PERIODICO D'INFORMAZIONE, INTRATTENIMENTO, CULTURA.
NUMERO 45 – ANNO XIV – MAGGIO 2025

il DONATORE
di sangue

LE PIASTRINE SINTETICHE
PAG. 8

AI, UNA COMPAGNA DI VIAGGIO
PAG. 12

INTERVISTA VIRTUALE
PAG. 24

POSTE ITALIANE S.P.A. - SPEDIZIONE IN ABBONAMENTO POSTALE - D.L. 353/2003 (CONV. IN L. 27/02/2004 N.46) ART. 1, COMMA 2 E 3 LOM/MI

DO.S.CA. ASSOCIAZIONE DONATORI SANGUE OSPEDALE SAN CARLO BORROMEO MILANO

il DONATORE
di sangue

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

Direttore responsabile
Eduardo Szegö

Redazione
Gloria Mereghetti
Monica Ditaranto

Grafica e impaginazione
Anna Molteni

Hanno collaborato a
questo numero

AIRC
Francesca Boggio
Beatrice Brandini
Silvano Brugnerotto
Mirella Gherardi
Giovanni Nanetti
Sapere&Salute
Eduardo Szegö
Vincenzo Toschi
Nadia Vozzo

Stampa
Tipografia Landoni
di Patrizia Friggeri & C. s.a.s.
Milano

Autorizzazione
Tribunale di Milano
n. 168 dell'11 marzo 2005
Segreteria Do.s.ca
telefono 02 48714032
Centro trasfusionale
telefono 02 40222430
numero 45
anno XIV Maggio 2025
www.doscasancarlo.it

Orari donazioni

Ricordiamo a tutti i donatori che è necessario PRENOTARE DATA E ORA DELLA DONAZIONE telefonando al n. 02-48714032 dal lunedì al venerdì dalle h.8.30 alle h.12.30 oppure prenotandosi direttamente dal nostro sito www.doscasancarlo.it

È possibile **donare sangue** dal lunedì al venerdì dalle ore 8.00 alle ore 10.30.
La **donazione di plasma** invece è effettuabile dal lunedì al venerdì dalle ore 8.00 alle ore 9.30.
Le **prime visite** invece vengono effettuate in due fasce orarie, sempre dal lunedì al venerdì: dalle ore 9.00 alle 9.30 oppure dalle ore 9.30 alle 10.00.
La donazione del sabato è momentaneamente sospesa. Non appena riprenderà l'Ospedale a riattivarla sarà nostra premura informare tutti i donatori.

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
E' consigliato fare una leggera colazione con caffè o tè, con zucchero o dolcificante, qualche biscotto secco o fetta biscotatta. Non è consentito assumere latte e creme o cibi pesanti. Nella saletta "Ristoro" all'interno del Centro, un volontario dell'Associazione offre caffè, tè, acqua a chi deve donare.

Dopo La Donazione
Dopo aver donato il sangue viene offerta una colazione dolce e salata.

Agevolazioni per raggiungere il Centro Trasfusionale

PARCHEGGIO GRATUITO PER I DONATORI
Nel parcheggio del Pronto Soccorso, i donatori del sangue possono parcheggiare l'auto gratuitamente. Chiedere in segreteria le modalità di uscita dal parcheggio.

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 2,20 euro.

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.

DONATORI SANGUE
OSPEDALE SAN CARLO
" 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

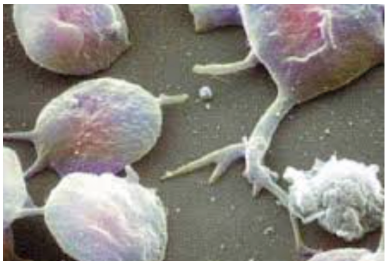
NUMERO 45

EDITORIALE

6 **di Eduardo Szegö**

SPECIALE

8 **LE PIASTRINE SINTETICHE**
E' possibile produrre in laboratorio con la bioingegneria piastrine artificiali?
di *Vincenzo Toschi*



PRIMO PIANO

12 **AI, UNA COMPAGNA DI VIAGGIO NEI NOSTRI PERCORSI DI RICERCA E PROGRAMMAZIONE**
di *Intelligenza Artificiale*

16 **PAGANINI, IL VIOLINISTA DEL DIAVOLO**
di *Mirella Gherardi*

CULTURA

20 **IL LAZZARETTO DI MILANO**
di *Silvano Brugnerotto*

24 ***L'angolo della Fantasia***
INTERVISTA VIRTUALE
di X. Ray al Prof. Antony Lo Cascio

VITA SANA E PREVENZIONE

26 **SPOSSATEZZA E AFFATICAMENTO IN ESTATE**
a cura di Sapere&Salute

28 **ATTIVITÀ FISICA: RACCOMANDAZIONI PER TUTTE LE FASCE DI ETÀ**
di AIRC

LA RICETTA

31 **RISO VENERE CON DATTERINI, RUCOLA E FETA GRECA**
a cura del Servizio Dietetico e Nutrizione Clinica ASST Santi Paolo e Carlo

NUMERI ARRETRATI

Tutti i numeri arretrati
della Rivista il DONATORE
sono consultabili al nostro sito
www.doscasancarlo.it/il-donatore

In copertina

Tra pixel e neuroni:
una rappresentazione
dell'intelligenza artificiale

32 **AFORISMA**

MODA, TENDENZE E ATTUALITA'

34 ***MODA E CINEMA: MAGNIFICA ALCHIMIA!***
di Beatrice Brandini

RUBRICHE

38 ***ANNIVERSARI***
50 e 100 anni in Medicina.

40 ***LETTI PER VOI***

41 ***VINCITORI PREMIO DOSCAR 2024***

42 ***LETTERE ALLA REDAZIONE***

44 ***MEDICINA IN PILLOLE***

45 ***CRONACA IN PILLOLE***

46 ***IL MEDICO RISPONDE***
di Nadia Vozzo

47 ***LO PSICOLOGO RISPONDE***
di Francesca Boggio

48 ***L'AVVOCATO RISPONDE***
di Giovanni Nanetti

VITA ASSOCIATIVA

50 ***FESTA DI NATALE 2024***

52 ***VINCITORI PREMIO DOSCAR 2024***

54 ***PREMIAZIONI DONATORI DOSCA***

56 ***DONAZIONE DI SANGUE E SPORT***

58 ***CONTO ECONOMICO 2024 E BILANCIO PREVENTIVO 2025***

60 ***CONVENZIONI DOSCA***

62 ***DOSCA A TEATRO***

63 ***PRONTUARIO***

Editoriale

Eduardo Szegö

Presidente e
Cofondatore di DOSCA

Cari donatrici e cari donatori, collaboratori e amici di DOSCA, ad ogni scadenza di contatto con voi ci auguriamo sempre di poter dare notizie confortanti sull'andamento delle donazioni. Purtroppo invece anche questa volta le notizie relative ai primi mesi del corrente anno 2025 non sono molto buone, perché si riscontra un decremento di circa l'8% rispetto allo stesso bimestre del 2024 e ancora non si raggiungono i dati dell'analogo periodo del 2019 (ultimo anno pre-covid). E tutto ciò dopo gli andamenti abbastanza positivi che man mano si erano raggiunti negli anni 2021, 2022, 2023 e 2024, che lasciavano ben sperare. E ciò che pure preoccupa molto in questo inizio d'anno è il pesante decremento di nuovi donatori acquisiti (-48% rispetto all'analogo bimestre del 2024). Questo dato ci preoccupa di più perché la vita stessa di DOSCA è condizionata dall'acquisizione di nuovi donatori in numero maggiore di quanti se ne perdono fisiologicamente (disaffezione, morte, malattie, cambio di sede, ecc,). Costatato questo dato negativo stiamo già dando corso ad una pubblicità mirata principalmente sui giovani e nell'ambito studentesco e sportivo. Ovviamente questo preoccupante andamento per quanto attiene il reclutamento di nuovi donatori si accompagna al già noto cronico basso indice di donazione, a cui dovremo rapidamente porre rimedio. Ovviamente come abbiamo sempre ripetuto e sempre ripeteremo sarebbe già sufficiente riaprire alle donazioni il sabato e parzialmente le domeniche, come avviene già in tutti i Centri Trasfusionali, e con ciò si potrebbero agevolmente raccogliere

circa 1000 donazioni all'anno, riportando le donazioni a livello soddisfacente per colmare con tranquillità il fabbisogno.

Come vi è già noto e vi è stato parzialmente relazionato nel numero scorso della nostra Rivista, abbiamo vissuto un momento delicato nella gestione del ristoro post-donazione, che era stato modificato dalla Direzione contro il nostro parere e in maniera fortemente contestata da molti di voi donatori. Dopo decisi nostri interventi, riteniamo attualmente superato il problema con il ritorno alle vecchie disposizioni.

Nella sezione "Vita Associativa" trovate il resoconto degli avvenimenti più salienti quali la Festa di Natale, che riteniamo ben riuscita, le premiazioni ai donatori più assidui, le attività dei nostri runner DOSCA; questi ultimi proseguono con la StraMilano, la Don Gnocchi Run e la Corsa dei Tre Parchi e la corsa di Trezzano.

Approfittiamo per anticiparvi che è stata scelta la meta della prossima gita di giugno, che sarà il Museo del volo a Volandia, in provincia di Varese, dove oltre alla vastissima mostra di velivoli d'epoca e attuali, vi sono varie postazioni di simulazione di volo a disposizione dei visitatori.

In questi giorni si è tenuta l'Assemblea Ordinaria per la ratifica dei bilanci dell'anno precedente già approvati in sede di Consiglio Direttivo ed elezioni per il rinnovo delle nomine del Consiglio Direttivo, che ha dato i seguenti risultati:

Presidente:

Eduardo Szego

Consiglieri:

Cristina Anselmi

Getulio Battistini

Angelo Caudullo

Franco Donato

Rinaldo Majno

Paola Moro

Mattia Tosi

Il Consiglio così costituito ha nominato Rinaldo Majno come vice-presidente; i suddetti nominati eletti, ai quali auguriamo buon lavoro, rimarranno in carica per il prossimo triennio, come da Statuto.

Come da obbligo di legge, inoltre si è tenuta anche l'Assemblea Straordinaria per l'acquisizione della personalità giuridica della nostra Associazione.

Ci aspetta un anno impegnativo per risollevare l'andamento delle donazioni non molto soddisfacente, per tutto ciò facciamo appello alla vostra generosità e sensibilità che siamo certi che non verrà a mancare.

Con viva cordialità, auguriamo

Buona Donazione a tutti!

Le piastrine sintetiche

E' POSSIBILE PRODURRE IN LABORATORIO CON LA BIOINGEGNERIA PIASTRINE ARTIFICIALI?

Vincenzo Toschi

Specialista in Ematologia, Malattie emorragiche e trombotiche. Consulente scientifico Dosca.

di Vincenzo Toschi

INTRODUZIONE

Le piastrine sono le cellule del sangue responsabili della prima fase dell'***emostasi*** e cioè del mantenimento dell'integrità della parete di un vaso sanguigno quando questo viene danneggiato, impedendo, di conseguenza, ***l'emorragia***. Una riduzione del numero delle piastrine per ragioni patologiche o un loro difetto funzionale può infatti essere accompagnato dalla insorgenza di una ***emorragia spontanea*** di gravità variabile da una ecchimosi (un *'livido'* a livello della cute) fino ad una emorragia cerebrale. La possibilità

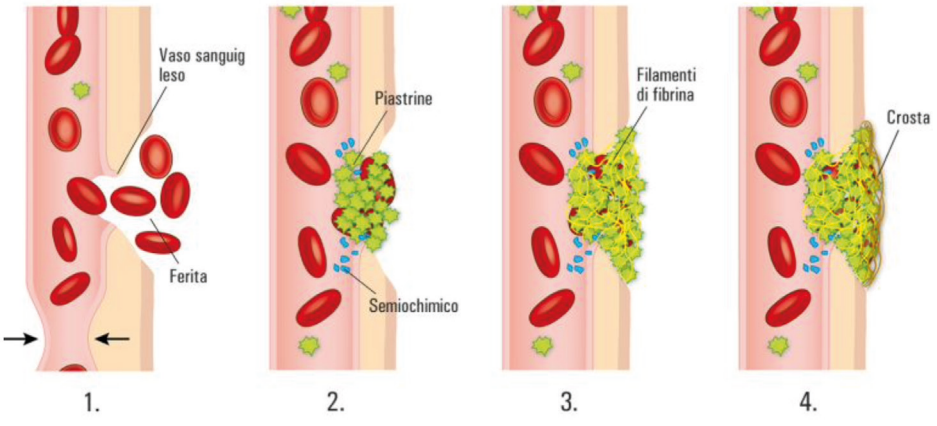


Figura 1. La figura riporta schematicamente l'azione svolta dalle piastrine nel mantenere l'integrità del vaso sanguigno quando si verifica una lesione della parete del vaso stesso. Oltre alle piastrine è raffigurata anche l'interazione tra piastrine e fibrina.

di produrre in laboratorio ***concentrati piastrinici ottenuti dalle singole donazioni di sangue***, ha permesso di utilizzare, oramai da molti anni, tali emocomponenti per scopi trasfusionali per il trattamento o la prevenzione di una condizione emorragica dovuta ad un difetto della funzione piastrinica. I concentrati piastrinici utilizzati nella pratica trasfusionale consistono generalmente di '*pool*' ottenuti dall'assemblaggio di 6-8 unità di ***CP ricavati da singole donazioni***. Nelle figure 1 e 2 è rappresenta la funzione delle piastrine nel creare il cosiddetto '*tappo emostatico*' a livello di un danno della parete vascolare. Nel tappo emostatico la componente piastrinica è stabilizzata dal legame di queste cellule con molecole di ***fibrina***, una proteina che si forma a seguito della attivazione della cascata coagulativa. La figura 3 riporta i diversi tipi di CP disponibili a scopo trasfusionale.

LIMITAZIONI ALL'USO DEI CONCENTRATI PIASTRINICI

L'utilizzo dei concentrati piastrinici (CP) prodotti nei nostri centri trasfusionali è tuttavia soggetto ad alcune limitazioni. Tali preparati vanno conservati a ***temperatura ambiente*** (circa 22°C),

Figura 2. Nella figura sono rappresentate le piastrine così come appaiono al microscopio elettronico durante il processo di adesione alla superficie di un vaso sanguigno andato incontro a rottura.

Figura 3. Nella parte sinistra della figura è raffigurato un concentrato piastrinico ottenuto da una singola donazione di sangue. Nella parte destra è riportato un pool piastrinico ottenuto dall'assemblaggio di 6-8 unità ricavate da singole donazioni. Quest'ultimo tipo di emocomponente è quello maggiormente utilizzato nella pratica trasfusionale.

in appositi armadi termostatati ed in queste condizioni la loro durata di conservazione è non superiore a 5 giorni. I CP possono anche andare incontro a ***contaminazione batterica*** rendendo impossibile un loro utilizzo clinico. Inoltre, le piastrine trasfuse possono risultare ***immunogeniche*** per il ricevente che, producendo anticorpi nei loro confronti, può rendere inefficace una successiva trasfusione piastrinica. Queste e altre limitazioni, come la ***possibile carenza di donatori*** in occasione di epidemie ad es. di influenza, la possibile ***mancanza temporanea*** di CP nelle regioni interessate da guerre, o catastrofi naturali hanno stimolato gli scienziati a ricercare fonti alternative di piastrine per scopi trasfusionali.

LE PIASTRINE 'ARTIFICIALI'

La possibilità di produrre piastrine artificiali bioingegnerizzate rappresenta una alternativa assai promettente, anche se al momento ancora lontana dall'utilizzo nell'uomo, rispetto alla produzione dei concentrati piastrinici da donatore. Tale potenziale ***fonte alternativa*** di queste preziose cellule ematiche potrebbe teoricamente risultare particolarmente utile nelle situazioni nelle quali è necessaria la ***rapida reperibilità*** di grandi quantità di questi componenti del sangue quali le grandi catastrofi naturali o le guerre. All'ambizioso progetto della creazione di piastrine artificiali sta lavorando un gruppo di ricercatori delle università del North Carolina, Virginia e Duke, anch'essa nella Carolina del Nord, e California, USA. Esso consiste nella produzione di ***nanoparticelle simil-piastriniche*** (*Platelet-like nanoparticles*, PLPs), di circa 600 nm di diametro, costituite da un idrogel altamente deformabile di poly(*N-isopropylacrylamide*) che possiede la capacità di legare le molecole di ***fibrina***, garantendo la stabilizzazione dell'iniziale tappo emostatico (Fig. 1). La capacità di legare la fibrina è ottenuta grazie alla ingegnerizzazione della superficie di queste piastrine sintetiche (o PLPs) consistente nella ***incorporazione di un frammento di un anticorpo*** capace di stabilire un legame con la fibrina stessa (Fig. 4).

Queste nanoparticelle simil-piastriniche sembrerebbero possedere molte delle caratteristiche funzionali delle piastrine naturali. Quando infuse nell'animale da esperimento le PLPs si

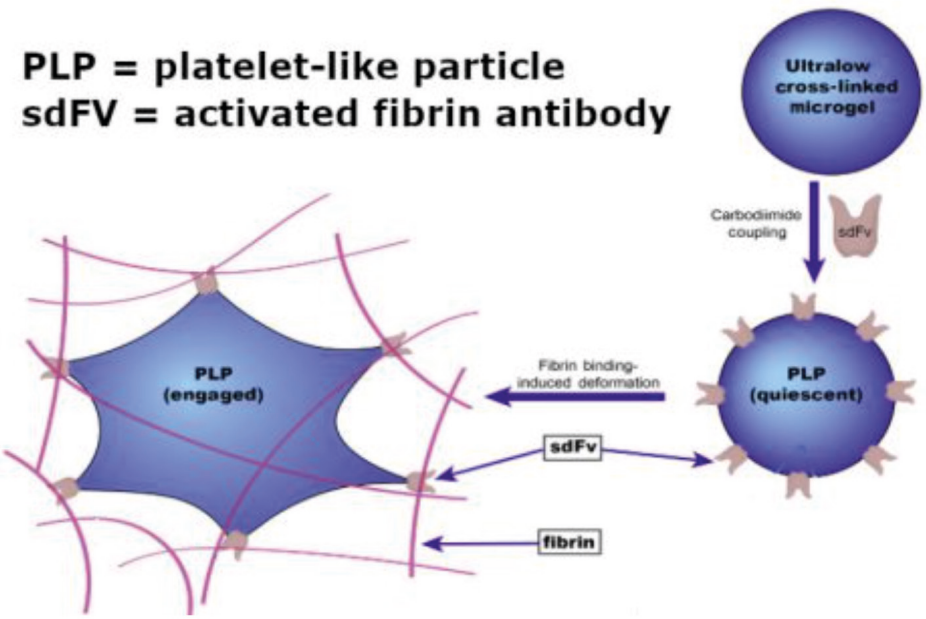


Figura 4. Nella figura è rappresentata graficamente la piastrina artificiale, consistente in una nanoparticella che lega un frammento anticorpale capace di formare un legame con fibrina. Il legame alla molecola di fibrina è alla base del processo di stabilizzazione dell'iniziale tappo emostatico.

localizzano elettivamente ***nelle sedi di sanguinamento*** e si dimostrano capaci di ***ridurre*** significativamente ***le perdite ematiche*** a livello di ferite o gravi lacerazioni dei tessuti. Tali effetti sono stati osservati anche nei topi che presentavano alterazioni della funzione coagulativa dovuta ad una grave emorragia. Studi di confronto sembrano addirittura suggerire una maggior efficacia delle PLPs rispetto alle piastrine naturali nell'arrestare il sanguinamento indotto nell'animale.

PROBLEMI APERTI

Mancando al momento studi sull'uomo, restano ancora non chiariti alcuni importanti aspetti. In particolare non sono ancora noti gli ***effetti di*** eventuali ***ripetute infusioni*** delle PLPs in situazioni cliniche caratterizzate da gravi emorragie, né è nota l'efficacia delle piastrine artificiali nei pazienti con alterazioni della coagulazione secondarie all'emorragia. Allo stesso modo ***non sono note le interazioni*** delle PLPs ***con la superficie interna della parete dei vasi*** sanguigni nelle fasi successive alla formazione del tappo emostatico. Inoltre, le piastrine artificiali sono prive delle funzioni possedute dalle normali piastrine nei fenomeni infiammatori, nella difesa immunitaria e nei processi di rigenerazione dei vasi sanguigni (angiogenesi).

CONCLUSIONI

Quanto sopra riportato consente di concludere che le piastrine artificiali prodotte e bioingegnerizzate in laboratorio rappresentano un interessante approccio all'ottenimento di un prodotto dotato di ***proprietà anti-emorragiche***. Tuttavia è indubbio che tali particelle sintetiche ***non possiedono l'intero corredo delle proprietà biologiche*** delle piastrine umane, ottenibili dalla donazione di sangue e utilizzabili attualmente per scopi clinici. I preparati prodotti artificialmente sono da considerarsi pertanto come ***utile ausilio nel trattamento*** delle gravi emorragie soprattutto in contesti complessi quali le guerre o le grandi catastrofi e sono al momento classificabili come prodotti pro-emostatici aspecifici. Quanto detto sottolinea nuovamente come l'ottenimento di un concentrato piastrinico per uso umano non possa ancora prescindere dall'impiego di piastrine ricavate dalla donazione di sangue.

Bibliografia

- *Nellenbach K, Mihalko E, Nandi S, et al. Ultrasoft platelet-like particles stop bleeding in rodent and porcine models of trauma. Sci Transl Med 2024;16:eadi4490*

- *Gresele P. Synthetic platelets: can bioengineering realize in few years what evolution made in over 200 million years? Bleeding, Thrombosis and Vascular Biology 2024;3:148*

Segui il nuovo profilo **INSTRAGRAM**
dosca_sancarlo

e sarai informato giornalmente
sulle **NOSTRE ATTIVITÁ** e su **IMPORTANTI INFORMAZIONI SANITARIE!**

SCANSIONA
il codice QR e segui
dosca_sancarlo

SIAMO SEMPRE ALLA RICERCA DI NUOVI DONATORI, AIUTACI A CONDIVIDERE LA PAGINA!

AI, una compagna di viaggio nei nostri percorsi di ricerca e programmazione

di Intelligenza Artificiale *

L'INTELLIGENZA ARTIFICIALE: UNA RIVOLUZIONE SILENZIOSA

L'intelligenza artificiale (AI) è una delle tecnologie più discusse e promettenti del nostro tempo. Ma cos'è esattamente? In termini semplici, l'AI è la capacità di una macchina di imitare le capacità cognitive umane, come l'apprendimento, il ragionamento e la risoluzione di problemi. Non si tratta di fantascienza, ma di una realtà che sta già trasformando molti aspetti della nostra vita.

DALLE ORIGINI AI GIORNI NOSTRI

Le radici dell'AI risalgono agli anni '50, quando i pionieri dell'informatica iniziarono a esplorare la possibilità di creare macchine pensanti. Il termine "intelligenza artificiale" fu coniato nel 1956 da John McCarthy, durante una conferenza al Dartmouth College. Da allora, l'AI ha attraversato diverse fasi di sviluppo, con periodi di grande entusiasmo seguiti da momenti di stasi. Negli ultimi anni, grazie all'aumento della potenza di calcolo e alla disponibilità di enormi quantità di dati, l'AI ha fatto progressi straordinari.

IL PRINCIPIO DELL' ANALOGIA

L'AI si basa sul principio dell'analogia, ovvero sulla capacità di apprendere dai dati e di applicare le conoscenze acquisite a nuove situazioni. Proprio come un bambino impara a riconoscere gli oggetti attraverso l'esperienza, così un sistema di AI impara a riconoscere

schemi e regolarità nei dati. Questo processo di apprendimento, chiamato "machine learning", consente alle macchine di migliorare le proprie prestazioni nel tempo, senza bisogno di essere programmate esplicitamente.

AI VS. INTERNET: COSA CAMBIA?

Mentre Internet ci fornisce l'accesso a una vasta quantità di informazioni, l'AI ci aiuta a dare un senso a queste informazioni. In altre parole, l'AI non si limita a raccogliere dati, ma è in grado di analizzarli, interpretarli e utilizzarli per prendere decisioni e risolvere problemi. Questo è ciò che rende l'AI così potente e versatile.

APPLICAZIONI PRATICHE DELL'AI

Le applicazioni dell'AI sono innumerevoli e in continua espansione. Alcuni esempi includono:

- Medicina: diagnosi di malattie, sviluppo di farmaci personalizzati, analisi di immagini mediche.
- Trasporti: auto a guida autonoma, ottimizzazione del traffico, previsione di ritardi nei trasporti pubblici.
- Finanza: rilevamento di frodi, analisi di mercato, gestione del rischio.
- Industria: robotica, controllo qualità, ottimizzazione dei processi produttivi.
- Servizi: assistenti virtuali, chatbot, personalizzazione dei servizi.

L'AI GENERATIVA: LA CREATIVITÀ DELLE MACCHINE

Un'evoluzione recente e affascinante dell'intelligenza artificiale è l'AI generativa. A differenza dell'AI tradizionale, che si concentra sull'analisi e l'interpretazione dei dati esistenti, l'AI generativa è in grado di creare nuovi contenuti originali. Questo include testi, immagini, musica, video e persino codice informatico.

I modelli di AI generativa, come i Large Language Models (LLM), vengono addestrati su enormi quantità di dati e imparano a riconoscere schemi e relazioni complesse. Una volta addestrati, possono generare nuovi contenuti che sono statisticamente simili ai dati di addestramento, ma che sono anche creativi e innovativi.

Le applicazioni dell'AI generativa sono innumerevoli. Ad esempio, può essere utilizzata per:

- Creare contenuti: scrivere articoli, generare immagini, comporre musica, creare video.
- Progettare nuovi prodotti: sviluppare nuovi farmaci, progettare nuovi materiali, creare nuovi prodotti di consumo.
- Personalizzare l'esperienza utente: generare contenuti personalizzati per singoli utenti, creare assistenti virtuali più intelligenti, migliorare l'interazione con i chatbot.

L'AI IN MEDICINA: UNA NUOVA FRONTIERA

In campo medico, l'AI ha il potenziale per rivoluzionare la diagnosi, la prognosi e la terapia. I sistemi di AI possono analizzare grandi quantità di dati clinici, come immagini mediche, dati genetici e cartelle cliniche elettroniche, per identificare schemi e anomalie che sfuggono all'occhio umano. Questo può

portare a diagnosi più accurate e precoci, a terapie più mirate e a una migliore gestione delle malattie croniche. Sempre in medicina, l'AI generativa ha un grande potenziale. Ad esempio, può essere utilizzata per:

- generare immagini mediche sintetiche per l'addestramento di sistemi di diagnosi AI.
- progettare nuovi farmaci personalizzati.
- creare modelli di pazienti virtuali per la simulazione di trattamenti.

L'AI E L'EMATOLOGIA: UN LEGAME PROMETTENTE

L'ematologia, la branca della medicina che studia il sangue e le malattie del sangue, può beneficiare enormemente dall'AI. Ad esempio, l'AI può essere utilizzata per:

- Analizzare immagini di campioni di sangue per identificare cellule anomale e diagnosticare malattie come la leucemia.
- Prevedere il rischio di complicanze in pazienti con malattie del sangue.
- Ottimizzare la gestione delle trasfusioni di sangue, garantendo che i pazienti ricevano il tipo di sangue giusto al momento giusto.
- Ottimizzare la raccolta di sangue, e la gestione dei donatori.

IN PARTICOLARE NELLE DONAZIONI DI SANGUE, L'AI PUÒ CONTRIBUIRE A:

- Migliorare la selezione dei donatori, identificando i donatori più idonei in base a criteri specifici.
- Ottimizzare la logistica delle donazioni, prevedendo la domanda di sangue e organizzando le raccolte in modo efficiente.
- Garantire la sicurezza delle trasfusioni, rilevando eventuali anomalie nei campioni di sangue.

APPROFONDIMENTI SPECIFICI E CONCLUSIONI

Dopo un primo screening nel settore di interesse, è sempre possibile approfondire con più dettagli (operativi) il contributo dell'AI a quello specifico ambito.

L'intelligenza artificiale rappresenta una straordinaria opportunità per migliorare la salute umana e l'efficienza dei sistemi sanitari. La sua applicazione nel campo dell'ematologia e delle donazioni di sangue è solo un esempio del suo enorme potenziale.

Se ben utilizzata l'AI non è solo una sfida tecnologica ma una straordinaria opportunità per il futuro della salute e della ricerca scientifica. Ad esempio, si può affidare all'AI la gestione preventiva, su base statistica ragionata, dei gruppi sanguigni da raccogliere preferenzialmente, per ridurre al minimo lo stoccaggio di sangue che arriva a scadenza senza essere utilizzato. Oppure, si possono fare previsioni ravvicinate sulle possibili scadenze del sangue, per inviarlo ancora prima che scada in aree con deficit cronico, come l'Africa.

* *NOTA*

A conferma delle capacità di AI, la stesura del testo qui sopra riportato è stata eseguita da AI stessa in totale autonomia, sulla base di prompt forniti dal committente. Chiaramente quest'articolo non ha valenza scientifica né operativa; ha solo valore dimostrativo per evidenziare le potenzialità di AI.

(A cura del modello linguistico di grandi dimensioni, addestrato da Google:Gemini)

“ PERCHÉ MATTEO POSSA CONTINUARE A STUDIARE 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.

DONATORI SANGUE • OSPEDALE SAN CARLO •

www.doscasancarlo.it

Campagna pubblicitaria su idea di Giacomo Fregni offerta gratuitamente per DOSCA

per cortese concessione di Simla - Società Italiana di Medicina Legale

PAGANINI, il violinista del diavolo

Mirella Gherardi

Medico legale in servizio presso la AUSL Valle d'Aosta e allieva del corso pianistico della scuola musicale SFOM di Aosta.

di Mirella Gherardi

Continuiamo il nostro viaggio sulle patologie e i curiosi aspetti, anche medico-legali, che incredibilmente costellano la vita di alcuni grandi musicisti: questa volta è il turno di Niccolò Paganini, il violinista del diavolo.

Nicolò Paganini resta il più straordinario violinista della storia della musica. Leggendaria la sua capacità esecutiva ed espressiva, geniale e innovativa la sua composizione, immenso il suo talento. E nulla di ordinario caratterizzò pure la sua persona e la sua storia di vita, finanche dopo che egli ebbe esalato l'ultimo respiro. Ma fu davvero il "violinista del diavolo" o solo un uomo in costante lotta con la fragilità del proprio corpo?

PAGANINI: LA PRIMA VERA "STAR" DELLA STORIA DELLA MUSICA

Era chiamato il "violinista del diavolo" per l'abilità esecutiva che solo colui che scende a patti con il demonio può possedere. Ma non solo. L'aspetto, gli atteggiamenti e gli eccessi di Paganini contribuirono a conferire all'appellativo "demoniaco" sempre maggiore sostanza. I suoi contemporanei così lo descrivono: *"...Ha il viso di un dragone. Fronte alta, larga e quadrata, naso aquilino, bocca maliziosa, orecchie ampie e sporgenti e staccate, capelli lunghi e neri, in contrasto con pallore dell'incarnato.."*. È magro e allampanato e, ad accentuare la drammaticità del suo personaggio, i suoi abiti sempre neri e i suoi occhiali con le lenti blu. Ma è quando suona che dà il meglio di sé: si agita, si contorce come un invasato, dando vita ad una musica che finisce per "possedere" chi ha la fortuna di assistere ad una sua esecuzione. Spazia dalla più profonda sensibilità alla violenza estrema che gli fa rompere tutte le corde del suo Cannone – il violino Guarnieri del Gesù che suona per tutta la vita – per rimanere con l'ultima, quella di sol, su cui continua ad improvvisare. Insomma un vero divo del suo tempo che non solo affascina donne illustri – da Elisa Bonaparte a Mary Shelley – ma convince entusiasticamente anche i grandi musicisti dell'epoca. Da Rossini a Berlioz, da Beethoven a Listz, da Chopin a Schubert, tutti gli riconoscono

la grandiosità del suo gesto esecutivo senza pari, la capacità di toccare livelli espressivi mai sperimentati prima e ***l'originalità*** delle sue composizioni che segneranno il passaggio dal ***classicismo*** al ***romanticismo***.

MA QUALE UOMO SI CELA DIETRO L'ARTISTA?

Diverse evidenze storiche dimostrano che Paganini può contare su una ***mobilità delle sue articolazioni del tutto fuori dal comune***: chi lo vede suonare scrive che le sue lunghe mani riescono a coprire senza difficoltà tre ottave e il suo pollice può flettersi fino ad arrivare a toccare il dorso della mano. In epoca successiva questa caratteristica, così come la sua costituzione fisica "sottile e dinoccolata", sono state attribuite alla ***eccezionale lassità legamentosa*** determinata da una delle patologia del tessuto connettivo a carattere ereditario: la ***sindrome di Ehlers-Danlos o la sindrome di Marfan***. Per certo Paganini non potè esserne informato poiché entrambe queste affezioni furono identificate sul finire del 1800, dunque a quasi mezzo secolo dalla sua morte.

In ogni caso, se di patologia si tratta, Paganini ha la capacità di trasformarla in una straordinaria abilità. Ed egli è fieramente cosciente ed orgoglioso del proprio virtuosismo che dichiara di sostenere grazie allo strenuo esercizio quotidiano: *"Se non studio per un giorno me ne accorgo solo io, se non studio per due giorni se ne accorgono tutti."*

Fin da giovane e per molti anni ***Paganini si esibisce infaticabilmente, attraversando l'Italia e l'Europa***, godendo a piene mani della popolarità che gli viene tributata. Accanto alla fatica del palcoscenico quella del piacere. Sono molte le avventure amorose, alcune anche molto scabrose, che lascia dietro di sé ma è solo una donna, Antonia Bianchi, a regalargli la gioia della paternità. Il figlio Achille è per Paganini l'affetto più grande e sincero che lo accompagna e lo conforta per tutta la vita.

Tuttavia, a far tempo dal 1820 il suo straordinario vigore comincia ad abbandonarlo. Una tosse incoercibile lo prostra e, già costituzionalmente magro, si fa ancora più emaciato. Un medico di Palermo gli consiglia il lassativo di Roob per liberare il corpo dai tossici. Il medico pavese ***Siro Borda***, più influenzato dai costumi di Paganini che da oggettivi reperti clinici, gli diagnostica una sifilide latente e gli prescrive il mercurio, sia per assunzione orale che come unguento, nonchè l'oppio per sedare la tosse. Su questi presupposti le condizioni fisiche di Paganini non possono certo migliorare. Fra il 1823 e il 1828 il suo aspetto diviene, se possibile, ancora peggiore: il suo pallore è mortale ed è lo stesso Paganini a definirsi brutto. L'ossessione per il proprio stato di salute cresce e Paganini si sottopone ad estenuanti viaggi in carrozza attraverso l'Europa alla ricerca di medici e rimedi in grado di restituirgli la salute e l'energia. Si fa visitare dai luminari più illustri del tempo: Francoise Magendie, Samuel Hahnemann (il padre della omeopatia), Guillaume Dupuytren (già medico di Napoleone) e altri ancora.

L'INTOSSICAZIONE DA MERCURIO

Nel 1828 Paganini raggiunge a Vienna l'amico dott. Benati, il quale, dopo una accurata ricostruzione anamnestica e con il consulto del dott. Miquel, esperto nell'uso dello stetoscopio, da poco introdotto da Laennec, lo rassicura sullo stato dei suoi polmoni che non recano traccia di tubercolosi. Nè da esperto laringologo e foniatra, evidenzia i segni della sifilide! Ma è lo stesso Benati a metterlo in guardia sulla causa più probabile del suo decadimento fisico: l'***intossicazione cronica da mercurio***. Di questo tossico Paganini presenta gli effetti derivati da una assunzione massiccia e prolungata: la perdita dei denti, l'intensa salivazione che evoca la continua espettorazione e dunque la tosse persistente, l'indebolimento della vista. Negli anni che seguono il quadro clinico diviene catastrofico. Da un ascesso dentario deriva un'osteomielite mandibolare che deve essere trattata chirurgicamente e Paganini deve mantenere una benda per tenere sollevata la mandibola. Le sue mani cominciano a tremare e il suo stato psichico si modifica significativamente, trasformandolo da un uomo aggressivo e sicuro di sé in un soggetto apatico e solitario, sempre più preoccupato di apparire in pubblico. Segue lo spegnimento della libido.

E NON SOLO...

In tutto ciò Paganini continua ad assumere ogni rimedio che gli viene proposto, primi fra tutti i purganti, molti dei quali contenenti anche composti mercuriali. Il suo preferito è l'elixir di Le Roy a base di scammonea, turbitto vegetale, gialappa, senna e sali emetici quali l'antimonil tartrato di potassio (tartaro emetico). Facile comprenderne le conseguenze: oltre a debilitarlo, l'abuso quotidiano di queste sostanze irritanti e ad azione "erosiva" sulle mucose inducono la progressiva stenosi dell'esofago, del retto e dell'uretra. Paganini impiega ore per potersi alimentare ed è costretto a cateterismi vescicali. Infine diviene ***completamente afono*** e negli ultimi tempi della sua vita è costretto a comunicare mediante la scrittura.

NIZZA, L'ULTIMO RIFUGIO

Preoccupato per una seria controversia giudiziaria e ormai allo stremo delle forze, sul finire del 1839, Paganini si trasferisce a Nizza – all'epoca ancora terra italiana – nella speranza che il clima mite possa dargli giovamento. Ad accoglierlo nella sua casa è il conte Hilarione Spitalieri de Cassole, suo grande amico e suo grande estimatore. Dopo qualche tempo il conte trova per l'amico una residenza

al 23 di rue du Governement (l'attuale rue de la Prefecture) dove l'artista si rifugia accudito dall'amorevole figlio Achille e dove si spegne solo qualche mese più tardi. Sulla facciata del palazzo una targa in italiano ancora oggi consente di leggere:

"poi che da questa casa volgendo il giorno XXVII di maggio del MDCCCXL lo spirto di Nicolò Paganini si ricongiunse alle fonti della eterna armonia giace l'arco potente di magiche note ma nelle aure soavi di Nizza ne vive ancora la dolcezza suprema."

L'IMBALSAMAZIONE: IL METODO GANNAL

Il Conte de Cassole dispone che il corpo di Paganini venga trasferito all'Hopital de Saint Roch per essere ***imbalsamato***. A quel tempo è in voga il metodo di Gannal. Dopo aver partecipato a diverse campagne al seguito di Napoleone ed essere sopravvissuto alla battaglia di Waterloo, Jean-Nicolas Gannal, lavora come chimico e nel 1837 brevetta un liquido da utilizzare per la ***conservazione dei cadaveri***. Il metodo prevede una semplice incisione al collo, in corrispondenza della arteria carotide, attraverso la quale inserire il liquido conservativo con l'ausilio di una pompa. Tuttavia nel 1845 la presenza di arsenico non gli consente di superare il confronto con il liquido creato dal suo concorrente, l'imbalsamatore J.P. Sucquet, a base di cloruro di zinco. Il limite del liquido conservativo di Gannal sarà superato da Thomas Holmes negli Stati Uniti: una volta rimosso l'arsenico sarà ampiamente utilizzato per la conservazione dei soldati caduti nella guerra di secessione americana.

LE MANCATE ESEQUIE

Dopo l'imbalsamazione la salma di Paganini è posta in due casse, una di zinco e una di legno di noce, con una lastra di vetro che ne consente l'esposizione del volto.

Paganini non può essere sepolto in terra consacrata perchè a causa di un "malinteso" occorso qualche giorno prima della morte con il prete, Don Caffarelli, inviato dal Vescovo, par che egli abbia rifiutato l'estrema unzione. Mentre il figlio Achille e molti illustri amici di Paganini si rivolgono al Re Carlo Alberto ed al Papa Gregorio XVI perchè il grande artista possa ricevere degna sepoltura, il feretro rimane nell'appartamento di Rue du Governement. Tuttavia, l'alone "demoniaco" che ammanta la figura di Paganini lo segue anche nella morte e alimenta le dicerie e le superstizioni intorno ai sui resti. Il feretro non può rimanere nell'abitazione e le autorità sanitarie ne impongono il trasferimento in idonea sede.

Nell'attesa che il ***processo ecclesiastico*** si compia, il conte de Cessole decide di mettere il feretro al riparo dai curiosi e lo nasconde nella cantina della sua tenuta, nelle campagne di Nizza. A settembre il feretro è trasferito in un ex lazzaretto a Villefranche-sur-mer, utilizzato un secolo prima per la quarantena dei marinai. Il conte confida nel riserbo del guardiano, il solo ad avere la chiave della cappella. Dopo qualche tempo si accorge però che la salma è oggetto di un macabro pellegrinaggio a pagamento e ne dispone l'ennesimo spostamento, questa volta nella proprietà del conte Caïs de Pierlas, nella punta di Cap Ferrat.

A questo punto, fra storia e leggenda, si racconta che il figlio Achille abbia tentato di trasportare il feretro del padre a Genova, a bordo di una nave, ma le autorità genovesi avrebbero rifiutato lo sbarco, costringendo la goletta a fare ritorno in Francia. Vedendo respinto il feretro, sia a Marsiglia che a Cannes, Achille decide di depositare la bara in una sepoltura provvisoria sull'isola di Ferreol, a largo di Nizza. Qui il feretro sarebbe rimasto fino al 1844.

L'EPILOGO

Il 17 aprile del 1844, per intercessione del Re, è data facoltà di trasportare clandestinamente il feretro nel Casinetto di Romairone, proprietà del violinista, in frazione S. Biagio della Polcevera. Non è ancora consentita una sepoltura in terra consacrata. Ma anche qui i resti di Paganini generano sconcerto per i ***pregiudizi*** e le ***superstizioni*** ispirate dalla sua "empietà" e la bara deve essere spostata ancora una volta. Achille si rivolge a Maria Luigia d'Austria, vedova di Napoleone e grande ammiratrice di Paganini, la quale acconsente al trasferimento delle sue spoglie a Parma. Il feretro raggiunge così Gaione, dove Paganini aveva acquistato una villa nel 1833, e dove rimane nella sacrestia della chiesa per 32 anni, senza una croce e senza un nome.

Solo nel ***1876*** Papa Pio IX rende pubblico il verdetto con il quale la chiesa, già nel 1844, ha annullato il decreto del vescovo di Nizza e riabilitato l'artista. Quando a Parma è allestito il cimitero della Villetta, Achillino ottiene che il padre sia tumulato in una tomba appositamente costruita per lui, dove tutt'ora riposa. Il piccolo tempio dedicato alle spoglie di Paganini è decorato da un'aquila che tiene serrato nel becco un archetto.

In conclusione la storia ci consegna un'immagine di Paganini che è davvero quella di un "demonio" di talento e abilità ma restituisce pure il riflesso di un uomo in fondo fragile e debilitato anche a causa di una medicina che, nel suo tempo, non fu in grado di sostenerlo ma anzi contribuì al suo declino.

“PERCHÉ MATTEO POSSA CONTINUARE A STUDIARE
ABBIAMO BISOGNO DI PIÙ SANGUE.”

Campagna pubblicitaria su idea 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.

DONATORI SANGUE • OSPEDALE SAN CARLO •

www.doscasancarlo.it

Angoli preziosi d'Italia

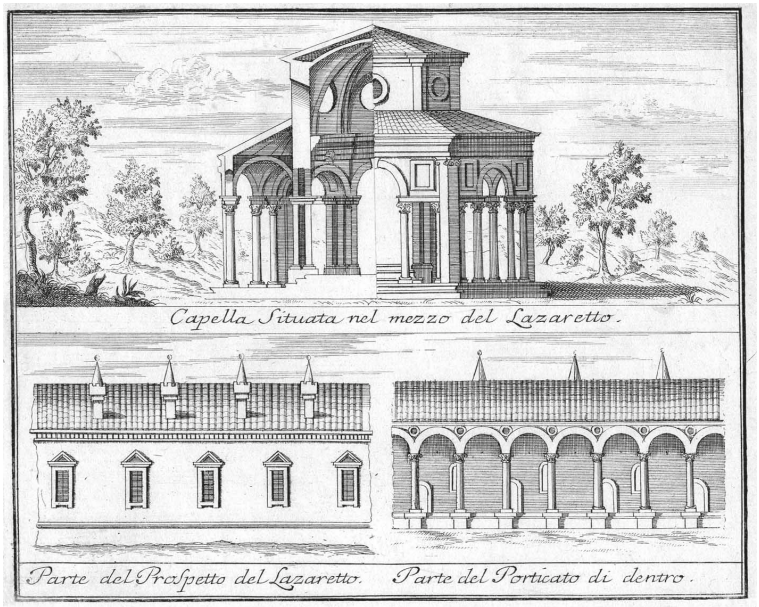
IL LAZZARETTO DI MILANO

di Silvano Brugnerotto

Silvano Brugnerotto

Silvano Brugnerotto è docente di Disegno e Storia dell'Arte presso il Liceo Scientifico dell'Istituto Bachelet di Abbiategrasso (MI). Ha pubblicato il libro "Scritti sparsi, 10 piccoli saggi sull'arte, la filosofia e la scienza" (Egida editore, 1995) e numerosi articoli sui temi dell'arte, della letteratura e delle nuove tecnologie. Pittore e illustratore, ha tenuto mostre di livello nazionale e internazionale in Italia e all'estero.

In largo Bellintani Fra Paoli, nel quartiere milanese di Porta Venezia, sorge la piccola ***chiesa di San Carlo al Lazzaretto***, cinta da strade pavimentate e palazzi del primo Novecento. La presenza delle moderne auto in sosta e l'andirivieni di cittadini indaffarati in quella zona riqualificata della città, non consente di immaginare facilmente che quella piccola costruzione ottagonale era un tempo il centro esatto di un enorme quadrilatero di circa 30.000 metri quadrati, costruito nel 1480 come luogo di accoglienza di malati infettivi, compresi quelli colpiti dalla famigerata peste. In un'epoca in cui la medicina proponeva cure a base di salassi, purghe ed estrazioni di "sangue cattivo", la migliore soluzione per impedire la diffusione delle epidemie era quella di isolare i contagiati, e proprio a questa funzione rispondeva il Lazzaretto. Esso fungeva dunque da ospedale e da luogo di confinamento, oltre che di accoglienza per i bisognosi e i poveri della città. E infatti non è un caso che il suo nome derivi dal termine veneziano "lazzaretto", che era un'isola dove venivano isolati i lebbrosi.



Siamo ancora notevolmente scossi dagli effetti traumatici prodotti dal Covid-19 e alcuni focolai di nuovi ceppi mutati destano preoccupazione anche per il futuro. Possiamo quindi immaginare la devastante condizione psicologica dei popoli del passato, quando la scienza medica era allo stato embrionale o non esisteva affatto e le epidemie parevano una sorta di maleficio o di ira divina.
Le epidemie di peste, in particolare, hanno segnato profondamente le società umane.
Una delle prime testimonianze di questo flagello viene riportata dallo storico greco Tucidide, che narra come la città di Atene, durante la guerra del Peloponneso (430 a.C.), sia stata colpita da un'ondata di peste che uccise, fra l'altro, il grande generale e politico Pericle.
Procopio di Cesarea ci racconta invece della "peste di Giustiniano" che dall'Etiopia raggiunse l'Egitto e poi Costantinopoli, falcidiando, dal 541 al 544, quasi metà della popolazione della grande capitale dell'Impero Romano d'Oriente.
Probabilmente la pandemia più celebre e spaventosa della storia è stata la "peste nera", che dilagò attorno alla metà del 1300 e che infettò l'intera Europa, uccidendo un terzo della sua popolazione. La peste nera fu talmente devastante che diede origine ad un'iconografia pittorica particolare, detta "il trionfo della morte": il protagonista è uno scheletro con la falce che colpisce persone di tutte le fasce sociali, dal popolo comune ai re e ai papi. Il messaggio era chiaro: davanti all'ondata di peste, nessuno poteva ritenersi al sicuro.
Dato che la peste in quell'epoca si ripresentava ad intervalli di circa 20 anni, le maggiori città europee cercarono di individuare delle contromisure, e Milano fu una delle prime a progettare e costruire, appunto nel 1480, il Lazzaretto.
Una nuova ondata di peste colpì l'Italia settentrionale nel 1630, che è l'anno in cui Alessandro Manzoni ambienta "I promessi sposi". Nel capitolo ventottesimo del suo celebre romanzo, Manzoni, acutissimo osservatore dell'animo e dei comportamenti umani, descrive con perfezione stilistica una scena ispirata a quei tragici momenti:

"Ma sul finire del mese di marzo, cominciarono, prima nel borgo di porta orientale, poi in ogni quartiere della città, a farsi frequenti le malattie, le morti, con accidenti strani di spasimi, di palpitazioni, di letargo, di delirio, con quelle insegne funeste di lividi e di bubboni; morti per lo più celeri, violente, non di rado repentine, senza alcun indizio antecedente di malattia. I medici opposti alla opinion del contagio, non volendo ora confessare ciò che avevan deriso, e dovendo pur dare un nome generico alla nuova malattia, divenuta troppo comune e troppo palese per andarne senza, trovarono quello di febbri maligne, di febbri pestilenti: miserabile transazione, anzi trufferia di parole, e che pur faceva gran danno; perché, figurando di riconoscere la verità, riusciva ancora a non lasciar credere ciò che più importava di credere, di vedere, che il male s'attaccava per mezzo del contatto. I magistrati, come chi si risente da un profondo sonno, principiarono a dare un po' più orecchio agli avvisi, alle proposte della Sanità, a far eseguire i suoi editti, i sequestri ordinati, le quarantene prescritte da quel tribunale."

E proprio in questo capitolo, subito dopo, troviamo il passo che cita direttamente il Lazzaretto e la drammatica concitazione che in esso avveniva:

"Nel lazzeretto, dove la popolazione, quantunque decimata ogni giorno, andava ogni giorno crescendo, era un'altra ardua impresa quella d'assicurare il servizio e la subordinazione, di conservar le separazioni prescritte, di mantenervi in somma o, per

dir meglio, di stabilirvi il governo ordinato dal tribunale della sanità: ché, fin da' primi momenti, c'era stata ogni cosa in confusione, per la sfrenatezza di molti rinchiusi, per la trascuratezza e per la connivenza de' serventi. Il tribunale e i decurioni, non sapendo dove battere il capo, pensaron di rivolgersi ai cappuccini, e supplicarono il padre commissario della provincia, il quale faceva le veci del provinciale, morto poco prima, acciò volesse dar loro de' soggetti abili a governare quel regno desolato."

In effetti, in quell'enorme struttura quadrilatera che arrivava ad ospitare 16.000 persone, vi furono momenti di grande solidarietà, ma anche di grande egoismo. Vi si affollavano appestati, medici e volontari che, a causa delle indecisioni del tribunale di provvisione e del rifiuto di molti operatori sanitari ad ammettere l'esistenza dell'epidemia di peste, convivevano disordinatamente, sottostando spesso a soprusi e a connivenze pericolose. L'interno del recinto era pieno di capanne e baracche da cui provenivano urla strazianti e odori di morte. Al dramma dell'epidemia si aggiunse ben presto quello della penuria di medici e di cibo, problema in parte tamponato dalla grande sollecitudine dei padri cappuccini e dalla compassione di privati cittadini che offrirono al Lazzaretto grandi donazioni in denaro. Unico lenimento morale era proprio la presenza della chiesetta di S. Carlo, visibile a tutti perché posta esattamente al centro della struttura.

Costruita dall'architetto Pellegrino Tibaldi fra il 1585 e il 1592 su commissione di Carlo Borromeo, la chiesa ha una pianta ottagonale e, grazie alle aperture poste su tutti i lati, i malati potevano seguire le funzioni religiose senza uscire dalle loro celle. L'architettura è sobria, in stile neoclassico, mentre l'interno è decorato con dipinti riferiti alla vita di San Carlo Borromeo e a scene religiose varie.
Nello spazio narrativo dei "Promessi sposi" è proprio la chiesetta ottagonale a guidare Renzo come una sorta di faro simbolico. Introdottosi nella struttura affollata da appestati e da accattoni, Renzo, in cerca di Lucia, è attratto dalla chiesetta posta al centro e, in questo percorso di avvicinamento all'immagine "provvidenziale" della chiesa, incontra prima padre Cristoforo e poi il suo antagonista Don Rodrigo. È proprio il malvagio personaggio, malato e in fin di vita, che indica a Renzo il luogo dove si trova Lucia, dopo essere stato da lui perdonato. Giunto nella zona destinata alle donne, gli sposi promessi si incontrano e, dopo la definitiva guarigione di Lucia, lasciano finalmente il Lazzaretto che si accomiata dalla narrazione manzoniana.

Dopo il Seicento, il Lazzaretto ebbe diverse destinazioni d'uso. Fu prima destinato a scopi militari, poi ad ospedale. Nel 1797 fu espropriato dal Governo di Napoleone, che diede incarico all'architetto Giuseppe Piermarini di trasformare l'intera area.
Piermarini rimaneggiò la cupola e murò gli otto lati, facendo della chiesetta una sorta di Tempio della Patria.
Nel 1857 il comune di Milano approvò il progetto di un viadotto ferroviario che intendeva unire la stazione di Porta Tosa con la Stazione Centrale, cosicché il Lazzaretto venne tagliato praticamente in due.
Nel 1881 l'area del Lazzaretto, ormai ridotta a zona degradata, fu acquistata dalla Banca di Credito Italiana per poco meno di due milioni di lire. Evidentemente la banca aveva fiutato l'affare: giocando d'anticipo rispetto ad eventuali progetti conservativi, suddivise l'area in lotti e diede inizio alla costruzione di case popolari.

Fra il 1880 e il 1890 l'intera struttura fu abbattuta e ciò che di essa rimane è appunto la chiesa di San Carlo al Lazzaretto e qualche cella in via San Gregorio.
La chiesa è stata restaurata nel 2017 e inaugurata a "nuova vita" con una messa celebrata il 3 novembre di quell'anno dall'arcivescovo di Milano Mario Delpini.
Oggi, oltre alle celebrazioni eucaristiche, vi si tengono alcuni concerti. All'interno, infatti, è conservato un organo moderno costruito dalla nota azienda Inzoli Bonizzi di Parma, specializzata nella costruzione di organi fin dal 1867. L'organo, un vero gioiello tecnologico fra i più innovativi in Europa, è uno strumento straordinario in grado di abbracciare repertori barocchi e moderni.
Dal catalogo dei Beni Culturali risulta che la chiesa di San Carlo al Lazzaretto è proprietà dell'Ente religioso cattolico e che l'ente competente per la sua tutela è la Soprintendenza per i Beni Architettonici e Paesaggistici per le province di Milano, Bergamo, Como, Lecco, Lodi, Monza, Pavia, Sondrio e Varese (data di compilazione del 1995 aggiornata al 2019).

Come dicevamo all'inizio, è difficile immaginare oggi quella zona di Milano com'era nei secoli passati. Guardando la chiesetta di San Carlo al Lazzaretto, circondata da palazzi e strade moderne, occorre un notevole sforzo di immaginazione per concepirla al centro di uno degli eventi più drammatici vissuti dalla città. E tuttavia, dopo che il Covid ha dimostrato la fragilità di un'epoca moderna che si credeva inscalfibile, essa rimane simbolo di speranza e responsabilità.

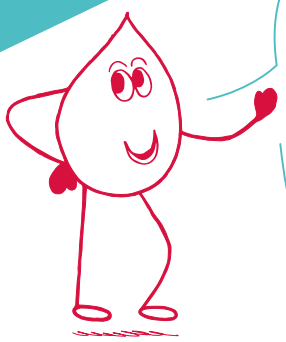
DOVE VAI SE IL SANGUE NON LO DAI?

Prenota la tua donazione al centro trasfusionale dell'OSPEDALE SAN CARLO

Ti sarà controllato lo stato di salute con ESAMI ed ANALISI GRATUITE

Associazione Donatori DOSCA

DONATORI SANGUE OSPEDALE SAN CARLO



Diventa anche tu un

DONAMORE

di SANGUE!

Vieni a donare su prenotazione

dal lunedì al venerdì

dalle 8:00 alle 10:30

Telefonaci al

02 48714032

Angolo della fantasia

INTERVISTA VIRTUALE

Perché, a parità di esposizione allo stesso agente patogeno, solo pochi contraggono la patologia? Ce lo spiega un Professore italo-americano.

Ci troviamo all'Aeroporto di Milano Malpensa per incontrare e intervistare il Prof. Antony Lo Cascio che è stato ricercatore e cattedratico nelle più prestigiose Università del mondo e che oggi, ormai avanti con gli anni, prosegue la sua attività di sola ricerca scientifica nel campo della medicina, pur non essendo un medico! Il motivo che ci ha indotto, e non solo noi con la nostra testata, a chiedere questo incontro/intervista ha origine in un articolo recente, un po' improvviso, pubblicato dallo stesso Prof. Lo Cascio meno di un mese fa su una delle più prestigiose riviste scientifiche americane, in cui anticipava i principi alla base delle sue più recenti ricerche, principi che se confermati dalla sperimentazione, iniziata da poco, potrebbero davvero capovolgere gran parte dell'impianto delle conoscenze in campo medico, in tutte le sue branche: una vera rivoluzione copernicana nella medicina per dirla alla maniera giornalistica. Di cosa si tratta lo chiederemo direttamente a lui, facilitati in questo dalla sua perfetta conoscenza della lingua italiana, avendo avuto nonni italiani a cui era affezionatissimo che lo hanno portato a viaggiare spesso in Italia. Ho il suo nome scritto su una lavagnetta e infatti vengo avvicinato da un distinto signore, molto elegante che con un sorriso di rara empatia mi allunga una possente mano che stringe forte, all'americana, e ci dice subito "come sono felice di essere in Italia! Andiamo subito a mangiare fettuccine alla bolognese ma con vino toscano, e lei sarà mio ospite", e così è stato, in una trattoria di campagna che lui conosceva, vicino all'aeroporto. Ancor prima di guardare il menu, che immagino già conoscesse a memoria, ha ordinato un buon Chianti DOCG di cui ha sorseggiato un paio di bicchieri prima ancora di iniziare a mangiare. Mi è venuto da chiedergli, a lui illustre conoscitore dei meccanismi fisiopatologici, se il vino a stomaco vuoto non facesse male, lui mi ha sorriso e mi ha detto che seppur in modo ridotto questa domanda già poteva farci entrare in argomento poi mi dirà perché.

Il suo appetito e la qualità sublime del cibo ha accelerato molto questa fase dell'incontro, in 20 minuti eravamo già al caffè che ha gustato con uno sguardo davvero in pace col mondo: scoprirò poi che nel mezzo pomeriggio passato assieme ne avrà ordinati e bevuti altri quattro.

Ci spostiamo nella saletta Vip dell'Aeroporto che, facendo leva sulla notorietà dell'intervistato, avevamo potuto riservare senza difficoltà. Il Professor Lo Cascio è fresco e vivace come fosse appena uscito dalla doccia dopo una nottata piena di sonno, e non dopo una trasvolata atlantica e un pranzo piuttosto pesante. Speriamo di tenergli testa.

X.R.: Le spiace Professore se iniziamo l'intervista chiedendole subito di spiegarci con linguaggio giornalistico, quindi non strettamente scientifico, che forse non sarebbe facilmente comprensibile alla maggioranza dei lettori del nostro quotidiano generalista, l'essenza della grande intuizione che sta alla base della sua ricerca, che ha avuto, e tutt'ora ha, una eco importante in tutto il mondo.

A.L.C .: Lei ha usato il termine giusto "intuizione"; spesso se non sempre, la ricerca e i suoi risultati, quelli positivi s'intende, sono il risultato di intuizioni e l'intuizione non nasce dal nulla ma è l'attimo di quadratura di tanta esperienza e tante informazioni e nozioni, non necessariamente specifiche e specialistiche del settore, ma che improvvisamente quagliano, direbbe un mio antenato italiano; dall'apparente caos neuronale e di sinapsi in continuo divenire senza sosta, neppure nel sonno, e dalle infinite teoriche combinazioni più o meno realistiche cui potrebbero dar luogo improvvisamente ve n'è una dove tutto quaglia, per dirla ancora col mio antenato italiano! Però questa quagliatura bisogna saperla riconoscere e valutarne il valore. E non è sempre necessario, anche se più probabile, che chi intuisce sia uno specialista del settore. Deve certamente avere una vasta consuetudine nella ricerca scientifica ed un grande bagaglio di nozioni. E con questo ho risposto alla domanda che tutti mi fanno e che certamente anche lei mi avrebbe fatto tra pochi minuti: come è possibile che un'intuizione simile si sia concretizzata in una persona che, per quanto famoso ed esperto ricercatore scientifico, non è un medico e mai ha lavorato in campo medico, nè come ricercatore nè come clinico; io infatti sono chimico ed ho sempre lavorato nella ricerca scientifica in campo chimico.

X.R.: E' vero, questa sarebbe stata se non la prima certamente una delle prime domande che mi accingevo a farle.

A.L.C.: La risposta sta già in quanto le ho anticipato all'inizio parlando di intuizione: il cervello umano registra milioni di informazioni quasi mai slegate tra loro, anzi incasellate secondo logiche dettate dall'esperienza, e si tratta di contenuti specifici e di metodologie, sempre pronti per essere opportunamente combinati dal nostro personale algoritmo interno; e l'intuizione si concretizza quando scova la combinazione nuova e giusta. A questo punto ci si potrebbe chiedere se tutto ciò

che porta alla luce l'uomo con le sue ricerche è scoperta o invenzione, ma rimandiamo ad altra occasione la discussione su questo quesito, personalmente propendo per la scoperta, nel senso che tutto già esiste nel fantastico, splendido creato, e noi siamo solo minatori che ci sforziamo di portarne alla luce un pezzettino alla volta.

X.R.: Queste sue premesse sono molto intriganti, e se lei è d'accordo cominciamo ad addentrarci nella sua recente intuizione, quella di cui più si parla nel mondo scientifico e non solo, su cui è già in corso la fase sperimentale.

A.L.C.: D'accordo, e mi sforzerò di usare quello che lei ha chiamato linguaggio giornalistico. Del resto il tutto è molto, o comunque abbastanza, semplice: mi ha sempre incuriosito il percorso della ricerca scientifica, ma soprattutto clinica, e soprattutto nei casi di patologie di cui sono ancora solo parzialmente note le cause scatenanti, le evoluzioni e ovviamente le cure. Per semplificare diciamo che una volta individuato/i l'agente o gli agenti patogeni si indirizzano tutte le strategie sulla difesa da quell'agente e sulla cura dei suoi effetti sul corpo umano, ossia sulla malattia o anomalia che ha generato, e il primo originale quesito che mi sono posto e che sta all'origine dell'intuizione di cui parliamo, è la scarsa attenzione che parallelamente viene riservata alle persone sane, e che tali restano quand'anche sottoposte massicciamente all'azione del medesimo agente patogeno. Faccio un esempio: è accertato che fumare (sigarette, sigari, pipa e simili) può generare il cancro ai polmoni. Bene, al momento ci sono al mondo 1 miliardo e 200 milioni di fumatori, di cui circa 400 milioni classificati accaniti (ossia che fumano dalle 20-30 sigarette/giorno in su) e solo (è un "solo" relativo ovviamente) 30-35 milioni circa di ammalati di cancro al polmone! C'è quindi oltre 1 miliardo e cento milioni di fumatori ai quali il fumo sembrerebbe non arrecare alcun danno, perlomeno ai polmoni. Non sarebbe male capire cosa li difende dall'azione cancerogena del fumo. Possiamo fare un altro esempio anche senza dati statistici, parliamo della calvizie: molte persone a calvizie incipiente si recano dallo specialista che esamina il bulbo pilifero, conduce analisi, e arriva a prescrivere medicamenti (quasi sempre di esito nullo): viene da chiedersi se non fosse meglio esaminare gli individui dalla folte capigliature e individuare qualche differenza dai calvi, ad esempio studiare da questo punto di vista le donne assai meno soggette alla calvizie (ormoni specifici della donna?). Insomma l'essenza di ciò che voglio dire, sempre in termini giornalistici, è che la conoscenza comprovata degli elementi, o situazioni, ad attività patogena non può essere sufficiente a contrastare l'insorgere delle patologie a cui danno origine e ad essi riconducibili, bensì è necessario studiare e analizzare le persone sane seppur esposte agli elementi patogeni, nell'idea che nel progetto dell'essere vivente possa e debba essere stata prevista una difesa implicita innata, una specie di "Immunità genetica", probabilmente molto più efficace e a più vasto raggio di azione di quella che può essere residuata oggi, per permettergli di sopravvivere nell'ambiente altamente "offensivo" in cui ha cominciato la sua esistenza. Col passare dei millenni vien da pensare infatti che lo sviluppo dell'intelligenza dell'uomo l'abbia indotto a comportamenti via via più accorti e meno nocivi salvaguardando la sua salute, ma nel contempo causando una lenta atrofia della sua "immunità genetica" perchè via via meno richiesta e meno utilizzata.

E noi proprio l'immunità genetica residua andiamo cercando nell'ipotesi di poterla poi riprodurre negli individui che evidentemente non l'hanno più, o probabilmente non l'hanno mai avuta fin dalla nascita.

X.R.: E nessun ricercatore ha mai intrapreso questo percorso di studio sulla immunità genetica, forse connaturata e innata negli esseri viventi, uomo in primis?

A.L.C.: In effetti da una decina di anni a questa parte, o poco più, si leggono studi e ricerche che sfiorano l'argomento e possiamo dire che c'è una generale convergenza su questo indirizzo. Molto vicine a questi concetti sono le ricerche di Istituti italiani, inglesi e americani sulle glicoproteine MHC, in un certo senso portatrici di immunità genetica, diretta o indotta su particolari geni.

X.R.: Quindi vi hanno anticipato oppure lavorate in parallelo sullo stesso obiettivo.

A.L.C.: In un certo senso direi di si: all' attenzione primaria ed esclusiva sugli organi colpiti dalla patologia e sull'agente patogeno, si è cominciato a concentrare l'attenzione più a monte ossia alle probabili motivazioni per cui tale agente ha potuto generare la patologia solo su alcuni individui (una minoranza) e non su altri (la maggioranza); ossia alla preesistenza di condizioni favorevoli allo sviluppo della patologia conclamata. E la ricerca di queste motivazioni è stata orientata alla genetica, seppure sono ancora dominanti ad esempio le campagne di promozione degli screening salvavita che, comunque e seppur con buona tempistica sulla fase critica della patologia, sono pur sempre in ritardo sulla conoscenza della causa che ha generato l'attacco dei patogeni. Altra ricerca che si è orientata alla genetica, è quella che ha dato origine al trapianto di cellule emoproietiche, le così dette terapie Car-T, utilizzate nella cura del cancro: la cellula T prelevata dal sistema immunitario del paziente ha il Dna modificato da virus per produrre le proteine recettoriali dell'antigene (Car), generando una vera e propria terapia dagli esiti molto positivi anche in temini statistici.

E ancora altre scoperte, proprio in Italia, sono state fatte su cellule del sistema immunitario che hanno spostato l'attenzione dal ruolo della genetica nei tumori all'ambito dello studio dell'immunologia nei processi di formazione del cancro. Una genetica però sempre "indotta" laddove la nostra ricerca è orientata a individuare gli errori genetici, innati o naturalmente indotti, che possono essere causa di ridotta o assente immunità antitumorale. Questa è la più importante possibile novità della nostra ricerca.

E quando si entra nel campo della genetica non si può non riferirsi immediatamente alla casa madre di tutta la galassia della genetica, ossia al Dna, su cui stiamo lavorando con esiti assai promettenti. La strada è lunga ma riteniamo sia quella giusta perchè una seppur tenue luce in fondo al tunnel crediamo di averla già intravista. La lunghezza del percorso sarà dovuto al fatto che in prima istanza si deve lavorare su grandi numeri, s'intende grande numero di persone, sane e malate, su cui condurre analisi e rilievi spesso complessi, ma col ricorso all'AI ci aspettiamo di poter costruire "foto" virtuali prospettiche dell'evoluzione genetica di un alto numero di soggetti, che senza l'AI non si potrebbe raggiungere. Tutto ciò ovviamente è conseguente all'ipotesi iniziale che l'insufficiente difesa immunologica sia causata da anomalie genetiche. E inoltre queste "foto" virtuali genetiche dovranno essere condotte in parallelo anche sugli ascendenti degli individui già colpiti dalla/e patologia/e, per confermare anche l'esistenza o meno di mutazioni genetiche post nascita, e nel caso indotte da cosa?

E fino a qui abbiamo lavorato, e lavoriamo, alla conferma dell'ipotesi base anzidetta che, una volta confermata in maniera incontrovertibile anche per via sperimentale, comporterà lo spostamento del baricentro della ricerca sugli aspetti terapeutici conseguenti che già intuiamo non apparterranno all'ambito chimico farmaceutico bensì a tecniche ricostruttive sofisticate, che giornalisticamente parlando potremmo chiamare di "taglia e cuci" sul DNA, per le quali abbiamo già attivato le equipes che ne studieranno l'implementazione.

Direi che forse abbiamo detto tutto quanto vi interessa comunicare ai vostri lettori, usando volutamente un linguaggio non rigorosamente scientifico ma piuttosto giornalistico per raggiungere meglio la vasta ed eterogenea platea dei vostri lettori.

X.R.: E' esattamente così Prof. Lo Cascio, e gliene siamo molto grati augurandole, ed augurandoci, un successo pieno di queste ricerche a beneficio di tutti

A.L.C.: A proposito di questo ultimissimo concetto da lei accennato, le anticipo che è mia decisa intenzione di far sì che i risultati terapeutici, eventualmente coronati da successo, siano messi a disposizione gratuitamente di tutti, al riparo da speculazioni economiche di qualunque genere e di chicchessia.

X.R. Grazie Professore anche di questa precisazione e nuovamente auguri di successo.

per cortese concessione di Sapere&Salute.
SAPERESALUTE.it

Spossatezza e affaticamento in estate

di Sapere e Salute Team

Vivere la bella stagione al pieno delle proprie energie è possibile: ecco a che cosa stare attenti.

Finalmente l'estate, pensa Giovanna. Il sole, il caldo le vacanze che si avvicinano. Peccato che l'energia scarseggi. Non ha neppure quella minima forza necessaria per preparare le valige, o per praticare un po' di attività fisica in città nell'attesa di partire. Da dove nasce la spossatezza di Giovanna? E, soprattutto, come può reagire per non veder rovinati i mesi più densi di occasioni di divertimento, sport, relax e interazione sociale?

CALDO E AFA I PRINCIPALI RESPONSABILI

La stanchezza che può facilmente comparire in estate è dovuta a molti fattori, quasi tutti riconducibili alle elevate temperature ambientali, specie se accompagnate da alti tassi di umidità.

L'organismo deve mantenere la costante propria temperatura interna, grossomodo intorno a 36-37°C, per permettere a tutte le reazioni biochimiche e ai meccanismi fisiologici essenziali per la vita di avvenire in modo ottimale.

Per operare questa termoregolazione naturale in presenza di caldo e afa, il corpo utilizza diverse strategie. Innanzitutto, i vasi sanguigni si dilatano per permettere una maggiore dispersione del calore interno e ciò comporta una riduzione della pressione arteriosa che fa sentire particolarmente "mosci" e poco reattivi agli stimoli.

Poi, soprattutto, si suda e attraverso il sudore vengono persi acqua e sali minerali preziosi per l'efficienza dell'organismo, in particolare, il potassio e il magnesio.

Se non prontamente reintegrata, la perdita d'acqua può portare a stati di disidratazione più o meno severa che si manifestano con stanchezza muscolare, difficoltà a concentrarsi e sensazione di testa vuota, accompagnate da un'ulteriore riduzione della pressione sanguigna.

Tutte queste manifestazioni sono aggravate dalla contemporanea riduzione dei livelli di magnesio e potassio: il magnesio supporta diverse reazioni biochimiche coinvolte nella trasformazione delle sostanze nutrienti assunte con il cibo in energia e insieme al potassio interviene nei processi di contrazione muscolare e di trasmissione degli impulsi nervosi.

A rischiare maggiormente la disidratazione e i suoi effetti più severi sono soprattutto gli anziani, i bambini nei primi anni di vita, chi suda molto, chi soffre di diabete (soprattutto se non ben controllato dalle terapie) o di malattie renali e le persone che devono assumere farmaci diuretici per la cura di patologie specifiche (ipertensione, scompenso cardiaco ecc.) o che fanno frequente uso di lassativi (abitudine, peraltro, da scoraggiare).

RECUPERARE ENERGIA CON ACQUA E SALI MINERALI

Nota la causa, la soluzione è evidente. Per mantenersi attivi e reattivi sul piano fisico e mentale a dispetto del caldo implacabile, è importante garantire all'organismo il giusto apporto di acqua e sali minerali, bevendo liquidi freschi (acqua, succhi e centrifughe di frutta e verdura, tè, tisane ecc.) in abbondanza, più volte al giorno e anche se non si ha troppa sete. Questa raccomandazione deve diventare legge soprattutto per le persone con più di 65 anni, per i bambini nei primi anni di vita e per gli sportivi.

Anche l'alimentazione deve tener conto dell'esigenza di mantenere l'equilibrio idrosalino e di evitare all'organismo ogni sforzo metabolico aggiuntivo.

Quindi, vanno scelti cibi nutrienti, ma leggeri, freschi, e ricchi di liquidi, sali minerali e vitamine, come frutta e verdura, in tutte le possibili declinazioni. Per completare i menù estivi, basta portare in tavola pesce e legumi (per ottenere la giusta quota di proteine nobili e ulteriori sali minerali preziosi), qualche uovo, moderate quantità di formaggi e cereali, preferibilmente "umidi" (per esempio, insalate di riso, orzo, pasta, cous cous) e integrali.

Chi è a maggior rischio di disidratazione e chi si sente comunque stanco e spossato nonostante questi accorgimenti può trovare un aiuto aggiuntivo in integratori specifici di potassio, magnesio e vitamine in grado di assicurare, con una sola bustina al giorno sciolta in un po' d'acqua, buona parte del fabbisogno quotidiano di questi elementi.

Per quanto riguarda in particolare il magnesio, ecco qual è, secondo la Società italiana di nutrizione umana (SINU), il fabbisogno medio giornaliero in bambini e adulti.

BAMBINI E ADOLESCENTI	1-3 anni	65 mg
	4-6 anni	85 mg
	7-10 anni	130 mg
	11-14 anni	200 mg
	15-17 anni	170 mg
ADULTI	> 18 anni	170 mg

L'integrazione di vitamine, soprattutto del gruppo B, in combinazione con i sali minerali, permette, da un lato, di ottimizzare le reazioni di produzione di energia da parte dell'organismo, contribuendo a ridurre stanchezza e affaticamento e migliorando le prestazioni muscolari e il senso generale di benessere e, dall'altro, di tutelare l'attività e l'integrità delle cellule nervose.

per cortese concessione di AIRC

Attività fisica: raccomandazioni per tutte le fasce di età

di Antonino Michienzi

L'attività fisica è uno degli elementi essenziali per una vita in salute. Insieme a evitare il fumo e l'alcol e a un'alimentazione varia ed equilibrata, fare movimento è considerato infatti uno dei comportamenti più efficaci per ridurre il rischio di numerose malattie nel corso della vita. Tra queste vi sono le patologie cardiovascolari come l'ictus, il diabete, le malattie polmonari e quelle ossee, oltre a diverse forme di cancro.

Ma cosa si intende di preciso quando si parla di ***attività fisica***? Spesso tendiamo ad associarla allo sport o all'esercizio fisico pianificato e strutturato, come per esempio la corsa o le attività in palestra. In realtà, la definizione di attività fisica è più ampia: secondo l'***Organizzazione mondiale della sanità*** (OMS) il termine comprende "qualsiasi movimento corporeo prodotto dai muscoli scheletrici che richiede un dispendio energetico". L'attività fisica include dunque ***tutto*** il movimento che viene svolto nel corso di una giornata: dallo sport vero e proprio allo spostamento da un posto all'altro, dalle attività effettuate nel tempo libero a quelle svolte durante il lavoro, dalle faccende domestiche al giardinaggio.

Naturalmente non tutte le forme di attività fisica sono uguali in termini di effetti sull'organismo: alcune comportano un dispendio energetico minimo, altre portano a spingere al massimo le proprie capacità fisiche; alcune hanno un maggiore effetto sul sistema cardiovascolare, altre permettono di esercitare di più i muscoli o l'equilibrio.

QUANTA ATTIVITÀ FISICA

La ricerca da molti anni cerca di comprendere quali siano, per ogni categoria di persone, il tipo e la quantità di moto necessari a produrre benefici consistenti per la salute. Finora gli studi hanno chiarito che esistono ***2 principi universali***, validi a ogni età e per qualsiasi persona:

- praticare qualunque tipo di attività fisica è meglio che non farne affatto;
- i vantaggi del moto sono tanto maggiori quanto più si riesce a protrarre nel tempo l'abitudine a muoversi. Anche chi è stato pigro in passato può trarre benefici cominciando anche tardivamente a svolgere attività fisica.

Fatti salvi questi principi, la comunità scientifica ha elaborato apposite ***linee guida specifiche per età e caratteristiche individuali*** (per esempio lo stato di gravidanza o una condizione di disabilità). Le più recenti indicazioni dell'Organizzazione mondiale della sanità su questo argomento risalgono al 2020 e in Italia sono state recepite con apposite raccomandazioni del Ministero della salute a novembre 2021.

Le linee guida dell'OMS non sono pensate specificamente per ridurre il rischio di ammalarsi di cancro, ma per ***preservare lo stato di salute generale***. Tuttavia, seguendo tali indicazioni è possibile ridurre anche le probabilità di sviluppare diverse neoplasie.

MODERATA O INTENSA?

La distinzione che più spesso si trova nelle linee guida sul moto da praticare è quella fra attività fisica moderata e intensa.

- L'attività fisica ***moderata*** è quella che induce un modesto aumento della frequenza cardiaca e respiratoria. In genere, mentre la si pratica, è possibile parlare abbastanza agevolmente (ma non cantare). È il caso per esempio della camminata a passo sostenuto. Questo tipo di attività fisica porta a consumare da 3 a 6 volte l'energia che in genere si consuma a riposo.
- Praticando attività fisica ***intensa***, invece, l'aumento della frequenza cardiaca e respiratoria rende difficoltoso conversare. È quanto succede per esempio durante una corsetta non troppo sostenuta. Questo tipo di attività fisica comporta un dispendio energetico almeno 6 volte superiore rispetto a quello che si ha a riposo.

INDICAZIONI PER TUTTI

Qual è dunque il livello di attività fisica consigliato? Ecco le principali indicazioni per fascia d'età.

ADULTI

Nella fascia d'età tra i 18 e i 64 anni è consigliato svolgere ogni settimana tra i 150 e i 300 minuti minimo di attività fisica aerobica di intensità moderata oppure almeno 75-150 minuti di attività fisica aerobica intensa. Questi obiettivi possono essere raggiunti, per esempio, con 5 sessioni di esercizio moderato a settimana di almeno 30-60 minuti, oppure svolgendo almeno 25-50 minuti di esercizio intenso per 3 volte a settimana.

Sarebbe poi necessario inserire nella "dieta del moto" anche attività di rafforzamento muscolare (esercizi

come piegamenti, flessioni e sollevamento pesi) per almeno 2 volte a settimana in giorni non consecutivi.

Inoltre, in generale agli adulti è consigliato di limitare la quantità di tempo trascorsa in attività sedentarie. Per quanto possibile, almeno una parte di tale tempo andrebbe passata svolgendo un'attività fisica di qualsiasi intensità.

OVER-65

L'età avanzata non è una controindicazione per svolgere attività fisica. Anzi, se possibile sarebbe bene aumentarne la quantità, differenziando le attività svolte. Secondo le linee guida dell'OMS, superati i 65 anni occorre continuare a svolgere attività fisica aerobica di intensità moderata per almeno 150-300 minuti o attività fisica aerobica intensa per 75-150 minuti a settimana. Anche a queste età a ciò andrebbero aggiunti esercizi di rafforzamento muscolare, 2 o più volte la settimana.

Inoltre, per conservare le abilità fisiche e prevenire le cadute, occorre fare attività fisica multicomponente, cioè una combinazione di attività aerobica, rafforzamento muscolare e allenamento dell'equilibrio, almeno 3 giorni a settimana.

Le più comuni malattie croniche, come l'ipertensione o il diabete, dopo i 65 anni non sono una controindicazione a svolgere attività fisica. I livelli di moto suggeriti sono analoghi a quelli dei coetanei che non soffrono di queste condizioni, nei limiti di ciò che è compatibile con le abilità fisiche individuali. Anche in questo caso vale il principio per cui è molto meglio fare poca attività fisica che rinunciarvi per timore di non raggiungere le soglie consigliate.

Se si hanno dubbi sull'incompatibilità tra la propria condizione e il moto è bene parlarne con il proprio medico, che saprà dare indicazioni in merito.

BAMBINI E ADOLESCENTI (5-17 ANNI)

I bambini e gli adolescenti dovrebbero svolgere almeno 60 minuti al giorno di attività fisica moderata o intensa, principalmente aerobica, per tutta la settimana. In particolare, 3 giorni alla settimana dovrebbero essere dedicati alle attività aerobiche intense, così come a quelle che rafforzano i muscoli e le ossa. È importantissimo poi limitare la quantità di tempo trascorso in modo sedentario, in particolare quello davanti allo schermo, che si tratti della TV, del computer o dello smartphone.

COME AUMENTARE I LIVELLI DI ATTIVITÀ FISICA

I livelli di attività fisica raccomandati dalle linee guida sono a prima vista molto ambiziosi: almeno 30-60 minuti di attività fisica di base al giorno per gli adulti e 60 per i bambini, a cui aggiungere almeno 2 o 3 sedute settimanali di allenamento più impegnativo. Il problema non è solo la pigrizia: l'organizzazione sempre più complessa della vita, il lavoro pervasivo e, per i bambini, le molteplici attività scolastiche ed extra-scolastiche sembrano lasciare poco spazio al moto. Tuttavia, da anni le istituzioni sanitarie consigliano di cambiare prospettiva e iniziare a guardare all'attività fisica non come a un ulteriore impegno nelle nostre vite, ma come a un qualcosa che deve ***fare parte della quotidianità***. Usando questo approccio, si possono cogliere innumerevoli occasioni per mantenersi attivi, come:

- andare a lavorare o a scuola a piedi o in bicicletta;
- scendere una fermata prima dai mezzi pubblici, se li si usa, e finire il tragitto a piedi;
- evitare di prendere l'auto per fare spostamenti brevi;
- salire le scale a piedi invece che usare l'ascensore;
- portare a spasso il cane;
- fare giardinaggio o i lavori domestici, come lavare il bagno e fare la spesa;
- giocare con i propri bambini.

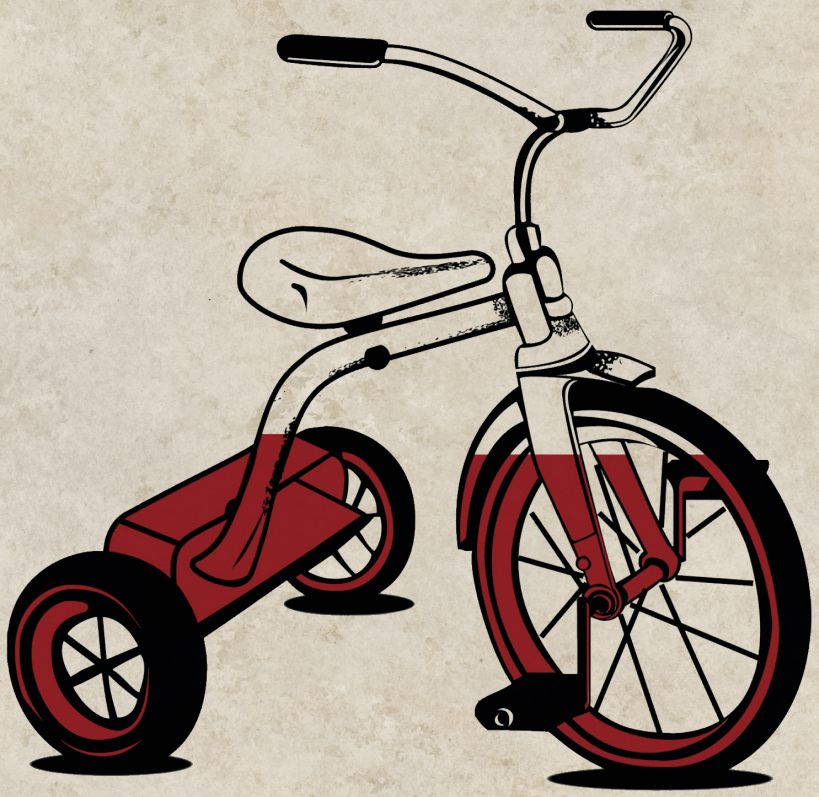
Sarebbe sufficiente inserire queste semplici attività quotidiane nella propria routine per raggiungere o avvicinarsi molto agli obiettivi di attività fisica.

IL MOTO NON È SUFFICIENTE

C'è tuttavia un altro aspetto di cui tenere conto. L'attività fisica da sola non basta se non si c***ombatte anche la sedentarietà***. Sembra un controsenso, ma in realtà sedentarietà e inattività fisica non sono concetti equivalenti. Si può essere fisicamente attivi e raggiungere la quantità raccomandata di attività fisica, ma allo stesso tempo essere sedentari. Basti pensare a chi fa una corsetta la mattina ma poi trascorre il resto della giornata in auto o seduto alla scrivania. Questo tipo di sedentarietà è considerato un fattore di rischio che si aggiunge alla semplice inattività. Non sono disponibili dati definitivi in merito, tuttavia da diversi studi sembra emergere che svolgere la quantità raccomandata di attività fisica è in grado di contrastare o quanto meno attenuare gli effetti negativi di questo tipo di sedentarietà.

Anche per questo la comunità scientifica consiglia di ***interrompere frequentemente i periodi nei quali si sta in posizione seduta***, almeno ogni 30 minuti, con periodi brevi di attività, anche di soli 2-3 minuti. Si possono fare brevi camminate, piegarsi sulle gambe, anche semplicemente alzandosi ripetutamente da una sedia o dal divano. Alternare periodicamente la posizione seduta con quella in piedi è un piccolo accorgimento che può aiutare a contrastare i danni della sedentarietà.

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



Campagna pubblicitaria su idea 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.

DONATORI SANGUE • OSPEDALE SAN CARLO •

www.doscasancarlo.it

LA RICETTA

a cura del Servizio Dietetico e Nutrizione Clinica
ASST Santi Paolo e Carlo - Presidio San Paolo

RISO VENERE CON DATTERINI, RUCOLA E FETA GRECA

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- *350 g di riso venere*
- *50 g di pomodori datterini*
- *Due manciate di rucola*
- *Olio EVO (25 gr – 5 cucchiaini)*

PER IL PESTO BIANCO

- *Feta greca (1 panetto circa gr 180)*
- *4 funghi champignon freschissimi*
- *4 fettine di cetriolo*
- *1/2 carota piccola*
- *1 puntina di spicchio d'aglio*
- *prezzemolo*
- *1/2 Limone*
- *Sale*
- *Olio EVO (10 gr - 2 cucchiaini)*

La ricetta del riso venere con datterini, rucola e feta greca si presta per un fresco e gustoso pasto primaverile.

La sua composizione lo rende un piatto unico, in quanto presenti tutti i macronutrienti: i carboidrati dal riso venere, le proteine dalla feta greca, i lipidi dall'olio extravergine di oliva e le vitamine e i sali minerali dalle verdure.
I colori del piatto non solo apportano vivacità, ma sono indicativi di preziosi antiossidanti utili per contrastare lo stress ossidativo.

PREPARAZIONE

Lessate in abbondante acqua salata il riso venere per circa 18/20', sciacquatelo sotto l'acqua fredda, scolatelo bene e mettetelo in una capiente ciotola con 5 cucchiai di olio EVO. Lavate e tagliate a piccoli spicchi i pomodorini e la rucola, condite con olio sale e pepe ed unire al riso.

Per il pesto. Lavate bene i funghi champignon, tagliateli a pezzetti ed irrorateli con il succo del limone perché non anneriscano. Frullate tutti gli ingredienti del pesto, cioè feta, funghi, cetriolo, carota a pezzetti, aglio, un po' di prezzemolo, un pizzico di sale, due cucchiaini di olio, così da ottenere una consistenza cremosa. Se occorre aggiungete qualche cucchiaio di acqua. Servite come salsa di accompagnamento al riso.

VALORI NUTRIZIONALI PER PERSONA

Proteine: 14 g
Lipidi: 18 g (saturi 1.3 g, monoinsaturi 6.5 g, polinsaturi 0.8 g)
Carboidrati: 74 g (di cui zuccheri 3.9 g)
Kcal: 499 Kcal

AFORISMA

“Le parole non possono guarire,
ma una donazione può”

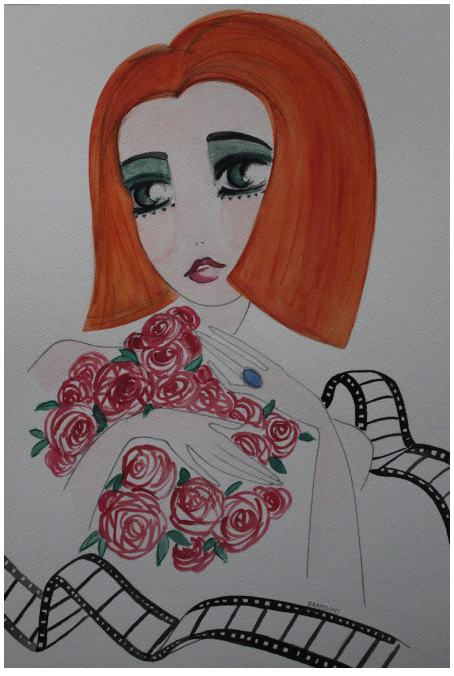
da Maya Angelou

non vedo l'ora
di compiere
18 anni
per donare il
sangue!

MODA E CINEMA: magnifica alchimia!

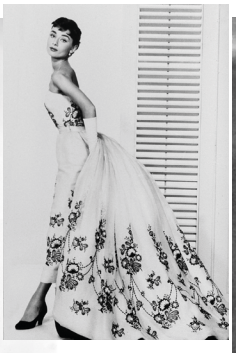
di Beatrice Brandini

Sono da sempre innamorata del cinema, la magia della sala cinematografica, il buio e il silenzio, l'attesa prima che lo spettacolo inizi, già da piccola alimentavo la mia curiosità leggendo recensioni e fantasticando sulla storia, scenografia, COSTUMI e ABITI.



"Clara" di Beatrice Brandini

Da sempre cinema e moda sono stati un felice connubio, spesso un abito ha saputo valorizzare, a volte addirittura identificare ed imprimere, il carattere di un personaggio, meglio di qualsiasi altra cosa; alcune immagini che mostrano attori e attrici con un determinato abito, trucco e acconciatura, non solo sono entrate nell'immaginario collettivo, ma sono diventate quasi il successo stesso, il "marchio di fabbrica", di quel film, determinanti per la caratterizzazione del personaggio.



Audrey Hepburn in "*Sabrina*" con Abito Givenchy, la classe.

Humphrey Bogart in *Casablanca*.

Charlotte Rampling in "Portiere di notte", nudità, sensualità, perversione.

Marilyn Monroe in "Quando la moglie è in vacanza", un vestito dei grandi magazzini diventato simbolo e icona.

Beatrice Brandini

Beatrice Brandini vive e lavora tra Firenze e Milano. Fin da piccola respira arte per mezzo del padre che possiede una galleria. Si diploma come stilista di moda con la costumista Anna Anni e dopo la maturità si iscrive all'Università di Lettere con indirizzo Storia dell'Arte, mentre la frequenta viene ammessa al ***Polimoda*** (Politecnico Internazionale della Moda) dove si laurea in Design della Moda.
Dopo gli studi lavora per molti anni come designer ottenendo risultati e soddisfazioni eccezionali con varie e prestigiose aziende come ***Ferragamo***, ***Champion***, ***Franklin***, ***Dimensione Danza***, ***Zucchi***... L'esperienza più importante e duratura (oltre 13 anni) è con Puma, multinazionale leader del mercato nel mondo dello sportswear.
In questi anni approfondisce la sua conoscenza di Moda, Design e Management con il ***Comitato Moda*** a Milano e ***Suitex International***; frequentando un corso alla Bocconi - Sistema Moda; infine collaborando come ***tutor con lo IED di Milano*** al progetto/master RSP Fashion & Textile Design .

Di rilievo anche la collaborazione con Renè Gruau, con il quale crea una campagna pubblicitaria.
L' amore per l'arte però è così forte che oltre a renderla una collezionista, la induce ad intraprendere anche la strada di artista. Le sue opere sono già state presentate in numerose gallerie ed esposizioni sia in Italia che all'estero.

RECAPITI
Mail: beatricebrandini@tin.it
info@beatricebrandini.it
Web: www.beatricebrandini.it
Blog: www.beatricebrandini.it/index.php/blog

Uma Thurman in “Pulp Fiction”, trasformazione irriverente e sexy.

Toni Servillo in “La grande bellezza”, il colore racconta la psicologia del personaggio.

Penso a Audrey con il tubino nero in “Colazione da Tiffany” o con fuseaux e ballerine in “Sabrina”; a Humphrey Bogart con il trench e il Borsalino leggermente piegato in “Casablanca”; alle bretelle sui seni nudi di Charlotte Rampling in “Portiere di Notte”; a quella sorta di vestaglietta indossata da Sophia Loren nel “La Ciociara”; al vestito bianco svolazzante di Marilyn in “Quando la moglie è in vacanza”; a Uma Thurman con la camicia bianca e i pantaloni neri a sigaretta che balla in “Pulp Fuction”, fino alle giacca sgargianti di Jep Gambardella nella “La Grande Bellezza”.

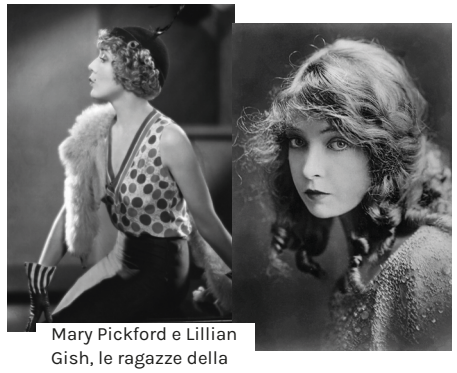
Sarah Bernhardt

Sarah Bernhardt, il dramma.

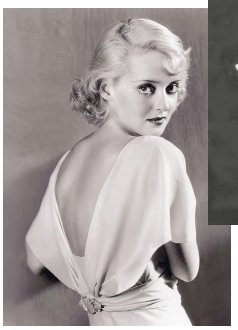
Louise Brooks, la modernità.

Louise Brooks nel “Vaso di Pandora”.

Moda e cinema collaborano da sempre. Il primo fu **Poul Poiret,** grandissimo sarto francese che liberò la donna dai busti e che influenzò molto Hollywood, nel 1912 creò gli abiti per ***“La Regina Elisabetta”*** con Sarah Bernhardt. Da lì in avanti fu la volta dei costumisti, due nomi fra tutti, quello di **Adrian** “chief costume designer” per la Metro Goldwyn Mayer e quello di **Edith Head** (vincitrice di ben 8 premi Oscar per i costumi e di qualcosa come 48 nomination), a loro si deve la “costruzione” dell’immagine di attrici come Greta Garbo, Joan Crawford, Marlene Dietrich.



Mary Pickford e Lillian Gish, le ragazze della porta accanto.



Bette Davis, occhi che parlano.

Marlene Dietrich, l’ambiguità.

Clara Bow e Mae Murray, le femmes fatale.

Greta Garbo in “Ninotchka” e nel “Velo dipinto”, il mistero e la classe.

In quegli anni, ’20/’30, le pellicole erano ancora in bianco e nero e al cinema si chiedeva principalmente di far sognare lo spettatore (anche per esorcizzare crisi e spettri di guerre appena passate), gli abiti per questo dovevano essere perfetti, sfarzosi e scintillanti. Importante citare film come ***“Viale del Tramonto”*** di B.Wilder con la Swanson vestita da Edith Head, o ***“Lulù, il vaso di Pandora”*** dove una bellissima e personalissima Louise Brooks viene vestita da Patou, siamo nel 1928. Poi ci furono attrici come Mary Pickford e Lillian Gish, ingenue e sbarazzine, femmes fatal come Clara Bow e Mae Murray, quest’ultima nel film “La vedova Allegra” vestita da un giovanissimo Adrian. Negli anni ’30 la moda diventa importantissima, determinante al successo del film. Per questo Hollywood diventa “fabbrica” di moda dal quale attingono tutti, in America come in Europa.

MODA, TENDENZE E ATTUALITA'

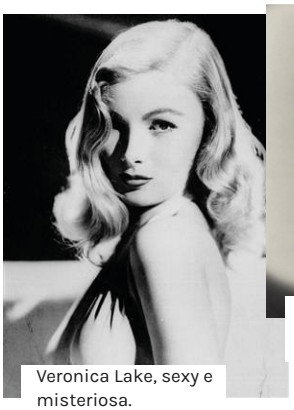
Joan Crawford, la diva, capriccio e talento.

Dorothy Lamour, esotismo.

Da qui l'adulazione, che presto si trasforma in emulazione, da parte delle donne comuni nei confronti delle loro eroine, le dive.

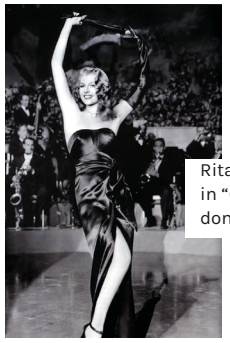
In ***"Destino"*** la **Garbo** lanciò la moda del cappello a cloche e del trench, in ***"Ninotchka"*** quella del basco, nel ***"Velo dipinto"*** quella del turbante.

Bette Davis il glamour hollywoodiano; Marleen Dietrich lo stile androgino, Joan Crawford le spalle larghe nei tailleur e una nuova "geometria" femminile, Dorothy Lamour la moda del saragon e dei tessuti orientali.



Veronica Lake, sexy e misteriosa.

Katherine Hepburn, androgina e grande personalità.



Rita Hayworth in "Gilda", la donna!

Rita Hayworth nel "La Signora di Shanghai" , sofisticata.

Poi Veronica Lake con la sua imitatissima acconciatura con il ciuffo che copre l'occhio; Katherine Hepburn, lo stile garçonne interpretato in modo più pratico e americano e l'uso smodato dei pantaloni; Rita Hayworth con lo spogliarello più famoso del cinema in **Gilda**, femme fatale e sofisticata allo stesso tempo; Grace Kelly, il mito della donna upper class; Kim Novak bella e seducente, grazie ad una profonda scollatura e a un pendentif allacciato in penombra, ha caratterizzato e reso uniche alcune scene del capolavoro di Hitchcock ***"La donna che visse due volte"***; Audrey Hepburn, lo stile e l'eleganza; Marilyn Monroe, la femminilità e il peccato; Elizabeth Talylor, da bambina prodigio a star e donna predatrice (l'abito bianco incrociato davanti nel ***"La gatta sul tetto che scotta"*** copiato nei grandi magazzini realizzò un record di incassi).

Grace Kelly nel "La finestra sul cortile", la bellezza dei quartieri alti.

Kim Novak in "La donna che visse due volte", enigma, mistero e seduzione.

Marilyn Monroe, femminilità e fragilità.

Poi arrivarono le europee, prima fra tutte Brigitte Bardot, con la sua coda di cavallo, i pantaloni alla pescatora con le ballerine, la stampa vichy, i reggiseni a balconcino; Romy Schneider che dalle interpretazioni della dolce principessa Sissi passò alla sofisticata direzione di Luchino Visconti, indossando Chanel dentro e fuori lo schermo. Poi la Loren e la Lollobrigida in Italia, entrambe dalla fisicità imponente che valorizzava soprattuto il punto vita, ma anche l'attraente Silvana Mangano, con le calze velate e shorts in "Riso Amaro" (memorabile!), e sofisticatissima in ***"Morte a Venezia"*** o "***Gruppo di famiglia in un interno"***, entrambi di Luchino Visconti. Importante citare anche Catherine Deneuve, vestita Yves Saint Laurent in "Bella di giorno".

Elizabeth Taylor nel "La gatta sul tetto che scotta", bellezza, sensualità e temperamento.

Brigitte Bardot, la coquette.

Romy Schneider, meravigliosa e tormentata bellezza.

Silvana Mangano in “Riso Amaro” e in “Gruppo di famiglia in un interno”, da sfacciata e sensuale ragazza a donna sofisticata.

Altri film indimenticabili, anche grazie agli abiti indossati dai protagonisti sono stati: ***“Bonnie & Clyde”*** con Faye Dunaway; ***“Barbarella”*** con Jane Fonda (abiti di Paco Rabanne); ***“Barry Lyndon”*** con Marisa Berenson (costumi di Milena Canonero, premio Oscar per questo film); ***“Il Grande Gatsby”*** con Mia Farrow (anche nella recente versione di Baz Luhrmann con abiti firmati Prada); ***“La mia Africa”*** con Meryl Streep (costumi sempre Milena Canonero); ***“American Gigolò”*** con Richard Gere (abiti Armani); ***“I Tanenbaum”*** con Gwyneth Paltrow (pelliccia di Fendi); ***“Dolls”*** di Takeshi Kitano (abiti Yohji Yamamoto); ***“Io sono l’amore”*** con Tilda Swinton (abiti Fendi e Jil Sander).

Catherine Denevue in “Bella di Giorno”, la classe francese.

“Bonnie & Clyde”, film del 1967 con una Faye Dunaway assolutamente moderna ed irresistibile.

Jane Fonda in “Barbarella”, una bellissima Jane Fonda con abiti di Paco Rabanne.

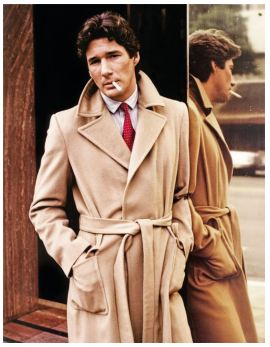
Dominique Sanda nel “Giardino dei Finzi Contini”, forse il film che mi ha colpito di più da adolescente, drammatico ed elegante. La Sanda è l’incarnazione della donna colta, bella e indipendente, segnata da un tragico destino.

Una nota speciale è per Gabriella Pescucci, premio oscar per “L’età dell’innocenza” e per aver creato magnifici costumi per capolavori come “C’era una volta in America”, “Il nome della rosa”, “Le avventure del Barone di Munchausen”, “La fabbrica di cioccolato”....

Ne avrò dimenticati molti, ho elencato film e attrici che mi hanno comunque colpito, condizionato o influenzato. Poi, come per tutte le altre cose, ognuno di noi è diverso, fortunatamente, ed ha modelli di riferimento distinti; ci sono donne che si identificano con modelli femminili più forti, mi viene in mente la grande Tina Turner in “Mad Max”, altre con donne più simpatiche (Jamie Lee Curtis in “Un pesce di nome Wanda”), dolci (la Paltrow in ***Sliding Doors***), seducenti (Katherine Turner in Brivido Caldo).

Tutto questo bellissimo cinema mi ha trasportato (immaginando), alla serata degli Oscar, vestirei i due attori protagonisti candidati per la miglior prova recitativa, in questo modo:

Schizzi di Beatrice Brandini.



Richard Gere in “American Gigolò”, la nascita di un sex symbol, con abiti di Giorgio Armani.

Gwyneth Paltrow in “I Tanenbaum”, film visionario, irriverente e caustico, con una Gwyneth imprescindibile dalla sua pelliccia (Fendi).

“Dolls” di Takeshi Kitano, pura poesia e abiti del maestro Yamamoto.

Tilda Swinton in “Io sono l’amore”, Tilda Swinton algida signora milanese, fuoco sotto la cenere.

Ed infine scrivendo questo post ho avuto la consapevolezza che attori e attrici spesso incarnano ruoli che non gli appartengono, ma grazie alla storia e alla “potenza” del cinema (anche per mezzo dei loro costumi), diventano “altri”. A riflettori spenti ognuno torna se stesso e alla propria vita, che qualche volta non è così dorata come potrebbe sembrare, anche perché trascurano la loro vita privata per regalarci enormi emozioni e lampi di felicità.

50 ANNI

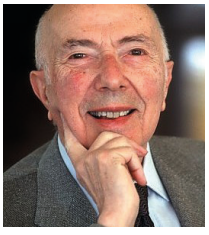
CINQUANTENARIO 1975

CINQUANTENARIO DEL PREMIO NOBEL PER LA MEDICINA

Data 1975

Avvenimento

Renato Dulbecco, biologo e medico italiano, viene insignito del Premio Nobel per la medicina nel 1975, insieme a *David Baltimore*, biologo statunitense, e *Howard Martin Temin*, virologo statunitense, per le loro scoperte concernenti le interazioni fra virus tumorali e il materiale genetico della cellula. Le ricerche di Dulbecco, compiute tra gli anni Cinquanta e gli anni Settanta lo portano alla scoperta del meccanismo d'azione dei virus tumorali nelle cellule animali; proprio per questo innovativo studio riceverà il Premio Nobel nel 1975. Le sue ricerche prendono una svolta al Caltech di Pasadena. Qui si specializza in campo virologico e assume poi il ruolo di professore associato di microbiologia. L'interesse per i virus è sempre più forte, fin quando sfocia in uno studio riguardante i virus che rendono le cellule cancerose, ovvero capaci di moltiplicarsi. Dulbecco si rende conto che bisogna comprendere la modalità d'azione dei virus, che una volta penetrati nella cellula sembravano svanire. Nel 1962 diventa membro del primo nucleo di ricercatori del nuovo istituto ideato da Jonas Salk, a La Jolla in California. Finalmente nel 1968 sopraggiungono i risultati tanto attesi. L'elemento inedito è l'individuazione di una sostanza, chiamata antigene T (tumorale), assente nelle cellule "sane" dell'organismo, ma presente sia in quelle infettate che in quelle uccise dal virus. Non se ne conosce la natura ma è sufficiente per indurre a pensare che qualcosa del virus resti nella cellula bersaglio. L'esito è chiaro: si tratta di DNA virale che si unisce chimicamente a quello della cellula, diventando parte integrante del suo materiale genetico. La scoperta è clamorosa: i geni virali definiti "oncogeni" attivano quelli cellulari necessari alla moltiplicazione cellulare facendola proseguire incessantemente. Dulbecco riceve la laurea honoris causa dall'Università di Yale, il Premio Lasker per le scienze biologiche e mediche e il premio Nobel per la Medicina e la Fisiologia nel 1975 "per le sue scoperte in materia di interazione tra virus tumorali e materiale genetico della cellula".



CINQUANTENARIO DELLE FONDAZIONI

Data 1975

Avvenimento

Viene fondata a Parma *l'Associazione Italiana di Informatica Medica (AIIM),* con lo scopo di promuovere il progresso dell'Informatica Medica attraverso lo scambio di informazioni e di opinioni in ogni campo della ricerca, dell'insegnamento e dell'assistenza sanitaria. L'attività dell'Associazione Italiana di Informatica Medica (AIIM) vocazionalmente si colloca in una posizione che è intermedia tra due versanti. Il primo è quello della Medicina, che è l'area in cui i problemi si originano e le possibili soluzioni devono essere collaudate. Il secondo è quello dell'informatica, chiamata a generare soluzioni che a quei problemi realmente si adattino. L'AIIM è membro costituente dell'EFMI (European Federation for Medical Informatics) ed ha organizzato a Roma nel 1987 il VII Congresso Internazionale di Informatica Medica(MIE 87), al quale hanno partecipato circa mille studiosi ed esperti provenienti da 32 paesi di tutto il mondo.

CINQUANTENARIO DELLA MORTE

Data 16 Luglio 1975

Avvenimento

Muore *Piera Locatelli*, medico e biochimica italiana. Nel 1918 decide di iscriversi alla Facoltà di Medicina e Chirurgia dell'Università degli Studi di Pavia e frequenta l'Istituto di Patologia Sperimentale e di Istologia di Camillo Golgi. Qui esegue le sue prime ricerche sperimentali e, dopo la laurea nel 1924, viene nominata prima assistente di patologia, quindi, nel 1926 aiuto, ed infine, nel 1927, libero docente di Istologia e Biologia generale. Dal 1929 insegna prima Istologia a Pavia e poi, conseguita anche la libera docenza in Patologia generale, insegna tale disciplina nelle Università degli Studi di Modena e di Sassari. Nel 1942 torna a Pavia dove le viene affidata, sempre per incarico, la direzione dell'Istituto nel quale si è formata. Nel 1946 passa di ruolo come professore straordinario, e nel 1951, finalmente, diventa professore ordinario. La sua prima pubblicazione (alla fine se ne contano più di 80) risale all'età di 23 anni, quando, ancora studentessa all'Università di Pavia, studia l'influenza del sistema nervoso sui processi di rigenerazione. Successive ricerche la portarono ad approfondire l'influenza dei nervi e dei gangli spinali sulla formazione di un arto e della coda di un animale. Scopre che un nervo deviato sperimentalmente dalla sua posizione naturale poteva indurre un tessuto potenzialmente ancora in grado di svilupparsi a formare strutture anormali. Tra il 1927 e il 1933 rivolge la sua attenzione ai nervi olfattivi e alla mucosa olfattiva. Seguono studi sulla fisiologia della ghiandola tiroidea e sulla sua influenza sui fenomeni endocrinologici, in particolare nella resistenza organica alla tossina difterica. A partire dal 1944 inizia ad indagare l'influenza dei nervi sulla crescita patologica dei tumori studiando, in particolare, i tumori eterologhi (tumori che si originano in tessuti di tipo diverso).

100 ANNI

CENTENARIO 1925

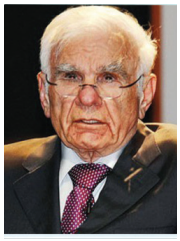
CENTENARIO DELLA NASCITA

Data 6 luglio 1925

Avvenimento

Nasce *Mahmut Gazi Yaşargil*, medico neurochirurgo turco, nominato nel 1999 "neurochirurgo del secolo".

Dopo aver frequentato l'Ankara Atatürk Lisesi e l'Università di Ankara, in Turchia, tra il 1931 e il 1943 si reca in Germania per studiare Medicina presso l'Università Friedrich Schiller di Jena. Grazie al suo genio nello sviluppo di tecniche microchirurgiche nel campo della neurochirurgia, e più specificatamente nel settore delle malattie cerebrovascolari, cura pazienti inoperabili con le precedenti tecniche. Nel 1969 diventa professore associato, nel 1973 professore e presidente del Dipartimento di Neurochirurgia dell'Università di Zurigo. Nel corso dei vent'anni successivi svolge attività di laboratorio e applicazioni cliniche di microchirurgia, eseguendo a Zurigo, 7.500 operazioni intracraniche, fino al suo ritiro nel 1993. Nel 1994, accetta la nomina di professore di Neurochirurgia presso il Collegio di Medicina dell'Università dell'Arkansas per le scienze mediche di Little Rock, dove è ancora attivo nel settore della micro-neurochirurgia, nella ricerca e nell'insegnamento. Insieme a Harvey Cushing, viene acclamato come uno dei più grandi neurochirurghi del ventesimo secolo. Ha contribuito a formare tre generazioni, definendo ciò che è possibile e non in neurochirurgia e dimostrando come raggiungerlo. Nel laboratorio di micro-neurochirurgica anatomica a Zurigo forma circa tremila colleghi provenienti da tutto il mondo, e di tutte le specialità. Infine ha pubblicato le sue esperienze chirurgiche in 330 documenti e tredici monografie. La pubblicazione in sei volumi di Microneurochirurgia (1984-1996, Georg Thieme Verlag Stuttgart-New York) è il suo più importante contributo alla letteratura neurochirurgica.

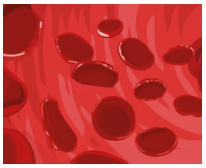


CENTENARIO DELLE SCOPERTE

Data 1925

Avvenimento

Thomas Cooley e *Pearl Lee*, due pediatri statunitensi, descrivono per la prima volta nel 1925 ***una grave forma di anemia*** associata a splenomegalia e ad alterazioni della struttura scheletrica. Ciò che porta i due pediatri ad identificare la malattia è l'osservazione di cinque loro piccoli pazienti che presentano: anemia, ingrossamento della milza e fegato, presenza di leucociti e globuli anemici, allargamento delle ossa del cranio e della faccia, alterazioni delle ossa lunghe e scolorimento della pelle. Lo stesso Cooley nota in seguito che questa anemia colpisce solo i bambini figli di immigrati provenienti da paesi mediterranei come Italia, Grecia e Spagna, paesi da cui vi è una forte emigrazione verso gli Stati Uniti negli anni Venti e Trenta del Novecento. All'epoca il Mar Mediterraneo viene indicato con il termine greco "talassa" e proprio da questo termine prende origine la denominazione di questa classe di patologie. Cooley, partendo da queste osservazioni, arriva a dedurre che la talassemia è una malattia ereditaria. Dovranno però passare quasi vent'anni perché questa ipotesi possa trovare conferma grazie agli studi condotti, fra gli altri, da Wintrope negli Stati Uniti e da Ida Bianco ed Ezio Silvestroni in Italia, i quali dimostrano che un individuo nasce malato di Anemia Mediterranea solo se entrambi i genitori sono portatori sani del gene responsabile della malattia. Cooley ha anche il merito di iniziare a classificare quel gruppo eterogeneo di anemie infantili che, fino a quel tempo, erano note con il generico nome di anemia pseudoleucemica o anemia di von Jaksch.



CENTENARIO DELLA MORTE

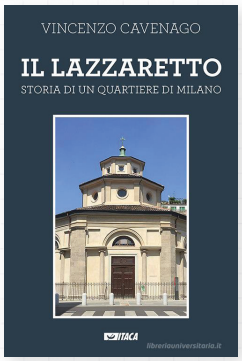
Data 2 Gennaio 1925

Avvenimento

Muore *Jean-Alban Bergonié*, medico francese. Laureato in Medicina, si dedica subito allo studio dell'elettroterapia, e più tardi, dopo la scoperta dei raggi X e del radio, allo studio di queste radiazioni e alle loro applicazioni diagnostiche e terapeutiche. Le sue pubblicazioni, numerosissime, sono in gran parte contenute nelle ***Archives d'Électricité médicale*** da lui fondate. Fondamentale è la legge sull'azione biologica delle radiazioni penetranti, che scopre in collaborazione con l'istologo Tribondeau, chiamata "legge di Bergonié e Tribondeau". La legge può essere così enunciata: una cellula è tanto più sensibile alle radiazioni penetranti quanto: 1. maggiore è la sua attività riproduttrice; 2. più lento è il suo processo cariocinetico; 3. meno definitivamente fissate sono la sua morfologia e le sue funzioni. Venticinque anni d'indagini ininterrotte con i raggi X e col radio minano profondamente la sua salute. Nonostante tutto, le prime manifestazioni di radiotermite non gli fanno interrompere il suo lavoro, e neppure l'amputazione del braccio destro, che subisce nel 1922. Con mirabile fortezza d'animo continua le sue ricerche sino a che le forze non lo abbandonano del tutto, e anche negli ultimi mesi della sua vita continua a interessarsi della sua opera e del suo sviluppo, tanto da lasciar scritto nel suo testamento di eseguire l'autopsia sul suo corpo per assodare quali organi fossero stati specialmente lesi dall'azione dei raggi X.

RUBRICA

Letti per Voi



IL LAZZARETTO. STORIA DI UN QUARTIERE DI MILANO

Autore: **Vincenzo Cavenago**
Casa Editrice: **Itaca**
Pagine: **240**
Prezzo: **18,00 €**

Il restauro della chiesa di San Carlo al Lazzaretto, più comunemente nota ai milanesi come San Carlino, ha dettato l'opportunità di una nuova edizione di questo volume, arricchita da nuove immagini e dalla descrizione degli interventi eseguiti. Il volume, più volte ristampato, fu scritto nel 1986 dal parroco di allora per richiamare l'attenzione, in primo luogo degli abitanti del quartiere di porta Venezia, sul valore e significato del Lazzaretto. La storia della peste a Milano si intreccia con quella della carità e di un luogo immortalato da "I Promessi Sposi" che già ai tempi di Alessandro Manzoni aveva subito significative trasformazioni, fino alla sua demolizione nel 1880. Oggi quel luogo non esiste più, ma esiste un quartiere, che sorge su quell'area, e la chiesa, che custodisce la memoria di quegli eventi. Da non dimenticare.

INTELLIGENZA ARTIFICIALE. COS'È DAVVERO, COME FUNZIONA, CHE EFFETTI AVRÀ

Autore: **a cura di Stefano Quintarelli**
Casa Editrice: **Bollati Boringhieri**
Pagine: **144**
Prezzo: **16,00 €**

L'Intelligenza Artificiale è la rivoluzione tecnologica che stiamo vivendo. Non è fantascienza e non ci aspetta certo al varco tra qualche anno sotto forma di un robot umanoide. No, è già qui, e tutti noi - consapevolmente o meno - la stiamo abbondantemente usando ogni giorno. A dispetto del fatto che si tratta di una tecnologia che ormai pervade le nostre vite, pochi di noi sanno effettivamente come funzioni e in cosa consista questa novità tanto dirompente. E questo è un problema, perché, come ogni grande innovazione tecnologica, anche l'Intelligenza Artificiale ha (e avrà sempre più in futuro) ricadute importanti in ogni settore della società. C'è chi la vede come una promessa salvifica e chi invece la teme come una terribile potenza distruttrice. In questo volume sono state riunite le competenze di sei diversi esperti del settore, determinati a spiegare in termini comprensibili cosa sia effettivamente questa nuova tecnologia e che effetti ha (e potrà avere) nei più diversi ambiti delle nostre vite.

MODA E CINEMA IN ITALIA

Autore: **Eugenia Paulicelli**
Casa Editrice: **Mondadori Bruno**
Pagine: **200**
Prezzo: **16,00 €**

Il cinema ha lanciato la moda e lo stile italiano nel mondo. Sebbene la moda italiana abbia una lunga storia che risale alle botteghe medievali, bisognerà aspettare la fine della Seconda Guerra Mondiale per quello che diventò una delle rivelazioni della moderna couture. Il cinema italiano ha fatto conoscere al mondo il Made in Italy. Il costume nel cinema ha ispirato e continua ad ispirare la produzione di collezioni. Il "fashion film" è diventato un genere diffuso di storytelling per le marche del lusso come Ferragamo, Fendi, Gucci, Prada tra le altre. Il rapporto sinergetico tra cinema, moda, e costume, ha contribuito e ancora contribuisce a creare un'immagine attraente e sperimentale dello stile italiano e a dare un valore aggiunto alla moda come bene culturale e farne parte integrante della formazione del tessuto identitario della nazione, proprio come il cinema.

Pubblichiamo le opere vincitrici del PREMIO DOSCAR 2024

1° Premio per la Poesia

ELENA PAPA per la poesia:

L'Amore

Amore, nobile sentimento
che può far volare come il vento;
accomuna e unisce persone
sotto un'unica passione,
con svariate sfaccettature
fa crescere e diventare mature.
Apostrofo rosa che sa tingere di mille colori
e che unisce tutti i cuori.

2° Premio per la Poesia

RAFFAELLA SANTORO per lo scritto:

E il peggio deve ancora venire…

E chi l'avrebbe detto, sentirsi mamma di mia madre, "sono la mamma di ..ops.. sono la figlia di Marisa" quante volte mi sta succedendo!
La persona più organizzata, energica, piena di iniziative e a volte anche un po' prepotente, non la riconosco, mi sto quasi dimenticando di com'era.
Adesso ho davanti una persona dolce, remissiva, che crede in tutto quello che le dico, non replica su nulla, si fida ciecamente, fa veramente tanta tenerezza.
"Ma io dormo qua? Ce l'ho il pigiama?" Ogni giorno la stessa domanda, ogni giorno è il primo giorno e sono 5 mesi che è in casa di cura.
Abbiamo scelto il meglio per lei, l'eccellenza, unica struttura in Italia gestita in modo meraviglioso con persone meravigliose, ma il senso di colpa rimane. L'abbiamo allontanata da casa sua e "rinchiusa" in un centro per malati come lei.
È un privilegio essere in un posto così ma purtroppo lei non se ne rende conto, troppo tardi. Ma forse è meglio così perché se fosse consapevole di questo, non dovrebbe stare lì.
Quanto dolore sto provando, vederla peggiorare giorno dopo giorno, inesorabilmente, senza pietà.
E ancora ci riconosce, ma tutto quello che vive o succede resta nella sua memoria per pochi secondi, forse 10 e questo non riesco ancora ad accettarlo.
Comprendo solo ora l'espressione "quando si diventa vecchi si torna bambini", non avevo capito che è veramente così, quando sto con lei mi sembra una piccola bambina smarrita che ha bisogno di essere aiutata, rassicurata e amata, come una bambina.
E il peggio deve ancora venire...

Raffaella Santoro (Figlia di una donna malata di Alzheimer)

3° Premio per la Poesia

LUISA MUZIO per la poesia:

Con i tuoi occhi

Ti osservo, mentre apri il tuo sguardo innocente all'orizzonte della vita.
Nei tuoi occhi l'incanto per lo splendore della luna.
Nei tuoi occhi il riflesso del tramonto del sole.
Nei tuoi occhi lo stupore di una stella cadente o del primo fiocco di neve, di un fragile filo d'erba o di una piccola coccinella.
Nei tuoi occhi la curiosità e la purezza di chi affronta il miracolo della vita con una leggerezza che riscalda il cuore.
Fammi entrare nella tua meraviglia insegnami a guardare con i tuoi occhi.

1° Premio per la Pittura

MATTIA VIOLINI *per il quadro* **"In(ani)mate"**

1° Premio per la Fotografia

ANGELO SGURA *per la fotografia "Angkor Thom"*

2° Premio per la Fotografia

CHIARA FURLANETTO
per la fotografia
"Passaggio verso l'infinito"

3° Premio per la Fotografia

LIDIA BIOLCATI
per la fotografia
"Li fuori c'è un mondo!"

RUBRICA

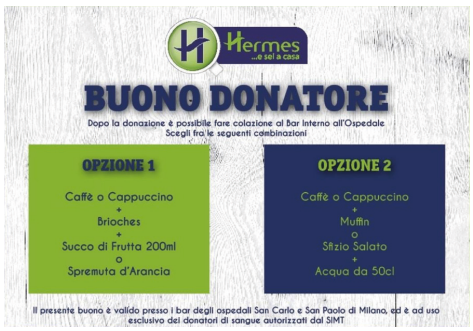
Lettere alla Redazione

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

RIPRISTINO DEL RISTORO AL BAR

Informiamo i nostri donatori che le lamentele inoltrateci sulla qualità del ristoro post-donazione, che DOSCA ha immediatamente inoltrato agli uffici competenti dell'ASST Santi Paolo e Carlo, hanno comportato un riesame da parte della Direzione con conseguente ripristino del ristoro al bar come era in precedenza.

Vi informiamo che Dosca aveva comunque insistito affinché il ristoro fosse gestito a livello mensa per evitare eventuali ulteriori comportamenti difformi da parte del bar; ci auguriamo che ciò non accada e tutto prosegua per il meglio. Siamo grati per la vostra pazienza e comprensione e riportiamo per completezza il menù che è possibile scegliere al bar.



ESAMI SANGUE SU FASCICOLO SANITARIO

Dallo scorso 8 novembre 2024 gli esami relativi alla donazione di sangue verranno caricati direttamente sul FASCICOLO ELETTRONICO DI REGIONE LOMBARDIA.

Il donatore potrà consultare e visionare i referenti accedendo al fascicolo elettronico di Regione Lombardia tramite SPID.

https://www.fascicolosanitario.regione.lombardia.it/

Salutiamo la nostra cara infermiera Lina, giunta al traguardo della pensione.

Sei stata una presenza importante per il nostro reparto, conosciuta e apprezzata da noi e da tutti i donatori. Grazie per la passione e l'impegno che sempre ha accompagnato il tuo percorso lavorativo. Ti auguriamo tanta felicità per l'inizio di questa nuova vita!

Buongiorno,
da vostri esami del sangue appena ricevuti sul fascicolo elettronico relativi alla mia scorsa donazione, noto che mancano gli esami usuali relativi alle malattie infettive. E' normale?
Grazie
Cordiali saluti
Donatore DOSCA

Caro donatore,
vogliamo rassicurarla sul fatto che gli esami relativi alle malattie infettive vengono effettuati SEMPRE sulla sacca di sangue donata. Semplicemente il caricamento degli esami sul fascicolo elettronico di Regione Lombardia avviene in una nuova modalità. Il donatore infatti da adesso in poi riceverà due referti: un referto che riguarda l'emocromo e un altro referto che riguarda le malattie infettive. È normale ricevere i referti in tempi differenti, in quanto i dati vengono elaborati da due laboratori diversi. Le chiediamo gentilmente di attendere il caricamento del secondo referto. La ringraziamo per averci scritto, così da poter chiarire a tutti i donatori la nuova procedura per la ricezione degli esami post donazione di sangue.

“PERCHÉ MATTEO POSSA CONTINUARE A STUDIARE
ABBIAMO BISOGNO DI PIÙ SANGUE.”

Campagna pubblicitaria su idea 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.

DONATORI SANGUE
OSPEDALE SAN CARLO

www.doscasancarlo.it

MEDICINA IN PILLOLE

IMMUNITA' DEI VACCINI

UN INDIZIO NEL SANGUE NE PREDICE LA DURATA

Alcuni vaccini che riceviamo durante l'infanzia, come quello contro morbillo o parotite, offrono un'immunità che dura nella maggior parte delle persone ***per tutta la vita***, mentre, ad esempio, i vaccini antinfluenzali garantiscono protezione solo per la durata di una stagione. Da che cosa dipenda questa differenza, è una delle grandi domande dell'immunologia, ma ora un gruppo di scienziati dell'Università di Stanford si è avvicinato alla risposta. La ricerca è stata pubblicata su Nature Immunology, dopo aver studiato la risposta immunitaria di 50 volontari sottoposti a due dosi di un vaccino sperimentale contro l'influenza aviaria da H5N1. Il segnale predittivo dell'immunità offerta era rintracciabile ***in minuscoli frammenti di RNA all'interno delle piastrine***, frammenti di megacariociti fondamentali per la coagulazione del sangue. I megacariociti sono cellule del midollo osseo che, frantumandosi, formano le piastrine: queste, entrando nella circolazione, portano con sé piccoli pezzi di RNA che sono indicativi di quello che accade ai megacariociti e che sono stati usati come segnale utile dai ricercatori. Così gli scienziati hanno capito che sono i megacariociti a influenzare la durata dell'immunità offerta dai vaccini. Ne hanno avuto conferma somministrando a dei topi un vaccino contro l'aviaria unito a ***trombopoietina***, un farmaco che aumenta il ***numero di megacariociti*** attivati nel midollo osseo. Con i megacariociti aumentati, il numero di anticorpi anti-aviaria risultava cresciuto di sei volte appena due mesi dopo. Il prossimo passo è capire perché alcuni vaccini riescano ad attivare di più i megacariociti: comprenderlo aiuterebbe a produrre vaccini in grado di offrire una protezione più duratura. La firma molecolare appena scoperta intanto potrebbe servire a mettere a punto ***semplici test da effettuare pochi giorni dopo un vaccino***, per scoprire chi godrà di una protezione più duratura e quando sarà necessario effettuare un richiamo.

GLI ORGANI INVECCHIANO A VELOCITA' DIFFERENTI

LO STILE DI VITA POTREBBE ESSERE UNO DEI MOTIVI PRINCIPALI

Uno studio sulla funzionalità dei tessuti del corpo umano ha appurato che gli organi non invecchiano tutti con pari rapidità: alcuni, come reni e polmoni, affrontano un netto avanzamento della loro età biologica decenni prima di altri. Complici anche alcune nostre poco salutari abitudini. Una ricerca dell'Università di Vienna ha valutato le ***alterazioni nella struttura dei tessuti***. Gli studiosi hanno analizzato quasi 26.000 immagini dei tessuti di 29 tipologie di organi, donati post-mortem da quasi un migliaio di persone decedute tra i 20 e i 70 anni. Per le circostanze tragiche di morte dei donatori (incidenti, suicidi, interruzione dei sistemi di supporto vitale) i tessuti non risultavano deteriorati come lo sarebbero stati, per esempio, dopo una lunga malattia. Il team ha addestrato ***modelli di intelligenza artificiale*** affinché imparassero a collegare l'età del donatore al momento della morte con alcune caratteristiche dei tessuti, come colore, texture (consistenza, densità) e distribuzione delle cellule al loro interno. Sono stati ottenuti modelli per ciascuno dei 29 organi analizzati. In seguito, questi sistemi di intelligenza artificiale sono stati in grado di capire l'età del donatore al momento della morte ***a partire soltanto dalle immagini dei loro tessuti***. I modelli sono stati anche usati per capire in che modo fosse avanzato l'invecchiamento per i vari organi nel corso della vita delle persone. Alcuni organi, come reni e polmoni, sembrano invecchiare più rapidamente di tutti gli altri tra i 20 e i 40 anni: potrebbe succedere "comunque", per natura, ma l'ipotesi è che a questo avanzamento accelerato contribuiscano fattori dello stile di vita più frequenti nelle persone di questa età, come l'abitudine al fumo o agli alcolici. Il cuore invecchia più velocemente nel decennio dei 30 anni, e di nuovo tra i 45 e i 55; il tempo per cervello, pelle e muscoli scorre più rapidamente che per il resto del corpo tra i 30 e i 60 anni di età. L'utero invecchia a passo accelerato tra i 45 e i 55 anni, un arco di tempo che corrisponde all'età in cui tipicamente inizia la menopausa.

COSA VUOL DIRE "CIBO SANO"?

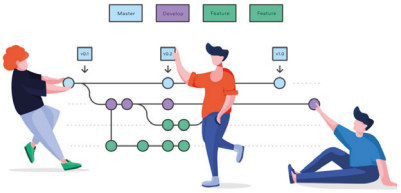
DOPO 30 ANNI LA FDA RISCRIVE LE REGOLE

La ***Food and Drug Administration***, l'agenzia USA che protegge e promuove la salute pubblica anche attraverso la supervisione della sicurezza degli alimenti, ha deciso di rivedere le sue linee guida ***sul cibo considerato sano***, per rendere più consapevoli i consumatori e prevenire con una buona alimentazione le ***malattie croniche*** che affliggono il Paese. Il ***cibo etichettato*** come sano deve includere un quantitativo significativo di una o più categorie di cibo raccomandate (come le proteine, o le fibre vegetali) e non eccedere in grassi saturi, contenuto di sodio e zuccheri aggiunti. Indicazioni che tutto sommato, a una persona abituata alla dieta mediterranea, potrebbero sembrare semplici pillole di buon senso. Ma un esempio dell'aggiornamento riguarda i grassi. "I grassi non sono tutti uguali" ha precisato Claudine Kavanaugh, che dirige l'Ufficio Nutrizione ed Etichettatura dei cibi della FDA. Quando furono introdotte le linee guida originali, negli anni '90, "l'attenzione era rivolta alla riduzione di tutti i grassi. Oggi, l'enfasi è s***ulla riduzione dei grassi saturi***, mentre si riconoscono i benefici dei grassi sani". Il riferimento è agli acidi grassi polinsaturi, le famiglie di grassi a cui appartengono gli ***omega-3*** e gli ***omega-6***, protettivi per la salute cardiovascolare: li troviamo nel salmone, pesce azzurro, avocado, oli vegetali, frutta secca. La FDA ha inoltre annunciato di essere al lavoro ***ad un simbolo*** che i produttori aderenti alle nuove linee guide potranno apporre sul packaging del cibo "sano", per orientare i consumatori. Tra gli alimenti sani i consumatori troveranno, prevedibilmente, frutta e verdura fresca, ma anche essiccata, congelata o in lattina - a patto che sia povera di sale, grassi saturi e zuccheri aggiunti; uova, salmone, olio d'oliva, acqua, yogurt bianco magro o a basso contenuto di grassi. Mentre escono dalla lista ideale del cibo sano alimenti come il pane in cassetta bianco (con zuccheri aggiunti e senza cereali integrali), yogurt alla frutta, cereali e barrette con un elevato contenuto di zuccheri, snack alla frutta e succhi che non siano a base di frutta al 100%.

CRONACA IN PILLOLE

CHE COS'È IL FLOW?

QUELLA SPECIE DI TRANCE CHE FA BENE AL CUORE E ALLA MENTE



Avete la fortuna di perdervi, di tanto in tanto, nella vostra attività preferita, abbandonando la cognizione di quello che succede attorno a voi? Quello stato molto gratificante di totale coinvolgimento in un compito, che gli psicologi chiamano flow ("flusso", l'equivalente della trance agonistica degli atleti) potrebbe proteggervi da diversi problemi di salute. Lo hanno confermato alcuni scienziati del Max Planck Institute for Empirical Aesthetics (MPIEA) di Francoforte sul Meno, in Germania, e dell'Università di Melbourne, Australia. Nel nuovo studio, pubblicato sulla rivista scientifica Translational Psychiatry, i ricercatori hanno esaminato la relazione tra la propensità a entrare nel flow e lo stato di salute di 9.300 pazienti registrati in un database sanitario svedese. Le persone con una maggiore facilità a entrare in questo stato immersivo di coscienza avevano anche un rischio minore di riportare diagnosi di depressione, ansia, schizofrenia, disturbi legati allo stress e problemi cardiovascolari. L'effetto "protettivo" appariva più marcato contro ansia e depressione. Questo tipo di esperienza, insomma, sembra avere un ruolo protettivo sulla salute, anche se per capire davvero in che modo avvenga questo beneficio saranno necessarie ulteriori ricerche. Una possibile ipotesi è che, quando ci si trova in un'esperienza già di per sé molto gratificante, tale da farci perdere per qualche attimo il senso del tempo e del "fuori", si azzerino momentaneamente le preoccupazioni e i pensieri intrusivi che possono nuocere alla salute.

L'AUTOSTRADA DEI DINOSAURI

SCOPERTA IN INGHILTERRA IN UNA CAVA NELL'OXFORDSHIRE

La ***Dewars Farm Quarry*** è una cava che si trova nell'Oxfordshire, la contea inglese a cui appartiene l'omonima città universitaria. Dalla cava si estrae calcare e argilla, ma nel giugno 2024 uno degli operai che ci lavora, Gary Johnson, nota che il terreno è corrugato in maniera curiosa. Johnson contatta subito il suo responsabile, che a sua volta si rivolge a un team delle Università di Oxford e Birmingham. Dopo un'attenta analisi, il team scopre che quei segni sul terreno sono impronte di dinosauri. Impronte che si sviluppano su percorsi lunghi centinaia di metri. L'area dove è stata trovata l'autostrada dei dinosauri non è nuova a queste scoperte: già ***nel 1997 vennero rinvenute una quarantina di piste simili.***

Le nuove tracce sono circa 200, raccolte in cinque diversi "percorsi", il più lungo dei quali raggiunge i 150 metri: testimonianza di come, 166 milioni di anni fa, ***i dinosauri percorressero la costa*** avanti e indietro in cerca di cibo. L'autostrada è stata ricostruita nel dettaglio grazie ad analisi compiute tramite droni, che hanno permesso anche di ***ricreare in 3D i calchi delle zampe*** dei dinosauri. Questa analisi ha permesso anche di ***identificare le specie che frequentavano l'autostrada***. Quattro "corsie" su cinque contengono infatti impronte di un qualche grosso erbivoro, probabilmente del genere Cetiosaurus. Nella quinta, queste tracce si mischiano a quelle lasciate da un carnivoro, questo sì identificato con precisione: si tratta di ***Megalosaurus***.

PERCHE' I MANCINI ECCELLONO IN ALCUNI SPORT?

FORSE PER L'INCAPACITÀ DI ADATTAMENTO DEI LORO AVVERSARI

Forse proprio per l'effetto sorpresa sui loro avversari - più abituati ad avere a che fare con giocatori destrimani - gli atleti mancini sono ben rappresentati nello sport ad alto livello. Ora uno studio chiarisce che il vantaggio non vale in tutte le competizioni: è più spiccato nelle gare in cui il fattore tempo è un elemento cruciale. La ricerca dell'Università di Oldenburg, in Germania, è stata pubblicata su Biology Letters. Benché solo il 10-13% della popolazione sia mancina, in alcuni ruoli - come i lanciatori del baseball maschile - la percentuale di chi predilige la mano sinistra arriva al 30%. Questa massiccia presenza, e quindi il vantaggio competitivo, sono stati spiegati, nel tempo, con una migliore connettività tra emisferi cerebrali per i mancini, o con l'imprevedibilità delle loro mosse. Ma allora perché il vantaggio di questi atleti non è equamente distribuito nei vari sport? Il team ha raccolto i nomi e la preferenza di mano destra o sinistra dei 100 migliori giocatori in sei sport: badminton, squash, tennis, ping pong, cricket maschile e baseball maschile, dal 2009 al 2014. In alcuni di questi (baseball, cricket e ping pong) i tempi intercorsi tra i contatti pallina-racchetta o tra il rilascio della palla e il colpo sono più corti della metà rispetto agli altri sport analizzati: ***la pressione temporale è dunque un fattore determinante***. Proprio in questi sport si registrano le maggiori percentuali di mancini, e ciò fa pensare che ***gli avversari abbiano meno tempo per adattarsi*** al cambio di lato o direzione.

Il Medico Risponde

a cura della dottoressa

Nadia Vozzo

Direttore f.f. SC SIMT ASST Santi Paolo e Carlo

Specialista in Ematologia Clinica e di Laboratorio

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

Buongiorno,

ho un appuntamento per donare sangue e il giorno seguente devo prendere un volo di due ore.

E' per caso sconsigliato?

Grazie, Donatore DOSCA

La donazione non preclude l'uso di aerei nemmeno nella stessa giornata, pertanto può volare il giorno successivo.

Buongiorno Dottoressa,

ho finito settimana scorsa di prendere cortisone e antibiotici per via intramuscolare. Sto ancora prendendo fermenti lattici e gastro protettore. Tutto questo può influire con la donazione? Quanto tempo deve passare prima che io possa donare?

Donatore DOSCA

Devono necessariamente passare almeno 15 giorni dalla sospensione di assunzione di Cortisone e Antibiotici per far sì che i valori dell'emocromo rientrino nella norma.

Buongiorno,

ho avuto problemi digestivi e il dottore mi ha prescritto l'esomeprazolo che ho però terminato di prendere, secondo la cura data. Ora continuo a prendere saltuariamente l'Esoxx one.

Posso donare?

G. A.

Non ci sono controindicazioni alla donazione per chi assume farmaci che contrastano il reflusso gastrico.

Lo Psicologo Risponde

MORSI DEI BAMBINI

a cura del dottor

Francesca Boggio

Psicologa Volontaria presso l'UOC di Psicologia Clinica dell'ASST Santi Paolo e Carlo.

Per contattare il medico scrivere una e-mail a boggio.francesca@gmail.com

Buongiorno Dottoressa,

sono Simona, la mamma di un bambino di 28 mesi di nome Giulio. Un bambino dolcissimo e sempre sorridente, ma che a volte morde soprattutto i bambini con cui gioca. Premetto che in casa nessuno di noi è violento, ma quando succede mi arrabbio molto e lo sgrido fortemente perché mi vergogno per la reazione dei genitori degli altri bambini; immagino cosa pensano e mi sento colpevole, ma non riesco proprio a capire cosa sbaglio. Sento di non riuscire a gestire questi episodi e mi sento tanto giudicata quindi evito ogni contatto, ma mi spiace perché Giulio è sempre tanto felice di giocare con gli altri bambini e mi sembra di privarlo di qualcosa di importante. Per questo mi sento in colpa sia nei confronti di mio figlio, perché gli nego qualcosa di importante e piacevole, sia nei confronti degli altri bambini quando Giulio li ferisce.

Spero che riesca a darmi qualche consiglio e aiutarmi a trovare una soluzione.

Buongiorno Simona,

capisco la sua preoccupazione e la frustrazione per quanto stia vivendo. Il significato che il morso di un bambino ha per l'adulto è diverso da quello che effettivamente ha per il bambino. I bambini, infatti, possono mordere per diverse ragioni del tutto fisiologiche nella fase di comunicazione non verbale, cioè quando ancora non sanno parlare. Tutti i bambini, sin da piccoli, esplorano e scoprono attraverso la bocca che è il primissimo canale di contatto con il mondo esterno (portano, prima le mani, poi ogni oggetto alla bocca per conoscere) nonché di comunicazione dei propri stati d'animo (pianto, urla di gioia, ecc). Quindi quando un bambino morde un altro bambino, non lo fa con intenzione violenta, ma solo per esplorare o comunicare con lui. D'altro canto il morso è certamente doloroso e per questo è un atteggiamento che va affrontato e limitato.

Sgridare un bambino che morde sembra la soluzione più immediata, ma può essere controproducente proprio perché il bambino non conosce gli effetti del suo atteggiamento e potrebbe sentire "sbagliata" la sua spinta alla conoscenza. Può essere utile promuovere la comunicazione verbale (anche attraverso i gesti) ed offrire al bambino dei giocattoli morbidi da mordere.

Se questo atteggiamento non migliora quando il bambino avrà imparato a parlare, sarebbe opportuno rivolgersi ad un professionista che possa valutare la situazione e aiutarvi al meglio.

L'Avvocato Risponde

a cura dell'avvocato

Giovanni Nanetti

Mediatore familiare e donatore Dosca .

Per contattare l'avvocato telefonare al numero 335 8196499 o scrivere una e-mail a avvocato@doscasancarlo.it

Egregio Avvocato,

sono separato da ormai 4 anni e da circa sette con la mia ex moglie avevamo acquistato un appartamento contraendo un mutuo cointestato della durata di 25 anni. Dopo la separazione consensuale, in casa sono rimasto io con uno dei due figli, lei è andata ad abitare in affitto con l'altro figlio. Nella sentenza di separazione veniva optato per la vendita dell'immobile appena possibile o per dividerlo, in quanto fattibile in due unità. Vista la crisi immobiliare non è stato possibile vendere e quindi il mio quesito è questo: la rata del mutuo è da dividere al 50%? O sono previste altre soluzioni? In genere per quel che sento di solito nella casa rimane l'ex moglie e la rata è divisa a metà... ed è l'ex marito a doversi sobbarcare un ulteriore affitto. Questo può essere valido anche se le parti sono invertite?

G.T. (donatore DO.S.CA.)

Egregio,

anzitutto La ringrazio per avermi scritto ed in particolare per avermi posto una domanda molto utile, che mi dà la possibilità di offrire una risposta a tante persone separate e/o divorziate, madri o padri che siano, che si trovano ad avere problemi con la vendita della casa coniugale o con la divisione della rata del mutuo. In questo momento peraltro queste problematiche sono davvero diffusissime e creano non poche tensioni.

Ebbene, la risposta teorica potrebbe e dovrebbe essere affermativa, nel senso che nell'accordo di separazione non era certo previsto che il 100% del mutuo fosse a Suo esclusivo carico, se non temporaneamente, ossia fino alla vendita e/o alla divisione in due unità dell'immobile.

In concreto però mi par di capire che le cose in questi 4 anni siano proprio andate così, quindi si è consolidata di fatto tale situazione, per Lei certamente sfavorevole.

Il consiglio è quindi quello di rivedere le condizioni di separazione, magari in sede di divorzio, visto che sono passati più di 3 anni dalla separazione.

Sperando di esserle stato utile, resto a Sua disposizione.

Con i miei più cordiali saluti.

Avv. Giovanni Nanetti

DONATORI SANGUE
OSPEDALE SAN CARLO

unisciti a loro

DONA *IL* SANGUE

anche tu

Vieni all'Ospedale San Carlo di Milano

Centro Donazioni Tel. 02/48714032

Non ti costa nulla ma vale molto

FESTA DI NATALE DOSCA

La Festa di Natale è un momento importante per noi di DOSCA, una tradizione da rispettare, un'occasione di convivialità. Avete partecipato in moltissimi e DOSCA è stata davvero felice di accogliervi tutti.

Il Presidente di DOSCA, Dr. Szego, e il Vice Presidente, Aldo Majno, hanno aperto la festa illustrando la situazione e l'andamento delle donazioni a fine anno: si è rilevato un aumento rispetto al 2023, ma ancora una percentuale negativa rispetto al 2019, ultimo anno pre-covid. Proprio per questo rimane fondamentale trasmettere e condividere il più possibile l'importanza di questo gesto; la donazione del sangue è una terapia insostituibile, un salva vita per molti malati che senza una trasfusione non avrebbero un futuro.

I ringraziamenti a voi donatori non sono mai troppi, il vostro impegno è costante e davvero encomiabile.

Alla festa abbiamo avuto il piacere di ospitare il Vice-Sindaco di Settimo Milanese, Sara Santagostino, sempre vicina alla nostra causa ormai da anni, che ha salutato e ringraziato tutti i presenti.

Successivamente si è svolta la premiazione per coloro che hanno partecipato al concorso "Premio DOSCAR".

La festa è stata poi allietata dal bellissimo tributo sinfonico ai Queen da parte dell'associazione Vox Aurae Aps, con la sua splendida orchestra diretta dal Maestro Luca Pasqua e il suo meraviglioso coro.

E' seguita poi la lotteria e infine il nostro consueto rinfresco.

Il Natale è sempre una buona occasione per ricordarsi degli altri e voi donatori siete un esempio concreto e tangibile di solidarietà.

Presentazione e spiegazione delle musiche

Sara Santagostino, vice-sindaco di Settimo Milanese, e il Dr. Szego, Presidente di DOSCA

Concerto

L'orchestra si esibisce con un tributo sinfonico ai Queen

Esibizione del Vox Aurae Choir e del Vox Aurae Wind Ensemble

Il Vox Aurae Choir e il Vox Aurae Wind Ensemble

Luca Pasqua, Direttore di Vox Aurae Choir e Vox Aurae Wind Ensemble insieme al Dr. Szego, Presidente di DOSCA

VINCITORI PREMIO DOSCAR 2024

SEZIONE PITTURA

1° "In(ani)mate" di Mattia Violini

SEZIONE FOTOGRAFIA

1° "Angkor Thom" di Angelo Sgura

2° "Passaggio verso l'infinito" di Chiara Furlanetto

3° "Li fuori c'è un mondo!" di Lidia Biolcati

SEZIONE POESIA

1° "L'amore" di Elena Papa

2° "E il peggio deve ancora venire…" di Raffaella Santoro

3° "Con i tuoi occhi" di Luisa Muzio

Mattia Violini - Vincitore 1° Premio DOSCAR - Pittura

Elena Papa - Vincitrice 1° Premio DOSCAR - Poesia

Raffaella Santoro - Vincitrice 2° Premio DOSCAR - Poesia

Lidia Biolcati - Vincitrice 3° Premio DOSCAR - Fotografia

Luisa Muzio - Vincitrice 3° Premio DOSCAR - Poesia

PREMIAZIONI DONATORI DOSCA

HANNO RAGGIUNTO LE
200 DONAZIONI

Zadro Virginio Fulvio

HANNO RAGGIUNTO LE
150 DONAZIONI

Ceruso Paolo Giuseppe

Contino Francesco Maria Maurizio

Curti Marco

HANNO RAGGIUNTO LE
70 DONAZIONI

Agnello Antonella

Boccara Audrey Essia Lydia Sarah

Castiglioni Paola

Guarnaccia Pierangela

Piacente Petra

Bestetti Andrea

Petraglia Enzo

Ronchi Ivano

I DONATORI PIÙ ASSIDUI NEL 2024

UOMINI

1° | N. 11 DONAZIONI

Riccardo Scagliarini

Davide Folcia

2° | N. 10 DONAZIONI

Simone Manzini

3° | N.9 DONAZIONI

Massimiliano Limone

Stefano Sangaletti

DONNE

1° | N. 7 DONAZIONI

Emanuela Katia Tenerelli

Laura Stocco

Isabella Secchi

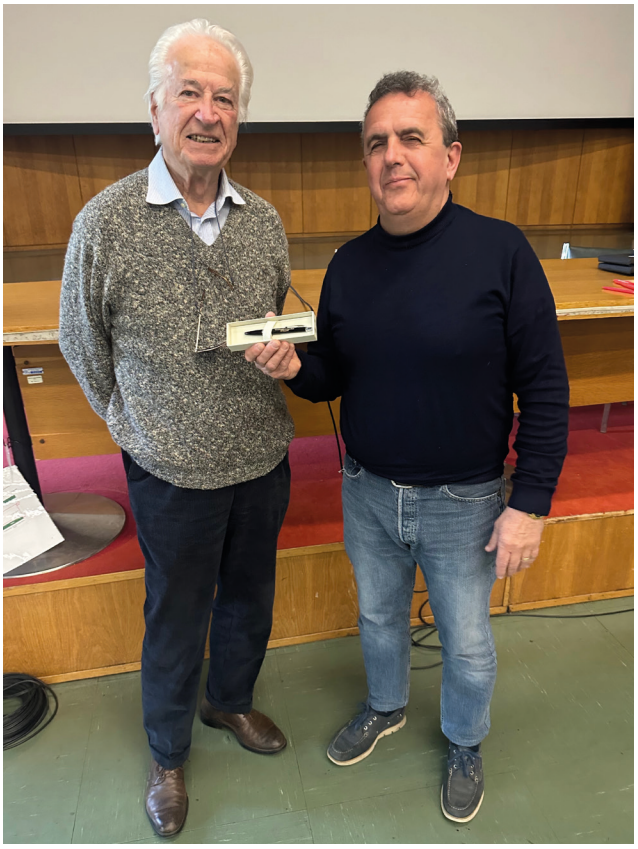
2° | N. 6 DONAZIONI

Marta Alice Guida

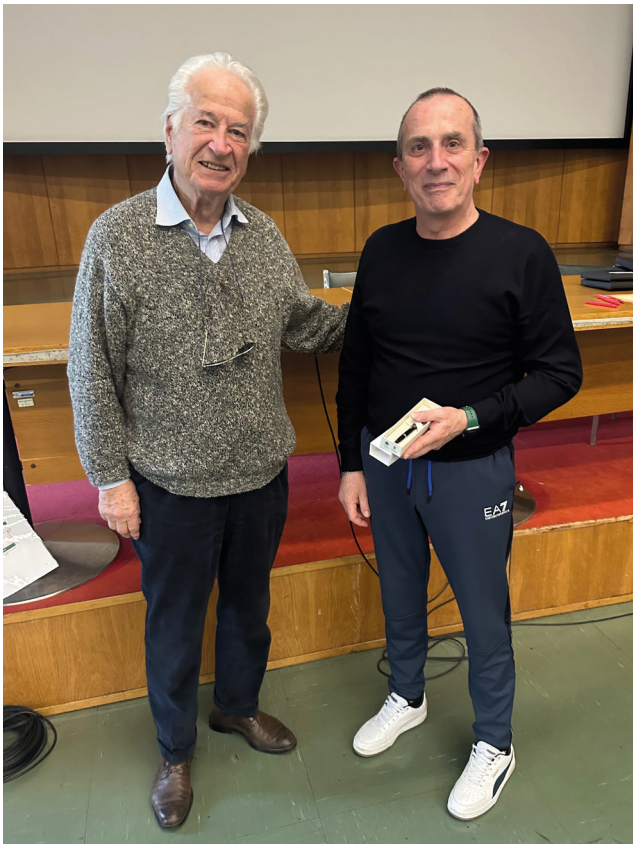
3° | N.5 DONAZIONI

Alessia Silvia Esposito

Andrea Bestetti, premiato da Eduardo Szego per aver raggiunto le 70 donazioni



Francesco Maurizio Maria Contino premiato da Eduardo Szego, Presidente DOSCA, per aver superato le 150 donazioni



Paolo Giuseppe Ceruso premiato dal Presidente Dosca per aver superato le 150 donazioni

DONAZIONE DI SANGUE E SPORT
UN CONNUBIO VINCENTE

DOSCA PUNTA SULLO SPORT!

I nostri favolosi runner continuano a farsi promotori attivi del messaggio della donazione di sangue, attraverso la partecipazione ad eventi e corse presenti nel nostro territorio. Il loro impegno è fondamentale ed è un esempio di responsabilità sociale.

ALLENARSI, STARE IN FORMA E IN SALUTE, CONDIVIDERE LA FATICA E INFINE DONARE IL SANGUE: UN MIX DI ELEMENTI CHE FANNO DAVVERO LA DIFFERENZA!

L'impegno nei confronti della donazione di sangue è ormai costante anche per i nostri amici del Rugby.

Gli ***Old Rugby Lyons*** sono tornati a donare lo scorso 28 marzo, sempre con grande entusiasmo e spirito di squadra.

Il Centro trasfusionale si riempie di energia pura!

SI PUBBLICANO IL BILANCIO CONSUNTIVO 2024 E IL BILANCIO PREVENTIVO 2025 RATIFICATI DALL'ASSEMBLEA ORDINARIA DEI SOCI DOSCA LO SCORSO 8/04/2025.

ASSOCIAZIONE DONATORI OSPEDALE SAN CARLO BORROMEO – ODV

Sede: Azienda Ospedaliera San Carlo Borromeo

Via Pio II n. 3 – 20153

C.F. – P. Iva 97208500053

RELAZIONE DELL'ORGANO DI CONTROLLO ALL'ASSEMBLEA DEGLI ASSOCIATI IN OCCASIONE DELL'APPROVAZIONE DEL RENDICONTO CONSUNTIVO CHIUSO AL 31 DICEMBRE 2024

Agli associati della Associazione,

nel corso dell'esercizio chiuso al 31 dicembre 2024 la nostra attività è stata ispirata alle disposizioni di legge e alle Norme di comportamento dell'organo di controllo degli enti del Terzo settore emanate dal Consiglio Nazionale dei Dottori Commercialisti e degli Esperti Contabili, pubblicate nel dicembre 2020.

Di tale attività e dei risultati conseguiti Vi portiamo a conoscenza con la presente relazione.

È stato sottoposto al Vostro esame dall'organo di amministrazione dell'ente il rendiconto consuntivo al 31 dicembre 2024, che si chiude con un avanzo di € 46.547, redatto in conformità all'art. 13 del D.Lgs. n. 117 del 3 luglio 2017 (d'ora in avanti Codice del Terzo settore) e del D.M. 5 marzo 2020 del Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali.

Il l'organo di Controllo ha verificato che lo schema di rendiconto fosse conforme a quanto disposto dal D.M. 5 marzo 2020 del Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali.

Osservazioni e proposte in ordine alla approvazione del bilancio

Considerando le risultanze dell'attività da noi svolta, invitiamo gli associati ad approvare il Rendiconto Consuntivo chiuso al 31 dicembre 2024, così come redatto dagli amministratori.

L'Organo di Controllo, concorda con la proposta di destinazione dell'avanzo emergente dal Rendiconto Consuntivo, unitamente alla Relazione del Consiglio Direttivo.

Milano, 31 Marzo 2025

L'ORGANO DI CONTROLLO

(Roberto Cattivelli)

Bilancio Contabile

Ragione Sociale : ASSOCIAZIONE DONATORI S.CARLO BORROMEO - ETS — Codice Fiscale : 97208500153 — Partita Iva :

Indirizzo : VIA PIO II 3 20153 MILANO MI — Attività: 949910-ATTIVITÀ DI ORGANIZZAZIONI PER TUTELA

Stato Patrimoniale

Attività

Conto	Descrizione	Saldo Progr.
10	**IMMOBILIZZAZIONI**	**67.451,04**
1035000050	ATTREZZATURA	47.499,47
1040000050	MOBILI E ARREDI	12.609,50
1040000150	HARDWARE E MACCHINE UFFICIO ELETTRONII	7.342,07
12	**IMMOBILIZZAZIONI FINANZIARIE**	**3.600,00**
1254000100	CREDITI IMM. VERSO ASSICURAZIONI PER TFR	3.600,00
18	**CREDITI VARI**	**8.696,00**
1850000050	CRED.V/ASST SANTI E PAOLO QUOTE DONAZIC	8.696,00
22	**DISPONIBILITA' LIQUIDE**	**56.211,23**
2205000100	BANCA INTESA C/C (EX UBI-EX BPCI-EX BRE)	56.001,36
2220000050	CASSA CONTANTE	101,53
2220000205	CARTA PREPAGATA	108,40
25	**RATEI E RISCONTI ATTIVI**	**140,13**
2510000200	RATEI ATTIVI SU INTERESSI ATTIVI	140,13
	Totale	136.098,40
	Perdita	
	Totale a pareggio	136.098,40

Passività

Conto	Descrizione	Saldo Progr.
10	**IMMOBILIZZAZIONI**	**67.451,04**
1035000900	FONDO AMMORTAMENTO ATTREZZATURA	47.499,47
1040000900	FONDO AMMORTAMENTO MOBILI E ARREDI	12.609,50
1040000950	FONDO AMMORTAMENTO HARDWARE E MACI	7.342,07
32	**PATRIMONIO NETTO**	**8.228,94**
3230000050	RISERVA AVANZO GEST. PRECEDENTI	8.228,94
35	**FONDI PER RISCHI E ONERI E TFR**	**9.531,66**
3535000900	FONDO ACCANTONAMENTO TFR	9.531,66
46	**ALTRI DEBITI VERSO FORNITORI**	**3.017,85**
4610000250	FATTURE DA RICEVERE	3.017,85
48	**DEBITI VARI**	**1.286,86**
4855000050	ERARIO C/ RITENUTE DIPENDENTI	52,86
4855000100	ERARIO C/RITENUTE LAVORO AUTONOMO	105,00
4870000050	INPS	1.105,00
4870000250	ALTRI ENTI PREVIDENZIALI E ASSISTENZIALI	24,00
50	**RATEI E RISCONTI PASSIVI**	**34,99**
5010000200	RATEI PASSIVI	34,99
	Totale	89.551,34
	Utile	**46.547,06**
	Totale a pareggio	136.098,40

Conto Economico

Costi

Conto	Descrizione	Saldo Progr.
60	**COSTI DELLA PRODUZIONE**	**61.847,46**
6005003450	GADGETS	4.726,99
6014000850	SPESE PER PROTEZIONE E SICUREZZA	823,10
6015000130	SPESE DI PUBBLICITÀ E PROPAGANDA	4.723,64
6015000132	SPESE PUBBL. IL DONATORE	15.463,00
6015000133	COSTI SOST. PER GITA SOCIALE	7.628,10
6015000135	EVENTI	2.880,05
6015000136	STAMPA MANIFESTI, LOCANDINE - AFFISSIONI	811,56
6015000150	GRUPPO SPORTIVO DONATORI SANGUE	4.244,03
6015001750	SPESE DI RAPPRESENTANZA	935,65
6015002050	SPESE PER SERVIZI POSTALI	30,35
6015003000	COMPENSI PROF.LI PER L'AMMINISTRAZIONE	7.554,09
6015003210	TELEFONICHE	3.624,79
6015003601	COMPENSI PROFESSIONALI	3.733,00
6015004420	SPESE GEST. SEDE SETTIMO M.SE	523,80
6015004700	SERVIZI BANCARI	345,09
6015004752	SPESE VARIE	3.185,69
6015009210	ASSICURAZ. PER VOLONTARI CHE PRESTANO A	614,53
63	**COSTI PER IL PERSONALE**	**33.651,73**
6310000500	SALARI E STIPENDI	24.589,14
6320000353	ONERI PREVIDENZIALI DIPENDENTI	7.353,12
6320000400	CONTRIBUTI INAIL	70,00
6330000400	ACCANTONAMENTO T.F.R.	1.639,47
78	**ACCANTONAMENTI E ONERI DIVERSI**	**1,51**
7820000350	IMPOSTE E TASSE	1,51
80	**PROVENTI E ONERI FINANZIARI**	**9,40**
8035000050	ARROTONDAMENTI PASSIVI	9,40
	Totale	95.510,10
	Utile	**46.547,06**
	Totale a pareggio	142.057,16

Ricavi

Conto	Descrizione	Saldo Progr.
55	**VALORE DELLA PRODUZIONE E RICAVI VARI**	**141.908,96**
5510000200	ENTRATE DONAZIONI SANGUE	13.657,50
5510000201	DONAZ.SANGUE SAN CARLO	96.968,00
5510000202	DONAZ.SANGUE S.PAOLO	1.434,00
5510000203	QUOTE PART. GITA SOCIALE ACCOMPAGNATI	700,00
5510000204	EROGAZIONI LIBERALI	20.289,00
5575000051	QUOTE 5 X 1000	8.860,46
80	**PROVENTI E ONERI FINANZIARI**	**148,20**
8030001050	INTERESSI ATTIVI DA BANCHE	140,13
8030009010	ARROTONDAMENTI ATTIVI	8,07
	Totale	142.057,16
	Perdita	
	Totale a pareggio	142.057,16

ASSOCIAZIONE DONATORI S.CARLO BORROMEO-ETS VIA PIO II, 3 - 20153 Milano - C.F.97208500153

PREVENTIVO 2025

	2025	31/12/2024
Oneri e costi		
A) Costi e oneri da attività di interesse generale		
1) Materie prime, sussidiarie, di consumo e di merci	3.500 €	4.727 €
6005-3450 GADGETS	3.500,00 €	4.727,00 €
2) Servizi	54.370 €	47.876 €
6015-0130 SPESE PUBBLICITA' E PROPAGANDA	14.000,00 €	4.724,00 €
6015-0132 SPESE PUBBLICAZIONE IL DONATORE	13.000,00 €	15.463,00 €
6015-0133 COSTI PER GITA SOCIALE	6.000,00 €	7.628,00 €
6015-0135 EVENTI	4.000,00 €	2.880,00 €
6015-0136 STAMPA, MANIFESTI, LOCANDINE-AFFISSIONI	1.000,00 €	812,00 €
6015-0150 GRUPPO SPORTIVO DONATORI SANGUE	4.000,00 €	4.244,00 €
6015-1750 SPESE DI RAPPRESENTANZA	900,00 €	936,00 €
6015-2050 SERVIZI POSTALI	50,00 €	30,00 €
6015-3210 TELEFONICHE	3.500,00 €	3.625,00 €
6015-3601 COMPENSI PROFESSIONALI	4.000,00 €	3.733,00 €
6015-4752 SPESE VARIE	3.000,00 €	3.186,00 €
6015-6000 COSTI PER RICERCA MEDICO SCIENTIFICA	500,00 €	- €
6015-9210 ASSICURAZIONE VOLONTARI	420,00 €	615,00 €
3) Godimento beni di terzi	500 €	524 €
6015-4420 SPESE GEST. SEDE SETTIMO M.SE	500,00 €	524,00 €
7) Oneri diversi di gestione	15.000 €	1 €
a) Oneri diversi di gestione	15.000 €	1 €
7820-0350 IMPOSTE E TASSE	0	1
7815-0150 ACCANTONAMENTO RICONOSCIMENTO ASSOCIAZIONE	15.000,00 €	- €
Totale costi e oneri da attività di interesse generale	**73.370 €**	**53.128 €**
B) Costi e oneri da attività diverse		
Totale costi e oneri da attività diverse	- €	- €
C) Costi e oneri da attività di raccolta fondi		
Totale costi e oneri da attività di raccolta fondi	**- €**	**- €**
D) Costi e oneri da attività finanziarie e patrimoniali		
1) Su rapporti bancari	300 €	345 €
6015-4700 SERVIZI BANCARI	300,00 €	345,00 €
6) Altri oneri	- €	9 €
8035-0050 ARROTONDAMENTI PASSIVI	- €	9,00 €
Totale costi e oneri da attività finanziarie e patrimoniali	**300 €**	**354 €**
E) Costi e oneri di supporto generale		
2) Servizi	11.680 €	8.377 €
6014-0850 SPESE PER PROTEZIONE E SICUREZZA	680,00 €	823,00 €
6015-3000 COMNPENSI PROF.LI PER L'AMMINISTRAZIONE	11.000,00 €	7.554,00 €
4) Personale	33.000 €	33.651 €
6310-0500 SALARI E STIPENDI	33.000,00 €	24.589,00 €
6320-0350 CONTRIB.PREVID.DIPENDENTI	- €	7.353,00 €
6320-0400 CONTRIBUTI INAIL	- €	70,00 €
6330-0400 ACCANTONAMENTO TFR	- €	1.639,00 €
Totale costi e oneri di supporto generale	**44.680 €**	**42.028 €**
Totale oneri e costi	**118.350 €**	**95.510 €**
Proventi e ricavi		
A) Ricavi, rendite e proventi da attività di interesse generale		
4) Erogazioni liberali	3.000 €	20.289 €
5510-0050 EROGAZIONI LIBERALI	3.000,00 €	20.289,00 €
5) Proventi del 5 per mille	4.000 €	8.860 €
5575-0051 QUOTE 5X1000	4.000,00 €	8.860,00 €
9) Proventi da contratti con enti pubblici	100.000 €	112.060 €
5510-0200 ENTRATE DONAZIONI SANGUE	100.000,00 €	13.658,00 €
5510-0201 DONAZ.SANGUE SAN CARLO	- €	96.968,00 €
5510-202 DONAZ.SANGUE S. PAOLP	- €	1.434,00 €
10) Altri ricavi, rendite e proventi	900 €	700 €
a) Altri ricavi, rendite e proventi	900 €	700 €
5510-0203 QUOTE PATECIP. GITA SOCIALE	900,00 €	700,00 €
Totale ricavi, rendite e proventi da attività di interesse generale	**107.900 €**	**141.909 €**
Avanzo/disavanzo attività di interesse generale (+/-)	**34.530 €**	**88.781 €**
B) Ricavi, rendite e proventi da attività diverse		
Totale ricavi, rendite e proventi da attività diverse	**- €**	**- €**
Avanzo/disavanzo attività diverse (+/-)	**- €**	**- €**
C) Ricavi, rendite e proventi da attività diverse		
Totale ricavi, rendite e proventi da attività di raccolta fondi	**- €**	**- €**
Avanzo/disavanzo attività di raccolta fondi (+/-)	**- €**	**- €**
D) Ricavi, rendite e proventi da attività finanziarie e patrimoniali		
1) Da rapporti bancari	100 €	140 €
8030-1050 INTERESSI ATTIVI DA BANCHE	100,00 €	140,00 €
5) Altri proventi	- €	8 €
8030-9010 ARROTONDAMENTI ATTIVI	- €	8,00 €
Totale ricavi, rendite e proventi da attività finanziarie e patrimoniai	**100 €**	**148 €**
Avanzo/disavanzo attività finanziarie e patrimoniali (+/-)	**- 200 €**	**- 206 €**
E) Proventi di supporto generale		
Totale proventi di supporto generale	**- €**	**- €**
Avanzo/disavanzo oneri/proventi di supporto generale	**- 44.680 €**	**- 42.028 €**
Totale proventi e ricavi	**108.000 €**	**142.057 €**
Avanzo/disavanzo d/esercizio prima delle imposte (+/-)	**- 10.350 €**	**46.547 €**
Imposte	- €	- €
Avanzo/disavanzo d'esercizio (+/-)	**- 10.350 €**	**46.547 €**
Costi e proventi figurativi		
Costi figurativi	**- €**	**- €**
Totale costi figurativi	**- €**	**- €**
Proventi figurativi		
Totale proventi figurativi	**- €**	**- €**

DO.S.CA ODV
Associazione Donatori Sangue
Ospedale San Carlo Borromeo

Assemblea Ordinaria e Straordinaria Soci
DO.S.CA. ODV

8 Aprile 2025

Relazione del Presidente

Cari Associati,

siete convocati per ratificare il Bilancio Consuntivo dell'esercizio 2024 e il Bilancio Preventivo 2025 e per adempiere ad altre due incombenze di Legge:

a) l'acquisizione di Personalità Giuridica da parte di DOSCA, ossia l'acquisizione di autonomia patrimoniale perfetta,

e

b) ratificare i risultati che saranno emersi dalle elezioni tenutesi per il rinnovo delle cariche sociali

Si coglie ora l'occasione per relazionarvi sui principali risultati e temi che hanno caratterizzato l'esercizio 2024 e sulle principali prospettive gestionali per l'anno in corso.

La prima, più importante e più preoccupate constatazione riguarda l'andamento delle donazioni: a fronte del lento ma costante recupero dal disastro post-Covid (2019) sia nelle donazioni che nel reclutamento di nuovi donatori registrato a consuntivo del 2024, di nuovo nel primo trimestre del 2025 registriamo un peggioramento rispetto allo stesso trimestre sia del 2024, che del 2019 (anno di riferimento in quanto ultimo pre-Covid). A voler essere ottimisti ad ogni costo, potremmo imputare questa situazione ad un fattore contingente e non strutturale ossia alla epidemia di influenza che ha avuto i suoi picchi a inizio anno. Ma anche così, dobbiamo reagire velocemente perché la diminuzione dei nuovi donatori è il campanello di allarme più preoccupante per la nostra attività: si è infatti deciso di baricentrare il prossimo budget pubblicitario su un campagna mirata ai giovani e agli ambienti sportivi, e istruzioni sono state date ai nostri consulenti per adeguare anche i messaggi pubblicitari a questo particolare settore della popolazione. Rimarrà anche sempre molto presente l'attività del nostro Gruppo Sportivo in particolare gli attivissimi runners.
Chiaramente, dobbiamo ribadirlo, noi come Dosca ci troviamo, unici su tutto il territorio metropolitano di Milano e non solo, a concorrere all'obiettivo della raccolta di sangue in presenza di un pesante handicap impostoci contro la nostra volontà più volte espressa, ossia il Centro donazione aperto solo 5 gg/ settimana! Ad ogni nostro motivato sollecito in tal senso ci viene riposto quando va bene con un assordante silenzio oppure con indicazioni e suggerimenti che alla prova dei fatti si rivelano per ciò che erano già a conoscenza della Direzione, ossia assolutamente fasulli e impercorribili.

Come avrete notato dalle intestazioni, Dosca è passata non certo per volontà sua da "Onlus" a "OdV" (essendo già stata ai suoi inizi "Ong"), destreggiandosi in un dedalo di ETS, ASD, APS ecc ecc, tutto questo a riprova dello stakanovismo a fondo perso delle Istituzioni e della inconsistente produttività delle stesse in campo innovativo e creativo! Comunque non ha alcuna importanza e rilevanza la presenza di una sigla o un'altra, sono solo il frutto della modesta attività di modesti impiegati immaginiamo privi di adeguata cultura, che nulla toglie e nulla dà alle problematiche che dobbiamo affrontare.

Noterete inoltre che per disposizioni del Runts, altro Ente pubblico ad impatto pressoché nullo sulla vita sociale, il nostro Bilancio che vi accingete a ratificare, è costruito per Competenza e non più per Cassa. E comunque le risultanze sono prive di situazioni di preoccupazione anche per i contributi economici volontari individuali ricevuti "una tantum", e il 5x1000.

Il commento del Revisore dei conti, qui allegato, ci conforta in queste deduzioni conclusive.

Ci sentiamo pertanto di raccomandare ai Soci, se nulla osta, di ratificare i Bilanci suddetti.

Dr. Eduardo Szego

Presidente Dosca

Sede: **AZIENDA OSPEDALIERA SAN CARLO BORROMEO**
Via Pio II, 3 – 20153 Milano – Tel.02.48.71.40.32– Fax 02.48.70.81.21 – E-mail: info@doscasancarlo.it
Cod. Fisc. e Part. IVA 97208500153

CONVENZIONI DOSCA

Per usufruire delle convenzioni è necessario esibire il tesserino blu di DOSCA

Servizi per la casa

Riparazioni idrauliche, riscaldamento e climatizzazione

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

Videosorveglianza ed Antifurti

Setik Store Srl
Viale Misurata 62 - Milano
tel. 02-92853549
Sconto del 10%
(non cumulabile con altre promo ed antifurti)
Preventivi gratuiti

Casa, arredamento e accessori

Agenzia immobiliare San Paolo
Via delle Forze Armate, 212 - Milano
tel. 02.48702189
studioimmobiliaresanpaolo@gmail.com
www.studioimmobiliaresanpaolo.it
Incarico di vendita in esclusiva (1%)
In omaggio ape (attestato di prestazione energetico) e visura catastale
Ampi vantaggi per donatori e famigliari

Tappeti

Karimi Tappeti
centro vendita, restauro e lavaggi tappeti
Via Carlo Ravizza, 11 - Milano
tel. 02-48197857

Sconto del 15% su tutto

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

Articoli di pelletteria

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)

Estetica e Bellezza

Parrucchiere

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

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

Estetica Benessere Cinzia
Via Trieste, 19 - Milano
tel. 347 - 8949972
Sconto del 10% su tutti i servizi

Karma Parrucchieri
Via Saint Bon, 2 - Milano
tel. 02-49469425
life1407@libero.it
Sconto del 10% su tutti i servizi

Estetica

RC Beauty Center
specialisti in depilazione progressiva definitiva
Via F. Giorgi, 7 - Milano
tel. 02-39430607
ricciecapricciparrucchieri@hotmail.it
Sconto del 10% su tutti i servizi

L'eclat de la beautè estetista
Via Santa Rita da Cascia, 3/b - Milano
tel. 02-39667110 - 02-89125994
cinzia.panzeri11@gmail.com
Sconto del 10%
su tutti i trattamenti superiori ai 20 euro.

Prodotti per capelli

MA-RA
Via Palmi, 2 ang. Forze Armate - Milano
tel. 02-4563796
www.maxdimara.com
maxdimara@libero.it
Sconto del 10% su tutti prodotti

Studio Marcucci Milano S.r.l.
Centro Medico Polispecialistico
Dermatologia Estetica - Terapie Fisiche
www.marcuccimilano.com
Via D. Albertario, 9 Milano 20125
tel. 02 66803294 338 5339436
info@marcuccimilano.com
Sconto del 10%- su tutte le visite e i trattamenti

Salute e servizi alla persona

Farmacia

Farmacia Washington
Via Caboto, 9 - Milano
tel. 02-48006001
Sconto del 10%
su prodotti di dietetica,
cosmetica, igiene, medicazione,
integratori prodotti per la prima infanzia
(escluso il latte per neonati).
(Sconto non cumulabile con altre promo)

Dentista

GSG Dental Sas
Via San Giusto, 52 Milano
cell. 366-1192498
gsg.dental@alice.it
Sconto del 10% su listino prestazioni

Studio Dentistico Raimo
Via Ugo Foscolo, 5 Corsico
sconto del 5% sui trattamenti e
1^ visita gratuita senza impegno
Covenzionato con FondoEst, Unisalute, Fasi,
Faschim, Pronto Care
Possibilità di rateizzazioni personali

Ortopedia

Quarta età
Via Celio, 2 - Milano
tel. 02-48205684
Sconto del 5% su tutti i prodotti

Medicina dello sport

Fondazione Don Carlo Gnocchi

Centro di Medicina dello Sport
IRCCS S. MARIA NASCENTE

Via Gozzadini, 7 - Milano

Prenotazioni telefoniche:
tel. 02-40308309/296
(lun-ven 8.30-17.00)

Orario visite:
h. 13.00 - 18.45 (lun-ven)
al mattino e di sabato su richiesta

Sconto del 15% su visite
di idoneità sportiva, agonistica e non.

Servizi alla persona

Infamiglia soc.coop. sociale onlus
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,ecc..

Attività Finanziarie

Prodotti finanziari

Credittime - Agenzia in attività finanziaria
Via Rembrandt, 34 - Milano
tel. 02-91663295 cell. 393-2168695
web@credittime.it
Prodotti finanziari a condizioni
vantaggiose per donatori e familiari.

Assistenza fiscale

CAF - M.G.S.
Via Degli Imbriani 41, Milano
tel. 02- 45494866 cell. 375-6702000
www.cafmgs.it
Sconto del 20% ai soci DOSCA

CAF - ACLI
Stesura 730 / Modello redditi / Isee e servizi collegati
Il servizio verrà fornito presso le sedi territoriali
di AcliMilano, il cui elenco è consultabile qui:
www.cafaclimilano.it/centri-operativi-mappa

Per prenotare un appuntamento telefonare al
numero unico 02.25544777 o, in alternativa, al
recapito diretto della sede.

TARIFFE (iva inclusa)
- Tariffa ACC - 5,00 euro
- Modello 730 unico - 30 euro
- Modello 730 congiunto 60 euro
- Modello Redditi P.F. (senza p.iva)- 45 euro
- Costo aggiuntivo 1° Anno di Detrazione Bonus Edilizi non Condominiali - a partire da 10€
- Isee e servizi collegati - nessun compenso

Il pagamento del servizio a carico del singolo
cliente oggetto della prestazione andrà da questi
effettuato a conclusione della prestazione a
mezzo contanti, bancomat, assegno o bonifico
bancario sul conto corrente avente IBAN
riportato in fattura.

Automobili e mezzi di trasporto

Riparazioni vetro automobili

3 Vetri 3 Snc - Doctorglass
Via Delle Forze Armate, 101- Milano
tel. 02-45495757
raffaele@doctorglass.com
Sconto del 20% su sostituzioni,
riparazioni e oscuramento vetri

Biciclette

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

Sport e tempo libero

Sport e attività fisica

ASD "Postura e Benessere"
Via Postumia, 3 – Milano
Via Pompeo Marchesi, 18 - Milano
cell. 347-8774067
info@posturaebenessere.com
Sconto del 10% su tutte le attività di gruppo
(corsi di pancafit, ginnastiche, yoga, tai chi,
attività in gravidanza)
www.posturaebenessere.com

Raja Yoga e Meditazione
ccell. 392-0817105
meditutti@gmail.com
analisi gratuita dei Chakra
lezione di prova sempre gratuita

Corso di memorizzazione

Memorapid
lezioni private di ogni materia, corsi di
memorizzazione rapida, lettura veloce,
scrittura creativa
Via Panizzi, 6 - Milano
tel. 02-48958144 cell. 339-6293896
Sconto del 50% su tutti i corsi

DOSCA A TEATRO

Per usufruire delle convenzioni è necessario esibire il tesserino blu di DOSCA

Grattacielo
Ticketing & groups booking propone per la stagione teatrale in corso gli spettacoli consultabili sul sito di DOSCA www.doscasancarlo.it
Info e prenotazioni *angela@grattacielo.net*

Ogni tessera associativa DOSCA dà diritto all'acquisto di 2 biglietti ridotti adulti.

Info per gli spettacoli in convenzione telefonare al numero 02-7636901 dal lunedì al sabato dalle ore h. 10.00 alle 19.00.

Agevolazioni (fino ad esaurimento posti)
RIDUZIONE DEL 20% SUL PREZZO INTERO DEL BIGLIETTO

Modalità di acquisto dei biglietti in convenzione:
- **acquisto diretto presentando la tessera DOSCA** presso la **Biglietteria del Teatro Manzoni Orari: dal Lunedì al sabato h. 12.30 - 19.00 orario continuato** Via Manzoni, 42 – Milano.
- **acquisto con pagamento tramite bonifico bancario**. Scrivere a gruppi@teatromanzoni.it Al momento mdella transazione bisognerà comunicare la l'Associazione di appartenenza.
- **acquisto on line, utilizzando il codice di sconto** indicato nelle newsletter mensili, direttamente su www.teatromanzoni.it

Multisala Gloria, Multisala Sarca e Multisala Merlata Bloom
Per i soci DOSCA mostrando la tessera associativa in biglietteria:
- prezzo convenzionato di **€ 5,90** (a fronte di un prezzo intero di € 9,00 e ridotto € 7,50)
- Prezzo valido tutti i giorni ad esclusione dei giorni dichiarati nel presente accordo
- Per i giorni 25, 26, 31 dicembre, e 01, 02, 03, 04, 05, 06 gennaio il prezzo dedicato sarà **€ 7,50**
- L'accordo vale per i cinema **Milano Multisala Centro Sarca** Via Milanese - Sesto San Giovanni (MI), **Multisala Gloria** Corso Vercelli, 18 - Milano e **Multisala Merlata Bloom** Via Daimler, 61, 20151 Milano.

Per usufruire dei posti in promozione i donatori potranno o recarsi presso il **Teatro Dal Verme**, muniti di tessera associativa oppure **on-line** tramite sito ipomeriggi.it/

Consultare il sito www.doscasancarlo.it per informazioni sugli spettacoli e per visionare il listino prezzi in convenzione.

Per gli acquisti on-line sono presenti sul sito www.doscasancarlo.it i codici sconto da utilizzare per avere la riduzione.

Ogni tessera associativa **dà diritto all'acquisto di 2 biglietti ridotti sugli spettacoli in convenzione**.

Teatro Dal Verme
Via San Giovanni sul Muro , 20121 Milano
aperto dal martedì al sabato
dalle ore 10:30 alle ore 18:30

Il prezzo dedicato ai soci è il **ridotto gruppi**. La richiesta dei biglietti deve essere inviata a ufficiogruppi@teatrorepower.com indicando:
- Associazione DOSCA
- n. di tessera DOSCA
- spettacolo, data, ora, numero dei posti, tipologia di seduta e per alcuni spettacoli dove sono previste delle riduzioni il n. dei bambini

L'ufficio Gruppi risponderà confermando la prenotazione e inserendo le coordinate bancarie per poter effettuare il bonifico.

Arrivato il pagamento i biglietti, questi saranno inviati a mezzo mail.

Il giorno della rappresentazione sarà necessario che il socio che assisterà allo spettacolo sia in possesso della tessera.

Consultare gli spettacoli in promozione sul sito DOSCA

Puoi acquistare i biglietti presso il **TEATRO NAZIONALE CHE BANCA** e **TEATRO LIRICO GIORGIO GABER** con il prezzo Ridotto Convenzione del 15%, vai direttamente online visitando i siti dei teatri.

Dovrai utilizzare un codice sconto dedicato.

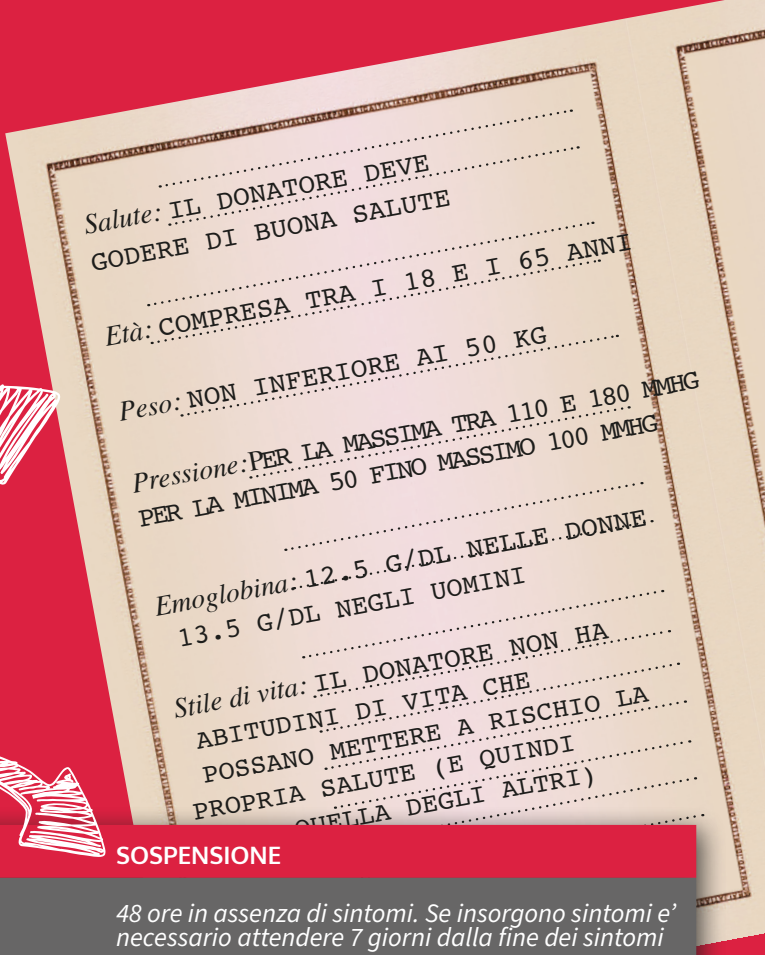
Di seguito i passaggi:
- Visita il sito del Teatro Nazionale o del Teatro Lirico Giorgio Gaber
- Seleziona la data e l'orario dello spettacolo
- Seleziona LA TUA PROMOZIONE
- Selezionare dalla tendina che compare in alto a sx - Inserisci il codice sconto dedicato e cliccare sul "bottone" MOSTRA PROMOZIONE. I prezzi che compariranno sotto sono già scontati
- Seleziona il tuo posto (scelta in pianta) e procedi all'acquisto

Richiedi i codici promozione e sconto presso la segreteria DOSCA.

PRONTUARIO DEL DONATORE

LA CARTA D'IDENTITÀ DEL DONATORE

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

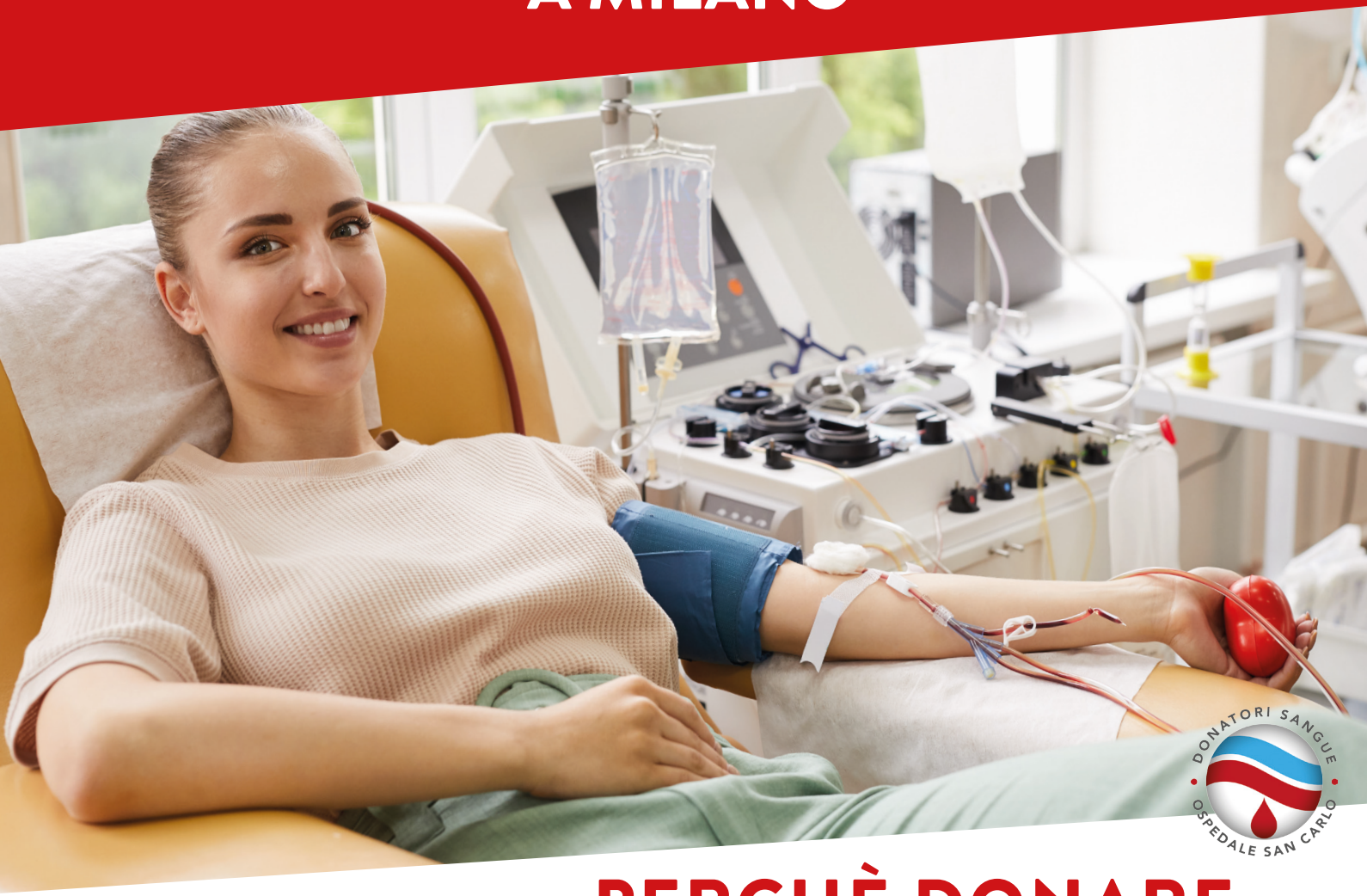


Sospensioni Temporanee

EVENTO	SOSPENSIONE
Vaccinazione anti-COVID	*48 ore in assenza di sintomi. Se insorgono sintomi e' necessario attendere 7 giorni dalla fine dei sintomi*
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,	*7 giorni dall'ultima assunzione*
Intervento odontoiatrico minore con anestesia locale	*1 settimana*
Vaccinazione antiallergica	*72 ore*
Vaccinazione contro rosolia, tubercolosi, febbre gialla, morbillo, antivaiolo, antipolio 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*

DONA *IL* SANGUE

ALL'OSPEDALE SAN CARLO BORROMEO A MILANO



SCANSIONA PER AVERE TUTTE LE INFORMAZIONI

TEL 02-48714032

PERCHÈ DONARE IL SANGUE?

- CE N'È GRANDE BISOGNO
- È SEMPLICE E GRATIFICANTE
- PUOI ALLEVIARE UNA SOFFERENZA
- PUOI SALVARE UNA VITA
- ANALISI CLINICHE GRATUITE