

PERIODICO D'INFORMAZIONE, INTRATTENIMENTO, CULTURA.

NUMERO 38 – ANNO XVI – DICEMBRE 2021

i DONATORE

di sangue



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



i/ DONATORE

di sangue

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

Direttore responsabile
Eduardo Szegő

Redazione
Gloria Mereghetti
Monica Ditaranto

Grafica e impaginazione
Anna Molteni

Hanno collaborato a
questo numero

AIRC
Area Comunicazione Milano
Cortina 2026
Francesca Boggio
Silvano Brugnerotto
Beatrice Ferrario
Anna Molteni
Giovanni Nanetti
Maria Papavasileiou
Sapere&Salute
Eduardo Szegő
Vincenzo Toschi
Anna Venere

Stampa
Editoria Grafica Colombo Srl
Valmadrera (LC)

Autorizzazione
Tribunale di Milano
n. 168 dell'11 marzo 2005
Segreteria Do.s.ca
telefono 02 48714032
Centro trasfusionale
telefono 02 40222430
numero 38
anno XVI Dicembre 2021
www.doscasancarlo.it

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

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



Orari donazioni

Ricordiamo a tutti i donatori che in questa particolare situazione di emergenza sanitaria dovuta al Covid-19 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 dalle ore 8.00 alle ore 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 biscottata. 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

Presso il bar dell'Ospedale viene offerta una colazione dolce o 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 2,00 euro.



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



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



SOMMARIO

NUMERO 38



In copertina:
illustrazione realizzata
per edizione 38 de "Il
Donatore"

EDITORIALE

6 di Eduardo Szegö

SPECIALE

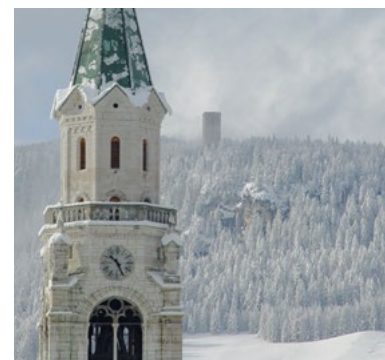
8 I FARMACI ANTIVIRALI
ANTI COVID 19.
Una terapia complementare
alle vaccinazioni



di Vincenzo Toschi

PRIMO PIANO

12 ARRIVANO I GIOCHI
Milano Cortina 2026.
di Area Comunicazione Milano
Cortina 2026



CULTURA

16 MILANO CAPITALE
DEL DESIGN
di Silvano Brugnerotto



20 IL MISTERO DEL GOLGOTA
NELLA LUCE D'ORIENTE
SECONDO LEONARDO.
di Beatrice Ferrario

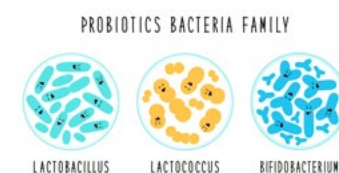


VITA SANA E PREVENZIONE

24 COLON IRRITABILE.
Attenzione alle carenze di
vitamine.
a cura di Sapere&Salute



26 MICROBIOTA E CANCRO,
UNA RELAZIONE A TUTTO
TONDO di AIRC



28 AFORISMA

LA RICETTA

30 CREMA DI SEDANO
di Maria Papavasileiou



MODA, TENDENZE E ATTUALITA'

32 VUOI METTERE UN PO' DI
AUTUNNO NEL TUO
ARMADIO?
di Anna Venere



VITA ASSOCIATIVA

48 GIORNATA MONDIALE DEL
DONATORE DI SANGUE



50 E SI CONTINUA A
CORRERE! I runner dosca
non si fermano.



51 SAGRE DI BAGGIO E
SETTIMO MILANESE



52 CONVENZIONI DOSCA

54 DOSCA A TEATRO

55 PRONTUARIO

RUBRICHE

34 ANNIVERSARI
50 e 100 anni in Medicina.

36 SCRITTI E DIPINTI DA VOI

39 LETTI PER VOI

40 LETTERE ALLA REDAZIONE

42 MEDICINA IN PILLOLE

43 CRONACA IN PILLOLE

44 IL MEDICO RISPONDE
di Vincenzo Toschi

45 LO PSICOLOGO RISPONDE
di Francesca Boggio

46 L'AVVOCATO RISPONDE
di Giovanni Nanetti



Editoriale



Eduardo Szegö

*Presidente e
Cofondatore di DOSCA*

Donatrici e donatori, volontari, Consiglieri, amiche e amici, abbiamo “fortissimamente” sperato e desiderato di darvi qui notizie sull’andamento delle donazioni, migliori di quelle fornite nell’ultimo numero di giugno della nostra Rivista. Ma purtroppo le cose non sono andate come si sperava: dopo un primo trimestre in cui si registrava un’impennata delle donazioni tale da far ipotizzare un rapido recupero di risultati prossimi a quelli del 2019 anche in considerazione del fatto che si andava verso la stagione più tiepida in cui apparentemente scendono i contagi e si sarebbe potuto contare su una minor titubanza dei donatori a recarsi in zone ospedaliere. Niente di tutto ciò, già in aprile è cominciata una rapida discesa della curva delle donazioni fino ad eguagliare in agosto i valori del 2020, l’anno peggiore per contagi e diffuso allarmismo, fattore quest’ultimo che influenza negativamente chiunque deve mescolarsi in ambienti affollati per di più adibiti a Centri Covid, quale un ospedale.

Motivi di tutto ciò, di questo yo-yo o sali scendi che dir si voglia delle donazioni? Francamente non lo sappiamo, tante ipotesi si possono fare tra cui ad esempio la progressiva diminuzione dello smart working che forse dava maggior libertà al donatore di scegliersi il momento per andare a donare, o un inconscio allentamento del solidarismo che si innesca nei momenti di qualsiasi emergenza, tutte ipotesi prive di qualsiasi prova certa. Di certo c’è che sia il mese di ottobre che i primi 10 mesi

dell’anno 2021 confermano rispettivamente un calo medio del 18 e 20% rispetto agli analoghi periodi del 2019, ultimo anno pre-Covid! La situazione quindi a noi appare piuttosto seria se non addirittura preoccupante, anche perché omogenea in tutta l’area metropolitana milanese ed anche a livello nazionale, ma a preoccuparsene sembra che siamo soltanto noi delle Associazioni Donatori, a cui si deve tra l’altro oltre il 92% di tutto il sangue raccolto in Italia. Laddove a livello istituzionale ossia Centro Nazionale Sangue, Assessorati alla Salute Regionali e Comunali, ASL e Aziende Ospedaliere, non si è sentito alzare alcun grido di allarme, nessuna offerta di aiuto ad esempio in termini di spazi pubblicitari gratuiti, o impegno diretto di autorità in spot rivolti ai cittadini, o ancora promozione programmata e diretta all’interno degli uffici pubblici, ecc e potremmo proseguire con altri esempi di assenza se non addirittura di ostacoli frapposti dalle Istituzioni alla già faticosa opera di reclutamento di nuovi donatori e mantenimento in attività degli stessi. Basterebbe citare soltanto la totale assenza di risposta da parte della Direzione Generale del nostro Ospedale di riferimento alle richieste formulate già nel mese di maggio, tra cui l’apertura alla donazione dei sabati e delle domeniche, la concessione di spazi per la pubblicità all’interno dell’Ospedale, richiesta bloccata da due anni e senza comprensibili ragioni nella scrivania dell’impiegata addetta a tale funzione. Ma anche se ciò è piuttosto frustrante, noi non disarmeremo e con l’aiuto di tutti voi donatori contiamo di raddrizzare la situazione. Abbiamo infatti mantenuto il livello di presenza pubblicitaria tramite manifesti murali, volantinaggio, totem pubblicitari nelle aree di maggior passaggio di popolazione, più i contatti/solleciti diretti con i donatori, nonostante che il calo delle donazioni abbia ovviamente contratto le entrate ossia le nostre disponibilità economiche per far fronte a campagne promozionali più intense e diffuse. Continuiamo con una presenza attiva ad eventi di buona visibilità, come

la Giornata Mondiale del Donatore, Fiere e sagre locali, manifestazioni sportive con i nostri runners, come si dà conto nella rubrica sulla Vita Associativa di questa stessa Rivista.

Ciò di cui avvertiamo la mancanza per aver risultati concreti nella veicolazione del messaggio sulla donazione del sangue, è un adeguato supporto specialistico per i contatti esterni, stampa e media in generale, ma poi anche Istituzioni ed Enti. Noi di Dosca abbiamo proposto di avvalersi, congiuntamente tutte le nove Associazioni attive nel territorio metropolitano, di un addetto stampa qualificato che indirizzi la comunicazione generica durante l’anno e in particolare in occasione di eventi importanti, quale è stata la Giornata Mondiale del donatore di sangue. La proposta è stata improvvidamente bocciata dalle altre Associazioni col risultato che quest’ultimo evento, seppur partito con un’impressive slogan con sottofondo musicale, è passato del tutto inosservato al pubblico, quel pubblico dove noi peschiamo i donatori. Ma tant’è! Finché ci sostiene l’assoluta convinzione sulla giustizia e utilità della nostra “mission”, continueremo questa battaglia, perché a questo si è ridotta, anche senza la certezza di vincerla sempre. Con questo impegno, inviamo un cordiale saluto con...

*Auguri e...
Buona Donazione
a tutti.*



I farmaci antivirali ANTI COVID 19

UNA TERAPIA COMPLEMENTARE ALLE VACCINAZIONI

INTRODUZIONE

Un'imponente mole di letteratura scientifica e divulgativa ha, in questi ultimi due anni di emergenza pandemica da SARS-CoV-2, correttamente posto l'accento sul ruolo fondamentale svolto dalla vaccinazione anti COVID-19 nella prevenzione di questa grave malattia virale. Al fine di far fronte alla pandemia da SARS-CoV-2, ancora in corso, la ricerca scientifica in campo biomedico al momento è anche intensamente impegnata nel tentativo di identificare una terapia farmacologica antivirale efficace nei confronti della infezione da COVID-19. Il farmaco antivirale ideale dovrebbe consistere in una 'pillola' che, sotto controllo medico, potrebbe essere assunta dal paziente, preferibilmente a domicilio, all'insorgenza dei primi sintomi dell'infezione e subito dopo avere ricevuto un esito positivo del tampone molecolare. Il maggiore ostacolo all'ottenimento dell'antivirale ideale deriva dal fatto che SARS-CoV-2, come quasi tutti i virus, è soggetto a continue mutazioni che si verificano per adattarsi sempre meglio alle cellule dell'organismo ospite all'interno delle quali il virus si riproduce. L'obiettivo

Meccanismo di replicazione dei virus

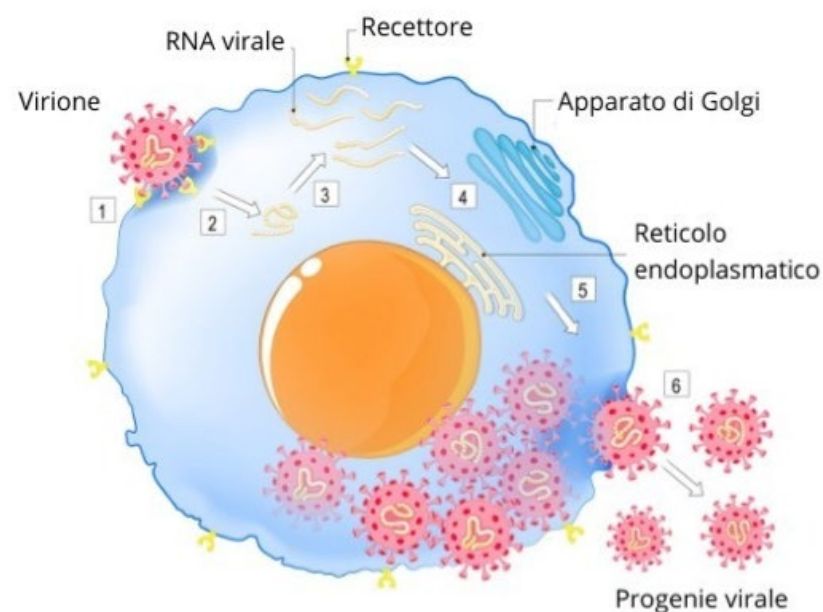


FIGURA 1. Rappresentazione schematica del processo di replicazione del virus responsabile dell'infezione COVID-19.

della ricerca in questo campo è quindi quello di sviluppare un farmaco in grado di colpire una delle fasi della replicazione del virus (Fig.1), senza compromettere il metabolismo o la replicazione della cellula ospite. La ricerca in questo campo si sta concentrando, in questi ultimi due anni di pandemia sia sull'impiego di farmaci antivirali già esistenti che sullo sviluppo di nuove molecole (Fig.2).

I FARMACI ANTIVIRALI UTILIZZATI CONTRO IL SARS-COV-2.

In una fase iniziale degli studi in questo ambito, è stato sperimentato e approvato l'impiego 'fuori indicazione' o 'off-label' per usare un termine più frequentemente utilizzato nel linguaggio scientifico, di una combinazione di due antivirali, già usati per trattare l'infezione da HIV: l'associazione **lopinavir/ritonavir**. Il meccanismo d'azione del lopinavir è quello, di inibire una proteasi che favorisce l'assemblaggio delle particelle virali all'interno della cellula ospite, mentre il ritonavir ritarda il metabolismo del lopinavir, potenziandone l'effetto farmacologico. L'esperienza clinica nell'infezione da HIV ha dimostrato che questi farmaci oltre che efficaci sono relativamente sicuri e ben tollerati. La combinazione **lopinavir/ritonavir**, inizialmente autorizzata in pazienti che presentavano una forma non grave di COVID-19 e che potevano essere trattati sia a domicilio che in ospedale, si è rivelata tuttavia non efficace nel trattamento



FIGURA 2. Il farmaco antivirale ideale anti SARS-CoV-2 dovrebbe essere una 'pillola', adatta all'uso domiciliare e che si dovrebbe assumere nelle fasi iniziali dell'infezione.

dell'infezione da SARS-CoV-2 ed il suo utilizzo non è attualmente autorizzato. Un altro antivirale sperimentato nella terapia contro il COVID-19, è il **remdesivir**. Questo farmaco, originariamente sviluppato nel trattamento dell'infezione da virus ebola, inibisce la replicazione del virus agendo sull'RNA polimerasi virale. Le agenzie regolatorie acconsentono all'utilizzo del remdesivir in pazienti con SARS-CoV-2 con sintomi insorti da più di dieci giorni e con polmonite. Il suo uso è solo ospedaliero in quanto il farmaco viene somministrato per via endovenosa. Gli studi clinici, anche per questo farmaco hanno però dimostrato un'efficacia limitata. Il **remdesivir** è infatti in grado di ridurre la durata della malattia ma ha un effetto modesto sulla mortalità e sulla durata del ricovero in terapia intensiva dei pazienti trattati. Il **molnupiravir** è un antivirale originariamente sviluppato dalla casa farmaceutica Merck per il trattamento dell'influenza. Il suo nome deriva da quello mitologico del martello del Dio del Tuono Thor. Il meccanismo d'azione del farmaco è l'inibizione della RNA polimerasi virale (Fig.3). Il molnupiravir inibisce pertanto la replicazione del virus. Studi effettuati in laboratorio, hanno documentato che il molnupiravir è capace anche di bloccare la trasmissione di SARS-CoV-2 e di ridurre la carica virale nei pazienti trattati. Nel gennaio 2021, l'Agenzia Italiana del Farmaco (AIFA) ha autorizzato uno studio clinico per valutarne l'efficacia e la sicurezza nei pazienti affetti da infezione da COVID-19. Lo studio multinazionale, che ha coinvolto, oltre all'Italia, anche altre 20 nazioni, ha dimostrato, in oltre 700 soggetti affetti da infezione da SARS-CoV-2 da lieve a moderata, ad alto rischio di ospedalizzazione e non vaccinati, una riduzione dell'incidenza di ospedalizzazione e di morte del 50% rispetto ai pazienti trattati con placebo, con una incidenza di effetti secondari correlati al trattamento paragonabile tra i due gruppi di soggetti sottoposti

alla terapia antivirale. Il farmaco, somministrabile per bocca, sembra inoltre funzionare anche nei confronti di diverse varianti di SARS-CoV-2, tra cui la variante delta e la variante gamma e va assunto quando la malattia è in

fase iniziale, quando cioè il trattamento è in grado di ridurre più efficacemente la replicazione virale e conseguentemente il danno polmonare. Il 21 ottobre scorso l'Agenzia Europea dei Medicinali (EMA) ha annunciato che l'autorizzazione all'utilizzo di questo medicinale potrebbe essere prossima. Un nuovo farmaco antivirale sviluppato dalle aziende farmaceutiche Atea e Roche per il trattamento della infezione COVID-19 è l'**AT-527**. Inizialmente disegnato per il trattamento dei pazienti affetti da infezione da virus C dell'epatite (HCV), il farmaco si è dimostrato ben tollerato nei pazienti con infezione da SARS-CoV-2 sottoposti al trattamento e ha manifestato una potente attività antivirale. Il meccanismo d'azione consiste, anche per questa molecola, nell'inibizione dell'RNA polimerasi virale. Gli studi sino ad ora eseguiti hanno dimostrato una buona attività in vitro anche contro diversi altri coronavirus di interesse per l'uomo, risultando pertanto potenzialmente utilizzabile anche in altre future, eventuali emergenze pandemiche. Il farmaco della Atea/Roche, che, come detto, è per uso orale, è in fase di valutazione per il trattamento dell'infezione da SARS-CoV-2. Entro la fine dell'anno, le aziende produttrici prevedono di ottenere dati preliminari



Vincenzo Toschi

Direttore del Servizio di Immunoematologia e Medicina Trasfusionale degli Ospedali San Carlo Borromeo e San Paolo.





FIGURA 3. Il farmaco antivirale ideale anti SARS-CoV-2 dovrebbe inibire in maniera selettiva la replicazione virale, senza interferire con i meccanismi metabolici e di replicazione della cellula ospite.

sia su pazienti ospedalizzati che non, e stanno anche conducendo uno studio di fase III (e cioè con un gruppo trattato con placebo), più ampio, e su pazienti ambulatoriali. L'obiettivo delle case farmaceutiche è quello di arrivare ad avere una modalità di somministrazione facile e precoce per ridurre il carico dei pazienti con COVID-19 sugli ospedali e abbreviare la durata della malattia. I dati finora disponibili suggeriscono che **AT-527** potrebbe riuscire a ridurre anche la trasmissione del virus. Un altro farmaco assai promettente è l'antivirale sviluppato da Pfizer e disegnato specificamente per l'infezione da SARS-CoV-2. Il bersaglio farmacologico di questa sostanza è un enzima coinvolto nel processo di replicazione del virus, la proteasi 3CL e sembrerebbe essere un prodotto tra i più specifici per SARS-CoV-2 ed altri coronavirus. Il farmaco di Pfizer noto con la sigla **PF-07321332**, potrebbe pertanto rappresentare, analogamente ad **AT-527**, un trattamento efficace non solo per l'agente infettivo del COVID-19 ma anche per potenziali altri virus capaci di causare in futuro un'altra pandemia e appartenenti alla famiglia dei coronavirus. Al momento sono in

corso tre studi clinici preliminari: due di valutazione dell'efficacia del trattamento in pazienti adulti non ricoverati (a basso e ad alto rischio di aggravamento) e uno di prevenzione da impiegare in soggetti che sono stati a stretto contatto con individui positivi per SARS-CoV-2 ma non hanno ancora contratto la malattia. Anche **PF-07321332** è un farmaco per uso orale e potrà essere somministrato insieme al **ritonavir**, come nel caso della combinazione con il **lopinavir/ritonavir**, con la finalità di prolungarne l'efficacia farmacologica.

CONCLUSIONI

Il pilastro portante della lotta all'infezione da SARS-CoV-2 è rappresentato dalla campagna di vaccinazione di massa attualmente in corso nei paesi occidentali, che ha significativamente ridotto l'incidenza della diffusione dell'infezione, dell'ospedalizzazione e della mortalità dovute al COVID-19. Tuttavia, con l'arrivo della stagione invernale stiamo assistendo, come previsto, ad una recrudescenza dell'infezione da SARS-CoV-2, in termini di

aumento dell'incidenza di nuovi casi, del carico per gli ospedali e dei ricoveri in terapia intensiva, assieme ad un netto incremento del numero di morti per questa temibile malattia infettiva. L'utilizzo di nuovi farmaci ad attività antivirale, ben tollerati, con scarsi effetti collaterali, utilizzabili nelle prime fasi dell'infezione e preferibilmente per uso orale, ancora in fase di sperimentazione ma di prossima introduzione nella pratica clinica, rappresenta un approccio complementare alla prosecuzione in maniera intensiva della vaccinazione. I farmaci che attualmente sembrano più promettenti sono il **molnupiravir**, sviluppato dalla casa farmaceutica Merck, per il quale è in via di conclusione lo studio di fase III, **AT-527** e **PF-07321332** sviluppati rispettivamente da Atea/Roche e Pfizer per i quali gli studi di fase III sono ancora in corso anche se dati favorevoli sull'efficacia di tali molecole sono già disponibili. La conclusione degli studi è prevista tra la fine del 2021 e la primavera del 2022 e si prevede che nell'arco del 2022 questi farmaci potranno essere approvati per l'uso clinico.



FIGURA 4. Il caposaldo fondamentale della lotta al COVID-19 è rappresentato dalla vaccinazione. Il trattamento con farmaci antivirali rappresenta un approccio complementare alla prosecuzione in maniera intensiva della campagna vaccinale di massa.

“ PERCHÉ LUCA POSSA CONTINUARE A SUONARE
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.



DOSCA

www.doscasancarlo.it



ARRIVANO I GIOCHI Milano Cortina 2026

I GIOCHI SONO GIÀ INIZIATI,
CON TUTTA L'ITALIA CHE
SI È RITROVATA A FARE IL
TIFO PER I NOSTRI ATLETI
OLIMPICI E PARALIMPICI.

Le emozioni, il senso di orgoglio e appartenenza che abbiamo provato durante Tokyo 2020 sono stati una tappa sulla strada verso le Olimpiadi e Paralimpiadi Invernali del 2026. Perché Milano Cortina 2026 non sarà solo Milano, Cortina o 2026. Saranno i Giochi di tutti, da subito. Il più grande evento che il nostro Paese ospiterà nei prossimi anni, in

grado di accendere la passione per lo sport nelle generazioni più giovani e lasciare un'eredità positiva per l'Italia. Un'occasione unica per mostrare al mondo le nostre eccellenze, la bellezza dei territori, la nostra capacità di realizzare un evento con la creatività che ci contraddistingue, ma anche con puntualità ed efficienza.

LE OLIMPIADI E PARALIMPIADI DA CUI RIPARTIRE

Il 24 giugno 2019 a Losanna, il Comitato Olimpico Internazionale, per la prima volta nella sua storia ha deciso per una doppia assegnazione: Milano e Cortina. Due città simbolo di quella che sarà la prima Olimpiade e Paralimpiade diffusa. La Lombardia, con Milano e i gioielli della Valtellina, Bormio e Livigno. Il Veneto, con Cortina d'Ampezzo, regina delle Dolomiti, e Verona, sede della cerimonia di Apertura delle Paralimpiadi e di Chiusura delle Olimpiadi. La Provincia Autonoma di Trento, con Baselga di Pinè e Predazzo e Tesero, nella magia della Val di Fiemme. E la Provincia Autonoma di Bolzano, con Anterselva/Antholz. Oltre



Il Campanile di Cortina. Photo: Paola Dandrea

14 venue di gara Olimpiche e più di 4 sedi di competizioni Paralimpiche a cui vanno aggiunte le sedi che ospiteranno le Cerimonie di Apertura e di Chiusura dei Giochi Olimpici: lo Stadio di San Siro a Milano e l'Arena di Verona. Miliardi di persone collegate da tutto il mondo per seguire le sedici discipline olimpiche e le sei discipline paralimpiche. Due milioni di presenze attese, con più di 3500 atleti da 93 Paesi.

Un vero e proprio "Nation Re-building Event" per una comunità che ha sempre più voglia di ritrovarsi e rilanciarsi dopo la pandemia. Alcuni studi, in particolare quelli realizzati dalle Università Bocconi di Milano e Cà Foscari di Venezia, hanno stimato la ricaduta economica dell'esperienza olimpica: si stima un impatto economico di circa 4.3 miliardi di euro ed entrate fiscali aggiuntive per oltre 500 milioni di euro. L'incremento dell'occupazione è invece stimato, nel corso dei cinque anni prima dell'evento, in 36.000 nuovi posti di lavoro.

GIOCHI SOSTENIBILI

Milano Cortina 2026 sarà anche la prima edizione dei Giochi Invernali realizzata nel rispetto dell'Agenda 2020 e della New Norm del CIO: la riforma del 2018 che mira a rendere le Olimpiadi e le Paralimpiadi più efficienti, riducendo i costi e aumentando i benefici a lungo termine. Sin dal Dossier di Candidatura, Milano Cortina 2026 ha da subito messo in

evidenza il proprio impegno in termini di sostenibilità economica, ambientale e sociale. Con i nuovi Giochi non è il territorio ad adattarsi all'Olimpiade, ma l'Olimpiade che si adatta al territorio. Il 93% delle sedi di gara di Milano Cortina 2026, infatti, saranno infrastrutture già esistenti o comunque temporanee.

In questo senso uno degli esempi del modo in cui sono i Giochi ad adattarsi ai piani di sviluppo delle città (e non viceversa) riguarda la

riqualificazione dell'area ferroviaria dell'ex Scalo di Porta Romana a Milano. Nell'area in via di riqualificazione verranno ospitati, in momenti diversi, il Villaggio Olimpico e uno studentato. In questo caso la novità è che anziché progettare un Villaggio Olimpico che potesse trasformarsi in uno studentato, si è pensato di progettare uno studentato che potesse trasformarsi – per il periodo dei Giochi – in un Villaggio Olimpico. Non sono le città che si adattano ai Giochi, ma i Giochi che si adattano alle città. Anche per questo Milano Cortina 2026 potrà rappresentare per Milano, così come per tutti i territori Olimpici e Paralimpici

Livigno.



Le Cinque Torri di Cortina. Photo: Paola Dandrea



Tesero. Photo: Alberto Campanile





Associazione Turistica Valle Anterselva / Harald Wisthaler



Altopiano di Pinè. Photo: Emil Bosco

e per l'intero Paese, un acceleratore di sviluppo e di rigenerazione urbana con un impatto positivo in termini di turismo e posti di lavoro.

Al centro di tutto, però, c'è sempre lo sport. Centrale nella cultura e nella società per l'impatto positivo sulla salute, l'occupazione e la coesione sociale. L'entusiasmo per la pratica sportiva e il piacere di guardare lo

sport rappresenteranno delle grandi opportunità per sensibilizzare l'opinione pubblica ed educare le giovani generazioni sulle sfide del loro tempo.

I TEATRI DELLE GARE

A Milano si svolgeranno le gare di Pattinaggio di Figura, lo Short Track, l'Hockey su ghiaccio e lo Sledge Hockey.



Predazzo. Photo: Gaia Panozzo

A Cortina il Bob, lo Skeleton, lo Slittino. Lo Stadio Olimpico del Ghiaccio di Cortina ospiterà le competizioni Olimpiche e Paralimpiche di Curling. L'Olimpia delle Tofane sarà lo scenario dello Sci Alpino femminile, dello Sci Alpino Paralimpico e dello Snowboard Paralimpico.

La Valtellina ospiterà le gare di Snowboard e Freestyle, a Livigno, e lo Sci Alpino maschile sulla leggendaria pista Stelvio. Sempre a Bormio, la grande novità di Milano Cortina 2026: lo Sci Alpinismo, al suo debutto come disciplina Olimpica.

In Val di Fiemme la Combinata Nordica e lo Sci di Fondo (a Tesero) e il Salto con gli Sci (a Predazzo), ma si gareggerà anche per il Biathlon Paralimpico e per lo Sci di Fondo Paralimpico.

Il Biathlon Olimpico invece si terrà al Sudtirol Arena di Anterselva, mentre il pattinaggio di velocità nell'Ice Rink di Baselga di Pinè.

“A better world through sport”, un mondo migliore attraverso lo sport. Questo è il sogno dell'Olimpismo. Realizzarlo è possibile, partendo proprio da Milano Cortina 2026.

Area Comunicazione Milano Cortina 2026



Bormio. Photo: Roby Trab



MILANO CAPITALE DEL DESIGN

di Silvano Brugnerotto



Marcel Breuer, Set di quattro tavolini, 1926 circa, metallo nichelato.

Dal 5 al 10 settembre 2021 si è tenuto, presso la Fiera Milano Rho, il tradizionale appuntamento col **Salone del Mobile di Milano**, che per l'occasione è stato ribattezzato “**Supersalone**”. L'appellativo deriva senz'altro dalle nuove forme di comunicazione e di commercializzazione introdotte quest'anno (piattaforme digitali per l'acquisto online dei prodotti, nuovi

strumenti di business, editoria specifica, ecc), ma nella percezione degli addetti ai lavori e del pubblico, il prefisso “**super**” indica soprattutto la **tenacia e la volontà** di superare la fase buia della pandemia da coronavirus, che aveva imposto la cancellazione della manifestazione nel 2020. La cifra stilistica della manifestazione di quest'anno è stata la “**vocazione green**”,

un'impronta progettuale in sintonia con la necessità di porre un freno al consumo incontrollato del pianeta. E non è un caso che a delineare tale impronta sia stato il nuovo curatore del Salone, **Stefano Boeri**, autore dei “boschi verticali” indicati negli ultimi anni come “i grattacieli più belli del mondo”, simboli di una riqualificazione che unisce l'urbanistica alla salvaguardia ambientale.

Il Salone del Mobile di Milano, la cui prima edizione risale al 1961, è senza dubbio la fiera più importante del mondo relativamente al design, intendendo con questo sostantivo la **progettazione di manufatti la cui estetica si lega alla destinazione d'uso, e la cui produzione avviene su scala industriale e seriale**. Un prodotto artigianale, come può essere per esempio una sedia, è un oggetto realizzato a mano, che in quanto tale è unico e irripetibile. Un prodotto di design, invece, è un oggetto fabbricato in serie, realizzato da una macchina che può eseguire quella fabbricazione infinite volte. Ne discendono almeno due importanti considerazioni: la prima è che un eventuale imperfezione nell'oggetto realizzato artigianalmente (per esempio una leggera discrepanza negli spessori dei braccioli della sedia) non ne riducono il valore, ma anzi lo aumentano, perché proprio

quell'imperfezione è la testimonianza più autentica del “fatto a mano”, del pezzo unico realizzato dalle mani sapienti dell'artigiano. La seconda è che il prodotto di design, seppur fabbricato in serie, può essere dotato di un valore intrinseco pari a quello artigianale, perché ciò che conta, nel design, **non è tanto il singolo prodotto seriale ma l'idea che ne è alla base**, il progetto del designer. E se dunque valutiamo il progetto, il fatto che il prodotto possa essere serializzato non ne sminuisce la qualità ideativa. La differenza risiede nel mercato di riferimento, perché se il prodotto artigianale ha un target limitato, il prodotto di design ha un target planetario, e se una sedia è progettata bene (esteticamente apprezzabile ed ergonomica, per esempio) la sua diffusione potrà essere globale, anche in virtù di un prezzo più basso rispetto al “pezzo unico”.

Il termine “**design**”, che nella lingua inglese ha il significato di “progetto”, è **stato associato, fin dagli anni Venti del Novecento, all'aggettivo “industriale”**, perché la sua attività si riferiva specificatamente alla produzione di oggetti industriali destinati al largo

consumo, e che per questa ragione non contemplavano aspetti estranei alla funzione d'uso, cioè gli elementi decorativi. È vero che già lo Stile Liberty, tra la fine dell'Ottocento e l'inizio del Novecento, aveva in qualche modo anticipato l'idea di manufatti destinati al largo consumo, e che soprattutto in Francia e in Italia ebbe un grande impatto nella realizzazione dei mobili, della cartellonistica e perfino delle sedie destinate ai tram; ma questi manufatti erano perlopiù costruiti da botteghe autonome, non legate a processi industriali, e rimanevano ancorati al gusto “floreale” tipico dell'epoca, ad un “bel decorativismo” non attinente alla funzione specifica cui erano indirizzati. Soltanto nei primi anni del Novecento l’**“Industrial design”** vede l'affermazione della propria autentica essenza e cioè la fusione dei processi industriali e commerciali con gli aspetti estetici e con la creatività dei progettisti. Fino ad arrivare al 1969, anno in cui il designer e filosofo Tomás Maldonado propose al ICSID (International Council of Societies of Industrial Design) la definizione considerata definitiva del concetto di Industrial Design: **“Il disegno industriale**

è un'attività creativa che ha lo scopo di determinare le proprietà formali degli oggetti prodotti industrialmente. Per proprietà formali non si devono intendere solo le caratteristiche estetiche, ma soprattutto le relazioni funzionali e strutturali che fanno di un oggetto un'unità coerente sia dal punto di vista del produttore che dell'utente. Il disegno industriale ha per oggetto tutti gli aspetti dell'ambiente umano che sono condizionati dal processo industriale”.

In tempi recenti, infine, il termine “design” è usato senza aggettivazioni, perché il suo concetto non si riferisce più solo al rapporto fra il processo creativo e il processo industriale, ma si espande fino a contemplare il senso profondo dei nostri tempi, il luogo del vivere presente e futuro, in armonia con la bellezza e il rispetto ambientale. Che è stata appunto la prerogativa del Supersalone: la “**vocazione green**” che ha sancito il concetto di design contemporaneo e che ha riscosso il meritato successo.

Il fatto che il Salone Milanese costituisca l'appuntamento più importante nel campo del design e che gran parte delle idee che hanno fatto la storia di questa attività siano state essenzialmente italiane, non vuol dire che in altri paesi non vi siano state esperienze storicamente fondamentali.



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.



Modello T, Henry Ford





Quando nel 1908 il **Modello T** fu messo in vendita negli Stati Uniti, **Henry Ford** segnò un passo importante nella storia della progettazione, perché il suo innovativo processo di produzione, la catena di montaggio, era in grado di fabbricare un'automobile già destinata al grande pubblico, cioè ideata per il mercato ampio. Quando però Ford afferma che “un'automobile è un prodotto moderno, e deve essere costruita non per rappresentare qualcosa, ma per prestare il servizio per cui è prevista”, esprime solo quella parte del concetto di design legato alla funzione, tralasciando il fattore della rappresentazione estetica, e quindi della facoltà di un prodotto di esprimere valore in sé. Diverso è il caso del “**Maggiolino**” **Volkswagen**, che da “auto del popolo” inserita nel piano di mobilitazione della Germania di Hitler nel 1939, diventa col passare del tempo una sorta di icona popolare, soprattutto dopo il lancio nel mercato statunitense avvenuto nel 1949. Anche il Maggiolino, al pari del modello T Ford, aveva un prezzo abbordabile dalla maggior parte della gente, ma non fu per quello che divenne l'emblema della cultura e della controcultura giovanile: il suo successo era piuttosto legato alla forma, alle sue linee arrotondate, al pianale scocca obliquo, ai predellini e ai paraurti nettamente definiti; insomma a tutti quei particolari che univano la funzione all'estetica e che attribuivano ad un'automobile un forte valore simbolico, motivo d'attrazione anche per il cinema. Proprio in Germania, con la **scuola del Bauhaus fondata nel 1919 da Walter Gropius**, era nata l'immagine del design moderno. La democrazia liberale della Repubblica di Weimar offriva spazi di libero pensiero ad architetti, progettisti ed artisti, i quali fecero della Bauhaus



Antonello da Messina, San Girolamo nello studio

una fucina di idee interdisciplinari: dall'architettura all'oggettistica, dai complementi d'arredo allo studio dei caratteri tipografici, tutto rientrava nell'idea di una progettazione rivolta al mercato che riuniva in sé l'eleganza estetica e la funzionalità. Fino alla chiusura definitiva imposta nel 1933 dai nazisti, la Bauhaus si è imposta come la scuola del design per eccellenza, e ancora oggi la sua impronta metodologica è alla base del concetto più autentico dell'industrial design. Tuttavia, come dicevamo, il concetto di design è spesso associato alle esperienze italiane, che costituiscono un corpus unico ed irripetibile. Nel 1971 un designer milanese, **Joe Colombo**, progetta la “**Total Furnishing Unit**”, una sorta di unità d'abitazione compatta in grado di sfruttare gli spazi minimi. Si tratta di un modulo abitativo di soli 28 metri quadrati in linea col fenomeno d'inurbamento dovuto al boom economico, che rispondeva perfettamente alle nuove esigenze di spazio. Ma questa “macchina abitativa”, questa invenzione di nuovo spazio, ha forti somiglianze col cubicolo che **Antonello da Messina** dipinge nel “**San Girolamo nello studio**”, un olio su tavola del 1474 che ritrae il santo intento alla lettura all'interno di un vano di legno rialzato di tre gradini



Joe Colombo, Total Furnishing Unit

rispetto al pavimento di una più ampia architettura gotica. Nell'opera di Antonello rintracciamo un intento simile a quello che muove la progettazione di Joe Colombo e cioè concepire uno spazio fondato su una razionale destinazione d'uso. E dunque proprio quest'opera può essere considerata antesignana dei modelli di progettazione del design.

Il design italiano ha radici in opere artistiche lontane nel tempo, quando le botteghe artistiche erano vere e proprie officine in cui maestranze specializzate nelle più diverse mansioni univano le loro conoscenze per produrre manufatti straordinari. E forse è proprio questa tradizione che oggi definiremmo “*multidisciplinare*” che ha favorito la nascita di una esperienza imprenditoriale unica, quella della Olivetti ad Ivrea, che sotto la guida di Adriano Olivetti ridisegnò il concetto di fabbrica. Negli anni '50 e '60 la Olivetti divenne un vero e proprio laboratorio sperimentale, che promuovendo la sinergia fra ingegneri, architetti, artisti e poeti, cioè unendo la cultura tecnico-scientifica con quella umanistica, produsse oggetti considerati oggi icone del design, come la bellissima macchina per scrivere “**Lettera 22**”, le eleganti calcolatrici da tavolo e soprattutto la rivoluzionaria “**Programma 101**”, un

calcolatore ritenuto il primo personal computer della storia.

Oggi la dicitura “Made in Italy” è un marchio di garanzia della creatività e della qualità dei nostri prodotti in tutto il mondo, e soprattutto la città di Milano è ritenuta la capitale internazionale del design. Il capoluogo lombardo ospita un alto numero di musei dedicati a quest'attività, e all'interno dei suoi studi d'architettura e dei suoi laboratori specializzati sorgono continuamente nuove idee indirizzate al miglioramento del nostro rapporto con l'ambiente. Probabilmente il design, nella forma della piccola oggettistica come in quella dello skyline della nuova metropoli, non poteva che trovare a Milano la sua sede naturale, e questo per una precisa ragione storica. Il **Futurismo**, il più importante movimento d'avanguardia italiano, pubblicò il suo manifesto programmatico sul giornale francese Le Figaro nel 1909, ma si era formato proprio a Milano,



Rissa in galleria. Umberto Boccioni, 1910

perché il capoluogo lombardo, nei primi anni del Novecento, era in continua evoluzione: si costruivano edifici nuovi, si conoscevano le prime innovazioni tecnologiche e si sperimentavano nuove forme di comunicazione. E dunque il fondatore del Futurismo, **Filippo Tommaso Marinetti**, trovò proprio in questa città l'ambiente ideale per lanciare “l'urlo della modernità”. L'esaltazione della bellezza della macchina, la potenza dell'illuminazione elettrica che avrebbe finalmente “ucciso il chiaro di luna”, il dinamismo febbrile di una città in perenne tumulto e l'automobile intesa come simbolo proiettato a folle velocità verso il futuro, sono gli elementi estetici e filosofici di un'avanguardia che fisiologicamente trovava in Milano il proprio luogo d'appartenenza. E dato che il Futurismo mirava alla “ricostruzione dell'universo” e si esprimeva in ogni campo della produzione artistica (dalla pittura alla musica, dalla letteratura alla moda, dall'architettura alla cucina, dalla pubblicità al teatro), risultava naturale il contatto di queste produzioni col pubblico e col mercato, anche perché Marinetti stesso non tollerava un'arte chiusa nelle gallerie e nei musei. Nella grafica pubblicitaria legata a famosi prodotti commerciali, per esempio, artisti come Fortunato Depero rivoluzionarono l'idea di manifesto, rendendolo uno strumento dal forte impatto visivo. Giacomo Balla, oltre che alla pittura, si dedicò al mondo dell'arredo, realizzando camere per bambini (per esempio quella per la figlia Elica, nella casa di Roma) e mobili “ad incastro” che già prefiguravano la produzione seriale. In linea con la poetica futurista, anche

la moda assunse caratteri nuovi: con colori vividi e fosforescenti alternati a linee veloci e spezzettate si realizzarono abiti dallo stile dinamico e frizzante. Non mancò all'appello l'urbanistica, che nei progetti utopistici di **Antonio Sant'Elia** delineò il profilo della “città nuova”. L'esperienza futurista, insomma, può essere vista come un'attività di design ante litteram, legata sia all'estetica che ai processi di produzione industriale, e sperimentata con tecniche e materiali nuovi.

Dall'esperienza futurista ad oggi è passato più di un secolo, e in questo lungo lasso di tempo si è assistito al passaggio dalla modernità alla postmodernità. In tal senso, c'è una data precisa alla quale riferirsi: il 26 aprile 1986. Quel giorno un grave incidente, l'esplosione di uno dei reattori della centrale nucleare di Chernobyl, cambia totalmente la nostra percezione del mondo, perché dimostra che un evento che accade in una qualsiasi parte di un mondo complesso si riverbera sull'intero sistema. La nuvola radioattiva sprigionata dalla centrale sovietica non conosceva demarcazioni o confini stabiliti dall'uomo, e lentamente si espandeva nell'atmosfera di altri paesi. Quella nuvola è ora assimilabile agli effetti dello sfruttamento indiscriminato di un pianeta al limite del collasso, nel quale nessun paese del mondo può ritenersi al sicuro se ad esser messo in sicurezza non è l'intero sistema. Ed ecco che Milano, erede di un glorioso passato industriale e culturale, può diventare un modello di città futura: non tumultuosa e febbrile come immaginavano i futuristi, ma in grado di stabilire rapporti armonici fra un'urbanistica altamente tecnologica e l'ambiente naturale. Se coltiveremo la progettazione ragionata e la buona volontà politica, vedremo presto profilarsi all'orizzonte un design globale ecosostenibile.



IL MISTERO DEL GOLGOTA NELLA LUCE D'ORIENTE secondo Leonardo



Leonardo da Vinci, Ultima cena, Milano, Santa Maria delle Grazie

“Avendo, Signor mio Illustrissimo, visto e considerato oramai ad sufficienza le prove di tutti quelli che si reputano maestri ed inventori di strumenti bellici innovativi in realtà non hanno creato niente di nuovo, rivelerò a Vostra Eccellenza i miei segreti in questo campo,

e li metterò in pratica quando sarà necessario. Le cose che sono in grado di fare sono elencate, anche se brevemente, qui di seguito (ma sono capace di fare molto di più, a seconda delle esigenze)....”. Così scriveva nel 1480 il ventenne Leonardo da Vinci, presentando il suo “cv”

a Ludovico il Moro, signore del più ricco, prestigioso e potente regno di allora, il Ducato di Milano. Leonardo ambiva a lasciare per qualche tempo Firenze, dove l'ambiente neoplatonico della corte medicea andava un po' stretto ad uno sperimentale - aristotelico come lui, e fare un'esperienza all'estero, possibilmente nello stato che era “the place to be” dell'epoca. L'irrigua e fertile pianura padana produceva ogni genere di cultura, alimentare, ornamentale e vitivinicola, e dava sostentamento a persone ed animali: inoltre, grazie al sistema delle marcite, i raccolti e i foraggi abbondavano anche fuori stagione, consentendo di far provviste per viaggi commerciali e per muovere guerra - sfamando i cavalli, in tempi in cui tutti gli altri dovevano stare a casa!

Chi voleva andare da Nord a Sud e specialmente a Roma, o da Ovest a Est e soprattutto a Gerusalemme, o viceversa, passava per Milano. E vi pagava dazio. La città offriva il conforto di ristoranti ed alberghi, l'approvvigionamento di ogni merce utile o voluttuaria, banche ed istituti di cambio; la sua industria era produttiva, e i suoi commerci floridi.

Le ingenti ricchezze di Ludovico stimolavano la concupiscente fantasia di tutti i suoi Vicini: il mantenimento di un corposo esercito, la manutenzione ordinaria e l'implementazione continua delle risorse belliche erano quotidianamente all'ordine del giorno nella sua agenda: grande imprenditore di se stesso, e ben consapevole delle necessità del suo obiettivo, Leonardo gli si presenta piuttosto come ingegnere, soprattutto militare, elencando in 10 punti le sue capacità di creare strumenti di offesa - tra cui il carroarmato - e di difesa, tutti costruiti “in modo innovativo e in base alla situazione”! Successi-

vamente rammenta le sue competenze, sempre ingegneristiche, in ambito civile: “In tempo di pace, sono in grado di soddisfare ogni richiesta nel campo dell'architettura, nell'edilizia pubblica e privata, e nel progettare opere di canalizzazione delle acque”: il sistema d'irrigazione da lui progettato è ancora alla base del tracciato dei canali attuali della campagna milanese. Solo in ultima analisi si manifesta anche come artista: “ So realizzare opere scultoree in marmo, bronzo e terracotta, e opere pittoriche di qualsiasi tipo”. Eppure sa come solleticare l'interesse del Duca anche in questo campo: “Potrò ese-

guire il monumento equestre in bronzo che in eterno celebrerà la memoria di Vostro padre [Francesco] e della nobile casata degli Sforza.”

Dopo due mesi Leonardo arriva a Milano, ci resterà vent'anni. Tra le varie committenze ducali, oltre al ritratto dell'amante in carica, la bellissima, coltissima, viziatissima Cecilia Gallerani da lui ritratta come Dama dell'Ermellino, Leonardo riceve anche l'incarico di dedicarsi alla chiesa che Ludovico

e la consorte Beatrice d'Este hanno scelto come proprio mausoleo, la domenicana Santa Maria delle Grazie, recentemente terminata in forme lombarde e subito reinterpretata in chiave toscana per ordine ducale dall'architetto Bramante, che vi realizza lo straordinario tiburio rinascimentale ispirato ai nuovi edifici fiorentini. Negli stessi anni, intorno al 1494-1495, Leonardo riceve incarico per un

intervento pittorico nel cuore conventuale, ovvero nel refettorio, il luogo dove il consumo del cibo fisico è spunto di meditazione sul nutrimento spirituale. Gli viene affidata la decorazione della parete nord, che deve mostrare secondo tradizione l'Ultima Cena. La parete sud viene contemporaneamente dipinta dal lombardo Donato Montorfano con un bell'affresco di Crocefissione che, in relazione ai tempi, ha la sola pecca di trovarsi di fronte a quello di un genio: i personaggi sono accalcati e compressi in uno spazio che per quanto l'artista possa sforzarsi è e resta bidimensionale, le espressioni ci appaiono cariche e fissamente stereotipate, la città sullo sfondo è una lontana eco di una Gerusalemme che di celeste non ha alcunchè. Però i colori sono vividi e brillanti, e le forme ben conservate: merito della tecnica, diligentemente a buon fresco, trascurata da Leonardo che ha invece lavorato a secco: meno di 100 anni dopo, già Giorgio Vasari nel 1568 la-



Beatrice Ferrario

Storico dell'Arte e Guida Turistica abilitata per la Provincia di Milano, assistente personale di un noto divulgatore d'arte per più di 12 anni, sto proseguendo con soddisfazione la mia attività di Agente Immobiliare: l'arte e le sue storie restano tuttavia una grande passione, che continuo a coltivare anche sul Donatore, a cui va tutta la mia gratitudine, e con la rubrica settimanale “Case nell'arte, arte delle case” sulla mia pagina Facebook.

facebook.com/beatrice.c.ferrario



Leonardo da Vinci, Ritratto di dama con Ermellino, 1488-1490, Cracovia, Czartoryski Muzeum





Leonardo da Vinci, La Vergine delle rocce, 1483-1486, Parigi, Musée du Louvre

mentava di trovare il dipinto “ tanto male condotto che non si vede più se una macchia abbagliata”. Eppure la “Macchia” è di Leonardo, e si giunge allora come oggi da ogni dove per ammirarla, e questo ne ha garantito la conservazione fino ai giorni nostri, nonostante l'ordine di un priore seicentesco che comandò l'apertura di una porta e la perdita dei piedi di Cristo, per permettere alla sua zuppa di arrivare in tavola ancora calda dalla retrostante cucina. Sui tempi e sui modi di Leonardo al Cenacolo, caratterizzati da discontinuità e sperimentalismo incompatibili con la tecnica dell'affresco, abbiamo una gustosa testimonianza del contemporaneo Matteo Bandello, vescovo di Agen e cortigiano devoto al salotto di Cecilia, che nell'introduzione ad una delle sue Novelle riporta come il Maestro “Soleva anco spesso andare la mattina di buon 'hora a montar sul ponte. Perché il Cenacolo è alquanto di terra alto; soleva, dico, dal nascente Sole sino all'imbrunità non levarsi mai il pennello di mano, ma scordandosi il mangiare e il bere, di continuo dipinge-

re. Se ne sarebbe poi stato dui, tre e quattro dì, che non v'avrebbe messo mano e tuttavia dimorava talhora una o due ore al giorno e solamente contemplava, considerava, et esaminando fra sé, le sue figure giudicava. Altre volte sospendeva il lavoro al celebre monumento equestre (mai iniziato, se non sulla carta e come modello) a Francesco Sforza, tornava al refettorio, dava due o tre pennellate e se ne andava.”

Leonardo sceglie di raffigurare il momento dell'azione in cui Gesù, secondo il vangelo di Giovanni, si rivolge ai suoi Apostoli dicendo loro “«Non tutti siete mondi». Sapeva infatti chi lo tradiva; « Dette queste cose, Gesù si commosse profondamente e dichiarò: «In verità, in verità vi dico: uno di voi mi tradirà». I discepoli si guardarono gli uni gli altri, non sapendo di chi parlasse. Ora uno dei discepoli, quello che Gesù

amava, si trovava a tavola al fianco di Gesù. Simon Pietro gli fece un cenno e gli disse: «Di', chi è colui a cui si riferisce?». Ed egli reclinandosi così sul petto di Gesù, gli disse: “«Signore, chi è?». Ad azione corrisponde reazione e ciascuno degli Apostoli reagisce a suo modo, secondo una gestualità che Leonardo andava esplorando con la teoria dei moti dell'animo, uno studio delle emozioni e delle loro espressioni, e soprattutto della verosimiglianza della loro resa artistica; il clima culturale è quello stesso in cui si muove Bramante con la raffigurazione dei Due filosofi Eraclito e Democrito (la Commedia e la Tragedia), ma già Cicerone, nel I secolo a.C. aveva evidenziato tra le funzioni dell'arte oratoria quella di rendere chiare e distinte le passioni: “Ogni moto dell'animo possiede naturalmente una sua espressione, un suo suono, un suo gesto, e tutto il corpo umano, tutti i tratti del volto, tutti i suoi



Donato Montorfano, Crocefissione, post 1945, Milano, Santa Maria delle Grazie



Donato Bramante, Eraclito e Democrito, 1486, Milano, Pinacoteca di Brera

accenti vibrano al pari delle corde di una lira, così come vibrano i moti dell'animo”. Quintiliano poi, nelle sue Institutiones Oratorie, si dilungherà in tal senso sul repertorio gestuale e sul modo di portare la toga: anche per Leonardo, i panneggi di abiti o le pieghe della tovaglia rispondono ad un significato espressivo non casuale, che vuole comunicarci la centralità della figura di Cristo. La sua figura, come quelle laterali, è un poco più grande in scala delle altre, ed insieme al raggruppamento degli apostoli a tre a tre crea un movimento ondulatorio che smuove la staticità lineare imposta dalla grande tavola centrale; le figure hanno anche un andamento arcuato in cui la critica ha voluto vedere il ricordo della conca absidale di una chiesa; certo è che l'illuminazione delle tre finestre si pone proprio dietro al Cristo e ne ribadisce la centralità: si celebra il mistero del Golgota, in cui la Divinità, l'essere Sole,

diventa con l'istituzione Eucarista nell'Ultima Cena lo spirito della Terra, l'Umanità per cui si compie il sacrificio sulla Croce. Sempre seguendo il Vangelo di Giovanni, “di nuovo Gesù parlò loro: io sono la luce del mondo; chi segue me, non camminerà nelle tenebre, ma avrà la luce della vita”. Orientarsi significa proprio rivolgersi ad Oriente: Or in ebraico significa “luce”. Quindi quando un essere umano si orienta, cerca la luce, la chiarezza per muoversi: l'altare, il punto più sacro di un tempio o di un edificio ecclesiastico, è sempre posto verso Est, verso Oriente, dove sorge il Sole.

Nonostante gli errori di scelte tecniche e di materiali, i colori appaiono ancora superlativi e carichi di una luminosa trasparenza che ha contribuito alla fama del dipinto: Leonardo era anche impegnato, proprio grazie alla sua permanenza in terra di Lombardia, agli

studi sullo sfumato atmosferico. Spesso ospite dell'aristocratico amico e seguace Francesco Melzi nella sua splendida villa a Vaprio d'Adda, Leonardo aveva potuto sperimentare come i vapori del fiume, così irrequieto e ricco di pulviscolo acqueo, facessero da lente alle figure del paesaggio circostante: ne elabora uno studio di prospettiva atmosferica, basata sulla “grossezza dell'aria” che genera una “prospettiva di perdimenti”: tra le figure ed i piani, non c'è il vuoto ma una sorta di spessore, l'aria appunto che non è poi così immateriale ma condizionata da temperatura umidità trasparenza ed altre variabili, che creano una diminuzione in lontananza delle dimensioni delle figure e della vivacità dei colori: è per noi ovvio, ma fino ai tempi di Leonardo nessuno l'aveva realizzato (e teorizzato) prima: ne troviamo traccia scritta nel Codice Atlantico, con tanto di “note e diagrammi sulla gradazione delle ombre e dei colori”, e pratica sublime nel paesaggio della Vergine delle Rocce. E che meraviglia i paesaggi dell'Ultima Cena, che si perdono nelle brume luminose della campagna lombarda.

LETTURA:

Matteo Bandello, **Novelle**, 1554 e 1573. Da alcuni studiosi, Matteo Bandello è considerato il più importante novelliere del Rinascimento. L'estratto qui citato è l'introduzione alla numero 58.

Per le atmosfere di una corte rinascimentale, Maria Bellonci - **Rinascimento privato**, straordinario per attendibilità storica ed intreccio narrativo.



Per una contestualizzazione più milanese, Daniela Pizzagalli, **La dama con l'ermellino e La Signora di Milano**.





COLON IRRITABILE:

ATTENZIONE ALLE CARENZE DI VITAMINE

LE CAUSE NON SONO ANCORA CHIARE, MA A FAVORIRLO POTREBBERO ESSERE BASSI LIVELLI DI VITAMINA D.

La sindrome del colon irritabile non è una vera e propria patologia, ma un malfunzionamento dell'intestino.

Le cause non sono ancora chiare, ma il risultato è un'alterata motilità intestinale, che provoca una lunga serie di sintomi; pur avendo un andamento cronico, si susseguono periodi di remissione e fasi acute.



per cortese concessione di Sapere&Salute

SAPERESALUTE.it

CAUSE INCERTE E SINTOMI DIVERSI DA PAZIENTE A PAZIENTE

Diarrea e stipsi che si alternano, mal di pancia, sensazione di gonfiore e flatulenza, crampi: questi sono i sintomi avvertiti, più o meno intensamente, da chi soffre di colon irritabile. Dieta e stile di vita scorretti sono spesso messi sotto accusa, ma ogni caso è a sé. Mangiare certi cibi è infatti deleterio per alcuni pazienti, ma non per altri. E lo stress può peggiorare o scatenare i sintomi per molti, ma non per tutti. È quindi importante cercare di individuare i propri punti deboli, magari tenendo un diario nel quale annotare tutti i giorni, per qualche settimana, la frequenza e l'intensità dei sintomi, oltre ai cibi consumati, alle attività svolte e a eventuali situazioni di stress. Alla base di questa sindrome potrebbero però esserci anche una predisposizione familiare o un'ipersensibilità del colon, ma anche i cambiamenti ormonali (che spiegherebbero la maggiore incidenza nelle donne) o un'infezione intestinale.



TROPPO POCA VITAMINA D?

Anche se le cause sono sicuramente molteplici e soggettive, è stata recentemente messa in luce una relazione molto stretta fra questa sindrome e la vitamina D. Scarsi livelli di questa vitamina erano già noti per essere implicati nella patogenesi di malattie infiammatorie dell'intestino e anche del cancro al colon-retto, ma per la prima volta uno studio scientifico ne ha evidenziato la carenza in una percentuale molto alta di pazienti affetti da colon irritabile. Pur trattandosi di uno studio preliminare, condotto su un numero molto limitato di pazienti, vale sicuramente la pena indagare ulteriormente questa associazione: potrebbe infatti essere utile sia misurare i livelli di vitamina D in tutti i pazienti con questa sindrome, mediante un semplice esame del sangue, sia valutare gli effetti della sua integrazione.

ELIMINARE ALCUNI CIBI, MA SENZA ESAGERARE

I trattamenti farmacologici contro la sindrome del colon irritabile, come gli antidiarroici o gli antispastici, aiutano solo a controllarne i sintomi, ma non influiscono sulla causa scatenante. Per quanto riguarda la dieta, non esiste una lista univoca di cibi da eliminare o da preferire, anche se in generale è bene evitare i grassi e i fritti, oltre agli alimenti ricchi di zuccheri, che possono favorire un'eccessiva fermentazione all'interno dell'intestino.

Questo non vuol dire però escludere dalla propria dieta qualunque tipo di frutta o verdura, spesso messi sotto accusa perché ritenuti la principale causa del gonfiore; il rischio sarebbe infatti quello di non fornire all'organismo vitamine e sali minerali importanti per il suo funzionamento. Discutere della propria dieta con un nutrizionista potrebbe quindi essere utile per essere certi di assumere tutti i nutrienti importanti, e valutare l'eventuale necessità di integratori. Come regola generale, sarebbe opportuno fare attenzione a questi alimenti.

LATTICINI	Latte, formaggi, gelato
VERDURE	Cavoli, carciofi, cipolle, rucola, cetrioli, patate
FRUTTA	Pesche, pere, prugne, uva
BEVANDE	Caffè, tè, bibite gassate
ALTRO	Legumi, carne in scatola, carni conservate, dolcificanti



MICROBIOTA E CANCRO, UNA RELAZIONE A TUTTO TONDO

Nuove ricerche dimostrano che agire sui microrganismi che vivono nel nostro intestino potrebbe portare a risultati importanti che vanno dalla prevenzione al miglioramento delle terapie.



Sono sempre più numerose le ricerche scientifiche che hanno come oggetto le decine di migliaia di miliardi di microscopici coinquilini con cui conviviamo, il nostro **microbiota**. Tantissime specie diverse di batteri, virus, funghi e protozoi vivono nell'intestino, ma anche sulla pelle o nella bocca, solo per citare alcune delle sedi dove sono comunemente presenti microrganismi. È ormai chiaro che **non si tratta di semplici spettatori, ma di attori importanti nella biologia della nostra salute, oltre che di diverse malattie**, tra cui il cancro. Tre recenti studi chiariscono come le conoscenze sul microbiota potrebbero tradursi in progressi nel campo dell'oncologia.

PREVENIRE I TUMORI

Uno stato infiammatorio cronico predispone all'insorgenza di alcuni tipi di tumori, tra cui quelli dell'intestino. Per ridurre il rischio potrebbe essere utile modificare il microbiota agendo sulla dieta. Ciò di cui ci nutriamo, infatti, regola la varietà e l'abbondanza relativa dei microrganismi che colonizzano l'intestino e che a loro volta influenzano il sistema immunitario. I risultati di uno studio dell'Università di Stanford dimostrano che **una dieta ricca di cibi fermentati aumenta la diversità del microbiota intestinale e riduce i segni molecolari dell'infiammazione in adulti sani**. Coloro che mangiano cibi come yogurt, kefir, vegetali fermentati o bevono

PROBIOTICS BACTERIA FAMILY



LACTOBACILLUS



LACTOCOCCUS



BIFIDOBACTERIUM

kombucha hanno un numero più alto di specie di microrganismi nell'intestino e questo è più evidente per coloro che consumano più abbondantemente prodotti fermentati (il kombucha è un tè zuccherato fermentato che arriva dall'Oriente, oggi popolare anche in Occidente). Costoro hanno anche cellule immunitarie meno attivate di base e livelli ematici più bassi di proteine pro-infiammatorie. Gli autori dello studio, i cui risultati sono stati pubblicati sulla rivista Cell, hanno dichiarato che "i cibi fermentati potrebbero essere preziosi per contrastare la riduzione della diversità del microbiota e l'aumento dell'infiammazione diffusi nella società industrializzata".

POTENZIARE LE CURE

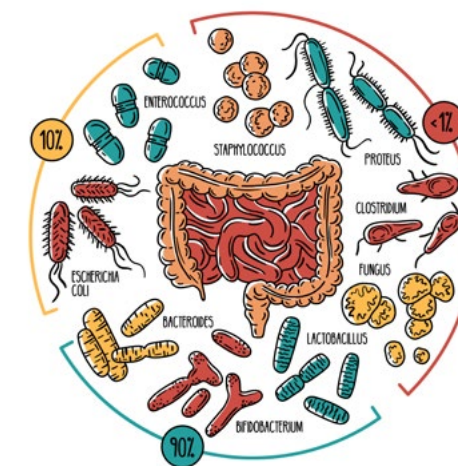
Dato che il microbiota ha effetto sulle cellule dell'immunità, è logico pensare che agendo sui microrganismi nostri ospiti si possa aumentare l'efficacia dell'immunoterapia dei tumori. Uno studio delle Università di Würzburg e di Marburg dimostra per la prima volta che due sostanze prodotte dal metabolismo dei batteri intestinali sono in grado di potenziare la capacità di alcune cellule immunitarie di uccidere le cellule tumorali. I ricercatori tedeschi hanno osservato che **pentanoato e butirrato**, due molecole che appartengono alla classe degli acidi grassi a catena corta

(SCFA), rendono più letali i linfociti T citotossici. Non solo, i due SCFA sono risultati attivi anche sulle cellule CAR-T, linfociti T sottoposti a ingegneria genetica per essere equipaggiati con una molecola con cui riconoscere le cellule tumorali da eliminare. L'attivazione delle cellule CAR-T con butirrato o pentanoato si traduce in un maggior effetto antitumorale in animali di laboratorio con tumore del pancreas. Una stimolazione delle cellule CAR-T in vitro, prima dell'infusione delle cellule ingegnerizzate nel paziente, potrebbe facilmente essere introdotta nei protocolli immunoterapici, ma si potrebbe anche pensare di trasferire nel paziente che riceve le CAR-T un "consorzio" di batteri che producono questi SCFA. **"Idealmente la composizione delle specie batteriche nel microbiota intestinale potrebbe essere usata per controllare la sua influenza sul successo della terapia"** commentano gli autori della ricerca nell'articolo pubblicato sulla rivista Nature Communications.

CONTRASTARE GLI EFFETTI COLLATERALI

Ottimizzare le cure non vuole dire solo avere terapie più potenti, ma anche **limitare gli effetti indesiderati delle terapie**. Un terzo studio con risultati pubblicati sulla rivista Nature Medicine si è concentrato su questo aspetto. Gli

inibitori dei checkpoint immunitari (ICI) sono farmaci immunoterapici che hanno rivoluzionato il trattamento di alcuni tumori ad alta letalità, anche se alcuni pazienti sperimentano effetti collaterali importanti. **Purtroppo, a oggi non sappiamo come identificare anticipatamente chi è più suscettibile agli effetti collaterali gravi**. I ricercatori del MD Anderson Cancer Center dell'Università del Texas hanno notato che i pazienti con melanoma avanzato trattati con ICI in cui compariva maggiore tossicità ai farmaci avevano un'abbondanza di *Bacteroides intestinalis*. Sia in animali di laboratorio sia nei pazienti, questa abbondanza si associava a livelli più elevati di una molecola proinfiammatoria (IL-1beta) e di infiammazione nella mucosa intestinale. Inibire l'IL-1beta con un farmaco già utilizzato in clinica riduceva invece l'infiammazione intestinale senza influenzare negativamente l'efficacia dell'immunoterapia in animali di laboratorio. Studi ulteriori dovranno confermare nei pazienti questi risultati, che tuttavia aprono **interessanti prospettive alla soluzione del problema della tossicità causata dagli inibitori dei checkpoint immunitari**.



AFORISMA

Non vi è
peccato più
grande della
stupidità.

Oscar Wilde





LA RICETTA

CREMA DI SEDANO

INGREDIENTI

carote
1 cipolla
1 gambo di sedano
1 patata
1 cucchiaino di zenzero fresco
grattugiato
1 spicchio di aglio
4 foglie di alloro
olio di oliva extra vergine
sale

PROCEDIMENTO

Affettate il sedano, tenendo da parte le foglie più tenere. Affettate anche cipolle e carote e in una pentola e rosolatele a calore basso per 10 minuti insieme a 3 cucchiari d'olio e all'alloro. Aggiungete il sedano e lasciatelo insaporire per 10 minuti. A questo punto unite anche la patata, pelata e a cubetti, e dopo 5 minuti un litro abbondante d'acqua calda, portate a ebollizione, salate e cuocete per 25 minuti. Aggiungete l'aglio tritato e lo zenzero, poi saltatele in padella per 5 minuti a calore vivace. Tritate i pinoli insieme alle foglie di sedano messe da parte. Eliminate l'alloro e frullate la minestra di verdure, controllate il sale e distribuitela nei piatti con il trito di pinoli e servite.



Dott. Maria Papavasileiou

Dietista Nutrizionista laureata all'Università ATEI di Salonicco in Dietologia e Nutrizione e in Scienze della nutrizione umana presso l'università San Raffaele.



Un piatto adatto a chi ha problemi di cattiva digestione. Una vellutata gustosa, dietetica e drenante.

“ 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.



DOSCA

www.doscasancarlo.it



VUOI METTERE UN PO' DI AUTUNNO NEL TUO ARMADIO?



Improvvisamente vi siete svegliati una mattina con il desiderio di una tazza di Pumking spice latte, avete guardato i cuscini del divano e avete pensato che sarebbe bello aggiungerci un po' di arancione, per cena avete deciso di preparare un risotto coi funghi e andare a comprare delle zucche finte

per metterle sul tavolino dell'ingresso vi è sembrata una buona idea. Tranquilli, non avete battuto la testa, siete solo stati infettati anche voi con l'autunnite acuta, capita anche ai migliori, e con tutte le foto che starete vedendo sulle riviste e on line è più che normale che succeda. Finché la casa non sarà completamente

di Anna Venere



Anna Venere

Sono una CONSULENTE D'IMMAGINE un po' particolare: aiuto le donne a risolvere i problemi nascosti nel loro armadio, insegnando loro a vestirsi in base alla propria Forma del corpo, a ritrovare i propri pregi, minimizzare i difetti e imparare ad amarsi così come sono.

La MIA MISSIONE è far capire a tutte le donne che per vestirsi bene, con capi che ci piacciono e ci valorizzano non bisogna per forza avere tanti soldi, indossare abiti scomodi, essere magre o raggiungere un fisico perfetto ideale, perché questo fisico perfetto non esiste, ma per ognuna di noi esiste l'abito perfetto. Mi trovate sul mio sito Moda per principianti modaperprincipianti.com, su instagram come [@annavenere3](https://www.instagram.com/annavenere3) e sulla mia pagina facebook Moda per Principianti [facebook.com/modaperprincipianti](https://www.facebook.com/modaperprincipianti)

invasa di decorazioni autunnali non è un problema, anzi è molto bello sentire il passaggio delle stagioni. Diventa però un po' difficile nel caso in cui vogliate stravolgere il vostro guardaroba per solo due mesi e invaderlo di colori caldi, fantasie con foglioline e ciondoli con gufi e scoiattoli. Ogni autunno è così vero? Ci caschiamo tutti, ci innamoriamo di certi look, ma in realtà non sono quello che voglio indossare, è difficile, ma è così. Qualcosa vi piace tantissimo su qualcun altro, vorreste ricreare esattamente quel look ma in realtà su di voi non funziona, non funziona con il vostro armadio, e non funziona con quello che poi in realtà vi piace. Un po' come sognare di leggere un libro seduta nel riquadro di una finestra con



una tazza di tè in mano, come in una foto, ma in realtà sei una da kindle, la finestra non ha il davanzale e il tè non vi piace. Ma il desiderio resta e quindi vediamo come far entrare un po' di autunno nel vostro armadio senza stravolgerlo, senza andare completamente contro ai colori che vi donano, e magari unirli agli stili che già utilizzate.

Per prima cosa quali sono i vestiti, gli stili, i tessuti e le fantasie molto autunnali? Quando pensiamo all'autunno pensiamo a colori caldi e anche scuri, ricchezza di ornamenti, e atmosfera pacata. Per questa ragione lo stile Romantico, lo stile British sono esattamente calzati dentro a questo periodo, ma ci sono altri stili che coi colori giusti possono richiamare questo stile, il Bon Ton sicuramente, il Country anche se più rigido, il Rock può esserci unito molto facilmente, l'etnico anche se più difficile perché molto forte come stile, e l'hipster che ha una declinazione in "bibliotecaria" molto autunnale. Per i colori è abbastanza facile giusto: arancione, arancione, arancione e dunque anche arancione... Ovviamente questo colore può essere schiarito e scurito, orientandosi verso tutte le gradazioni di beige e marroni caldi, ma anche andare più verso il rosso e più verso il giallo. I gialli caldi, gli ocra sono molto autunnali.

Anche i verdi, specie i verdi oliva e bosco sono molto autunnali, e anche i viola più tendenti al rosso, anche se da soli non riescono ad esserlo. Il bordeaux ovviamente e molti blu più spenti. Questi altri colori però diventano autunnali sono se uniti ai vari toni di arancione, beige e marrone. Cosa fare se vi donano i colori freddi? Non disperare, a seconda di quanto fredda siete potete restare con i vostri freddi e aggiungere piccoli toni di questi marroni e arancioni.

Dato che i colori autunnali sono non solo caldi ma anche più scuri che intensi se i vostri colori sono scuri anche se freddi sei facilitata. Potete partire dal blu, o dal nero e aggiungere una cintura, una fantasia nella gonna, un paio di scarpe colori cuoio. Oppure vi orientate sui colori autunnali che molto caldi non sono come i verdi e li abbinate ai vostri colori. Tanto però fanno anche le fantasie e i tessuti, un po' di velluto, due foglioline sulla gonna, una blusa in

pizzo, fanno subito autunno, così come tutto il tartan e lo spigato a base calda, o i quadri. Per le fantasie tutto quello che è foglioline, animali del bosco, volpi, scoiattoli ghiande, piccoli fiorellini di campo richiama subito l'autunno anche se non è nei suoi colori. Potreste scegliere un abito a secondo nero con piccole foglioline viola, o rosa chiaro e un po' di autunno sarebbe anche nei vostri colori. Lo stesso discorso vale con il velluto, che richiama subito l'autunno, anche se blu, o viola, o rosso, persino grigio. E poi ci sono i bijoux, vi basta orientarvi su dettagli che richiamino questa stagione, come ciondoli, anelli, braccialetti, sicuramente più dorati che argento, ma anche bronzati, o d'oro rosa. E se non basta potete caricare con cappelli, sciarpe, e guanti, utilizzare la lana, il tessuto a trecce e i motivi geometrici scandinavi non lascia scampo all'autunno. Tutto questo può rendere autunnale anche l'armadio più sobrio, freddo e monocromatico.

Spero di avervi dato abbastanza spunti per introdurre l'autunno nel vostro armadio e se proprio non riuscite mi raccomando non rimediare inserendoci dentro le zucche finte, ne basta una sul comodino, magari con a fianco una candela alla cannella.



50 ANNI

CINQUANTENARIO 1971

CINQUANTENARIO DELLE SCOPERTE

Data 1971
Avvenimento Il 29 dicembre 1971 l'immunologo e microbiologo belga, **Jean François Borel**, che lavora ai laboratori Sandoz a Basilea in Svizzera, scopre la proprietà antirigetto di una sostanza estratta da un fungo, la Ciclosporina. Questa sostanza si rivela in grado di bloccare l'attività dei linfociti T, responsabili del rigetto, lasciando inalterate altre difese immunitarie importanti per la difesa dalle infezioni. Soltanto negli anni '80 la Ciclosporina viene sintetizzata come farmaco e commercializzata. L'impiego clinico della Ciclosporina modifica radicalmente la possibilità di successo dei trapianti di rene, fegato e cuore portando le sopravvivenze post trapianto oltre il 70%. Una vera e propria rivoluzione, se pensiamo che ancora oggi la Ciclosporina rimane il farmaco anti-rigetto più utilizzato.



CINQUANTENARIO DELLE SCOPERTE

Data 1971
Avvenimento Il britannico **Sir John R. Vane**, professore di farmacologia presso il Royal College di Chirurgia di Londra, pubblica sul giornale scientifico "Nature" i suoi studi sulla modalità di azione dell'aspirina e di altri farmaci antinfiammatori non steroidei sotto il titolo di "Inhibition of prostaglandin synthesis as a mechanism of action for aspirin-like drugs". John Vane inaugura una nuova epoca, scoprendo che l'aspirina possiede proprietà analgesiche, antipiretiche, antinfiammatorie, in virtù della sua capacità di inibire la sintesi di alcune sostanze, messaggere del corpo (prostaglandine), che intensificano il dolore. Nel 1982 viene insignito del Premio Nobel per la Medicina insieme a Sune Bergström e Bengt Samuelsson proprio per questa importante scoperta.



CINQUANTENARIO DELLA MORTE

Data 13 Ottobre 1971
Avvenimento Muore **Aldo Luigi Mario Castellani**, medico, batteriologo e patologo italiano. È lo scopritore del Trypanosoma brucei, il microrganismo che attraverso la puntura della mosca tse-tse provoca la malattia del sonno nell'Africa tropicale. Il suo interesse per i Tropici lo conducono poi a Londra dove frequenta la Scuola di Medicina Tropicale. Nel 1902 viene scelto come uno dei partecipanti alla spedizione in Africa equatoriale ed Uganda per condurre ricerche su un'epidemia di malattia del sonno che stava sterminando gli indigeni. Il 12 novembre 1902 nota in diversi casi di malaria la presenza del tripanosoma. Castellani scopre che la malattia è trasportata dalla mosca tse-tse (Glossina palpalis). Una volta tornato a Londra viene nominato dal Ministro delle Colonie professore dell'Università di Medicina di Colombo e direttore dell'Istituto batteriologico a Ceylon. A Ceylon Castellani è professore di medicina tropicale e di dermatologia presso la Scuola di Medicina, direttore dell'Istituto Batteriologico governativo, direttore della Clinica Colombo per le Malattie Tropicali e medico presso la Corsia dei Marinai dell'Ospedale Generale di Colombo. Nel 1905 scopre e descrive per la prima volta l'agente eziologico della framboesia, malattia infettiva tropicale.



100 ANNI

CENTENARIO 1921

CENTENARIO DELLA NASCITA

Data 21 Ottobre 1921
Avvenimento Nasce **Victor Almon McKusick**, medico e genetista statunitense. Sostenitore del Progetto Genoma Umano, compie molteplici studi sulle malattie congenite, in particolare all'interno delle comunità Amish. È considerato il pioniere della disciplina della genetica clinica. Dopo la Seconda Guerra Mondiale, nel 1942 inizia a studiare alla Johns Hopkins University, dove ottiene il dottorato in Medicina attraverso un programma accelerato in soli tre anni, specializzandosi come cardiologo, poiché il dipartimento di genetica clinica non esiste all'epoca. Nel 1956 McKusick si reca a Copenaghen al primo congresso internazionale di Genetica Umana sulle malattie genetiche del tessuto connettivo. A partire dal 1957 McKusick crea e diventa presidente di un nuovo dipartimento di Genetica Medica alla Hopkins. Ricopre molteplici incarichi simultaneamente sia come medico che come professore universitario. Contribuisce allo sviluppo della coltura cellulare HeLa, ovvero alla raccolta di cellule tumorali immortalizzate altamente stabilizzate, fondamentale nella ricerca biomedica nei decenni successivi, in particolare in campo oncologico. Approfondisce i suoi studi di genetica sulla popolazione Amish e le sue scoperte portano molti altri ricercatori a studiare malattie ereditarie similari negli anni '60 e '70. McKusick ricopre ruoli importanti al Johns Hopkins fino alla sua morte.



CENTENARIO DELLE SCOPERTE

Data 1921
Avvenimento Lo psichiatra svizzero **Hermann Rorschach** inventa l'omonimo test adottato come metodo per l'indagine della personalità. Questo metodo psicodiagnostico si avvale di una serie di tavole coperte di macchie d'inchiostro nere o policrome che il paziente ha il compito di interpretare. Rorschach si laurea nel 1909 in Medicina e si specializza poi in Psichiatria. Negli anni seguenti si avvicina ai circoli psicoanalitici, diffusi in Svizzera e in Austria, ed inizia a sperimentare le differenti percezioni che soggetti diversi hanno davanti a macchie colorate create con esperimenti di Kleksografia (ossia produrre un'immagine piegando un foglio contenente inchiostro). In questo contesto, inizia a chiedersi se il diverso modo di percepire le macchie possa essere legato a differenti dinamismi di personalità o problematiche psicopatologiche dei soggetti che vi si sottopongono. Avvia quindi un estensivo programma di ricerca durato molti anni e dopo aver studiato circa 300 pazienti, nel 1921 pubblica il libro "Psychodiagnostik", destinato a formare la base del test. Una volta pubblicata la sua ricerca, questa però non gode di molta attenzione. Nel corso del decennio successivo, diversi psichiatri e psicoanalisti, europei e statunitensi, iniziano a sperimentare l'uso delle sue macchie standardizzate in ambito psicodiagnostico, ottenendo risultati clinicamente molto interessanti.



CENTENARIO DELLA MORTE

Data 20 Marzo 1921
Avvenimento Muore **Ausonio Zubiani**, medico italiano, fisiologo, fondatore del primo Sanatorio. Nel 1894 si laurea all'Università degli Studi di Pavia in Medicina e Chirurgia. Durante gli anni universitari, Zubiani partecipa attivamente alla vita politica pavese, iscrivendosi al Circolo socialista della città e scrivendo sulle colonne dei giornali "Cuore e critica", "La Plebe", "Critica sociale". I suoi scritti sono tutti orientati sulla questione sociale per una trasformazione della società con l'emancipazione delle classi più povere. Medico condotto a Sondalo, Ausonio Zubiani si distacca gradatamente dalla vita politica attiva. Il suo impegno di medico è nella lotta contro la tubercolosi, la più grave malattia sociale del tempo. Nel 1898 pubblica "La cura razionale dei tisiici e i sanatorii", premiato all'Esposizione Voltiana del 1899 come opera di divulgazione scientifica. La tubercolosi polmonare guarisce solo con l'irrobustimento del corpo mediante la vita all'aperto, l'ambiente salubre, il riposo, la superalimentazione, il clima montano, il sole. Nel 1899 comincia a sviluppare l'idea di istituire a Sondalo un centro sanitoriale. Il 18 ottobre 1903 inaugura il "Primo Sanatorio italiano di Pineta di Sortenna", di cui ne sarà il direttore fino al giorno della sua morte, avvenuta a soli 51 anni.





Scritti e dipinti da Voi Donatori e Amici DO.S.CA

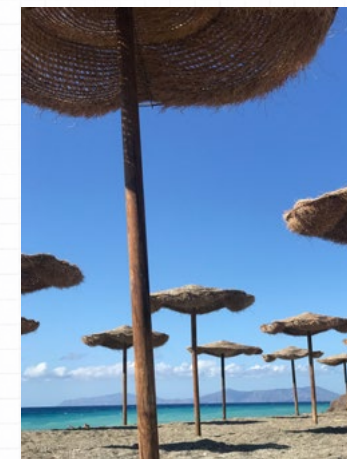
Per ragioni di spazio non riusciamo a pubblicare tutte le opere pervenute. Abbiamo applicato il criterio di pubblicare un'opera per ciascun autore, assicurando che comunque tutte le opere inviate parteciperanno alla selezione dei premi DOSCAR. Ci sono inoltre arrivati altri contributi quando già erano pronte le bozze di stampa, per cui potremo pubblicarli nel prossimo numero de Il DONATORE.

Per scrivere alla redazione inviare una mail a info@doscasancarlo.it

FOTOGRAFIE



di Maria Pia Cassinari



di Elena Papa

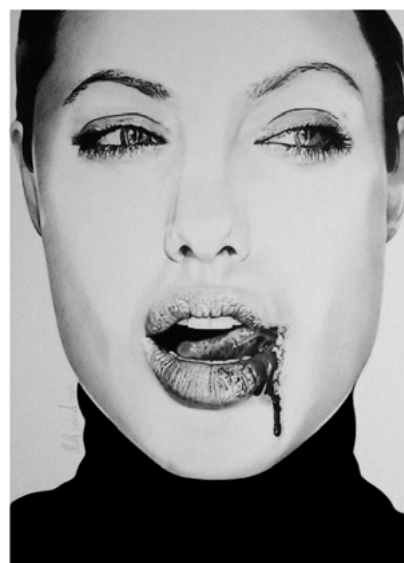


di Clara Venturelli

DIPINTI



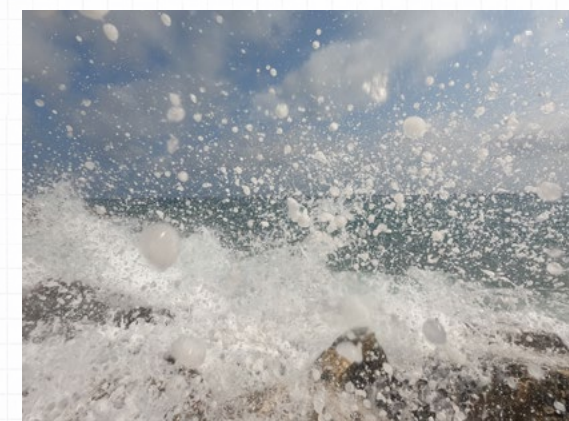
4 Maggio di Maria Lovino



Angelina Jolie di Michele Erricolo



di Marta Matarazzo



di Alercia Emilio



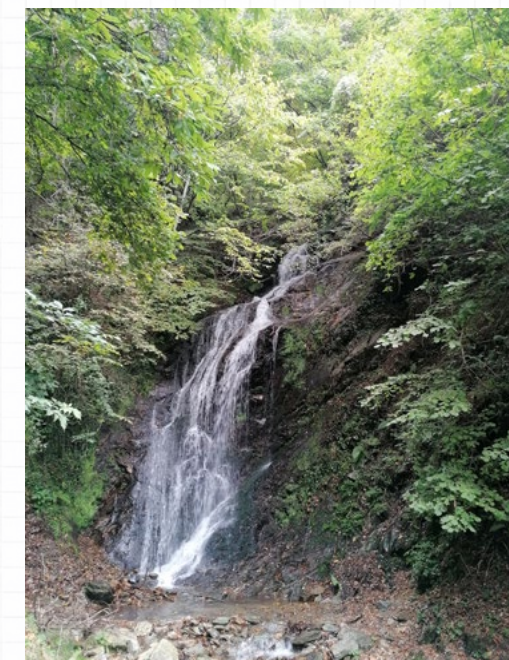
Tuareg di Barbara Fumagalli



di Laura Racchetti



di Maurizio Racchetti



di Roberto Casaccio



SCRITTI

4 MAGGIO 2020

(Dedicata al mio nipotino Francesco)

Ti aspetterò alla finestra
Con il batticuore
Aspetterò di vederti da lontano
Arriverai correndo
O camminando piano
Tornerai da me, saltellando
Guarderai in alto
Ed io ti chiamerò
Immaginando il tuo profumo
Ed avrò voglia di stringerti a me
Di baciare la tua pelle morbida
Le tue guance paffute
Le tue manine cresciute
Qualcosa ci frenerà
Ma noi saremo felici
Comunque felici
Di stare finalmente insieme

Mimma Lovino

ALLA MIA CARA ELISA

Portami con te.
Portami dove il tempo si è fermato.
Portami dove nulla è più dolore.
Portami dove le stelle guardano il mare.
Portami dove io ti possa vedere.
Portami e prendi la mia mano
Portami dove per vederti, io non debba
mettere un fiore.

Ivano Frau

AGO ETERNO

Ho donato parte di me
per chi è meno fortunato
per chi ha la vita su un filo spinato
e se con un piccolo gesto
posso salvare un respiro fermo
quell'ago sarà eterno.

Rebecca Guida

GIORNI DI DICEMBRE

Sulle mie mani
come ali di farfalla
corre via il tempo
incontrando l'inverno
di un'altra stagione

E fiocchi bianchi
si poseranno lievi
sulla mia casa
e scandiranno le ore
oggi come ieri

Nelle fredde ore
dei giorni di dicembre
torna la notte
sulle ombre dei ricordi
col suo passo, silenzioso

Eufemia Griffo

CAMMINIANDO, UN GIORNO IN SPIAGGIA...

Le orme sono come i giorni passati,
cancellati dalle acque del mare.
Invece le orme che facciamo adesso
sono come i giorni futuri, che passeremo insieme.

Laura Racchetti

(scritta all'età di 8 anni)

DI SERA

.. E poi niente .
Mi manchi.
La lontananza mi fa affidare una carezza al vento.
E lo so che la sentirai arrivare.
Ti rivedo in ogni cosa bella che le grige giornate d inverno mi regalano.
La dolcezza ha il suono del tuo nome,
Mamma,
se puoi,
torna anche stanotte nei miei sogni.

Susanna Favarolo

TRAMONTI DI LUNA

Parte tutto dal sentimento,
dal cuore che partorisce
catene di sogni
in costante rinascita.
Rinascono come le mie fioche parole,
come i desideri di chi resta bambino,
si addormentano e si risvegliano
con me, dentro di me
in un flusso continuo e inarrestabile.
Con le mie parole io canto
quella magica e dolorosa attesa
che porta in grembo una bellezza
unica e ineffabile,
madre consolatrice e distruttrice,
primavera surreale
accarezzata da eterni tramonti di luna.

Irene Visciano

Letti per Voi

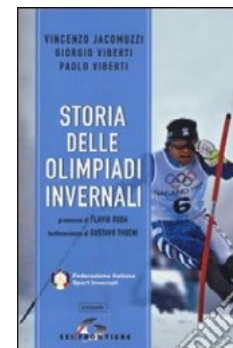


THE DESIGN CITY. MILANO CITTÀ LABORATORIO

Autore: **Marco Sammiceli e Anna Mainoli**

Casa Editrice: **Forma Edizioni**
Pagine: **416**
Prezzo: **83,00 €**

Milano è una piattaforma che da sempre crea contenuti di design, grazie alla presenza sul territorio di strutture e infrastrutture che nel tempo hanno reso la città centrale nel panorama culturale, nonché un appuntamento fisso sul calendario internazionale grazie al Salone del Mobile. Il libro racconta diversi designer italiani e stranieri accomunati dal contributo disciplinare con cui si è consolidato su scala internazionale il sistema design di Milano nel corso di quasi un secolo (1950 - 2020). I profili sono stati selezionati in base alla carriera svolta, al legame con la città e a come hanno conservato una rilevanza internazionale nel tempo. Il filo conduttore sono da un lato i luoghi in cui avviene il processo creativo di progettazione, dall'altro la voce stessa dei designer: materiale di archivio fornito da eredi e fondazioni e un'intervista a ognuno dei protagonisti della scena contemporanea del design milanese per raccogliere idee, spunti e riflessioni dai creativi che animano e hanno animato in questi anni la città di Milano.



STORIA DELLE OLIMPIADI INVERNALI

Autore: **Vincenzo Jacomuzzi, Giorgio Viberti e Paolo Viberti**

Casa Editrice: **SEI**
Pagine: **498**
Prezzo: **16,00 €**

Ci sono tutti, i primi e gli ultimi, i campioni della neve e del ghiaccio protagonisti delle Olimpiadi bianche: storie di uomini e di atleti, di sentimenti e di tecniche. Intorno a loro la passione degli sportivi e la realtà di cento anni di storia e società. Da Sonja Henie a Carolina Kostner, da Toni Sailer e Jean-Claude Killy a Gustavo Thoeni e ad Alberto Tomba, da Rosi Mittermaier e Annemarie Moser-Proell a Deborah Compagnoni e Janica Kostelic. Naturalmente, ci sono “tutti i nostri” ori azzurri, da Nino Bibbia, il primo, a Giuliano Razzoli, l'ultimo (per ora). E poi tutti gli altri. Il volume contiene i risultati di tutte le edizioni delle Olimpiadi invernali. A introdurre l'anima e il corpo del libro, la preziosa esperienza di uno degli eroi eponimi delle Olimpiadi, il “campionissimo” Gustavo Thoeni.



IL MICROBIOTA. LA CHIAVE DELLA NOSTRA SALUTE

Autore: **Bruno Brigo**

Casa Editrice: **Tecniche Nuove**
Pagine: **192**
Prezzo: **17,90 €**

Esiste un organo del corpo umano poco conosciuto, anzi riconosciuto come tale solo di recente, eppure di vitale importanza; un organo localizzato a livello intestinale, del peso di circa un chilogrammo e formato da 100.000 miliardi di batteri, un numero enorme di microrganismi, superiore di ben 10 volte a quello di tutte le cellule del nostro corpo. Un organo in continua trasformazione dal cui equilibrio dipende in larga misura la nostra salute e che viene definito “microbiota”. In questo volume si definiscono la natura e il ruolo della flora intestinale o microbiota, si analizzano le diverse manifestazioni della disbiosi intestinale con il consiglio delle misure correttive specifiche per ogni disturbo o malattia e si analizzano le relative misure alimentari.



Lettere alla Redazione

Sono un vostro donatore e vorrei sapere se per venire a donare presso il Centro Trasfusionale dell'Ospedale San Carlo è necessario possedere il green pass?

P. T.

Ad oggi, i donatori di sangue possono accedere al Centro Trasfusionale senza obbligo di green pass. Riportiamo il chiarimento del Centro Nazionale Sangue riguardante questo argomento, pregando i donatori di controllare sempre gli aggiornamenti sul nostro sito e sul portale del Centro Nazionale Sangue.

“Con riferimento alle ulteriori misure urgenti per fronteggiare l'emergenza epidemiologica da COVID-19 e per l'esercizio in sicurezza di attività sociali ed economiche in Italia, disposte da **Decreto Legge del 23 luglio 2021**, si ravvisa l'opportunità di precisare che l'**accesso dei donatori alle sedi di raccolta di sangue ed emocomponenti ubicate presso le strutture ospedaliere, come pure a tutte le unità di raccolta associative**, non rientra fra i servizi e le attività il cui accesso è consentito esclusivamente ai soggetti muniti di una delle certificazioni verdi COVID-19 di cui all'articolo 9, comma 2 del Decreto Legge del 22 aprile 2021, n. 52. Pertanto, si precisa che l'accesso del donatore alle sedi di raccolta, nel rispetto delle misure di prevenzione generale a garanzia della sicurezza della donazione, **non è subordinato al possesso della certificazione verde COVID-19 (“green pass”).**”

Buongiorno, ho da pochi giorni effettuato la seconda dose del vaccino anti-covid. Volevo sapere quanto tempo deve intercorrere tra la vaccinazione e la donazione di sangue.

Donatore DOSCA

I soggetti asintomatici vaccinati con virus inattivati, vaccini che non contengono agenti vivi o vaccini ricombinanti (ad es. vaccini a base di mRNA o sub-unità proteiche) possono essere accettati alla donazione di sangue ed emocomponenti dopo almeno 48 ore da ciascun episodio vaccinale. Quale misura precauzionale, i soggetti che abbiano sviluppato sintomi dopo la somministrazione del vaccino anti-SARS-CoV-2 possono essere accettati alla donazione di sangue ed emocomponenti dopo almeno 7 giorni dalla completa risoluzione dei sintomi.

Per approfondimenti
www.centronazionalesangue.it/donatori-e-vaccino-anti-covid-che-fare/

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

CI GIUNGONO PARECCHIE RICHIESTE TELEFONICHE SU QUANDO SI POTRÀ TORNARE A DONARE DI SABATO, SOPRATTUTTO PER LE MOLTEPLICI SITUAZIONI PERSONALI CHE NON PERMETTONO LA DONAZIONE IN SETTIMANA.

Per il momento continuiamo a rispondere che noi stessi lo desideriamo e lo sollecitiamo da 9 anni, purtroppo senza esito. C'è una speranza adesso, in quanto le direzioni dell'Asst Santi Paolo e Carlo hanno assunto in proprio il servizio dei medici selezionatori esterni, non lasciandolo più in carico all'Associazione stessa. Speriamo che questo acceleri l'apertura dei sabati alla donazione.

DISPOSIZIONI PER LA DONAZIONE

Non avere avuto sintomi influenzali di alcun tipo, neanche un semplice raffreddore nei 14 giorni antecedenti la data della donazione.

Non essere stati in contatto con persone positive o con tampone dubbio al Covid-19 o con sintomi influenzali nei 14 giorni antecedenti la data della donazione.

Chiunque sia stato a stretto contatto con una persona con infezione documentata da Sars-CoV-2 è sospeso per 14 giorni dalla donazione (la sospensione potrà ridursi a 10 giorni se, allo scadere del decimo giorno, si effettuerà un tampone con esito negativo).

Per i viaggi nei Paesi per cui al rientro è previsto un tampone obbligatorio la donazione è consentita solo dopo l'effettuazione del tampone con esito negativo.

Chiunque sia ritornato da un viaggio in Paesi per cui è prevista la quarantena, possono essere ammessi alla donazione dopo 14 giorni dal rientro in Italia.

Per coloro che sono risultati positivi al tampone per SARS-CoV-2, possono tornare a donare se sono trascorsi almeno 14 giorni dalla completa risoluzione dei sintomi (fatta eccezione per ageusia/disgeusia e anosmia che possono perdurare per diverso tempo dopo la guarigione) oppure in presenza di un test molecolare negativo.

Informare il Centro trasfusionale in caso di comparsa di sintomi compatibili con infezione da Covid-19 o in caso di diagnosi di infezione da SARS-CoV-2 (tampone molecolare o antigenico) nei 14 giorni successivi alla donazione e se entrati in contatto con persone risultate positive nei 2 giorni antecedenti alla donazione.



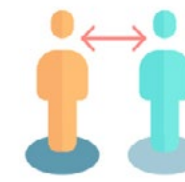
Prima di accedere al Centro Donazioni è necessario recarsi al check-point situato all'ingresso principale dell'Ospedale San Carlo per la **PROVA DELLA TEMPERATURA CORPOREA**.



Presso il Centro Donazioni è obbligatorio indossare la **MASCHERINA CHIRURGICA** o una mascherina FFP2 senza filtro o valvola.



E' raccomandato **LAVARSI** o **DISINFETTARSI** le mani prima dell'accettazione (presso il Centro Donazioni sono presenti appositi distributori di disinfettante)



Presso il Centro Donazioni è obbligatorio mantenere la **DISTANZA DI SICUREZZA** di almeno 1 metro.



MEDICINA IN PILLOLE

DOOMSCROLLING

COS'È E PERCHÉ BISOGNA EVITARLO?



La parola doomscrolling indica la tendenza a cercare in modo ossessivo cattive notizie online, scorrendo (scrolling) sullo schermo del nostro telefonino (o tablet, o pc) per informarci sulle sventure (dooms) che accadono nel mondo.

Un'abitudine che si è diffusa

ancor di più durante la pandemia da Covid, quando tempo e cattive notizie non mancavano di certo, e che ha colpito soprattutto le persone che già soffrivano di ansia e depressione. Il World Economic Forum ne ha discusso con Ariane Ling, psicologa allo Steven A. Cohen Military Family Center del NYU Lanogone Health (USA). Il doomscrolling è una pratica tipicamente umana. Siamo curiosi, e proprio come quando passiamo accanto a un incidente stradale rallentiamo per vedere cosa è successo, così accade quando scorriamo le notizie sul telefonino. «Il doomscrolling era già diffuso prima della pandemia, in particolare tra persone che soffrivano di ansia e depressione», sottolinea Ling. Chi soffre di depressione è solito cercare online notizie che confermino la propria visione negativa del mondo e della vita. E la pandemia, che ha accentuato il malessere psicofisico, non ha certo aiutato le persone ad abbandonare questa abitudine. Il primo passo per smettere, come in tutte le dipendenze, è riconoscere l'esistenza del problema e quando lo si capisce si può decidere di fermarsi e dedicarsi ad altro (leggere, cucinare, allenarsi: sono tutte alternative più sane al doomscrolling).

PISOLINO? SE DURA 30 MINUTI FA BENE AL CERVELLO.

PIÙ MEMORIA, MAGGIOR ORIENTAMENTO E AGILITÀ



MENTALE.

Secondo una ricerca pubblicata su General Psychiatry il pisolino pomeridiano sarebbe associato a un miglioramento dell'agilità mentale, della

consapevolezza di noi stessi nello spazio, della fluenza verbale e della memoria operativa. Lo studio, condotto su più di duemila ultrasessantenni cinesi, ha rilevato performance cognitive “notevolmente superiori” in coloro che riposavano regolarmente, in confronto a chi dormiva solo di notte. Tuttavia è bene non esagerare: «Riposini lunghi e molto frequenti sono stati associati a scarse funzioni cognitive», si legge sullo studio. «Al contrario, riposini brevi (meno di 30 minuti) e frequenti (quattro volte a settimana) sono stati associati con una diminuzione dell'84% del rischio di sviluppare la malattia di Alzheimer».

L'EMICRANIA SI PUO' CURARE



CON GLI ANTICORPI MONOCLONALI

Un miliardo di persone nel mondo soffre di emicrania; il 12% della popolazione italiana, soprattutto donne,

convive con questa patologia in grado di limitare pesantemente le attività quotidiane. Fino ad oggi la soluzione consisteva nell'assumere farmaci analgesici; una soluzione transitoria e, in alcuni casi, pericolosa per effetti collaterali anche severi. Negli ultimi anni è arrivata la svolta. I meccanismi dell'emicrania sono molto complessi, ma quello fondamentale è noto ormai da anni: l'infiammazione neurogenica del sistema trigemino-vascolare. Questo sistema viene attivato da diversi stimoli, il risultato è il rilascio di neuropeptidi tra cui, il principale, è il CGRP. La ricerca si è concentrata perciò sulla produzione di un agente capace di bloccare l'azione del CGRP e quindi in grado di curare la patologia: gli anticorpi monoclonali. Questi funzionano bloccando il peptide CGRP, cioè il peptide pro-infiammatorio, oppure bloccando il recettore, ossia quella molecola su cui si lega per innescare la reazione. Gli anticorpi monoclonali sono una terapia di profilassi. Non devono essere assunti quando insorge un attacco di emicrania, ma agiscono sulla causa scatenante. Circa il 70% dei pazienti trae beneficio da questa terapia di profilassi. Un vantaggio è anche relativo alla modalità di somministrazione molto comoda per il paziente: un'iniezione sottocute al mese.

CRONACA IN PILLOLE

YARA BIRKELAND

LA PRIMA NAVE CARGO ELETTRICA E SENZA EQUIPAGGIO



La prima nave a emissioni zero e senza equipaggio è stata varata e ha compiuto un riuscito viaggio-test.

Se l'elaborazione dei dati lo confermerà, il primo vero viaggio di lavoro dovrebbe avvenire entro la fine del 2021 e collegherà due città della

Norvegia. Yara International è la società norvegese che ha costruito questo cargo, che non solo sarà completamente autonomo ma sarà anche eco-sostenibile proprio perché completamente elettrico. Senza equipaggio, il controllo della navigazione sarà affidato a tre centri di controllo a terra. Nei primi mesi il carico e lo scarico della nave sarà ancora affidato ai portuali, ma stando a Jon Sletten, direttore dello stabilimento Yara di Porsgrunn, l'obiettivo è di rendere totalmente autonome tutte le operazioni. La Yara Birkeland, lunga 80 metri e larga 15, potrà viaggiare a una velocità di 13 nodi (circa 24 chilometri l'ora) e sarà in grado di trasportare 60 container a pieno carico.

ALTOS LABS

LA RICERCA DELLA GIOVINEZZA ETERNA



Invertire il processo di invecchiamento cellulare, per rimanere eternamente giovani. Altos Labs è la startup, con sede nella Silicon Valley, impegnata nella ricerca di un modo per prolungare la vita umana; una ricerca che parte dall'analisi delle

conoscenze acquisite negli anni nel campo della riprogrammazione biologica. Un progetto che sembra uscito da un film di fantascienza. A scommetterci, tuttavia sarebbero alcuni tra gli uomini più ricchi del pianeta, tra cui il fondatore di Amazon, Jeff Bezos, e Yuri Milner, il miliardario che ha fatto parte della sua fortuna con Facebook. L'obiettivo sarà non solo rallentare il processo di invecchiamento, ma, addirittura, invertirlo, “ripristinando” la giovinezza. A lavorare all'ambizioso obiettivo della startup, accanto al premio Nobel Shin'ya Yamanaka, ci sarà un team di altissimo profilo. Altos Labs ha già raccolto 231 milioni di sterline per lavorare allo sviluppo del suo Elisir di eterna giovinezza.



Il Medico Risponde

Buongiorno Dottore,
sto facendo delle infiltrazioni al ginocchio. Volevo sapere se questo compromette la possibilità di venire a donare il sangue.
Grazie
Donatore DOSCA

Caro Donatore le infiltrazioni al ginocchio non compromettono la possibilità di donare a patto che trascorrano i soliti quattro mesi dopo l'esecuzione della manovra chirurgica.

Ho 61 anni e non ho mai donato prima d'ora. E' possibile iniziare alla mia età questo percorso?

Caro Donatore la politica del nostro Centro come anche, in generale, quella delle altre strutture, è che la prima donazione si faccia prima del compimento dei 60 anni. Approfitti per inviare giovani leve!!

Egregio Dr. Toschi,
venendo a donare il sangue perché non sono previsti tamponi o esame sierologico per noi donatori? Ho saputo che in altri ospedali questi servizi sono attivi e credo siano utili per tutelare sia il donatore che il ricevente stesso.
E. F.

Caro Donatore la sua osservazione è assolutamente pertinente. Tuttavia non vi è un indicazione a livello nazionale a questo tipo di screening, e pertanto anche noi ci atteniamo alle raccomandazioni Ministeriali ed a quelle del Centro Nazionale Sangue. Avere un dato di sieroprevalenza degli anticorpi anti-SARS-CoV-2 sui donatori sarebbe comunque molto interessante. Va peraltro anche detto che non essendo stato documentato che l'infezione da SARS-CoV-2 sia trasmissibile con il sangue questo tipo di indagine avrebbe solamente un interesse epidemiologico ma non di protezione del ricevente. La protezione del ricevente nei confronti dell'infezione è infatti garantita dal fatto che il donatore al momento della donazione è asintomatico e ciò viene rilevato in sede di visita di idoneità.



a cura del dottor

**Vincenzo
Toschi**

Direttore del Servizio di
Immunoematologia e
Medicina Trasfusionale
degli Ospedali San Carlo
Borromeo e San Paolo.

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

Lo Psicologo Risponde

Buongiorno Dottoressa,

sono la mamma di un ragazzo di 18 anni che frequenta la quarta superiore. Lo scorso anno Giorgio ha iniziato a mostrare difficoltà ad andare a scuola che sono peggiorate sempre più fino a portarlo a perdere l'anno scolastico. Durante l'estate abbiamo parlato molto con lui e prima che iniziasse l'anno ci sembrava grintoso e con ottime intenzioni.

Purtroppo però dopo aver frequentato il primo giorno non è più riuscito ad andare. Sebbene ogni mattina lui si alzi e si prepari, al momento di uscire di casa dice di avere sintomi fisici (mal di pancia, mal di testa) che glielo impediscono. Qualche sera fa ci ha detto che sente che ha paura di perdere anche quest'anno e che sente che mi sta deludendo ed in effetti io sono delusa dalle continue promesse non mantenute.

Non so più cosa pensare e cosa fare con lui.
Spero di trovare consiglio in lei.

Buongiorno,

la sua preoccupazione è del tutto comprensibile. La grinta e la volontà di Giorgio sono una risorsa importante sulla quale fare leva. Dopo la pandemia che ha tenuto lontani i ragazzi dai banchi si è riscontrato un aumento di sintomi ansiosi come quelli che descrive che si manifestano anche a livello fisico e non permettono di svolgere le proprie attività. Nel caso di Giorgio sembra emergere un circolo vizioso in cui quando la sua ansia lo blocca facendogli perdere un giorno di scuola aumenta la paura di perdere l'anno e di fallire, deludendovi, questo aumenta ulteriormente il livello di ansia percepita e di conseguenza i sintomi fisici che lo bloccano sempre più.

E' fondamentale che Giorgio impari a porsi obiettivi a breve termine (es. "andare a scuola domani" anziché "non devo perdere l'anno") che gli danno una sensazione di maggior controllo e quindi abbassano il livello di ansia rompendo il circolo vizioso. Per questo consiglio di intraprendere un percorso di psicoterapia.



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



L'Avvocato Risponde

Egregio Avvocato,
abbiamo due figli grandi, di 18 e 20 anni. Il primo purtroppo è disabile ed è affetto da una grave patologia invalidante che lo ha reso incapace di lavorare e di essere autonome ed indipendente.
Io e mio marito siamo molto preoccupati del suo futuro, non sappiamo chi baderà a lui e soprattutto temiamo che finisca male, in tutti i sensi, magari anche sulle spalle del fratello che poveretto proprio non se lo merita.

La legge può aiutarci? In questi anni abbiamo avuto un po' di soldi ogni mese per via dell'invalidità, tutto qui, ma non basteranno di certo quando noi non ci saremo più.

Attendiamo consigli, grazie.
G.A. (donatrice DO.S.CA.)

Carissima, molti genitori in tutta Italia sono nelle Vostre condizioni e non è facile, obiettivamente.

La legge però da qualche tempo è diventata più sensibile a questi argomenti ed ha predisposto degli aiuti concreti.

Mi riferisco in particolare alla legge sul cosiddetto "Dopo di Noi", una legge che ha appunto pensato ai figli disabili ed ai loro genitori, allo scopo precipuo di offrire strumenti concreti di organizzazione e gestione della disabilità in una fase precedente la scomparsa dei genitori. La legge n. 112/2016, entrata in vigore il 25 giugno 2016, propone per la prima volta un piano volto a garantire il benessere, l'inclusione sociale e l'autonomia delle persone affette da disabilità gravi e, soprattutto, propone un piano per il supporto ai disabili.

Obiettivo principale è quindi favorire l'autonomia delle persone affette da grave disabilità e di evitare il ricorso, spesso ancora obbligato, all'assistenza sanitaria.

In poche parole oggi è possibile pensare e predisporre tutta una serie di soluzioni mentre i genitori sono ancora in vita, affinché il figlio dopo la morte dei genitori non abbia problemi e non vada incontro a spiacevoli situazioni.

Insomma, meglio prevenire che curare.

In concreto, di concerto con i servizi sociali presenti sul territorio, i genitori elaborano un progetto di vita per il figlio disabile: dalla abitazione alle cure, dalle attività fuori casa alla gestione del denaro.

In questo modo i genitori avranno la certezza che il futuro del loro figlio sarà gestito ed organizzato come loro ritengono più opportuno.

Sperando di esserle stato utile, resto a sua disposizione. Con i miei più cordiali saluti.

Avv. Giovanni Nanetti



a cura dell'avvocato

**Giovanni
Nanetti**

Mediatore familiare
e donatore Dosca .

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

“PERCHÉ CLAUDIA POSSA CONTINUARE A VIAGGIARE 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.



DOSCA
www.doscasancarlo.it



GIORNATA MONDIALE DEL DONATORE DI SANGUE

UNA BICICLETTATA PER MILANO PER SENSIBILIZZARE SULL'IMPORTANZA DI DONARE SANGUE



Dopo il rinvio dell'edizione 2020 a causa del Covid, il 14 Giugno scorso, l'Italia ha ospitato l'evento globale del **World Blood Donor Day**, la Giornata Mondiale dedicata ai donatori di sangue e istituita dall'Organizzazione Mondiale della Sanità.

Anche le Associazioni di donatori di sangue di Milano, tra cui DOSCA, hanno deciso di festeggiare questo grande evento insieme.

Nove ciclisti, ognuno dei quali ha rappresentato un'associazione cittadina di donatori del sangue, accompagnati dalla **consigliera comunale Diana De Marchi**, hanno realizzato una bicicletтата per le vie della nostra città, partendo da Palazzo Lombardia e arrivando simbolicamente davanti a Palazzo Marino.

Lo slogan della Giornata **"All you need is blood"**, ritornello dalla famosa canzone dei Beatles "All you need is love", a significare che "tutti abbiamo bisogno di sangue" e donarlo è sicuramente un grande gesto d'amore.

L'assessore alle Politiche abitative e sociali, **Gabriele Rabaiotti**, che ha accolto i ciclisti a Palazzo Marino, ha donato loro un attestato in segno di riconoscenza per il loro importante lavoro. "L'impegno di ognuna di queste realtà per sensibilizzare i cittadini e per raccogliere le donazioni è riconosciuto e apprezzato dall'amministrazione comunale che da anni promuove la donazione anche tra i propri dipendenti", ha dichiarato l'assessore Rabaiotti, "cogliamo l'occasione per ringraziare i donatori storici, ma anche per lanciare un messaggio a coloro che non hanno mai donato, in particolare ai più giovani: si tratta di un gesto semplice che ha un valore immenso perché restituisce una speranza a chi lo riceve".

DOSCA ha partecipato all'evento attraverso i propri ciclisti, affezionati donatori presso il Centro Trasfusionale dell'Ospedale San Carlo già da anni. Un grazie quindi a **Giovanni, Lidia, Luigi e Massimiliano**, che oltre all'entusiasmo ci hanno messo anche le gambe!





VITA ASSOCIATIVA

E SI CONTINUA A CORRERE!

I RUNNER DOSCA NON SI FERMANO.

La voglia di correre è tanta ed è ancora più bello farlo insieme con uno scopo. Correre per diffondere un messaggio e non solo per sé stessi: questo è ciò che contraddistingue il nostro gruppo sportivo e che lo rende speciale!

Grazie quindi ai nostri affiatati corridori che portano la donazione del sangue anche dentro lo sport, cercando di sensibilizzare chi ha tutte le carte in regola per poter compiere questo bellissimo gesto. Gli sportivi sono infatti persone giovani e in buona salute e di conseguenza perfetti per donare sangue. **E allora pronti via...si continua a correre!**



SAGRE DI BAGGIO E SETTIMO MILANESE

Quest'anno le tradizionali sagre di Baggio e Settimo Milanese hanno potuto svolgersi regolarmente.

I nostri volontari hanno partecipato ad entrambe le feste con il gazebo DOSCA per promuovere la donazione di sangue. Che dire: già il giorno dopo le due sagre sono venuti nuovi aspiranti donatori presso il nostro centro trasfusionale.

Un ottimo risultato che ci fa comprendere quanto sia importante il passaparola. Grazie quindi ai nostri volontari, sempre dediti a trasmettere questo messaggio così importante.





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

Lavanderia

Tintoria di Caterino Katia

Via Fratelli Zoia, 226 - Milano
tel. 02-4531183
Sconto del 15% su tutti i capi da lavare

Casa, arredamento e accessori

Articoli da regalo e complementi d'arredo

Fantasie d'interni

Via Turati, 4 - Settimo Milanese (MI)
tel. 02- 33502235
info@fantasiedinterni.com
Sconto del 10% su tutti gli oggetti esposti (non cumulabile con altre promo)

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
ricciicapricciparrucchieri@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

Hair Fashion - Modi'

Via Santa Rita da Cascia, 3 - Milano
tel. 02-89125994
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

Centro Estetico Bellissima

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

RC Beauty Center

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

L'éclat de la beauté 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

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..

Alimentari

Olio

Azienda Agricola Olio Extravergine d'oliva

Via G. La Pira. S. Pietro a Maida (CE)
cell. 331-6165116
stefaniaseminara@alice.it
sconto 10% su un ordine minimo di 20 litri.
Spedizione compresa e consegna a domicilio.

Attività Finanziarie

Prodotti finanziari

Creditime - Agenzia in attività finanziaria

Via Rembrandt, 34 - Milano
tel. 02-91663295 cell. 393-2168695
web@creditime.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

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

cell. 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



La riduzione sugli spettacoli del Teatro Nuovo è valida per il socio e per un accompagnatore ed è pari a circa il 30% rispetto al prezzo intero del biglietto per gli spettacoli teatrali in convenzione.

Per prenotare i biglietti i soci devono contattare l'UFFICIO GRUPPI TEATRO NUOVO tramite la mail gruppi@teatronuovo.it indicando:

- data dello spettacolo
 - il settore e il numero dei biglietti
- Verrà data risposta sulle disponibilità, l'avvenuta prenotazione e la modalità di pagamento.

N.B. Per info sugli spettacoli in convenzione contatta il Teatro attraverso la mail: gruppi@teatronuovo.it



Per usufruire dei posti in promozione i donatori dovranno recarsi presso il **Teatro Dal Verme**, muniti di tessera associativa. Ogni tessera associativa **dà diritto all'acquisto di 2 biglietti ridotti sugli spettacoli in convenzione (sconto del 20%)**.

N.B. Per info sugli spettacoli in convenzione contatta le biglietteria 02/87905249 serviziopromozione@ipomeriggi.it

Teatro Dal Verme

Via San Giovanni sul Muro 2, 20121 Milano
aperto dal martedì al sabato
dalle ore 10:30 alle ore 18:30



Multisala Gloria e Multisala Sarca

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) e presso **Multisala Gloria** Corso Vercelli, 18 - Milano.



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

Agevolazioni:

RIDUZIONE DEL 20% sul prezzo intero del biglietto nel settore poltronissima per gli spettacoli dei cartelloni "La Prosa", "Il Cabaret", "Manzoni Family", "Manzoni Extra".

Le presenti agevolazioni sono valide fino ad esaurimento dei posti ridotti disponibili.

Acquisto dei biglietti in convenzione:

ACQUISTO DIRETTO presentando la tessera DOSCA presso la **Biglietteria del Teatro Manzoni**.
Orari: dal Lunedì al sabato h.10-19 orario continuato
Via Manzoni, 42 - Milano.
Per informazioni: 02 7636901.

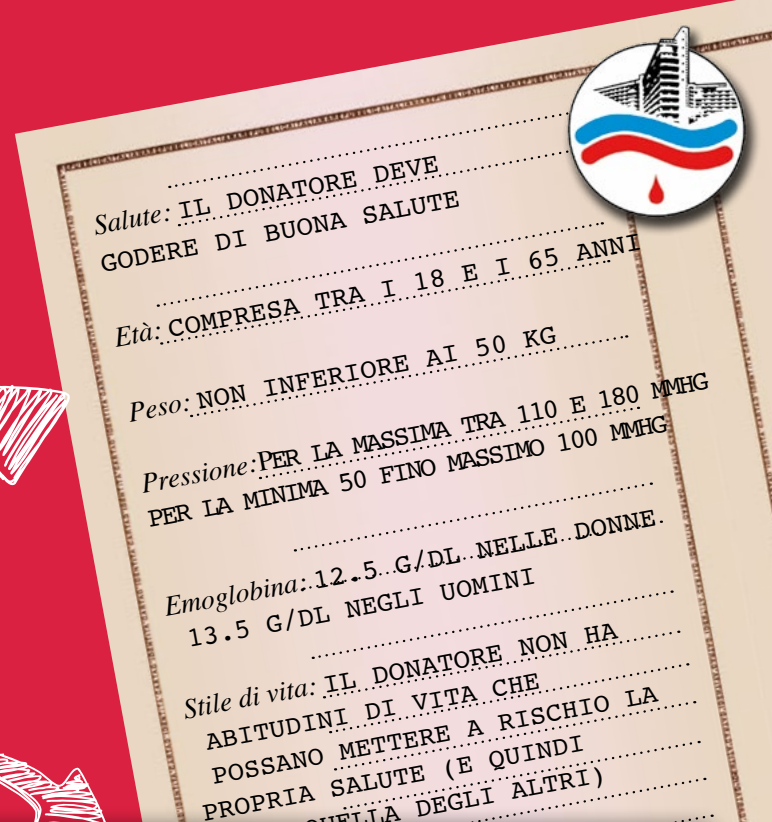
ACQUISTO CON PAGAMENTO TRAMITE BONIFICO BANCARIO, richiedere le coordinate bancarie a gruppi@teatromanzoni.it al momento della prenotazione. I biglietti saranno ritirabili presso la biglietteria del Teatro il giorno stesso dello spettacolo a partire da 45 minuti prima dell'orario di inizio. Al momento della transazione bisognerà comunicare la Società/Associazione/Ente di appartenenza.

ACQUISTO ON LINE, utilizzando il codice di sconto indicato nelle newsletter mensili, direttamente e solo nel nostro sito www.teatromanzoni.it (opzione esclusa per la rassegna "Manzoni Family")

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, antivaiole, 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





unisciti a loro

DONA SANGUE

anche tu

Non ti costa nulla ma vale molto

Vieni al Centro Donazioni
dell'Ospedale San Carlo Borromeo Milano
Tel. 02 48714032