **DOSCA Onlus via Pio II, 3 20153 Milano.**

VOGLIA DI VEDERTI

*Ero piegato
Dalla voglia di vederti,
Ma eri lontana...
Ho plasmato, ho forgiato,
Dal profondo del mio animo,
I ricordi
Della tua immagine.
Ho chiesto al cielo, al mare
Di prestarmi i loro colori,
Ho chiesto alla terra
Di darmi i suoi frutti migliori,
Ho chiesto al vento
Di prestarmi almeno per un attimo
Il suo respiro,
Ho chiesto al mio cuore,
Di battere piu' forte...
Come per miracolo
Sei apparsa ai miei occhi,
Come un sogno
Sei uscita dai cespugli
Della mia speranza,
Come gazzella
Hai raccolto il mio sguardo,
Come neve sei scomparsa
Al primo raggio di sole,
Come donna
Ha lasciato una lacrima
Che ancora solca
Il mio malinconico
Sorriso....*

Francesco Terrone

CLICK SULLA LUNA

*Luna che mi cerchi, dentro di me risplendi
Luna che nasci, dentro di me cresci
Sonno che mi cerchi, ti chiedo se mi prendi..
il cuore gonfio come la luna quieti..
naviga ancora con la sua vela, non lo vedi?
ed io sono qui ad aspettarti.. come ogni sera*

Klodiana Dosti

LA FORZA

*La pena è la forza che ci tiene in vita.
È il nostro nemico.
Per salvarsi bisogna combattere e vincerla.
Quando l'hai vinta, capisci che sei il suo padrone.*

Gioianna Capuano





LETTERE alla Redazione

Buongiorno,

questa mattina ho donato il sangue. Sono anni che mi reco periodicamente presso il centro trasfusionale dell'ospedale San Carlo e ogni tanto il servizio di ristoro presenta alcune lacune. Al fine di migliorare il servizio segnalo che non sono note le opzioni, se ci sono, che si possono scegliere quando si presenta il buono. Purtroppo questa mattina, presumo uno dei responsabili, ha mostrato poca pazienza nell' elencare queste opzioni a me ed a un altro donatore. Suggestisco di esporre, come in passato, un cartello nella bacheca della sala di attesa e comunque anche al bar, così sarebbe tutto più semplice.



Gentilissimo Donatore, non è il primo che ci segnala la presenza di anomalie nel servizio ristoro post donazione. Purtroppo spesso la gestione del bar cambia e così anche le condizioni e le modalità del servizio ristoro per i donatori, le quali, vogliamo specificarlo, non possono essere dettate da DOSCA. Ci possiamo solo scusare per il comportamento poco gentile dell'operatore del bar. Abbiamo inoltre dato ascolto al suo suggerimento ed esposto nuovamente un cartello in sala d'attesa con le opzioni che voi donatori potete effettuare. Per maggior chiarezza riportiamo qua sotto le scelte da poter effettuare al bar presentando il buono rilasciato dalla Segreteria del Centro Trasfusionale:

OPZIONE 1 1 Brioches + 1 Caffè O Cappuccino + 1 Succo di Frutta

OPZIONE 2 1 Panino + 1 Succo di Frutta o 1 Spremuta d'Arancia o Acqua

OPZIONE 3 Mensa dell'ospedale dopo Le 11,30

Ringrazio dell'attenzione.

Saluti

Davide

Per scrivere alla redazione
inviare una mail a
info@doscasancarlo.it
o scrivere all'indirizzo
Dosca Onlus, via Pio II, 3
20153 Milano

Buongiorno,

Vorrei avere chiarimenti circa la trasfusione di sangue.

Conosco persone che sono testimoni di Geova e che rifiutano le trasfusioni di sangue e sostengono che ci sono sostanze alternative che permettono di sostenere interventi anche complessi senza bisogno di sangue. Quali sono tali sostanze? Se è vero, perché si continua a richiedere la donazione di sangue? Come posso eventualmente spiegare al mio collega che la sua convinzione non è corretta?

Grazie
V. C.



Non esistono alternative vere alla trasfusione. Una possibile alternativa alla trasfusione è rappresentata dalla eritropoietina (EPO) che è un ormone prodotto dal rene e che stimola la produzione di globuli rossi. L'uso di tale sostanza presuppone tuttavia che il midollo osseo funzioni in modo ottimale, e la sua azione si esplica nell'arco di oltre 7 giorni.

Per queste ragioni il suo uso non è applicabile nella stragrande maggioranza di pazienti che necessitano una trasfusione urgente o comunque da effettuarsi entro 1-2- giorni. L'uso dell'EPO andrebbe pertanto riservato ai pazienti con anemia secondaria a insufficienza renale, con deficit di produzione di eritropoietina.

Dr. Vincenzo Toschi

Buongiorno ,

volevo sapere perché c'è un limite di peso per donare il sangue e il plasma.

Grazie
G. F.

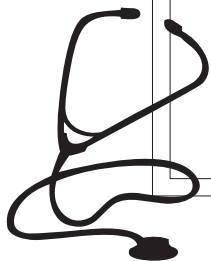


Gentile donatrice,

le rispondiamo citando l'opuscolo "La Donazione di Sangue. Fa bene anche a Te!" pubblicato dall'Assessorato alla Salute di Milano:

"Il limite di peso dipende dal fatto che la legislazione comunitaria prevede che il volume di sangue donato sia di 450 millilitri \pm il 10%, e quindi può oscillare tra un valore minimo di 405 millilitri (in Giappone è 200!) ed un valore massimo di 495 millilitri. D'altra parte il volume di sangue circolante in un individuo corrisponde in media al 7% del peso corporeo, per cui in un soggetto di 50 kg circolano in media 3,5 litri di sangue. Ora, statisticamente la sottrazione acuta di sangue si associa ad un malore (reazione o shock ipovolemico) quando il volume sottratto supera il 15% di quello circolante; 495 millilitri, che è il volume massimo che si può donare, corrispondente invece al 14% del volume ematico di un soggetto di 50 kg. Stabilendo questo limite di peso si è voluto pertanto evitare che la donazione di sangue potesse determinare un malore nel donatore."





MEDICINA in pillole

INVECCHIAMO A VELOCITA' DIFFERENTI

Età anagrafica e biologica non sempre combaciano Per certe persone gli anni sembrano non passare mai; altre, ci appaiono più anziane di un decennio. Un nuovo studio della Duke University ha evidenziato come la velocità di invecchiamento non sia uguale per tutti. Per dimostrarlo, i ricercatori hanno verificato alcuni marcatori biologici su un migliaio di soggetti di 38 anni di età. A fronte di una comune classe anagrafica, gli scienziati hanno testato l'età biologica dei soggetti attraverso parametri come pressione sanguigna, colesterolo, funzionalità renale e del fegato, ecc. Dei soggetti è stato valutato anche l'aspetto fisico. A premere sull'acceleratore della vecchiaia sarebbero fattori sia di natura genetica, sia ambientale. Il prossimo passo sarà indagare su come stile di vita e storia familiare possano influenzare la rapidità con cui invecchiamo.



ARRABBIARSI FA MALE ALLA SALUTE

Un rischio soprattutto per gli uomini Arrabbiarsi da morire: non solo una frase fatta, ma un rischio che possono correre soprattutto gli uomini. I ricercatori della Iowa State University hanno monitorato 1.307 maschi per un periodo di circa 40 anni, dimostrando che quelli che si arrabbiano più spesso hanno un rischio di morte prematura 1,57 volte maggiore rispetto agli uomini meno iracundi. Sembra dunque che "infiammarsi" facilmente faccia peggio a chi si arrabbia che a chi subisce lo scatto d'ira. «Non si tratta semplicemente di perdere le staffe ogni tanto - chiarisce Amelia Karraker, autrice principale del lavoro. La nostra domanda non fotografa la collera transitoria, ma una predisposizione a questo stato psichico». Essere continuamente iracundi aumenta il battito cardiaco e la pressione sanguigna.

ANCHE IL CERVELLO APPREZZA LA MUSICA

Scoperti i neuroni che rispondono alle note La musica non si ascolta solo con le orecchie, ma anche con il cervello. Secondo uno studio americano c'è un gruppo di neuroni che rispondono solo alle note, contraddicendo la teoria per cui l'apprezzamento musicale è una semplice "ricaduta" della capacità di ascoltare altri suoni, come le conversazioni. Gli scienziati hanno sottoposto 10 volontari a 165 suoni diversi (ad esempio parti di discorso, frammenti di musica, rumore di passi, motore dell'auto, squillo del telefono), scoprendo che nella corteccia uditiva esiste un "set" di neuroni che si accendono e inviano i propri impulsi solo in presenza di musica. Gli scienziati hanno analizzato l'attività cerebrale con la risonanza magnetica funzionale, trovando una sorta di 'carillon' cerebrale: un'area che si è evoluta in modo specifico per apprezzare una melodia o un ritmo.



CRONACA in pillole



INVENZIONI AL FEMMINILE

7 famosi colpi di genio firmate da donne

Forse non tutti sanno che molti oggetti che usiamo quotidianamente portano la firma di donne, brillanti, geniali e intuitive.

IL TERGICRISTALLO. Nel

1903 Mary Anderson idea un sistema in grado di pulire i vetri dell'automobile automaticamente. Il primo dispositivo era fatto di legno e gomma e collegato ad una leva accanto al volante dell'auto.

IL MONOPOLI. Non tutti sanno che il Monopoli si ispira al gioco Landlord's Game, inventato da Elizabeth Magie, che voleva spiegare le idee anti-monopoliste dell'economista Henry George. Nel 1904, ricevette solo 500 dollari e nessun pagamento per i diritti d'autore dalla "Parker Brothers".

LA CASA SOLARE. Nel 1950, Maria Telkes, ricercatrice, e Eleanor Raymond, architetto, presentano il progetto della Dover House, una casa completamente riscaldata dal sole. Utilizzando il sale sodico di acido solforico, Tekles riesce a risolvere il problema della conservazione dell'energia solare, anche quando il sole non c'era.

IL SACCHETTO DI CARTA. Nel 1860, Margaret Knight inventa una macchina in grado di produrre automaticamente sacchetti di carta con fondo piatto. Il brevetto gli viene rubato da Charles Annan e solo nel 1871 riesce a dimostrare che l'invenzione era di sua proprietà.

LA SEGA CIRCOLARE. Nei primi anni del 1800, Tabitha Babbitt, membro della comunità religiosa di Shakers, nota che le seghe utilizzate dagli uomini nella sua comunità, per tagliare gli alberi del bosco, non sono efficaci. La donna costruisce una sega che consiste di una lama circolare e un filatoio, alimentata da un pedale a ruota.

LA GUIDA CRIPTATA DEI SILURI. Durante la seconda Guerra Mondiale, un inaspettato aiuto agli alleati viene dall'attrice Hedy Lamarr, che con il musicista George Antheil inventa un sistema, chiamato Secret communication system, in grado di guidare via radio i siluri, evitando che i segnali vengano intercettati dai nemici.

LA PATTUMIERA A PEDALE. Lillian Gilbreth, dopo la morte improvvisa del marito, inventa elettrodomestici da cucina essenziali, come la pattumiera a pedale e il frullatore elettrico. Madre di dodici figli, è stata anche la prima donna a entrare nella prestigiosa National Academy of Engineering.

GETTARE SOLDI NELLE FONTANE

Da cosa nasce questa usanza

Gettare monete nelle fontane o nei pozzi per propiziarsi la fortuna è un gesto con origini antiche ed è probabilmente da attribuire alla credenza che l'acqua fosse abitata da divinità. In particolare, le popolazioni celtiche e germaniche erano solite sistemare statue di legno

vicino ai pozzi e gli stessi Germani gettavano le armi dei nemici sconfitti in corsi o specchi d'acqua come offerta alle divinità che pensavano vi dimorassero. Fare un'offerta alle divinità era quindi un modo per garantirsi la fortuna e la realizzazione del desiderio espresso, ma aveva anche funzioni igieniche. Le monete erano infatti composte perlopiù da rame o argento, che a contatto con l'acqua producevano una reazione chimica che ne impediva l'acidimento.



MEGLIO EVITARE IL CAFFÈ DOPO CENA

Sbala il nostro orologio biologico

Che il caffè non faccia dormire è quasi un luogo comune. Che la caffeina modifichi il nostro "orologio interno", spostandone le lancette come dopo un viaggio a un diverso fuso orario, è sicuramente una novità.

Un gruppo di scienziati inglesi e americani hanno studiato 5 volontari per un periodo di oltre un mese e mezzo, sottoponendoli a diverse condizioni: assumere una dose di caffeina equivalente a due caffè espresso circa tre ore prima di andare a dormire, nella penombra, oppure essere esposti nelle ore serali a una luce molto forte, oppure la combinazione di caffeina e luce forte. È risultato che la caffeina ha lo stesso effetto della luce: in pratica fa saltare il ritmo dell'orologio biologico ritardando l'arrivo del sonno di circa 40 minuti.



il Medico risponde

Buongiorno.
Tornato dalle vacanze volevo recarmi a donare. Poiché durante l'estate sono però stato morsiato da una zecca (che è stata rimossa e non mi ha per ora causato alcun problema) volevo sapere come comportarmi.
Grazie in anticipo e buona giornata
S. G.

Gentile donatore, dopo la puntura di una zecca, in assenza di sintomi, andrebbe lasciato passare un mese prima di riprendere la donazione.

Buongiorno, vorrei venire a donare il plasma ma ho assunto un antinfiammatorio stamattina (Nurofen). Su più siti ho letto che, se nei 5 giorni precedenti la donazione viene effettuata una loro assunzione, non è possibile utilizzare le piastrine del sangue donato, ma solo i globuli rossi ed il plasma. Anche da voi è così? Posso pertanto donare il plasma o, se venissi domani, sarebbe un viaggio inutile?

Grazie.
D. P.

Gentile donatore, indipendentemente dal tipo di donazione che viene effettuata, nei 5 giorni precedenti la donazione non si dovrebbe assumere alcun farmaco antinfiammatorio, in quanto il farmaco stesso viene a trovarsi nel sangue e ciò costituisce un motivo di esclusione temporaneo dalla donazione.

Salve, volevo chiedere se una mamma che allatta da 14 mesi può donare il sangue. Perché ho sentito di no e se anche lei mi conferma che non è possibile, vorrei sapere il perché.
Grazie mille.

Donatrice
DOSCA

La norma dice che dopo una gravidanza devono intercorrere 6 mesi prima di poter riprendere a donare. Il buon senso suggerirebbe di attendere anche la fine dell'allattamento.



a cura del dottor
Vincenzo Toschi
Direttore del Servizio di
Immunoematologia e Medicina
Trasfusionale dell'Ospedale
San Carlo Borromeo

Per contattare il medico
scrivere una e-mail a
info@doscasancarlo.it

Lo Psicologo risponde

Buongiorno Dottoressa, scrivo per chiederle consiglio per mio padre. È un uomo di 81 anni che è sempre stato brillante e attivo ed ha ricoperto ruoli professionali molto importanti. Anche dopo la morte di mia madre, è riuscito a trovare un proprio equilibrio a livello sociale frequentando le strutture dedicate agli anziani e a mantenere la propria autonomia in casa. Circa 3 mesi fa è stato vittima di una truffa che ha tenuto nascosto a noi figli fino a quando lo abbiamo scoperto, avvertiti dalla banca. Da quel momento mio padre sembra un'altra persona. È cupo, non frequenta più il circolo per anziani e soprattutto ha un aspetto trasandato. Sia io che mio fratello abbiamo provato più volte a parlargli cercando di rassicurarlo, ma lui cerca di evitare l'argomento e spesso anche di incontrarci. Le chiedo come mai mio padre si comporta in questo modo e come possiamo aiutarlo.

Cara signora, comprendo la sua apprensione per il cambiamento improvviso di suo padre. Quanto descrive sembra essere un quadro di depressione conseguente il raggio subito. Purtroppo l'anziano è a rischio truffa perché con l'avanzare dell'età c'è un rallentamento nella ricezione degli stimoli e delle informazioni. Infatti, non è che l'anziano non comprenda, semplicemente non riesce a stare dietro al truffatore. Inoltre il fatto che sia stato ingannato in casa propria lo fa sentire violato nel proprio "rifugio" e nella propria autonomia.

Accade spesso, come è successo con suo padre, che l'anziano nasconda la truffa ai propri parenti per paura di essere considerato un incapace o di fare una brutta figura. Quindi, probabilmente cerca di evitare di incontrarvi poiché avverte un senso di vergogna.


Una delle conseguenze dei raggiri ai danni di anziani è certamente uno stato depressivo per cui la vittima rimugina continuamente su come abbia potuto "farsi fregare", soprattutto se, come in questo caso, è sempre stato molto autonomo e indipendente. L'anziano non si considera più in grado di proteggersi da solo e questo lo rende vulnerabile e lo pone in uno stato d'ansia e di tristezza continuo. È molto importante che suo padre sia sostenuto a livello psicologico affinché non si senta solo. Le consiglio, dunque, di contattare un professionista che valuterà il percorso più adatto ad affrontare il suo stato depressivo e, parallelamente, di farlo partecipare ad un gruppo di auto-mutuo-aiuto costituito da altre vittime di raggiri simili affinché comprenda di non essere l'unico.

a cura della dr.ssa

Francesca Boggio

Psicologa Volontaria presso l'UOC di Psicologia Clinica dell'A.O. San Carlo Borromeo



 **Unità Operativa Complessa
di Psicologia Clinica**
Direttore: Dott. Giorgio De Isabella



Lo Spazio d'Ascolto per i donatori riprenderà a breve. Daremo quanto prima informazioni dettagliate su tempistiche, modalità di accesso e prenotazione.



L'Avvocato risponde

Caro Avvocato, sono un padre separato da due anni con affidamento congiunto di due figli di 9 e 11 anni, da uno convivo con un'altra donna con la quale abbiamo intrapreso un percorso di inserimento dei figli durato più di sei mesi prima di iniziare a vivere sotto lo stesso tetto.

La mia ex moglie da maggio scorso ha fatto conoscere ad i miei figli un nuovo compagno portandolo in casa e iniziando a farcelo dormire da subito.

Il problema che mi affligge è che il nuovo compagno non è uno stinco di santo, essendo uscito a maggio da due anni di arresti domiciliari e con una fedina penale non accettabile. Ho provato a dissuadere la mia ex dal farlo ma non ne vuol sapere. Sono molto preoccupato, come devo comportarmi?

Grazie davvero per i suoi consigli.
N.V.

Donatore DO.S.CA.

Per contattare l'avvocato telefonare al numero 335-8196 499 oppure scrivere una e-mail a avvocato@doscasancarlo.it

Egregio donatore, anzitutto sono io a ringraziare Lei per avermi scritto. L'argomento che Lei solleva è molto di attualità e coinvolge ormai tantissime famiglie e tantissimi bambini e ragazzi, centinaia di migliaia.

Io credo sia molto utile parlarne, poiché ormai siamo di fronte ad un fenomeno sociale reale, esistente ad esempio in tutte le classi e le scuole, di ogni ordine e grado, per cui i nostri figli, tutti, devono conoscere il fenomeno, anche se non li dovesse toccare personalmente.

E quindi, parliamo di nuove famiglie, o meglio di famiglie ricostituite, ovvero di famiglie che vengono a crearsi a seguito di separazioni, divorzi e cessazioni di convivenze. I genitori conoscono nuovi compagni di vita, magari anche poco dopo la fine della precedente unione, ed i figli si trovano a dover fronteggiare questo tipo di novità, dopo quella legata alla fine dell'unione dei propri genitori.

Per i figli non è facile, non può essere facile, è evidente: spesso la fine dell'unione dei propri genitori è ancora "fresca", o comunque assai viva nel loro vissuto emotivo, e ciò richiede la massima prudenza ed il massimo rispetto delle loro emozioni.

Perciù i magistrati ma anche noi avvocati che ci occupiamo di problematiche legate alla famiglia siamo sempre molto attenti ai nuovi rapporti che si creano dopo la fine di un matrimonio o di una convivenza, poiché sappiamo cosa può succedere ai minori coinvolti se non si adoperano tutte le cautele del caso.

Ad esempio personalmente negli accordi di separazione, di divorzio o di fine convivenza suggerisco e cerco sempre di introdurre clausole specifiche a tutela dei figli rispetto a possibili nuove convivenze, unioni...

Credo che siano doverose ed utili, anzitutto per dare ad entrambi i genitori un'indicazione temporale e pratica per intraprendere nuove relazioni senza recare pregiudizio psico-fisico ai propri figli.

Venendo al Suo caso specifico, comprendo la Sua preoccupazione che in effetti appare fondata, benché sia noto che a chi ha avuto problemi con la giustizia non può essere certamente negata la possibilità di riabilitarsi e riavviarsi nella società civile.

Il problema qui è pertanto la velocità con cui la mamma dei Suoi figli ha introdotto in casa il nuovo compagno. Credo infatti che bene Lei abbia fatto ad essere prudente ed ad attendere che il momento fosse giusto, all'esito di un percorso in cui bisogna seguire dei successivi passaggi.

Il consiglio operativo quindi, dato che la signora non intende collaborare spontaneamente, è quello di affidarsi ad un avvocato di fiducia ed esperto in materia per contattare formalmente la signora e tentare, se possibile, una composizione bonaria e stragiudiziale della questione. Se ciò non sarà possibile sarà senz'altro possibile ed opportuno rivolgersi al Tribunale competente.

Sperando di esserLe stato utile, restando a disposizione Sua e di tutti i donatori DOSCA, Le invio i miei più cordiali saluti.

Avv. Giovanni Nanetti



a cura dell'avvocato
Giovanni Nanetti,
mediatore familiare
e donatore Dosca



5~~X~~1000

Ricordati di **donare**
anche il **5x1000**
per aiutare la
ricerca di
nuovi donatori!

Codice Fiscale:
97208500153

VITA ASSOCIATIVA

1

a parimerito



Eduardo Szego premia Silvia Citi



Klodiana Dosti

2



Michele Picardi



VINCITORI
PREMI
DOSCAR
poesia
2015

Festa di Natale 2015 DOSCA

1



Giovanni D'Oriano

2

a parimerito



Vincenzo Toschi premia Daniela



Silvia Leonardi



VINCITORI
PREMI
fotografia
2015





DONATORI DOSCA

PREMIO ASSIDUITA' 2015

Anche quest'anno DOSCA premia i donatori più affezionati al Centro Trasfusionale dell'Ospedale San Carlo. L'Assemblea dei Soci è l'occasione per ringraziare la generosità di voi donatori, sempre e comunque dediti ad aiutare il prossimo senza chiedere nulla in cambio.

GRAZIE da DOSCA e da tutto il team del Centro Trasfusionale!

Cristina Anselmi - 10 DONAZIONI



Carmelo Prato - 10 DONAZIONI



Marco Curti - 9 DONAZIONI



Cristina Anselmi
Rachele Marotta

Francesco Contino
Paolo Ceruso

Virginio F. Zadro
Luigino Boggiani
Giuseppe Cuciniello
Carmelo Prato

Gilda Minerva
Donatella Viridis
Emanuela Fiorini
Liliana L. Burzilleri
M. Clara Strafile Altomare

Deborah Martello

Marco Curti
Giovanni Borzi

3°

5 Donazioni

2°

7 Donazioni

1°

10 Donazioni

1°

12 Donazioni

2°

10 Donazioni

3°

9 Donazioni

DONNE

UOMINI



DONATORI DOSCA

BENEMERENZE 2015

PREMIO NUMERO DONAZIONI

Distintivo Oro
70 donazioni

Hanno raggiunto le
70 Donazioni

Lucio Ciolfi
Giampiero Lusci
Maurizio Necchi
Elena Corsi
Rosaria M. Giuseppina Di Bitetto

Lucio Ciolfi - 70 DONAZIONI



CONVENZIONI DOSCA

ESIBIRE IL TESSERINO DOSCA



ART di De Santis Nicola
imbiancatura e verniciatura
tel 349-7516591

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

Leporatti Maurizio
riparazioni idrauliche, riscaldamento e climatizzazione

Via Acacie, 12 - Cesano Boscone
tel 02-4500802 cel 339-5206584
maurizioleporatti@alice.it
Sconto del 15% sulle prestazioni

Fantasie d'Interni di Bossi M. Evelina
Via Turati, 2 - Settimo Milanese (MI)
tel 02- 33502235
info@fantasiedinterni.com
Sconto del 10% su tutti gli oggetti esposti (non cumulabile con altre promo)

Karimi Tappeti
centro vendita, restauro e lavaggi tappeti

Via Carlo Ravizza, 11 - Milano
tel 02-48197857
Sconto del 15% su tutto

Tappeti Orientali Persiani di Anna Rossi
Via Organdino, 2 Milano
tel 02-48004670
annacesararossi@gmail.it
Sconto del 10%

Tintoria di Caterino Katia
Via Fratelli Zoia, 226
tel 02-4531183
Sconto del 15% su tutti i capi da lavare

Setik Store srl - Videosorveglianza ed Antifurti
Viale Misurata 62 - 20146 - Milano
Tel 02-92853549
Sconto del 10% (non cumulabile con altre promo ed antifurti) Preventivi gratuiti

Valigeria De Angeli
P.zza De Angeli, 14 - Milano
tel 02-435730
valigeriadeangeli@libero.it
Sconto del 15% su tutti i prodotti (non cumulabile durante saldi o altre promo)

Sgagnamanuber di Porfilio Francesco
Via Friuli, 61 - Milano
tel 02-5457834
fporfilio@email.it
Sconto 10% sulle bici
Sconto 15% su accessori e abbigliamento

Bonola Case Srl
agenzia immobiliare
Via Ugo Betti, 40 - Milano - tel 02-3084996
Sconto del 15% sulla provvigione

Dichiarazione mod. 730
Via Ippolito Nievo, 1- Settimo Milanese

Per appuntamento: Daniela Spica, cel 388-6918765
€ 30.00 per i soci DOSCA

Infamiglia soc.coop. sociale onlus telesoccorso

P.zza Selinunte, 3 Milano - tel 02-38005013
numero verde: 800 046 337
info@teleassistenzainfamiglia.it
Sconto del 10% su tutti i servizi: telesoccorso con centrale operativa 24h, assistenza domiciliare e ospedaliera, guardia medica privata 24h, guardia infermieristica 24h, fisioterapisti a domicilio, eccetera.

Progetto Famiglia - Corsico servizi alla persona

P.zza Carabelli, 2
tel 02-39930558 - cel 347-0194312
numero verde: 800 174 211
corsico@progettofamiglianetwork.it
Sconto del 20% su tutti i servizi: assistenza domiciliare e ospedaliera 24h, servizi infermieristici anche in emergenza, teleassistenza, aiuto ai pasti, gestione e somministrazione farmaci, servizi fisioterapici, eccetera.

Italcredi spa finanziamenti e prestiti

C.so Buonos Aires, 79 - Milano
tel 02-66721711 - numero verde: 800 780 330
Ref. di zona: Stefania Germani 349-2982143
s.germani@italcredi.it

Centro Estetico Bellissima

Via Appennini, 11/A - Milano
tel 02-37072133
gianna.schiavone@virgilio.it
Sconto del 10% su tutti i trattamenti estetici

Ricci e Capricci Parrucchieri

Via F. Giorgi, 7 - Milano
tel 02- 39430607
ricciicapricciparrucchieri@hotmail.it
www.rcbeauty.net
Sconto del 10% su tutti i trattamenti

RC Beauty Center istituto di bellezza, specialisti in depilazione progressiva definitiva

Via F. Giorgi, 7 - Milano
tel 02-39430607
ricciicapricciparrucchieri@hotmail.it
Sconto del 10% su tutti i servizi, e info su promo e giornate open

L'éclat de la beauté estetista

Via Santa Rita da Cascia, 3/b - Milano
tel 02-39667110 - 0289125994
cinzia.panzeri11@gmail.com
Sconto del 10% su tutti i trattamenti estetici superiori ai 20 euro.

Orizzonte Donna - Parrucchieri

Via Savona, 45 - Milano
tel 02-4238205
Sconto del 10% su tutti i trattamenti

Hair Fashion - Modi'

parrucchiere uomo e donna
Via Santa Rita da Cascia, 3 - Milano
tel 02-89125994
Sconto del 10% su tutti i servizi

MA-RA

prodotti per capelli

Via Palmi, 2 ang. Forze Armate - Milano - tel 02-4563796
Via Forze Armate, 26 - Milano - tel. 328/3439962
www.maxdimara.com
app: ma-ra, maxdimara@ibero.it
Sconto del 10% su tutti prodotti

ASD "Postura e Benessere"

Via Postumia, 3 - Milano
cel 334-8259063
info@posturabenessere.com
Sconto del 10% su tutte le attività di gruppo (corsi di pancafit, educazione al movimento, yoga, pilates, eccetera)

Centro Discipline Orientali Tai Chi Shaolin

Via Torricelli, 2 - Settimo Milanese
cel 329-1543983
francesco.placenza@libero.it
Sconto del 10% sulla quota di partecipazione

Memorapid

corsi di memorizzazione rapida, lettura veloce, scrittura creativa
Via Savona, 45 - Milano
tel 02-4238205
Sconto del 50% su tutti i corsi

Karma Parrucchieri

Via Saint Bon, 2 - Milano
Tel: 02-49469425
Mail: life1407@libero.it
Sconto del 10% su tutti i servizi.

3 Vetri 3 Snc - Doctorglass

Via Delle Forze Armate, 101 - Milano
Tel: 02-45495757
Mail: raffaele@doctorglass.com
Sconto del 20% su sostituzioni, riparazioni e oscuramento vetri - Esibire tesserino e documento d'identità prima del lavoro

GSG Dental SAS

Studio dentistico
Via San Giusto, 52 Milano
tel 02-48205684
Mail: gsg.dental@alice.it
Sconto del 10% su listino prestazioni

PRONTUARIO DEL DONATORE DOSCA

LA CARTA D'IDENTITÀ DEL DONATORE

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

Sospensioni Temporanee



Salute: IL DONATORE DEVE GODERE
DI BUONA SALUTE

Età: COMPRESA TRA I 18 E I 65
ANNI

Peso: NON INFERIORE AI 50 KG

Pressione: TRA 110 E 180

Emoglobina: 12.5 G/DL NELLE DONNE
13.5 G/DL NEGLI UOMINI

Stile di vita: IL DONATORE NON HA
ABITUDINI DI VITA CHE

POSSANO METTERE A

RISCHIO LA PROPRIA

SALUTE (E QUINDI ANCHE
QUELLA DEGLI ALTRI)

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 o antimicotici	7 giorni dall'ultima assunzione
Intervento odontoiatrico minore con anestesia locale	1 settimana
Vaccinazione anti allergica	72 ore
Vaccinazione contro rosolia, tubercolosi, febbre gialla, morbillo, antivaicolo, tipolo orale, parotite	1 mese
Vaccinazione contro tetano (non con siero), influenza, difterite, pertosse, febbre tifoide e paratifoide, colera, rabbia (a scopo profilattico)	48 ore
Sieroprofilassi (ad esempio 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 di oltre 6 mesi, anche se non continuativi, nel Regno Unito, dal 1980 al 1996 (trasfusioni allogeniche nel Regno Unito dopo il 1980)	sospensione definitiva
Per i rischi relativi ai viaggi	consulta le 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 (ad esempio per gravi traumi, tiroidectomia, su grosse articolazioni, ecc.)	4 mesi (a giudizio del medico in relazione alla patologia)
Interventi chirurgici minori	1 settimana
Endoscopia, Gastroscopia, Colonscopia	4 mesi

BILANCIO DOSCA

CONSUNTIVO 2015

ASSEMBLEA ORDINARIA DEI SOCI

2 Aprile 2016

Relazione del Presidente

Cari Associati,
in ottemperanza alle obbligazioni statutarie, e a quanto previsto dall'ordine del giorno, dobbiamo ratificare i bilanci consuntivo 2015 e preventivo 2016, già approvati dal Consiglio Direttivo, della nostra Associazione. Oltre all'andamento economico espresso dai suddetti documenti, diamo qui conto dell'andamento generale delle donazioni e della raccolta di nuovi donatori nel 2015, unitamente ad altre considerazioni e notizie.

In estrema sintesi Vi informiamo che Dosca chiude l'anno in esame con:

- un aumento del 12,6% di nuovi donatori nel 2015

e ciò nonostante

- un calo del 3,35% nella raccolta complessiva sangue/plasma

rispetto al 2014, contro un incremento globale dello 0,61 totalizzato dalle 9 Associazioni che operano nell'area milanese; Dosca quindi ha un risultato di circa il 4% inferiore alla media.

Solo 4 Associazioni su 9 hanno avuto risultato positivo rispetto al 2015 per quanto attiene la raccolta sangue/plasma

Questi risultati vanno commentati:

- a) **si rileva infatti che le quattro Associazioni che chiudono il 2015 con incremento rispetto al 2014, operano con tutti i sabati aperti alla donazione e talvolta anche la domenica, e 2 delle 4 non applicano la differita** (vedi tabella allegata), laddove Dosca, unica nello scenario milanese, tiene aperto alla donazione un **solo sabato al mese(!)**, oltre ad applicare la differita. Ogni sabato comporta una raccolta media di 200 donazioni/anno, quindi Dosca perde circa 600 donazioni/anno solo per la mancata apertura del Centro dei tre sabati/mese
- b) **l'incremento di nuovi donatori** è stato conseguito nonostante la falcidia al riguardo causata dalla "differita"; soltanto nel 2015 Dosca ha perso 247 donatori idonei che non sono tornati a donare!

A nostro parere questa situazione è inaccettabile, vista la generalizzata criticità della donazione in tutto il Paese, che dovrebbe indurre a favorire il più possibile il donatore che preferisce di gran lunga donare nelle giornate non lavorative, e non perdere una giornata in più per la sola idoneità.

Per quanto riguarda i sabati aperti alla donazione, Dosca ha già offerto di farsi carico delle spese di personale per operare di sabato (medici e paramedici), come già fanno altre Associazioni: speriamo che la nostra offerta venga accolta e messa in atto.

Per quanto riguarda l'adozione della differita, nella nostra forte aversità

alla stessa ci sentiamo confortati dai dubbi espressi da autorevoli esperti che ci sembra nulla abbiano da invidiare ai locali addetti ai lavori: si tratta del Sanquin Blood Supply Foundation di Amsterdam, che sulla Rivista *Tranfusion* del febbraio 2015, così conclude un ponderoso articolo: *"Il filtro sui candidati donatori, attuato con la differita, comporta una evidente perdita di donazioni, ma potrebbe prevenire effetti finestra non rilevati. Ulteriori studi sono comunque necessari per determinare il valore del filtro costituito dalla differita quale misura aggiuntiva di sicurezza"*.

Terminati i temi che rappresentano le finalità, fondamentali della nostra attività, diamo un rapido cenno ad altri fatti che hanno caratterizzato il 2015.

La situazione economica evidenzia ancora un accantonamento sostanziale in vista di due eventi che potrebbero richiedere maggiori disponibilità, ossia l'accettazione da parte della A.O. della nostra offerta di sostenere le spese per mantenere il centro aperto quattro sabati/mese ed eventualmente qualche domenica, e l'attivazione di un Gruppo Sportivo Donatori Sangue, per avvicinarci maggiormente al mondo dello sport.

Dobbiamo informarvi che da una rilettura casuale del nostro Statuto si è accertato che lo stesso è sbagliato, in quanto prevede la nomina di diritto alla carica di Consigliere di alcune figure (past President, socio fondatore, ecc) il che non è ammesso dal regolamento delle ONLUS. Per questo errore chiederemo la rifusione della parcella al notaio che lo predispose, in quanto non si era peritato di fare uno Statuto conforme alle disposizioni previste per le Onlus.

Inoltre sempre in quella occasione ci è stato fatto notare l'incompatibilità della carica di Consigliere Dosca per il Dr. Toschi in quanto Dirigente dell'A.O. San Carlo con cui Dosca ha in essere una convenzione onerosa, per cui si configura conflitto di interessi. Con molto rammarico il Dr. Toschi stesso ha provveduto a dare le dimissioni dal Consiglio Direttivo e il Consiglio ha ratificato.

Siccome verrà costituito il Comitato Scientifico di Dosca, verrà richiesto al Dr. Toschi di assumerne la responsabilità, mantenendo così un supporto tecnico scientifico all'Associazione, anche dopo le dimissioni da Consigliere.

Anche nel 2015 si sono tenute le due nostre principali manifestazioni conviviali, la gita sociale e la festa di Natale, entrambi con piena soddisfazione dei partecipanti.

Dr. Eduardo Szego
Presidente

BILANCIO DOSCA

CONSUNTIVO 2015

RELAZIONE DEL COLLEGIO DEI REVISORI DEI CONTI SUL RENDICONTO CONSUNTIVO AL 31 DICEMBRE 2015

Gent.mi Signori Associati,
la presente relazione è finalizzata ad esprimere il parere e le osservazioni dei Revisori Contabili a seguito dell'attività di vigilanza posta in essere durante l'esercizio 2015.

Il nostro operato si è ispirato ai dettami di statuto, alle previsioni degli artt. 2403 e 2409-ter c.c. e ai principi contabili dell'O.I.C.; occorre precisare che il presente rendiconto è stato compilato utilizzando il criterio di cassa in continuità con i precedenti bilanci redatti in base al principio di competenza.

La nostra relazione è finalizzata principalmente ad esprimere il parere e le osservazioni dei revisori del bilancio in ordine agli adempimenti previsti dall'art. 25 D.Lgs. n. 460/1997.

Abbiamo ottenuto dagli Amministratori informazioni sul generale andamento della gestione e sulla sua prevedibile evoluzione nonché sulle operazioni di maggiore rilievo, per loro dimensioni o caratteristiche, effettuate dall'Associazione e posso ragionevolmente assicurare che le azioni poste in essere sono conformi alla legge ed allo statuto e non sono manifestamente imprudenti, azzardate, in potenziale conflitto di interesse o tali da compromettere l'integrità del patrimonio dell'Associazione stessa.

Abbiamo acquisito conoscenza e vigilato sull'adeguatezza dell'assetto organizzativo ed amministrativo-contabile dell'Associazione valutandone la capacità di garantire l'efficienza delle operazioni aziendali, l'affidabilità dell'informazione finanziaria, il rispetto di leggi e regolamenti, il rispetto delle linee di indirizzo dettate dai competenti organi dirigenziali dell'Ente. Il rendiconto chiuso al 31 dicembre 2015, unitamente alla relazione del Presidente Dr. Eduardo Szego è stato depositato presso la sede legale entro i termini di legge.

Espletati i controlli di rito, siamo in grado di confermarvi le seguenti risultanze sintetiche di bilancio che corrispondono ai saldi delle scritture contabili, tenute in ossequio alle disposizioni normative:

STATO PATRIMONIALE

- ATTIVITA'	€ 100.843,00
- PASSIVITA'	€ 103.252,00

DISAVANZO DI GESTIONE	€ 2.409,00
=====	

CONTO ECONOMICO

- ENTRATE	€ 96.771,00
- USCITE	€ 99.180,00

DISAVANZO DI GESTIONE	€ 2.409,00
=====	

Sull'andamento della gestione e sulla determinazione del risultato dell'esercizio rimandiamo alla esauriente relazione redatta dal Presidente Dott. Szego Eduardo. Nel corso dell'esercizio abbiamo effettuato le verifiche di nostra competenza constatando la regolare tenuta dei libri contabili ed il puntuale adempimento delle varie incombenze sia civilistiche e fiscali.

Pertanto, esprimiamo il nostro parere favorevole in merito all'approvazione del rendiconto consuntivo 31 dicembre 2015 che presenta un Disavanzo di Gestione di Euro 2.409,00.

Milano, 22.03.2016

IL PRESIDENTE DEL COLLEGIO DEI REVISORI

Rag. Roberto Cattivelli

RINNOVO DEL CONSIGLIO DIRETTIVO DOSCA

All'Assemblea dei Soci del 2 aprile 2016 è stato eletto il nuovo Consiglio Direttivo con i seguenti risultati:

Numero presenti: 17 / Numero deleghe: 133

PRESIDENZA	VOTI
Eduardo Szego	141

CONSIGLIO	VOTI
Franco Donato	139
Aldo Majno	138
Angelo Caudullo	136
Mario Ghellini Sargenti	135
Paola Moro	135
Getulio Battistini	108
Francesco Contino	103
Andrea Donetti	80

REVISORE DEI CONTI	VOTI
Rag. Roberto Cattivelli	127

A seguito delle elezioni del 2 aprile u.s., entrano a far parte del CD il n/s volontario Getulio Battistini e il più che assiduo e pluripremiato donatore Francesco Maria Maurizio Contino. Escono invece Andrea Donetti e Vincenzo Toschi, quest'ultimo già dimissionario per potenziale conflitto di interessi con l'Azienda Ospedaliera di appartenenza. Il Presidente Dr. Eduardo Szego ha scritto a entrambi, ringraziandoli a nome di tutti gli associati per il loro fattivo contributo dato alla gestione. In particolare al Dr. Toschi, fondatore e da allora sempre membro del CD dell'Associazione, il Dr. Szego scrive:

*Caro Vincenzo, tra noi non sarebbe necessaria, tanto è scontata, alcuna espressione, neppure formale, di sentito dispiacere per il tuo forzato abbandono del Consiglio Direttivo di Dosca, indotto da ipotetico conflitto di interessi; ma egualmente invece voglio a titolo personale dirti quanto siano stati sempre utili e preziosi la tua presenza e i tuoi consigli, fin dalla fondazione dell'Associazione, da te voluta e propiziata. E nel dirti ciò sento di interpretare anche il pensiero degli amici del CD e di tutti i nostri associati. Un sincero grazie per tutto il tuo impegno dedicato a Dosca, certi che lo stesso continuerà anche in futuro, tramite il Comitato Scientifico che andiamo a costituire e di cui contiamo vorrai assumere la guida. Con l'amicizia e stima di sempre
Eduardo Szego*





Dona il sangue, PUOI!

Ti aspettiamo al Centro Trasfusionale dell'Ospedale
San Carlo Borromeo, Milano - Tel. 02 48714032



Associazione
DO.S.CA
ONLUS