



AVIS

www.avisragusa.it

IBLEA
IBLEA
IBLEA

AVIS IBLEA

Notiziario dell'AVIS
Comunale di Ragusa

Iscritto al Registro
Periodici del Tribunale
di Ragusa al n. 1/83

Via V. E. Orlando, 1/A
Ragusa
Tel. 0932.623722
Fax 0932.623382

Direttore Editoriale:
Giovanni Scifo

Direttore Responsabile:
Carmelo Arezzo

Indirizzo Internet:
www.avisragusa.it
E-mail:
Associazione@avisragusa.it

Stampa:
Coop. C.D.B. - Ragusa
Tel. e Fax 0932.667976

Poste Italiane S.p.A.
Spedizione in
Abbonamento Postale
D.L. 353/2003 (conv. in
L. 27/02/2004 n° 46)
art. 1, comma 2, DCB
Ragusa





Sommario

AVIS IBLEA
Notiziario dell'AVIS
Comunale di Ragusa

Iscritto al Registro
Periodici del Tribunale
di Ragusa al n. 1/83

Via V. E. Orlando, 1/A
Ragusa
Tel. 0932.623722
Fax 0932.623382

Direttore Editoriale:
Giovanni Scifo

Direttore Responsabile:
Carmelo Arezzo

Redazione:
Franco Bussetti
Emanuele Fidone
Carmen Guastella
Gianna Leggio

Indirizzo Internet:
www.avisragusa.it
E-mail:
Associazione@avisragusa.it

Fotografie:
Archivio Avis Comunale

Stampa:
Coop. C.D.B. - Ragusa
Tel. e Fax 0932.667976

Poste Italiane S.p.A.
Spedizione in
Abbonamento Postale
D.L. 353/2003 (conv. in
L. 27/02/2004 n° 46)

- 1 Editoriale**
- 2 La voce del Presidente** - La solita tragedia annunciata
- 3 Attualità** - “Giustizia sarà fatta”
- 4 Estate** - Superato per la prima volta il tetto delle 1300 donazioni in Agosto!
- 6 Testimonianze** - Ecco la “Buona Sanità”
- 7 Informazione scientifica** - Un tandem di successo
- La “tavolozza” degli alimenti
- 8**
- 10 Cronache provinciali** - Giarratana spegne 25 candeline
- 11 Scuola** - Sempre in campo per l’AVIS
- Come ti “insegno” la donazione
- 12**
- 13 Speciale Influenza** - Per non lasciarsi influenzare!!!
- Tutto sul virus H1N1
- 14**
- 17 Incontri** - A Tornatore il premio “Salvy D’Albergo”
- 18 Giovani** - Un’estate per dare voce alla solidarietà
- 18 Cronache sportive** - Con lo sport per cercare donatori
- 20 Scaffale** - La Sicilia da amare di Leo Gullotta
- 21 Giovani** - Incontrarsi per conoscere l’AVIS
- 22 Società** - “Venerdì Insieme 2009”: Un piccolo laboratorio di democrazia
- 23 Omnibus** - Gianni Cultrera, cardiologo e uomo
- 24 Società** - Carcere: “mondo sconosciuto”
- 25 Sport** - Scherma: uno sport tutto da vivere
- 26 Il mondo a tavola** - Foglie di vite ripiene
- 27 Senza frontiere** - Il terremoto... e la nostra ricostruzione interiore
- 28 Rubrica sanitaria** - L’emocromo

So bene che dall'ultima uscita di "Avis Iblea" al momento in cui state leggendo questo mio nuovo editoriale, sono successe - come sempre in questo mondo imperfetto - tante cose nefande, ed ancora una volta gli eccidi si sono avvicendate con le stragi, i giovani hanno dato ulteriore prova della loro infelice condizione di disagio, l'economia ha segnato l'arretramento dovuto ad una crisi folle, nata finanziaria diventata reale, e causata dalla sfrenata ambizione economica di pochi, la natura è andata in scena ammonendo l'uomo sulla sua ridicola esibizione di potere generando morte e distruzione.

Ma sento forte l'esigenza, mentre i giornali ritornano sulla dilagante corruzione del potere politico, tristemente trasversale alle coalizioni dei partiti, e mentre tornano d'attualità i patti ed i "papelli" sugli accordi in essere o in fieri tra la mafia e il potere esecutivo, di provare a gridare il mio disappunto rispetto ad un fondo di Giorgio Bocca, che in agosto è stato pubblicato da "L'Espresso", con il titolo "Quanti amici ha Totò Riina".

La tesi dell'illustre giornalista, ormai sempre più rintanato tra le sue montagne piemontesi e - mi pare - sempre più lontano dalla realistica lettura della società italiana, è che in Sicilia inevitabilmente tra la mafia e le altre strutture ed istituzioni, pubbliche e private, si crea una sorta di tacita coesistenza che è l'anticamera della connivenza e della conseguente ineluttabilità di estirpare questo cancro malefico che ci opprime.

Sorprende che non si siano levate - almeno a quanto mi è dato sapere - voci di dissenso su questa tesi che peraltro utilizza, forzatamente, le alte testimonianze di Sciascia e di Camilleri. Il messaggio è univoco: quando la mafia incalza in Sicilia determina una assenza di reazione in chi si trova a confrontarsi con essa, perché altrimenti il prezzo da pagare è troppo alto, si va dalla emarginazione e dalla derisione al pericolo fisico dell'attentato o del colpo di lupara. Per questo la Chiesa finisce con l'avallare il gioco (dis)educativo dei capi mafia, nel reclutamento dei ragazzi e della futura manovalanza criminale, perché così le parrocchie ed i preti riescono a darsi uno scopo. I carabinieri distaccati in caserme a rischio, in luoghi dimenticati da Dio ma ben tutelati dal controllo della criminalità e dei capi mandamento, sanno che devono per forza trovare regole di convivenza perché "un colpo di lupara può raggiungerli in ogni vicolo, in ogni tratturo".

La ineluttabilità che si cela dietro questo messaggio di Bocca confesso che mi impaurisce. Non sembra dare spazio, anche se l'apertura del pezzo cita le vittime storiche della mafia e della sua violenza, da Dalla Chiesa a Borsellino, ai tanti, tantissimi siciliani che in silenzio ogni giorno ci provano a sradicare le prevaricazioni e la logica del più forte, che sperano in una società più rispettosa dei deboli e capace di coniugare la convivenza civile e la solidarietà. Non dà spazio all'impegno di una chiesa che nel provare a redimere e recuperare giovani assoldati verso logiche di violenza a volte possono apparire tollerati dai preti di periferia, ma sono in realtà l'obiettivo di una militanza e di un servizio che crede fortemente nei valori del Cristo. Ignora la solitudine coraggiosa e la correttezza istituzionale dell'Arma dei Carabinieri che non ha mai sottratto i propri uomini dal rischio personale, che ha pagato prezzi altissimi in termini di caduti e di giovani morti con il sangue rappreso sulla divisa, ma che ha sempre tenuto nella massima considerazione il rispetto delle istituzioni e la difesa assoluta dei valori della legalità.

Per questi uomini abbiamo il bisogno di alzare silenziosi una voce di solidale comprensione, convinti che per quanti amici possa avere Totò Riina non saranno mai sufficienti a fargli vincere una battaglia che è ormai fortunatamente estranea alla cultura, al nuovo modo di vivere, alla maturità del popolo siciliano.

Carmelo Arezzo

La solita tragedia annunciata

Ci risiamo. Ancora una volta assistiamo all'ennesima tragedia annunciata. Il mancato rispetto di semplici norme nella costruzione di alloggi, strade, ponti, ferrovie alla fine ci porta i conti in perdite di vite umane. Non solo, assistiamo impotenti ad un attacco indiscriminato all'ambiente, su scala mondiale, con l'emissione di fumi nocivi con conseguente riscaldamento del pianeta terra e relativo scioglimento dei ghiacciai. Per la discarica su mari e fiumi, di prodotti nocivi o l'invio di parte di essi, nel terzo continente come fosse la discarica del mondo cosiddetto civile. Immagini di alluvioni, frane terremoti e inondazioni, che quasi con cadenza giornaliera vengono messe in onda da tutte le emittenti televisive, ci hanno quasi vaccinato o abituato a scene che in altre tempi avrebbero scatenato paura, rabbia emozione. Questi sentimenti stanno cedendo il posto all'in-



Gli effetti della frana a Giampileri

differenza, con una rassegnazione "gattopardiana" non ritenendoci corresponsabili ma solo impotenti. Ammirabile è solo la gara di solidarietà donazionale che non conosce limiti.

La frana nel Messinese segue di qualche mese il terremoto in Abruzzo. Non vogliamo indicare responsabili, ma constatare che la nostra Italia,

poco attenzionata, è sotto gli occhi di tutti.

E' spiacevole anche verificare come di fronte alla morte si fanno dei distinguo. La domenica successiva ai morti per la frana nel Messinese, solo prima dell'inizio delle partite Palermo-Juve e Bari-Catania si è osservato un minuto di silenzio, negli altri campi di gioco no, come se fosse il lutto di una piccola zona della nostra Italia. Solo in alcune scuole è avvenuto lo stesso per i nostri figli caduti in Afganistan, figli anche questi di una zona dell'Italia. I morti vanno tutti rispettati anche quelli che si combattono nelle cosiddette "guerre giuste". Noi dell'Avis preghiamo per i morti di tutte le bandiere e di tutte la Nazioni, augurandoci che non ci siano più morti per l'incuria dell'uomo, rispettando la natura, e la cessazione di tutte le guerre.



I danni del terremoto in Abruzzo

Giovanni Dimartino

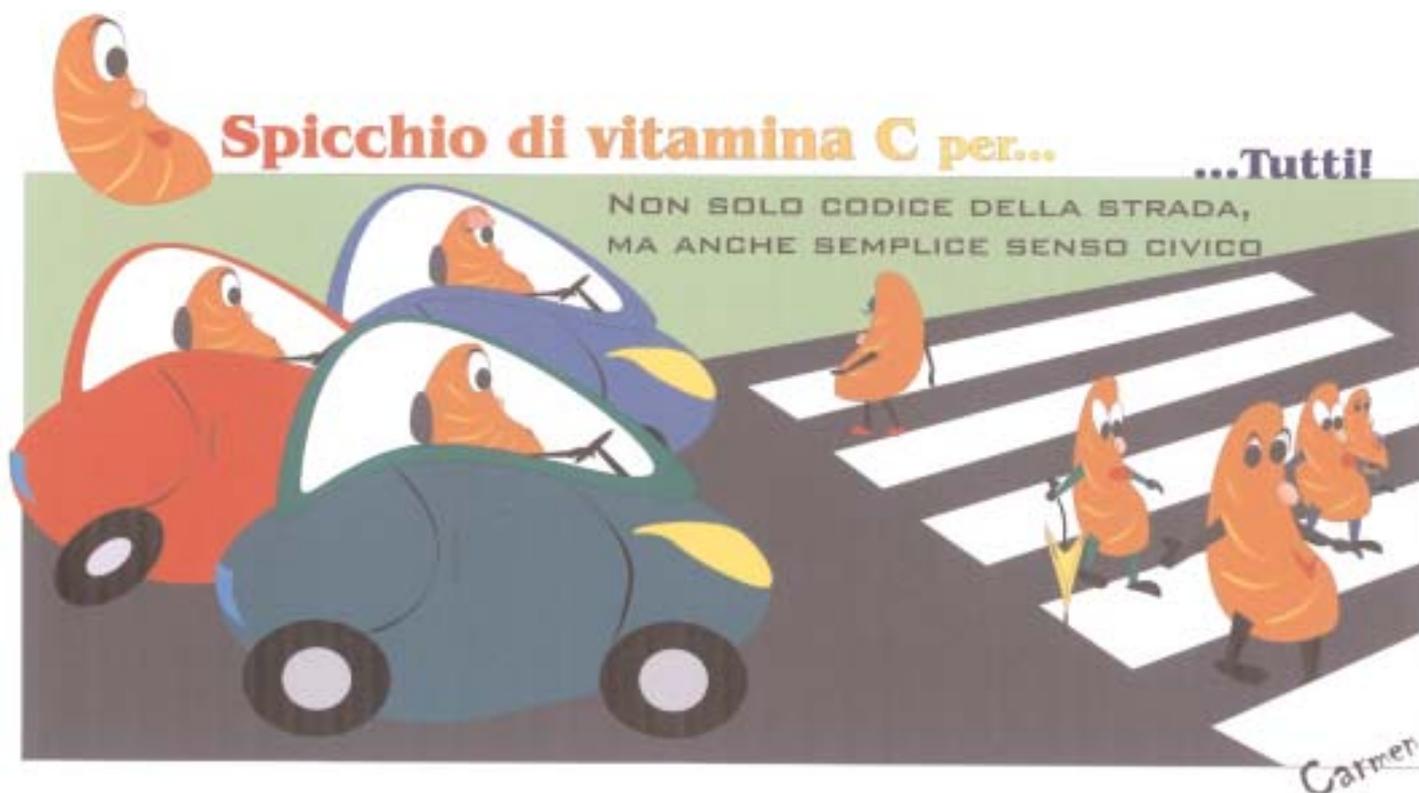
“Giustizia sarà fatta”

Il fenomeno *fuga* a seguito di incidenti stradali sembra essere diventato uno dei reati più comuni. A sentire i telegiornali si direbbe che oggi si scappa di più che in passato. Si parla di pirati della strada che ogni anno colpiscono e fuggono. Spiccano storie tragiche di ragazzi e pensionati trascinati per centinaia di metri aggrappati sul cofano di un'auto. Così al sinistro stradale, fatto colposo per eccellenza, segue la fuga, l'omissione di soccorso ed il tentativo di far perdere le proprie tracce. I morti provocati dai pirati della strada sono tanti. Poco ci interessa sapere se i pedoni, i ciclisti, i ciclomotoristi muoiono di più nelle città del nord o del sud Italia, se al momento dell'incidente indossavano il casco o attendevano l'autobus. Giacciono per terra e un deterrente non esiste, come non esiste la vera educazione stradale. Non è forse vero che lampeggiamo quando notiamo una pattuglia intenta a fare controlli o che non mettiamo sempre la cintura di sicurezza? Ammettiamolo, siamo dei piccoli trasgressori. Certo nulla a che vedere con la condotta criminale tenuta dal pirata della strada che la crona-

ca descrive senza delinearne i contorni. Ciò perché non esiste una semplice categoria. In effetti può trattarsi di un giovane, un adulto, un clandestino povero, un italiano benestante, a questi soggetti va aggiunto il campione offerto da delinquenti comuni, da ricercati, da extracomunitari privi di patente e da altri senza la copertura assicurativa o da conducenti in stato di ebbrezza alcolica o da sostanze stupefacenti. Dobbiamo forse riflettere su come la società e le famiglie che la compongono educano le nuove generazioni?

Un vigile urbano racconta che oggi se fermi un ragazzo con lo scooter elaborato ed il casco indossato appoggiato pericolosamente alla base del rachide cervicale, la cui frattura comporta gravissimi danni fisici permanenti, non hai il diritto di sgridarlo, piuttosto se ci provi rischi di finire in tribunale. Né lo farà il genitore che una volta accorso tranquillizzerà il figlio tirando fuori una frase del tipo "non ti preoccupare, ci pensa papà, farò ricorso. Giustizia sarà fatta!"

Carmen Guastella





Superato per la prima volta il tetto delle 1300 donazioni in AGOSTO!

Cari amici donatori,

uno dei tanti punti di forza della nostra Associazione è rappresentato dalla regolarità con cui avvengono le nostre donazioni che sistematicamente assicurano circa 1500 unità di sangue ogni mese per i pazienti!

Sappiamo bene che Agosto non è un mese come gli altri e soprattutto in Italia dove vi è un'altissima concentrazione di vacanzieri sincronizzati!!

Ciononostante abbiamo raccolto 1301 donazioni dal 1° al 31 Agosto 2009.

63 DONAZIONI IN PIÙ RISPETTO AL 2008.

L'Avis Comunale di Ragusa continua a strabiliarci con i suoi record incrementando anche nel 2009 di 27 unità la raccolta rispetto al 2008.

1057 donazioni rispetto alle 1030 del 2008!!!!!!

Il record assoluto degli ultimi 16 anni relativamente al numero totale di unità pervenute al SIMT di Ragusa riferito al mitico 2007(1278) è stato battuto nel 2009 con 23 unità in più!! La soglia delle 1300 unità tanto ambita è stata superata anche se di una sola unità!

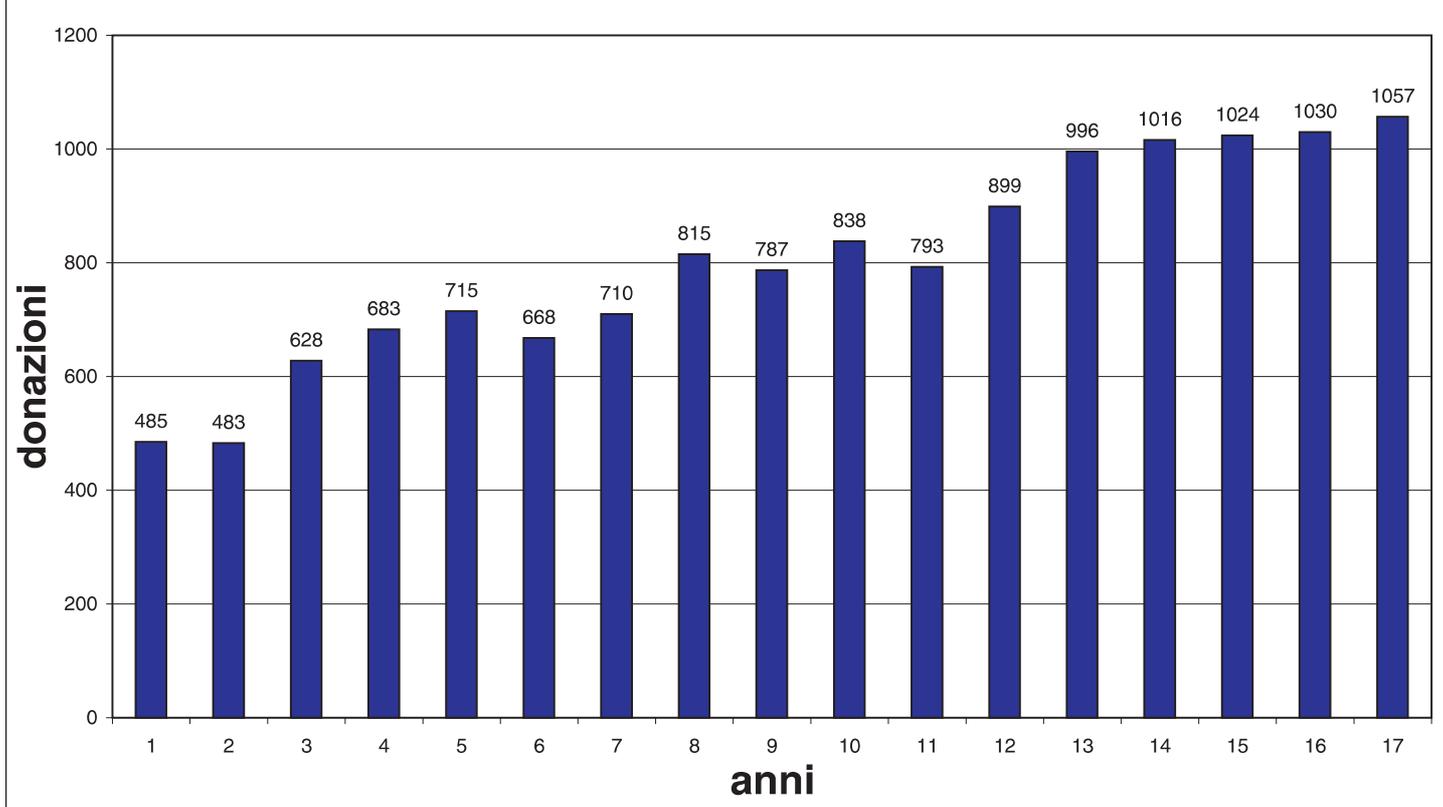
L'appello del Presidente dell'AVIS Comunale di Ragusa Giovanni Dimartino è stato

accolto con grande sensibilità dai donatori ragusani che, ancora una volta, hanno regalato tranquillità e sicurezza sanitaria a tutta la comunità.

L'ottimo risultato ci avvicina sempre più all'obiettivo di rendere Agosto un mese come gli altri. Solo 200 unità ci separano dalla media di raccolta degli altri 11 mesi dell'anno e, anche se lentamente, io credo che il risultato arriverà perché il trend degli ultimi 17 anni è stato in continua ascesa e, badate bene, siamo partiti da 616 unità nel 1993!!!

Le nostre segretarie, con la gentilezza che le contraddistingue, hanno continuato ad effet-

DONAZIONI AVIS RAGUSA AGOSTO 1993-2009





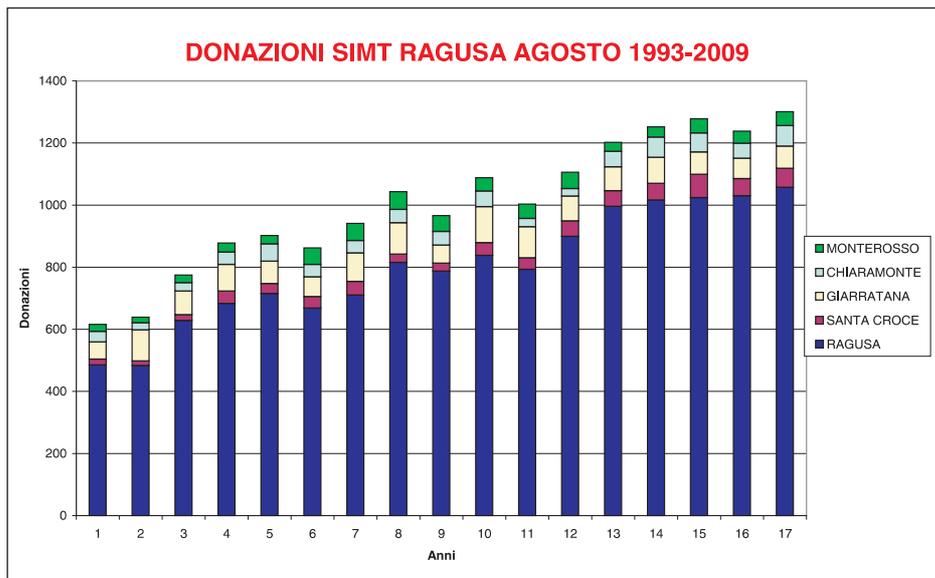
tuare le chiamate, probabilmente esercitando una pressione che da qualcuno può essere stata vissuta come **esagerata e fastidiosa!!**

Ci scusiamo anche quest'anno per questa insistenza, ma la donazione in Agosto ha un significato speciale ed una valenza particolare, proprio perché i malati continuano ad esserci e spesso, distratti dalle vacanze, ci si ricorda un po' meno di loro!

Anche quest'anno abbiamo utilizzato l'SMS. Riteniamo che si tratti di un sistema di comunicazione più discreto e silenzioso e certamente meno invasivo della telefonata.

I donatori hanno risposto splendidamente a questa piccola sollecitazione che ha quasi totalmente sostituito le lettere che ogni anno venivano inviate a coloro che erano prossimi alla chiamata.

Siamo molto contenti che poche parole su di un cellulare hanno sortito anche quest'anno



un effetto grande ed immediato: ciò significa **che nella grande famiglia Avis ci si intende subito** e non occorrono lettere melodrammatiche ed inevitabilmente un po' retoriche per ricordarsi che il sangue serve sempre!

Nel grafico allegato che riporta le donazioni del mese di Agosto degli ultimi 17 anni potrete notare un andamento positivo a partire dal 1993 ed il superamento

delle 1000 donazioni a partire dall'anno 2000. L'obiettivo: "AGOSTO UN MESE COME GLI ALTRI" va mantenuto fino al pieno raggiungimento di quota 1500!

NON DOBBIAMO DEMORDERE di fronte a questa sfida ardua e complessa ed insieme alle quattro piccole comunali (Chiaromonte, Giarratana, Monterosso, Santa Croce) l'Avis di Ragusa saprà certamente indicare la via giusta per vincere!

Questa gara di solidarietà ci consente di salvare la gente che in Agosto, oltre che con il rischio delle malattie, deve fare i conti con la carenza di donazioni!

Lo so, sembriamo incontentabili, ma solo voi potete ridare il sorriso a tanti fratelli più sfortunati. Un plauso anche a tutti i dirigenti associativi che hanno lavorato per il raggiungimento di un obiettivo di così grande valore sociale.

Grazie a tutti e ricordatevi che:

DONARE IN AGOSTO VALE DOPPIO!

Il vostro Direttore Sanitario
Piero Bonomo

Ecco la "Buona Sanità"

Qualche anno fa, il 1999, conversando a cena con un funzionario dell'Associazione Industriali di Perugia, sentii parlare per la prima volta di "Qualità" e di ISO 9001.

Non sapendo di cosa si trattasse rimasi curioso e chiesi di cosa si trattasse e a cosa servisse.

Mi fu risposto che per governare i "processi" occorreva un'organizzazione del lavoro che impedisse le "non conformità" e che tenesse sotto controllo le "zone d'ombra" lungo il processo produttivo.

La cosa non mi fece piacere perché aveva peggiorato la cognizione delle mie poche conoscenze di questo argomento e soprattutto se quello che mi veniva detto era "cosa buona" per un'organizzazione del lavoro perché in sanità non ne avevo mai sentito parlare.

Non avrei mai detto che quello sarebbe diventato un modo di lavoro ed uno standard da raggiungere per un "buon governo" in sanità.

Da quel momento feci corsi ed iniziai un'esperienza che mi ha portato ad essere Ispettore della Qualità per uno dei migliori Istituti di certificazione del sistema qualità.

Però nella mia ormai decennale esperienza non avevo ancora pienamente capito il senso di quelle parole "governo del processo in tutte le sue fasi" e "zone d'ombra", fino a qualche mese fa.

Devo affermare che adesso mi è molto più chiara questa terminologia: governare il processo significa essere sicuri che tutte le fasi che portano ad un prodotto finito vengano tenute costantemente tenute sotto controllo attraverso la consapevolezza degli operatori ed una regia che momento per momento sa cosa avviene, come avviene e

se si sono verificate "non conformità" di processo nei momenti di passaggio tra una fase di lavorazione e l'altra (zone d'ombra).

Ma soprattutto ho capito che tutto questo è possibile in sanità e che se applicato porta all'eccellenza.

Di questo sono molto più consapevole grazie all'esperienza e al percorso di certificazione dei Centri di raccolta AVIS e del SIMT di Ragusa.

Ho vissuto come Auditor per l'Istituto Certiquality il percorso di certificazione dei Centri di raccolta AVIS e del SIMT di Ragusa: un'esperienza sicuramente emozionante



te sul piano umano, ma soprattutto professionale. Ho visto e verificato come sia possibile la piena integrazione tra volontariato e struttura pubblica, attraverso la comune condivisione di una Politica per la Qualità, applicare stesse procedure e istruzioni operative per la realizzazione, nel modo migliore possibile, di un prodotto destinato alla salute dell'uomo.

La raccolta di emoderivati nasce dalla donazione sul territorio e si conclude con l'atto terapeutico della trasfusione da effettuarsi in ambiente ospedaliero, con fasi complesse e tecnologicamente avanzate, dove la fase successiva può essere veramente eccellente solo se la precedente è stata con-

dotta con tutti gli accorgimenti tecnico-procedurali che ne garantiscono la perfetta realizzazione: se la raccolta viene condotta su donatori non perfettamente selezionati il prodotto finale sarà scadente.

Se il trasporto viene effettuato in maniera non controllata il prodotto finale sarà scadente.

Se le fasi di conservazione non sono le migliori il prodotto sarà scadente. E così via.

Ecco la meraviglia di verificare l'eccellenza in tutto il processo che va dalla donazione alla trasfusione incontrato nei 5 Centri di raccolta AVIS e del SIMT di Ragusa: là dove possono verificarsi non conformità il controllo costante, là dove è necessario rispettare norme tecniche, il rispetto di procedure, da parte di tutti gli operatori, là dove occorre andare oltre la "semplice" operazione, la consapevolezza e l'importanza del ruolo che si viene a svolgere, sapendo che "il mio lavoro" condiziona il lavoro di chi prosegue le fasi del processo: un vero esempio di applicazione del sistema qualità UNI EN ISO 9001:2008 in sanità!

Spero che questo esempio di "buona sanità" sia solo l'inizio.

Credo che il vero riconoscimento dell'impegno che ha portato, dopo sforzo di anni, queste persone/professionisti, le cinque Sezioni Avis e del SIMT di Ragusa, alla certificazione del sistema per la qualità secondo la Norma UNI EN ISO 9001:2008, sia quello di veder applicato anche altrove il loro esempio.

Grazie a Loro di cuore, come uomo e come tecnico della sanità.

Dr. Riccardo Frazzetta

dirigente medico A.USL7 di Siena

Responsabile Igiene e Sanità Pubblica

Zona Amiata - Val d'Orcia A.USL7

Auditor Istituto per la Certificazione Certiquality

Un tandem di successo

Effettuare la raccolta di sangue ed emocomponenti nel rispetto della normativa è diventato sempre più oneroso e complesso, non soltanto per esigenze di tracciabilità totale, ma anche per la professionalità richiesta a tutti gli operatori sanitari coinvolti, sia che appartengano al Servizio Trasfusionale (ST) sia che appartengano all'AVIS – Decreti Legge 208/2008 e 261/2008-. Nella nostra realtà la raccolta è effettuata per l'80% (14391 unità) tramite una cogestione Servizio Trasfusionale/AVIS di Ragusa e per il 20% (3318 unità) dalle sole AVIS di Chiaramonte, Giarratana, Monterosso e Santa Croce; tutta la raccolta è effettuata presso Unità di Raccolta Fisse (AVIS) AVIS esterne al ST.

Dall'analisi del contesto avevamo il ST di Ragusa con un sistema qualità operativo, ma non formalmente certificato, una AVIS formalmente certificata dal 2001 (l'AVIS di Ragusa) e 4 AVIS operanti secondo i protocolli forniti dal ST. Tra il 2008 e il 2009 il ST ha concordato con le AVIS afferenti di applicare il sistema qualità in maniera uniforme in tutte le UdR per i processi di selezione del donatore e di raccolta, nell'ottica dell'accreditamento istituzionale ST/AVIS, ma anche in previsione della certificazione di parte terza di tutta l'organizzazione. Inoltre il ST si è proposto di ottenere la certificazione anche per gli altri 4 processi istituzionali (validazione, lavorazione, consegna-distribuzione, medicina trasfusionale).

La formalizzazione dell'organigramma gerarchico-funzionale

integrato ST/AVIS è stato propeedeutico a tutte le azioni che sono state intraprese.

L'individuazione di un responsabile ST per la raccolta ha permesso di procedere con la individuazione degli obiettivi 2009 (sulla base dei dati storici) e dei relativi indicatori sia in termini di raccolta che in termini di azioni di miglioramento (ad esempio: aggiornamento comune del personale operante nelle AVIS, visite ispettive presso le AVIS, gestione delle Non Conformità in maniera elettronica).

Le AVIS certificate in Italia:

AVIS Comunale di Chiaramonte Gulfi (Rg)
 AVIS Comunale di Giarratana (Rg)
 AVIS Comunale di Monterosso (Rg)
 AVIS Comunale di Ragusa (Rg)
 AVIS Comunale di Santa Croce (Rg)
 AVIS Comunale di Catanzaro
 AVIS Comunale di Parabiago (Mi)
 AVIS Comunale di Legnano (Mi)
 AVIS Provinciale di Bergamo (12 sedi)
 AVIS Provinciale di Mantova (20 sedi)
 AVIS Provinciale di Milano (4 sedi)

In particolare le visite ispettive svolte sono state dapprima considerate come delle azioni di "facilitazione" della preparazione ed implementazione del sistema e quindi come classiche visite ispettive.

La preparazione di procedure trasversali uguali per ST ed AVIS rappresenta la chiave di volta per la gestione ed il consolidamento di tutti e sei i processi in un quadro di armonizzazione dei comportamenti. In questo contesto di integrazione e di chiaro e trasparente governo dei processi abbiamo dato particolare importanza alla gestione della salute del donatore, alla idoneità, alla non idoneità, alla sospensione tem-

poranea ed alla sospensione definitiva, chiarendo che comunque il giudizio finale e la gestione del rapporto e della comunicazione con il donatore è di competenza del personale sanitario AVIS.

Un grande ausilio, nella nostra realtà, è stato dato dall'informatica, dalle tecniche telematiche e dalla decisione di dotare le AVIS di strumenti per la raccolta, separatori cellulari e bilance elettroniche interfacciate con il sistema informativo Emonet[®], obbligatorio ed unico per decreto regionale; l'Azienda Ospedaliera si è fatto carico dell'acquisto e della gestione della manutenzione ordinaria e straordinaria delle attrezzature. L'uso dello stesso sistema informativo ha determinato di fatto la costituzione di unità funzionali operative integrate.

Infine lavorare ST/AVIS in *terminal server*, sul *server* centrale allocato presso il ST, consente la disponibilità *on line* di tutte le procedure (con relativi moduli e istruzioni di lavoro) aggiornate e disponibili in tempo reale.

La individuazione di responsabilità certe e definite per tutti gli attori coinvolti, nel rispetto di ruoli e competenze, tramite l'utilizzo di sofisticati strumenti informatici, ha permesso di avviare questo processo di integrazione funzionale tra struttura pubblica (ST) e mondo del volontariato (AVIS) giungendo tutti insieme alla certificazione da parte del dottor Frazzetta di Certiquality con le visite ispettive del 9, 18 e 19 luglio 2009.

Giovanni Garozzo
*responsabile qualità
 per le Unità di Raccolta*

La “tavolozza” degli alimenti

Esiste ancora la dieta mediterranea? È la domanda che più spesso ci poniamo guardando quali sono i consumi quotidiani tra i giovanissimi, e anche tra i meno giovani, e quelle che sono invece le linee che scaturiscono dallo studio del cosiddetto modello alimentare mediterraneo degli anni '60, ritenuto il più adeguato al mantenimento di uno stato di benessere.

L'alimentazione mediterranea, o forse sarebbe meglio dire la cucina mediterranea, pone al centro della tavola piatti a base di verdura, cereali, legumi e frutta, mentre gli alimenti di origine animale restano limitati a poche occasioni e in quantità modeste.

Quanti dei nostri giovani saprebbero oggi fare a meno di un panino condito con formaggio e salame nel corso dello spuntino a scuola per sostituirlo con un frutto? Quanti non sognano di addentare un panino con un succulento hamburger cosperso di abbondante ketchup e maionese invece di masticare verdura e legumi? Saranno, probabilmente, ben pochi, a giudicare dai risultati del progetto “Una tavola di colori”, conclusosi nel mese di aprile e i cui dati finali sono stati presentati nel corso di un convegno tenutosi a Ragusa nel mese di maggio.

Il progetto è il frutto di un protocollo di intesa tra l'AVIS provinciale di Ragusa e l'ADI, l'associazione nazionale dei dietologi, sostenuto dalla Coop I° Maggio e dall'IperCoop Sicilia.

Già sperimentato nel 1996 nelle scuole della provincia di Ragusa, “Una Tavola di Colori” ha trovato grande consenso tra la maggior parte delle scuole elementari e medie della provincia di Ragusa. Da gennaio a marzo di questo anno hanno partecipato, infatti, ben 3679 alunni di 11 su 12 comuni dell'intera provincia. Un vero record di partecipazioni che assegna ai risultati una grande attendibilità.

Ma come nasce e che cosa è, innanzitutto, “Una Tavola di colori”?

È un progetto che nasce, fondamentalmente, da uno, cento, forse centomila fallimenti, accumulati in tanti anni di impegno educativo. L'aver constatato che l'educazione alimentare costruita sui numeri delle tabelle di composi-

zione degli alimenti o sulle tavole dei fabbisogni non serve a nulla: o meglio, può essere utile solo a fare un bell'esercizio mnemonico perché, poi, alla fine tutto resta come prima. Da questa semplice osservazione nasce l'intreccio di costruire un metodo semplice, utile per imparare a mangiare senza fare calcoli. Il progetto consente, infatti, “a colpo d'occhio” di prendere immediata consapevolezza del consumo alimentare, sia da parte dell'educatore che, soprattutto, da parte dell'alunno. Attraverso l'analisi dei consumi riportati dai ragazzi sull'album consegnato all'inizio del progetto è stato possibile, così, ricavare anche preziose informazioni sui consumi e sulle nuove tendenze alimentari dei giovani della provincia ragusana. Tutto questo pone le basi per istituire una *sorveglianza nutrizionale*, indispensabile, soprattutto, se si vuole fare programmazione sia in ambito sanitario che educativo.

La “Tavola di colori” si basa su un concetto elementare: l'abbinamento dei colori con i gruppi fondamentali degli alimenti. Ad ogni alunno è stato consegnato, così, un album da colorare, dal titolo “Una Tavola di Colori”, e un set di 11 matite colorate, corrispondenti ad altrettanti gruppi di alimenti. L'alunno ha colorato ogni giorno la griglia corrispondente, in base agli alimenti consumati. Alla fine della settimana i colori presenti nel foglio erano la testimonianza diretta del tipo di alimentazione seguita. A colpo d'occhio, solo guardando i colori presenti nella griglia settimanale, era possibile rendersi conto della presenza o meno di taluni gruppi di alimenti, della varietà o della relativa monotonia della dieta.

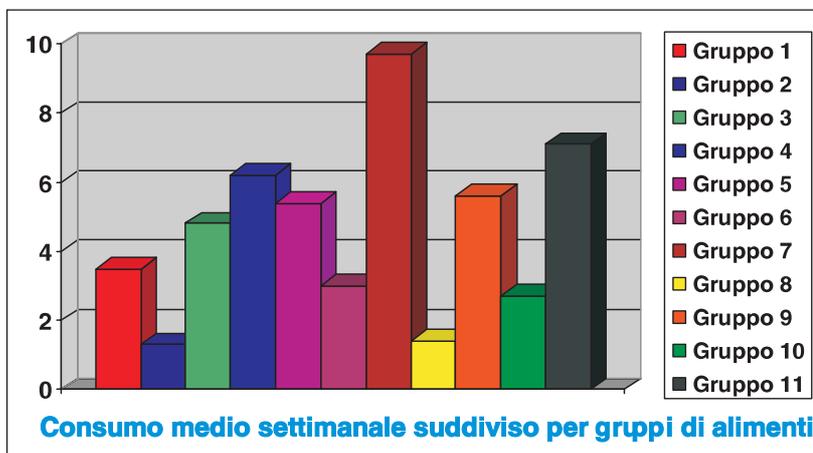
Veniamo ora ai risultati.

I dati raccolti, relativi agli oltre 3600 alunni partecipanti, sono stati analizzati con un software di calcolo. Alla fine, gli esiti hanno confermato quella che era la nostra impressione di partenza: ovvero, i nostri giovani si sono allontanati dalla dieta mediterranea. È risultata scarsa, infatti, la presenza di gruppi fondamentali della cucina mediterranea, quali pesci, legumi, frutta e verdura. Il consumo della frut-

ta è talmente scarso che in alcuni Comuni non supera le tre volte a settimana. Per la verdura il consumo più alto è stato registrato a Modica con appena 3 volte a settimana, solo di poco superiore alla media provinciale (2,7). Questi alimenti rappresentano la fonte più ricca di sostanze protettive, i cosiddetti antiossidanti, di cui si sente tanto parlare da qualche anno a questa parte. Sapere che questi "scudi" naturali per la salute sono meno presenti tra i nostri giovani dovrebbe far riflettere i genitori ma, anche, chi ha il dovere di sorvegliare sulla salute pubblica. C'è chi, utilizzando un linguaggio ad effetto, ha scritto che l'obesità e una cattiva alimentazione sono come una bomba ad orologeria, pronta ad esplodere dopo un certo cumulo di anni. Un intervento in

gine e di "autoverifica". I risultati, dopo tre mesi di applicazione, hanno rivelato alcuni cambiamenti nel comportamento alimentare dei ragazzi. È diminuito, infatti, il consumo di dolci, mentre è aumentato, sia pure in maniera lieve, quello di pesce e legumi. In alcuni Comuni le variazioni sono state interessanti anche per la frutta e la verdura. A Chiaramonte, per esempio, il consumo settimanale della frutta è passato da 8 a 9.6, mentre per la verdura si è registrato un aumento ad Acate, da 2.7 a 3.3 volte per settimana.

I dati ricavati da questo progetto dimostrano come la tendenza dei consumi tra i nostri giovani sia in continuo distacco dallo stile alimentare mediterraneo. Solo nei comuni montani (Chiaramonte, Giarratana e Monterosso Almo)



- Gruppo 1:** carni fresche
- Gruppo 2:** pesce fresco
- Gruppo 3:** carni e pesci conservati
- Gruppo 4:** latte e derivati
- Gruppo 5:** pasta e riso
- Gruppo 6:** prodotti di rosticceria
- Gruppo 7:** pane, fette biscottate, ecc.
- Gruppo 8:** legumi
- Gruppo 9:** frutta fresca
- Gruppo 10:** verdura
- Gruppo 11:** dolci

questa fase della vita potrebbe essere utile a disinnescare questa carica esplosiva.

Ma i risultati negativi, purtroppo, non finiscono qui. Elevati sono stati, infatti, i consumi di alcuni gruppi di alimenti più ricchi in grassi animali e zuccheri semplici, quali le carni conservate e i dolci. L'abuso di questi alimenti più ricchi di sostanze dannose, può costituire una minaccia per la salute già in età precoce. Il bilancio, come si vede, è negativo: se da una parte, infatti, aumentano le sostanze dannose, dall'altra diminuisce l'apporto di sostanze protettive. Gli effetti possono rivelarsi, a lungo termine, veramente devastanti per la salute.

C'è qualche speranza?

"Una tavola di colori" è stata ripetuta una settimana al mese per un totale di tre volte. Nell'intervallo gli insegnanti hanno continuato il loro programma di educazione alimentare, integrato con questo nuovo strumento di inda-

è possibile ancora osservare una maggiore adesione al modello: qui, infatti, è stato registrato il maggior utilizzo a tavola di frutta, verdura e legumi.

Questa tendenza può essere invertita. Questo compito non può, però, essere assegnato solo alla scuola, ma dovrà essere incarico di tutti: dalla famiglia, cui spetta un ruolo centrale, alla scuola, alle istituzioni sanitarie, all'industria alimentare, alla grande distribuzione, alla ristorazione pubblica e ai privati in generale, spetta, infatti, il gravoso compito di contribuire alla formazione dei consumatori del domani: consumatori "consapevoli" che siano in grado di scegliere tra la vasta gamma di offerte del mercato alimentare, riuscendo a conciliare gusto, salute e benessere, così come, da sempre, si è fatto nei Paesi dell'area mediterranea.

Dott. Giovanni Portelli

Giarratana spegne 25 candeline

Il 12 luglio scorso L'AVIS di Giarratana ha festeggiato i suoi 25 anni di storia. Il certissimo lavoro svolto dai tanti volontari e la generosità e l'altruismo che i donatori hanno dimostrato di possedere hanno fatto sì che L'AVIS di Giarratana abbia potuto festeggiare 25 anni di record. Ed è proprio un record nazionale quello di avere un indice di penetrazione pari al 19 per cento rispetto al 5 per cento in ambito nazionale. In termini numerici 640 donatori: un abitante su 19 è donatore di sangue e partecipa attivamente alle iniziative dell'associazione. I giarratanesi hanno orgogliosamente dimostrato di credere fermamente nel volontariato e nell'altruismo. Un vero e proprio modello da copiare che rappresenta un dono per tutta la collettività ed un bene comune. Varie sono state le iniziative per festeggiare questo anniversario che hanno visto coinvolti, in modo particolare, i giovani e i bambini: il concorso di play station, il concorso grafico pittorico multimediale, la passeggiata



ecologica, la serata musicale dedicata ai giovani ed il momento celebrativo vero e proprio che è stato preceduto dalla scoperta di una lapide commemorativa. A dare merito al lavoro e ai risultati raggiunti sono stati il sindaco di Giarratana Giuseppe Lia, il presidente della provincia Franco Antoci, le autorità religiose e militari e i rappresentanti dell'AVIS provinciale, regionale e nazionale.

Un ringraziamento particolare va fatto ai soci fondatori che il 14 febbraio 1984 firmarono l'atto di fondazione della sezione locale Avis nonché a tutti i consigli direttivi che si sono succeduti in questi 25 anni i quali lavorando con costanza, impegno, determinazione e fra tante difficoltà, hanno creato questo grande valore aggiunto per una cittadina di sole tremila anime. Oggi l'Avis di Giarratana vanta altresì una sede di proprietà: un centro dotato di ogni confort e strumentazione necessaria alle donazioni di sangue.

L'impegno di questo consiglio direttivo sarà quello di continuare nella stessa direzione e di migliorare i risultati raggiunti. Una sfida che deve necessariamente vedere il coinvolgimento dei giovani. A loro sono rivolte le attenzioni perché loro rappresentano il nostro futuro. I 25 anni pertanto non rappresentano un punto di arrivo ma una tappa e un punto di partenza per festeggiare i prossimi 25.

Michela Frasca



Il sindaco Elia alla cerimonia del venticinquennale



Anche la banda per festeggiare il compleanno

Sempre in campo per l'AVIS

Anche per l'anno scolastico 2009/10 l'avis comunale di Ragusa intende rivolgere un'attenzione particolare al ruolo che le attività motorie e sportive possono svolgere nei giovani studenti della città.

Stiamo organizzando la XV EDIZIONE DI "AVISCUOLA" perché siamo convinti che l'attività sportiva in genere a scuola in particolare, rappresenta un importante agente di inclusione sociale, di partecipazione alla vita di gruppo e di integrazione delle differenze sociali presenti nella nostra città.

Attraverso il linguaggio dello sport pratico è possibile costruire modelli innovativi di educazione e comunicazione improntati al rispetto di sé e degli altri, alla solidarietà e alla promozione di stili di vita corretti.

È per questi motivi che l'Avis di Ragusa si impegna attraverso il proprio coinvolgimento diretto a organizzare momenti sportivi nei quali far crescere l'adesione dei ragazzi ai valori della lealtà della competenza sportiva.

L'Avis di Ragusa, in tal senso, potrà rendersi protagonista di un'iniziativa della quale potrà beneficiare tutto il sistema scolastico e, soprattutto, i ragazzi e gli insegnanti che della scuola sono sicuramente il

cuore.

La partecipazione è aperta a tutti gli alunni che desiderano mettere alla prova le proprie capacità psico-fisiche, nell'ambito di un vero e leale confronto sportivo fra studenti provenienti da tutte le scuole medie superiori di Ragusa.

Speriamo che il nostro impegno possa favorire la partecipazione attiva di alunni che non vogliono o non possono impegnarsi in attività agonistica.

Tutte le scuole superiori di Ragusa sono state invitate a iscrivere i propri alunni e alunne ai tornei di calcetto, pallacanestro, pallavolo, tennis da tavolo, pallamano, rugby e atletica leggera e già, al momento di andare in stampa, abbiamo moltissime adesioni in tutte le discipline sportive.

Un grazie per la disponibilità dimostrata va ai dirigenti scolastici, che come negli anni passati, hanno aderito con grande entusiasmo alla nostra iniziativa, a tutti gli insegnanti di educazione fisica che con notevole impegno e sacrificio personale concorrono alla buona riuscita dell'iniziativa collaborando spesso alla gestione della complessa macchina organizzativa.

Elio Accardi



rito con grande entusiasmo alla nostra iniziativa, a tutti gli insegnanti di educazione fisica che con notevole impegno e sacrificio personale concorrono alla buona riuscita dell'iniziativa collaborando spesso alla gestione della complessa macchina organizzativa.

ASTERISCHI

✓ Il cristiano è colui che non fa mai prevalere il lamento sulla danza, nel senso che lascia emergere le ragioni della speranza anche dove sono percettibili i segni della morte.

Tonino Bello Vescovo

✓ La terra vi offre i suoi frutti, e voi non patirete indigenza se solo saprete come riempirvene le mani: E' scambiandovi i doni della terra che troverete abbondanza e sarete soddisfatti.

Kahlil Gibran

✓ Nella storia degli uomini non è sorto mai nulla di nuovo e di vivo senza la passione di uomini disinteressati in armonia con l'interesse generale.

Ignazio Silone

✓ Le differenze possono essere la risorsa di base su cui costruire sviluppi più umani, fondati sulla valorizzazione della singola persona, all'interno di un progetto comunitario, per costruire, insieme con Dio a partire dal suo "sogno", il mosaico della vita.

Giuliana Martirani

Come ti "insegno" la donazione

In vista del nuovo anno scolastico, l'Avis sta mettendo in campo un nuovo progetto, che si collega con i precedenti, le cui finalità sono quelle di : informare gli studenti delle classi quarte e quinte delle scuole superiori di Ragusa sulla importanza della salute del cittadino-donatore e sulla necessità della donazione del sangue.

Destinatari del progetto saranno gli studenti ed i professori delle scuole superiori di Ragusa, e la scelta è caduta sulle ultime classi perché ai prossimi diciottenni che deve essere lanciato il messaggio di reclutamento tra le file dei donatori.

Dal punto di vista organizzativo al progetto dovranno partecipare dirigenti e docenti referenti per le diverse scuole, opportunamente e funzionalmente individuati dai colli dei docenti.

Il progetto, articolato in cinque fasi, deve farsi carico in progressione dei seguenti obiettivi qualificanti:

- 1 presentazione e illustrazione ai dirigenti scolastici ed ai docenti referenti AVIS;
- 2 dopo l'approvazione da parte del collegio docenti, programmazione degli incontri tra l'AVIS e gli studenti presso le sedi scolastiche;
- 3 programmazione e svolgimento di visite da parte degli studenti presso la sede dell'AVIS
- 4 raccolta di tutti gli elementi utili ad effettuare una verifi-



Con i manifesti si promuove il dono del sangue

ca ed una valutazione serena sulle fasi del progetto e sul progetto complessivamente;

- 5 sulla base dei risultati e delle verifiche di cui al precedente punto, programmare ed impostare il progetto per l'anno scolastico 2010-2011.

I contenuti del progetto in particolare riguarderanno il fatto che l'AVIS (attraverso i propri componenti del direttivo ed il gruppo giovani), debba promuovere presso gli studenti e non solo, la conoscenza sulle problematiche principali legate al mantenimento del buono stato di salute in generale e sullo stato di salute del donatore in particolare, ma anche la sollecitazione su quella attività di prevenzione che viene effettuata ed i vantaggi per il dona-

tore e per la società civile in genere.

In questo modo naturalmente si potrà efficacemente promuovere altresì il dono del sangue e la conoscenza puntuale delle finalità e dell'organizzazione della nostra associazione anche in relazione all'importanza dell'AVIS di Ragusa rispetto al territorio nazionale, per la forte diffusione che il messaggio è riuscito a conquistare nella nostra provincia.

In tal modo sarà possibile mettere i giovani a contatto con la realtà AVIS sia per ciò che riguarda i contenuti dell'associazione, sia per quel che riguarda gli aspetti organizzativi ma naturalmente, in primo luogo, gli aspetti della donazione ed i collegamenti sanitari.

Paolo Rocuzzo

Per non lasciarsi influenzare!!!

Se le previsioni degli epidemiologi si realizzeranno, nei mesi di Novembre e Dicembre si potrà avere una diffusione della influenza da virus H1N1 tale da non consentire al 30% dei nostri donatori di donare. Ciò potrebbe determinare una grave carenza di sangue con grave danno dei malati la cui vita è dipendente dal sangue donato. Da anni viviamo con la preoccupazione delle PANDEMIE e da anni l'AVIS ha spiegato quanto sia importante che tanta gente doni il sangue, proprio per garantire una flessibilità al sistema sangue, tale da conferirgli una capacità di risposta adeguata, anche in condizioni di inaspettate ed imprevedibili carenze.

Attualmente le 5 AVIS comunali collegate al Servizio Trasfusionale di Ragusa conferiscono oltre 18.000 donazioni per anno. Queste donazioni, sulla base degli indici ammessi dalla legge Italiana (4 donazioni/anno per gli uomini 2 donazioni/anno per le donne), potrebbero essere prelevate da 5300 donatori, nella realtà vengono prelevate da 10.500 donatori!

E' questo il grande punto di forza della nostra organizzazione: un indice medio di donazione basso, solo di 1,6 che ci consente la possibilità, al bisogno, di raddoppiare!

Ipotizzando che 3000 donatori vengano resi indisponibili simultaneamente dal virus influenzale H1N1, quali saranno le contromisure per garantire un approvvigionamento di sangue adeguato? Essenzialmente TRE:

1) I donatori sono stati considerati dal Ministero della Salute una risorsa importante ed indispensabile per il funzionamento della sanità e pertanto le prime dosi di vaccino, inizialmente non sufficienti per tutti, saranno destinate proprio ai donatori!

ADERITE ALL'INVITO DI SOTTOPORVI ALLA VACCINAZIONE.

Vi spiegheremo dove e quando. Ma, ribadisco, aderite nell'interesse vostro e di tutta la Sanità pubblica e ricordatevi che questo vaccino non è acquisibile in Farmacia.

2) Normalmente le nostre AVIS effettuano una chiamata per la donazione ogni sei mesi, mentre in Italia sarebbe possibile effettuarla nei maschi e nelle donne non in età fertile ogni TRE MESI! Pensate che negli Stati Uniti ed in molti paesi Europei la chiamata è possibile effettuarla ogni DUE MESI. La seconda misura quindi che potremmo prendere in Novembre e Dicembre è quella di effettuare le chiamate dei nostri donatori anche dopo tre mesi dall'ultima donazione.

Questa misura ci consentirebbe di rendere disponibili 3000 donatori in più rispetto alla routine e quindi ci consentirebbe di neutralizzare i 3000 donatori che nel medesimo periodo potrebbero essere bloccati dal Virus. Se quindi, cari donatori dovesse arrivare una chiamata dopo tre/quattro mesi dall'ultima vostra donazione e siete in buona salute

ADERITE ALL'INVITO E RECATEVI A DONARE

3) Normalmente le nostre AVIS interrompono l'attività donazionale di coloro che superano i 65 anni di età. In una situazione di carenza gli ultrasessantacinquenni in buona salute e sospesi da poco tempo potrebbero essere rivalutati e invitati a fare una donazione.

Cari donatori ultrasessantacinquenni se vi arrivasse tra Novembre e Gennaio una chiamata dell'AVIS

ADERITE ALL'INVITO E RECATEVI A DONARE! Siete ancora una preziosa riserva per la nostra Società!

Sono certo che, nell'eventualità che quanto previsto dagli Epidemiologi si dovesse verificare, gli amici donatori saranno esemplari e costituiranno, come sempre, un riferimento di civiltà per l'intera Nazione.

Cari pazienti quindi state tranquilli i nostri donatori non si lasciano influenzare!!!

Con stima e grande affetto

Il vostro Direttore Sanitario
Piero Bonomo



Tutto sul virus H1N1

Anche quest'anno parliamo di influenza, anzi di influenze! E sì, nel 2009 avremo ben due influenze: l'influenza suina o influenza A (virus coinvolto l'ormai famoso H1N1) e l'influenza australiana; la prima è una influenza che sembra debba provocare gravi danni, mentre l'altra è la classica influenza che di anno in anno siamo abituati a chiamare ora "asiatica" ora "australiana" ora "cinese" ora "pechinese" e così via.

Parliamo un attimo dell'influenza suina o A.

Da dove viene il virus?

Il ceppo virale è già circolato dal 1918 al 1957 e poi, dopo una breve scomparsa, dal 1977 ad oggi: sembra che gli anticorpi formati nelle precedenti epidemie proteggano, almeno parzialmente, dall'attuale infezione.

Quando inizierà l'epidemia?

Come sempre dipenderà dal tempo: quando vi saranno sbalzi di temperatura allora vi saranno sempre maggiori casi; d'altra parte, lo stare in ambienti chiusi, tipico del periodo invernale, favorirà la diffusione del virus, come sempre.

Qual è la situazione italiana?

Al 31 agosto 2009 erano stati segnalati ufficialmente circa 1800 casi, ma tale numero è sicuramente sottostimato, in cui molti casi non sono stati dichiarati, d'altra parte segnalare i casi non serve più in quanto il virus non necessita di norma la somministrazione di farmaci specifici antivirali.

In Sicilia, tra il 27 luglio e il 13 settembre, sono stati 72 i casi confermati di pazienti affetti dal virus H1N1; a Ragusa i primi casi sono stati segnalati nel mese di agosto presso i reparti di malattie infettive di Ragusa e di Modica.

C'è da essere preoccupati?

Sicuramente il virus tende a diffondersi tra molte persone (virus diffusivo) ed attualmente stiamo vivendo una situazione di "pandemia", cioè il virus si è diffuso in tutto il mondo. Questa forma virale viene comunque considerata "lieve", in quanto la gravità dell'infezione è legata:

- 1) alla aggressività del virus, un esempio di virus "cattivo" è il virus dell'aviazione H5N1 che ha determinato pochi casi, ma un'alta percentuale di ricoveri e di morti
- 2) alla contagiosità del virus, cioè al numero di persone infette per 100.000 abitanti: è ovvio che quanto più alto è il numero delle persone infette e tanto più alta è la contagiosità e quindi al gravità dell'infezione.

Il virus si trasformerà?

In effetti già nel passato è successo che un virus si sia trasformato in una forma più aggressiva, ma gli esperti dicono che questo virus non possiede le caratteristiche genetiche per mutare, sebbene una mutazione non si possa escludere del tutto: la medicina non è una scienza esatta e 2+2 non sempre fa 4!



Topo Gigio, testimonial della campagna di prevenzione dell'influenza A

I soggetti in sovrappeso e in gravidanza sono più a rischio?

Non sono più a rischio i soggetti sovrappeso, ma i soggetti obesi. Potete calcolare il vostro indice di massa corporea (IMC) facilmente: occorre considerare il vostro peso corporeo in chilogrammi, dividerlo per l'altezza in metri elevato al quadrato e avrete il vostro IMC; ad esempio un soggetto di 73 kg alto 1,63 metri avrà un IMC di: $73\text{kg} / 1,63 \times 1,63 \text{ metri} = 27,9$. Se superate 30 siete obesi, se inoltre siete affetti da patologie cardiache o metaboliche allora siete a rischio, ma come per qualsiasi tipo di influenza! Per quanto riguarda le donne in gravidanza, i casi segnalati hanno riguardato donne al terzo trimestre di gestazione con preesistenti problemi di salute. Nei pochi casi segnalati la causa del decesso è stata la polmonite.

Come si diffonde il virus?

I tempi di incubazione vanno da 1 a 7 giorni, ma più spesso da 1 a 4 giorni: si viene considerati da 1 giorno prima della manifestazione dei sintomi fino a 7 giorni dopo, mentre i bambini possono essere infetti fino a 10 giorni dopo la manifestazione dei sintomi. Le vie di trasmissione sono le solite: starnuti e colpi di tosse; a volte ci si può infettare toccando oggetti infetti e quindi portandosi le mani alla bocca, al viso, al naso.

Quando preoccuparsi?

Nei bambini quando vi sono: respiro accelerato o difficoltà della respirazione, colore della pelle bluastrò o grigiastro, difficoltà a bere liquidi, vomito grave e persistente, difficoltà a svegliarsi e a reagire, irritabilità tanto da non voler essere tenuti in braccio, peggioramento della febbre e tosse dopo un breve miglioramento.

Negli adulti c'è difficoltà a respirare oppure fiato corto, dolore o senso di oppressione al petto e all'addome, giramento di testa, confusione, vomito grave e persistente, peggioramento di febbre e tosse dopo un breve miglioramento. In questi casi occorre chiamare il medico di famiglia.

Che farmaci usare?

I classici antifebbrili: paracetamolo, in primo luogo, a compresse, a sciroppo o a supposte. Gli antibiotici sono antibatterici e non antivirali: servono solo se il medico diagnostica una concomitante infezione batterica (tonsilliti, polmoniti).

Gli antivirali: in genere questa infezione non richiede l'uso di antivirali: riducono al più di un giorno la malattia e non riducono il rischio di complicazioni; inoltre l'uso di questi farmaci può selezionare i ceppi più aggressivi; si dovrebbe riservare il loro uso ai pazienti immunodepressi o con gravi patologie.

Serve il vaccino?

Donne incinte, grandi obesi, pazienti cardiopatici, con malattie respiratorie o dismetaboliche: per questi soggetti il vaccino sarebbe utile. L'utilità della vaccinazione è nel bilancio tra rischi e benefici e il vaccino è consigliato solo a chi soffre di malattie dell'apparato cardiocircolatorio, comprese le cardiopatie congenite ed acquisite; diabete mellito e altre malattie metaboliche; malattie renali con insufficienza renale; malattie degli organi emopoietici ed emoglobinopatie; neoplasie; gravi epatopatie e cirrosi epatica; malattie congenite ed acquisite che comportino carente produzione di anticorpi; immunosoppressione indotta da farmaci o da HIV; malattie infiammatorie croniche e sindromi da malassorbimento intestinale; patologie associate ad un aumentato rischio di aspirazione delle secrezioni respiratorie, ad esempio malattie neuromuscolari; obesità con Indice di massa corporea (BMI) maggiore 30 e gravi patologie concomitanti; condizione di familiare o di contatto stretto di soggetti ad alto rischio che, per controindicazioni temporanee o permanenti, non possono essere vaccinati.

Perché il vaccino ai donatori?

Il Viceministro alla Salute Ferruccio Fazio ha firmato a settembre 2009 l'ordinanza sulla profilassi vaccinale contro l'influenza A/H1N1. La consegna del vaccino alle Regioni è prevista nel periodo 15 ottobre-15 novembre 2009, ipotizzando la copertura vaccinale del 40% della popolazione.

Ad oggi (10 ottobre 2009) il vaccino è pronto, ma non ha ancora l'approvazione dell'ente europeo preposto alla autorizzazione per la messa in commercio dei farmaci (EMEA).

In ordine di priorità, il vaccino sarà distribuito alle persone ritenute essenziali per il mantenimento della continuità assistenziale e lavorativa. E cioè al personale sanitario e socio-sanitario, al personale delle forze di pubblica sicurezza e della protezione civile, al personale delle amministrazioni, enti e società che assicurino i servizi pubblici essenziali.

Cronologia di comparsa delle principali varianti "maggiori" del virus influenzale A

Virus	1918	1933	1940	1950	1956	1957	1960	1968	1977	2000
A/H1N1 1	Spagnola					URSS				
A/H2N2 2						Asiatica				
A/H3N2 2						Hong Kong				

Classificazione dei virus influenzali

Tipo A

- Numerosi sottotipi (H/1-14; N/1-9) e varianti minori (ceppi)
- Serbatoio: uomo ed animali (equini, suini, uccelli, mammiferi marini, etc)

Tipo B

- Nessun sottotipo, solo varianti minori
- Serbatoio: esclusivamente umano

Tipo C

- Nessun sottotipo
- Serbatoio: umano

Poi sarà la volta dei donatori di sangue periodici, delle donne al secondo o al terzo trimestre di gravidanza, e delle persone a rischio, di età compresa tra 6 mesi e 65 anni; persone di età compresa tra 6 mesi e 17 anni, non incluse nei precedenti punti, sulla base degli aggiornamenti della scheda tecnica autorizzata dall'EMEA o delle indicazioni che verranno fornite dal Consiglio Superiore di Sanità; infine le persone tra i 18 e 27 anni, non incluse nei precedenti punti.

Tra le categorie di persone a cui è diretta l'offerta della vaccinazione, il Provvedimento indica prioritariamente i donatori di sangue periodici in quanto ritenuti essenziali per il mantenimento della continuità assistenziale: il donatore non è un soggetto a rischio!

"Il riconoscimento implicito a tale decisione, da parte delle Autorità nazionali, del ruolo vitale dei donatori di sangue nella rete del sistema sanitario nazionale e la volontà di preservarne l'azione anche e soprattutto nei momenti critici - ha commentato il Direttore del Centro Nazionale Sangue (CNS), Giuliano Grazzini - sottolinea oltretutto il valore della loro scelta, la insostituibilità del loro impegno volontario e non retribuito".

Il Centro Nazionale Sangue insieme alle Associazioni di volontariato pianificherà dunque una campagna di comunicazione rivolta ai donatori di sangue periodici (chi dona abitualmente più di 2 volte l'anno), per sensibilizzarli alla necessità di vaccinarsi contro il virus A/H1N1, fornendo loro anche le indicazioni per fruire di tale opportunità.

Anche Vincenzo Saturni, presidente di AVIS Nazionale, in merito all'ordinanza firmata l'11 settembre dal Ministero della Salute sul virus A/H1N1 ha fatto la seguente dichiarazione:

"Accogliamo in modo positivo la notizia diramata dal Ministero, perché mi risulta che siamo l'unico Paese al mondo che ha inserito i donatori periodici tra i vaccinabili.

In secondo luogo, l'ordinanza ministeriale, includendo i donatori tra le categorie socialmente utili, riconosce il ruolo strategico dei donatori di sangue periodici per il servizio trasfusionale nazionale. Dal punto di vista pratico, AVIS, insieme al CNS e alle associazioni del CIVIS, sta seguendo con attenzione i lavori dell'unità di crisi ministeriale sul virus A/H1N1. Non appena saranno ultimate le linee guida, tutte le sedi Avis saranno tempestivamente informate sulle modalità e i luoghi di somministrazione del vaccino ai donatori".

L'adesione alla campagna vaccinale, come prospettato anche al tavolo di lavoro sulla comunicazione, istituito dal CNS per l'occasione, auspica, da parte delle Associazioni e Federazioni dei donatori di sangue, la condivisione dell'idea che l'impegno dei volontari nei confronti della società, si concretizzi anche nell'essere "in forma" per garantire al Paese le scorte necessarie si da affrontare eventuali criticità che il diffondersi esponenziale dell'influenza potrebbero evidenziare.

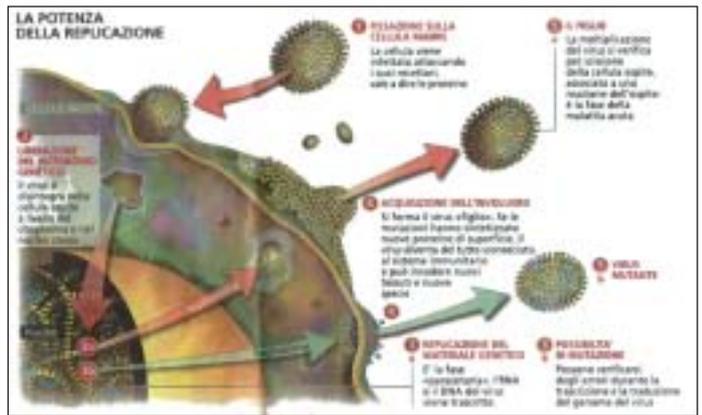
Perché è necessario che i donatori si vaccinino?

E' ragionevole attendersi che l'influenza A/H1N1 allontani dalla donazione ogni donatore affetto per almeno 15 giorni, oltre ad impegnare una quota importante di donatori nell'assistenza domestica ai parenti ammalati. Inoltre, a causa del complessivo aumento delle assenze dal lavoro per malattia, molti donatori potrebbero trovare difficoltà ad assentarsi per recarsi a donare.

Effettuando la vaccinazione anti A/H1N1 per i donatori di sangue, almeno nella fascia di età 30-55, purché la vaccinazione sia effettuata nella periodo ottobre-novembre 2009, ci si attende, in stretta relazione al numero di donatori che vorranno vaccinarsi, una maggiore disponibilità di donatori, in particolare dagli ultimi giorni dell'anno fino al decrescere della prima ondata di contagio e successivamente.

Il Centro Nazionale Sangue ha anche previsto tre scenari:

- 1) Vaccinazione non disponibile per i lavoratori dei servizi essenziali, o basso tasso di adesione all'offerta vaccinale: riduzione, nel periodo di maggiore diffusione del contagio, della disponibilità di donatori di sangue fino al 25%, con una carenza, nella nostra provincia di circa 150-160 unità a settimana, 440-450 contro la media di 610 unità al mese;
- 2) Vaccinazione disponibile per i lavoratori dei servizi essenziali (con tasso di adesione elevato: >70%): resta



Schema dell'aggressione dei virus

invariata la potenziale riduzione della disponibilità di donatori di sangue, fino al 25%, ma questa volta la carenza si attesta su 180-200 unità, 410-430 unità;

- 3) Vaccinazione disponibile per i lavoratori dei servizi essenziali (con tasso di adesione elevato) e per i donatori di sangue maschi periodici nella fascia di età 30-55 (con tasso di adesione alla vaccinazione elevato: > 70%): migliora la disponibilità di donatori di sangue con una riduzione massima intorno al 11-14%, pari ad una carenza di 66-80 unità.

Ecco perché è importante vaccinarsi: il donatore è un soggetto critico perché tutto il sistema sanitario funziona!

E in Sicilia?

L'assessorato regionale alla Sanità ha predisposto il quadro generale, individuando i soggetti incaricati di assumere le decisioni, e i provvedimenti da adottare in relazione alle differenti fasi pandemiche a livello locale nonché le modalità di livello generale attraverso cui procedere.

Inoltre è previsto il potenziamento del portale web dell'assessorato alla sanità presso cui sono disponibili le principali informazioni (www.regione.sicilia.it/sanita).

I punti essenziali

Ogni azienda sanitaria provinciale (ASP) e azienda ospedaliera (AO), per assicurare il coordinamento delle attività a livello territoriale, ha istituito una Unità di Crisi Aziendale per la Pandemia (UCAP) che procede alla stesura e alla adozione del piano aziendale per la pandemia.

La conduzione della unità di crisi aziendale per la pandemia è affidata al direttore sanitario aziendale.

L'azienda sanitaria provinciale di Ragusa sta pianificando le misure di prevenzione da attuare.

Per quanto riguarda i donatori di sangue, è in fase di redazione uno specifico piano di intervento, sulla base delle linee guida nazionali, che individuerà le modalità di esecuzione della vaccinazione, ma è chiaro che viene prevista una stretta collaborazione tra uffici vaccinazione, i servizi trasfusionali e l'AVIS.

Dott. Giovanni Garozzo
Direttore Sanitario AVIS Provinciale

L'attacco:

1. il virus entra nel nostro corpo tramite il tratto respiratorio, quindi entra nelle cellule e le costringe a produrre copie di se stesso
2. il corpo attiva le sue difese immunitarie: i linfociti T killer attaccano le cellule infette; i linfociti B producono gli anticorpi capaci di impedire ai virus di attaccarsi alle cellule sane.

Le precauzioni:

1. evitare i luoghi affollati
2. evitare le persone che starnutiscono o tossiscono senza coprirsi il viso con una mano o con fazzoletti
3. il fazzoletto usato va eliminato (il virus può viverci per ore!)
4. insaponarsi a lungo le mani (contare fino a 20!) con acqua calda e solo dopo toccarsi il volto, il naso, la bocca
5. assumere antivirali se consigliati dal medico
6. vaccinazione per i soggetti a rischio
7. stare a casa per almeno 24 ore dopo la scomparsa dei sintomi.

I sintomi:

1. febbre (94% dei casi)
2. tosse (92% dei casi)
3. mal di gola (60% dei casi)
4. vomito (25% dei casi)
5. diarrea (25% dei casi).

A Tornatore il premio “Salvy D’Albergo”

È stata una giornata memorabile quella che ha visto protagonista il regista Giuseppe Tornatore, a Ragusa, premiato per iniziativa dell’associazione Teatro Club “Salvy D’Albergo” con la quinta edizione del premio nazionale omonimo.

Il regista di “Baaria” ha così aggiunto il suo nome all’albo d’oro del prestigioso premio in precedenza assegnato a Michele Placido, Pino Caruso, Leo Gullotta e Dacia Maraini.

Con la finalità di ricordare ai giovani di oggi e di domani la prestigiosa figura di Salvy D’Albergo che fu una donna impegnata sui temi della cultura, entusiasta donna di scuola, operatrice raffinata per la diffusione del teatro, della letteratura, della poesia in una città come Ragusa che certo nel 1969, quando fu costituita l’associazione, aveva meno disponibilità al confronto culturale rispetto ad oggi.

“Tornatore nel tornare a Ragusa dove ha girato per circa un mese nel 1995 il film “L’uomo delle stelle” con Sergio Castelletto- ricorda Carmelo Arezzo, che del teatro Club è dal 1999 il presidente che ha voluto insieme a Maria Moncada D’Albergo, sorella di Salvy, istituire il premio- ha vissuto una giornata che ha definito ricca di suggestioni e di passione”.

Dopo aver incontrato i ragazzi della facoltà di Lingue a Ragusa Ibla, presentato da Giuseppe Traina e da Simona Laudani, nel pomeriggio Tornatore nella nuova bellissima sala dell’auditorium della Scuola regionale dello Sport ha ricevuto il premio ed ha risposto con grande disponibilità ad un fuoco di fila di domane proposte da alcuni dei tantissimi presenti all’incontro. Infine la sera Peppe Arezzo al piano e Giovanni Cucuccio al violino gli hanno regalato un omaggio eseguendo le musiche dei suoi film: un viaggio affascinante tra le pagine più belle della musica da film italiana, in particolare quella del grande Ennio Morricone.

Così in un vivace interessante dibattito, il regista di “Nuovo Cinema Paradiso” ha avuto modo di ricordare il senso del suo cinema, di riflettere sulla sua Sicilia, sui suoi sentimenti, sul significato del suo ultimo film “Baaria” (candidato alla selezione per l’Oscar) che tanto sta facendo discutere in positivo in ogni parte del mondo e nel quale raccontando con la sua immaginazione e con la sua straordinaria poesia la sua storia, Peppuccio Tornatore riflette sul secolo breve, sulla illusione e la delusione dell’utopia comu-



La cerimonia di premiazione di Tornatore

nista, sulla speranza di riscatto di una terra che come la Sicilia ha la dimensione e il ruolo della comunità che cerca la propria identità.

Accolto con un abbraccio di intenso affetto, il regista di “L’uomo delle stelle” e “Malena” ha avuto anche parole di grande apprezzamento sulla figura di Salvy D’Albergo, che è stata ricordata durante l’incontro alla Scuola dello Sport non solo dalle parole del presidente del Teatro Club, ma anche da un felicissimo video che mettendo insieme alcune sequenze sull’architettura e la magia della nostra città e le foto delle attività culturali svolte da Salvy con i manifesti dei tanti incontri di poesia e letteratura promossi dall’associazione per iniziativa della stessa Salvy.

Con il premio nazionale “Salvy D’Albergo”, il Teatro Club premiando figure di grande rilievo nel panorama della cultura siciliana, caratterizzati dalla capacità di riflettere sulla cultura della nostra terra fuori dai soliti stereotipi e luoghi comuni, si propone di mettere a disposizione della città un’occasione di confronto sui temi culturali più significativi (grazie anche al contributo da parte della Banca Agricola Popolare di Ragusa), ma anche con altri riconoscimenti di segnalare attori locali che si sono affermati o operatori della scuola che hanno contribuito a promuovere il cinema o il teatro; così quest’anno la scelta è caduta su Andrea Tidona, bravissimo attore mediano, e su Daniela Iurato, docente di diritto e regista con i suoi studenti di numerosi corti sui temi dei diritti civili. In occasione, poi, dei quarant’anni della costituzione del Teatro Club, un premio speciale è andato allo scrittore e poeta ragusano Giovanni Occhipinti.

C.A.

Un'estate per dare voce alla solidarietà

Per la festa del Donatore del 14 Giugno 2009 l'AVIS Giovani assieme al Comune di Ragusa - Assessorato allo Sport hanno organizzato la manifestazione dal titolo: **"Fitness life Summer 2009. Dai voce alla Solidarietà"**. Evento che ha racchiuso in se, in due giorni le seguenti attività:

- 1) Esibizione Canora dedicata ad "Enzo Guastella". (Sabato 13 Giugno)
- 2) Esibizione di Arti marziali (Aikido, karate, jyujiitsu) a cura della Palestra Gymnasium di Ragusa e Basaki. (Sabato 13 e Domenica 14 Giugno)
- 3) Esibizione delle seguenti Scuole di Ballo:
 - a) Arte Mia (Sabato 13 Giugno)
 - b) Arte Danza (Domenica 14 Giugno)
 - c) Swing Dance (Domenica 14 Giugno)
 - d) Gruppo DOS (Domenica 14 Giugno)
 - e) New Ballet School (Domenica 14 Giugno)
 - f) Esibizione di un corpo di ballo a cura della Palestra Athena (Domenica 14 Giugno 2009)
- 4) Torneo di JORKYBAL (Sabato 13 e Domenica 14 Giugno)
- 5) Piscina



A Piazza Duca degli Abruzzi sono stati stallati due stands compresi di attacchi luce che hanno avuto la presenza delle associazioni di volontariato: AVO, LILT, AIL e Polizia Stradale e parcheggiata la autoemoteca dell'Avis. La Polizia stradale Sabato 13 Giugno ha dato dimostrazioni pratiche del funzionamento dell'alcol test che viene utilizzato dalle pattuglie della Polizia Stradale durante i controlli nelle strade, e come da loro stessi riferito, molti ragazzi durante la serata hanno provato l'alcoltest. Domenica sera tale operazione non è stata possibile poiché era a carico dei volontari dell'avis il trasporto del macchinario per l'alcol test. Operazione che è stata possibile la sera di Sabato 13 Giugno ma non quella del 14 Giugno. Tale

inconveniente, ad ogni modo, non ha inficiato la presenza della Polizia nella giornata serata del 14 Giugno.

In piazza Duca degli Abruzzi, oltre gli stands era stato preventivamente montato un palco per le varie esibizioni, su cui abbiamo inserito molti striscioni con la scritta AVIS e il logo dell'Avis giovani.

Il pomeriggio del 13 Giugno si è esibita la scuola di arti Marziali Gymnasium che ha fatto un'esibizione di alcune tecniche di arti marziali, che hanno suscitato la curiosità di molte persone che erano nella zona circostante al palco verso le 17.30 in piazza vi era un visibile numero di persone che assistevano all'evento. Subito dopo l'esibizione della scuola di arti marziali c'è stata l'esibizione della scuola di ballo "Arte Mia" che ha fatto esibire gli studenti della propria scuola.

Nello stesso tempo a Piazza Malta si stava svolgendo il torneo di Jorkyball, un nuovo tipo di calcetto, in "gabbia", novità dell'estate 2009. Il sabato sera si è svolta l'esibizione canora dedicata ad "E. Guastella" in cui si sono esibiti alcuni ragazzi con la passione per il canto e che ha visto la presenza sul palco del ragazzino che ha





vinto l'edizione della manifestazione di grande successo "Lasciami una canzone" di Antonella Clerici. Evento che ha riscosso un buon successo visti il numero delle persone. La stessa sera è avvenuta la premiazione che ha visto sul palco la presenza dei giovani dell'Avvis.

Domenica 14 giugno c'è stata l'esibizione delle altre scuole di danza che avevano aderito al nostro evento che esibendosi a turno hanno animato la serata lanciando, durante la manifestazione, messaggi riguardanti la donazione del sangue. Alla fine si è esibito un gruppo di Danza Africana che ha saputo trascinare con il proprio coinvolgente ritmo il pubblico presente in piazza.

Tutte le attività si sono svolte a partire dalle 17.00 e si sono concluse, mediamente, verso le 0.00 e/o l'1.00. Locations dell'evento sono state: Piazza Duca degli Abruzzi e Piazza Malta, e villaggio Kamene per le attività in piscina.

La principale finalità dell'evento è stata quella di coinvolgere e dare maggiore visibilità al Gruppo Giovani attraverso la collaborazione con le principali palestre e scuole di danza di Ragusa perché per la maggior parte frequentate da persone comprese tra i 18 e 30 anni. In secondo luogo l'obiettivo era quello di organizzare un evento che lanciasse il messaggio di



tipo "salutistico", ossia che attraverso il divertimento (ballo) e lo sport (arti marziali, nuoto) si può riuscire ad avere un buon rapporto con se stessi mantenendosi sani. E' indubbio che "cavalcando" gli interessi collettivi del momento "manifestazione canora" (che si ricollegava alla trasmissione di grande successo della Rai "Lasciami una canzone") e un sempre verde interesse della comunità Ragusana per il fitness ed il wellness abbiamo voluto non far cadere nel vuoto il messaggio di Solidarietà che solo l'AVIS poteva racchiudere in concomitanza con il 14 Giugno Giornata mondia-

le del Donatore di Sangue.

In ultima analisi, di fondamentale è stato l'apporto dei ragazzi del Gruppo giovani che facendo "gruppo" nel senso più stretto del termine è riuscito a portare avanti con successo il progetto.

In conclusione, mi pare doveroso ringraziare il Consiglio Direttivo per aver concesso i fondi necessari per la realizzazione della manifestazione, e per aver dato fiducia al nostro operato.

Si allega il rendiconto spese della manifestazione.

Il Gruppo AVIS Giovani - Ragusa



La Sicilia da amare di Leo Gullotta

Ha girato i “teatri di pietra” di Sicilia, questa estate, un grande attore siciliano, Leo Gullotta, proponendo nel suo “Minnazza”, una riflessione incantata, fatta della magia della parola e della suggestione del sentimento, su quella condizione assolutamente unica che è la “sicilianità”.

Attraverso una miscellanea di brani tratti dalla tradizione popolare siciliana e dalle opere dei maggiori scrittori di questa terra tanto infelice quanto luminosa, giocando sull’ossimoro bufaliano de “la luce e il lutto”, Gullotta si inventa una terrazza, di quelle siciliane dalla quale si vede il mare e le stelle e se la serata è quella giusta anche la sagoma possente dell’Etna, per abbracciare in un unico abbraccio i siciliani che la pensano come lui, quelli che sono stanchi dei luoghi comuni, che la mafia la combattano sul campo del proprio piccolo lavoro quotidiano di ogni giorno, senza proclami

né passerelle, a volte pagando di persona, magari con piccoli prezzi di rinunce e di emarginazioni.

A questi siciliani Gullotta rilancia l’idea della terra, della storia che si fa nutrimento, dell’immenso seno materno (la “minnazza”) che è la culla della vita, che è la grande tradizione dell’amore materno, di quel ritrovarsi intatti come figli ricchi –anche quando si è in miseria- della morbida incantata lattiginosa purezza della mammella che alimenta e dona la vita.

Così in questo segno riunificante, si può scoprire la forza leggendaria del Cola Pesce che sostituisce una delle colonne e trattiene sul mare di Sicilia la Trinacria, l’eleganza ineluttabile della condizione apparentemente irredimibile dei siciliani del Gattopardo di Tomasi di Lampedusa, la forza contraddittoria e pensante dei personaggi pirandelliani, di quella maschera che si sostituisce al volto, e nel-



l’apparenza della recita della vita impone fino in fondo la coerenza coraggiosa di certe scelte, ma anche la musicalità dei versi di una poesia dialettale che celebra la bellezza di un paesaggio dai colori incantati, che ricorda l’amore, che si impadronisce del gusto di un abbraccio o di una carezza. Infine ecco sulla scena anche il vigore di una lotta di riscatto che attraverso la potenza dei versi di Buttitta riporta d’attualità le battaglie dei contadini contro il latifondo, quelle degli operai contro la miseria, per una Sicilia capace di riemergere dalla condizione di emarginazione. Per arrivare infine a Sciascia ed alla sua insostituibile lezione di impegno civile e di tensione verso un traguardo in bilico perenne tra la speranza e l’utopia.

Così restano fuori dal recinto di quello che vale salvare nella memoria della “minnazza” che ci arricchisce, e non hanno diritto di essere ospitati nella terrazza di Gullotta, le violenze e le arretratezze, i drammi e le solitudini, le paure e le incapacità, perché i siciliani possono invece con forza e coraggio, e senza il timore di un confronto pregiudizialmente perdente, conquistare la condizione di una meritata considerazione.

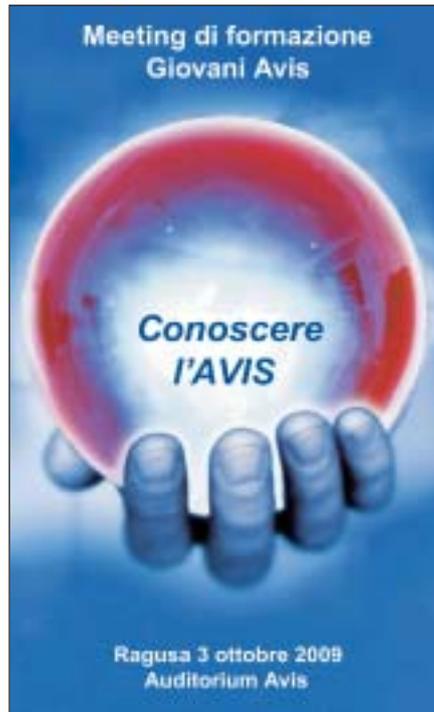
C.A.





Incontrarsi per conoscere l'AVIS

Il 3 ottobre 2009 presso l'Auditorium AVIS si è svolto il meeting provinciale "Conoscere l'AVIS" organizzato dalla Consulta Provinciale Giovani e patrocinato dall'AVIS Provinciale. Scopo dell'incontro è stato quello di approfondire aspetti più o meno conosciuti della struttura organizzativa e valoriale dell'AVIS, aspetti che sebbene siano presenti nella coscienza di ciascun volontario, vanno rispolverati e contestualizzati nuovamente all'interno delle società che spesso vanno tramutandosi ed evolvendosi, rendendo così inevitabile una "formazione continua" ed una rivalutazione di alcuni aspetti fondanti dell'associazione, s'intende, non scardinandone i principi basilari, peraltro immutati e costante monito di indirizzo dell'associazione. E' stata fatta anche una breve storia della Consulta Provinciale e dei suoi compiti, egregiamente espressi dal Segretario della Consulta, Rosario Cappello. Ma credo che è nelle parole del Presidente dell'AVIS Provinciale, Salvatore Poidomani e del Responsabile Area Comunicazione e Formazione



dell'AVIS Provinciale da cui si può evincere lo spirito con cui si è voluto organizzare tale incontro: "Questo incontro è stato richiesto dai ragazzi della nostra Consulta provinciale ed il Consiglio Direttivo è stato ben felice di poter favorire la soddisfazione di questo loro bisogno. Il tema che ci è stato raccomandato rivela evidenti segnali di crescita del gruppo, non solo di

interesse ed impegno ma anche di responsabilità. Non si tratta infatti di approfondire aspetti di qualche singolo argomento - pur sempre interessanti e qualificanti - ma di delineare e comprendere meglio, sia la strutturazione della associazione in tutti gli aspetti ed i percorsi di partecipazione alla mission, sia il contesto - micro e macro - in cui l'AVIS vive ed opera. Un incontro quindi dai contenuti molto rilevanti".

All'incontro sono state presenti le seguenti AVIS: Scicli, Vittoria, S. Croce Camerina, Chiaramonte Gulfi, Ragusa, Modica, Pachino, Acireale, Scordia, Militello, Rosolini, Palazzolo Acreide, Florida e Comiso per un totale di 70 ragazzi in tutto. Moderatore dell'incontro è stato il dott. Giampiero Saldino e sul tavolo della conferenza si sono succeduti, rispettivamente, i seguenti relatori: "I profili giuridici, organizzativi valoriali e di missione dell'AVIS" di (1ª parte) di F. Bussetti (Cons. AVIS Naz.le); si è succeduto nella seconda parte del meeting l'intervento del Dott. Cappello, Direttore Sanitario dell'AVIS di Giarratana. A seguire si è avuto un interessante e stimolante Workshop interattivo curato dal Dott. Giampiero Saladino, che è riuscito a far nascere un interessante dibattito su ciò che era stato esposto nella prima parte del convegno. A conclusione dei lavori si sono succeduti alcuni interventi programmati. Piena soddisfazione degli organizzatori per la riuscita del meeting, al quale, speriamo potremmo far seguire altri incontri.

Emanuele Fidone
Coordinatore Consulta
Provinciale AVIS Giovani



Un momento del convegno provinciale

“Venerdì Insieme 2009”: Un piccolo laboratorio di democrazia

L'AVIS comunale di Ragusa ha promosso nei mesi scorsi gli incontri culturali di approfondimento “Venerdì Insieme”, a testimonianza della grande attenzione che ha sempre posto verso i temi della partecipazione e dell'impegno civile, mettendo a disposizione della città un luogo per il dibattito, sia fra i cittadini che fra questi ultimi e le istituzioni.

Gli incontri, organizzati dai gruppi di Ragusa della FUCI, del MEIC, di Pax Christi e dall'Associazione di volontariato “Oasi Famiglia” di Ragusa, hanno visto relatori importanti avvicinarsi sul tavolo della saletta AVIS: dal nostro primo cittadino, a professori dell'università di Catania e di Roma, passando per giornalisti, architetti e ingegneri, ma anche sacerdoti e imprenditori antimafia; tutta la nostra società, dal quotidiano allo

straordinario, ha preso parte a questo piccolo “laboratorio di democrazia”, dibattendo su temi quanto mai attuali come la partecipazione responsabile ed “attiva” al governo della città, o la corretta informazione e la necessità di sapersi orientare nel mare della politica. Ma ai “Venerdì Insieme” si è parlato anche di legalità, di lotta alla mafia e di imprenditori che non pagano il pizzo, si è parlato di sacerdoti che quotidianamente mettono a repentaglio la vita per offrirne una migliore alle proprie comunità, si è parlato anche dei problemi urbanistici della nostra città e di come poterli risolvere. Tutte tematiche di grande attualità, che hanno suscitato di volta in volta l'interesse della platea grazie ad un'organizzazione degli incontri incentrata proprio sul pubblico, al quale è stato lasciato ampio spa-

zio di dibattito e che ha sempre saputo dimostrarsi all'altezza dell'importanza delle tematiche trattate.

Il bilancio dell'iniziativa è stato senza dubbio positivo, sia per gli organizzatori, ai quali è stata data la possibilità di collaborare insieme ad associazioni con differenti modi di operare nel territorio, sia per i relatori, che si sono più volte complimentati per le tematiche trattate e per il modo in cui la platea le ha recepite, sia per il pubblico stesso, che ha dimostrato con i numeri (la sala AVIS è sempre stata gremita) e con i fatti (interventi numerosi ma anche critiche quando necessarie) che, come diceva un certo Giorgio Gaber, “Libertà è Partecipazione”.

Marco Cascone
(presidente FUCI Ragusa)



Gianni Cultrera, cardiologo e uomo

Ho conosciuto il dottor Cultrera circa quindici anni fa.

Anche se frequento l'Avis da ormai quasi 30 anni, ho tardato a conoscere e ad apprezzare questo collega schivo e sempre disponibile.

Gianni Cultrera era un cardiologo che per tanti anni ha letto, come diceva lui, gli elettrocardiogrammi dei donatori di Ragusa; Gianni Cultrera è stato un protagonista dietro le quinte.

Lo incontravo, un paio di volte alla settimana al bar dell'Avis e prendevo volentieri un caffè con lui chiacchierando del più e del meno (delle arance di Francofonte, del padre, della sua vita professionale), sempre in maniera piacevole e discreta.

E poi: "Mah, vado a leggere qualcosa..." e via a controllare gli elettrocardiogrammi dei donatori, e a spiegare e ad aiutare a comprendere.



Il dott. Giovanni Cultrera

Poi l'ho dovuto frequentare per la mia professione e per la sua malattia.

L'ho conosciuto di più (si può dire?) e meglio. Abbiamo avuto anche discussioni perché le nostre visioni non sempre coincidevano, ed adesso, infine (in ritardo?), apprezzo il suo modo di vedere il lavoro, la malattia, la vita.

E coerente con questo suo modo di essere ("non voglio dare fastidio, la mia vita l'ho percorsa") ha voluto proteggere la sua famiglia, i suoi amati figli dalla malattia.

Qualche giorno dopo aver festeggiato i 50 anni di laurea, Gianni Cultrera ci ha lasciato in punta di

piedi in un caldo giorno di luglio.

Francofonte: 18 novembre 1931

Ragusa: 22 luglio 2009

Giovanni Garozzo

Pensieri di Pace

a cura di Gianna Leggio

Nessuno nasce in una storia già scritta, ognuno è la penna della propria vita, deve solo avere il coraggio di essere se stesso fino in fondo....

Il viaggio più bello, affascinante, difficoltoso è quello in noi stessi. Ho imparato a conoscermi, a capire cosa voglio, a rispettare gli altri...non importa cosa si è o dove si nasce importa cosa vogliamo essere e dove vogliamo arrivare...

Il mondo è vario e ognuno è diverso dagli altri. Basta voltarsi perché tutto appare diverso, basta spostarsi perché il proprio mondo appare piccolo, meno centrale. Noi siamo un piccolo punto, una goccia di mare, ma anche una goccia ha la sua importanza e senza goccia non c'è mare...

Dio è l'eterno uguale

in Lui ha posto ogni diverso.

Ma non esiste il differente.

Non c'è giorno senza notte.

Né alba senza tramonto.

Ma il cielo è sempre lì.

Straordinariamente diverso.

Ma indissolubilmente grande.

**Tratto dal racconto "Billy Scintilla"
di Stefano Firrincieli**



Carcere: "mondo sconosciuto"

Il carcere è un pianeta sconosciuto ai più, malgrado giri dentro un'orbita vicinissima alla nostra città.

Una scrittrice – giornalista scrisse che "di questo pianeta tutti pensano di sapere tutto, esattamente come pensano di sapere tutto della luna senza però, esserci mai stati" ed in effetti è proprio così, inoltre chi ha avuto la mala sorte di finire in carcere, una volta fuori ne ha vergogna e se può, fa di tutto per nascondere agli altri.

Negli istituti penitenziari oltre ad esservi i reclusi, vi sono anche diverse figure professionali: dirigente dell'istituto, personale medico e parasanitario, psicologi, cappellani, volontari, personale amministrativo-contabile, e naturalmente il personale di polizia penitenziaria al quale è affidato il delicato e complesso compito di assicurare l'ordine, la disciplina e la sicurezza nonché attività di polizia giudiziaria sia propria che su delega dell'autorità giudiziaria.

Il lavoro svolto dentro le mura di un carcere da parte di tutti gli operatori, molto spesso è pressoché sconosciuto dal mondo esterno e di conseguenza poco apprezzato ed anche, a volte, screditato per fino dai media.

Nel 1975 è entrato in vigore il nuovo "ordinamento penitenziario", che vanta di essere uno dei più avanzati al mondo. Esso si basa sul recupero, trattamento e reinserimento del condannato nella società, in sintonia con quanto recita il secondo comma dell'art. 27 della nostra costituzione: "le pene non possono consistere in trattamenti contrari al senso di umanità e devono tendere alla rieducazione del condannato".

Tutto ciò che di negativo avviene nel mondo esterno, ciò il commettere reati, inevitabilmente, si riflette sul carcere, basti pensare negli anni a noi vicini, quanti soggetti hanno var-

cato le soglie dei carceri; per contestazione giovanile nel 1968, per il terrorismo, per le stragi mafiose, tangentopoli, art. 416 bis c.p (associazione mafiosa), pedofilia ed altri reati comuni.

Allo stato attuale uno dei grossi problemi che si vive negli istituti penali è il sovraffollamento: circa 65 mila presenze a fronte di 45 mila, che è la capienza ottimale; problema che sicuramente incide negativamente sui ristretti e su chi li deve custodire.

Oltre un terzo della popolazione detenuta è straniera e ciò comporta una delicata gestione per le differenze culturali, linguistiche e religiose, in più vi è la difficoltà dei rapporti con le famiglie degli extracomunitari poiché risiedono in paesi lontani dal luogo di detenzione del proprio parente.

La convivenza tra i detenuti non è sempre facile, per vari motivi, ed all'interno del carcere, talvolta, possono accadere spiacevoli episodi di violenza quali auto ed etero lesionismo; inoltre possono avvenire vari reati quali: omicidio, sequestro di persona, rissa ed altri reati stabiliti dal c.p, per cui, può accadere che un soggetto entrato in carcere per spiare una condanna di pochi mesi, macchiatosi all'interno di un reato grave, finisce per rimanere dentro anche per molti anni.

A prescindere della tipologia dei reati e di chi li ha commessi, bisogna ricordare che all'interno degli Istituti della Repubblica vi sono persone e non cose e che i ristretti devono essere trattati umanamente, hanno sbagliato sì, e quindi debbono scontare il debito con la società, ma sempre nel rispetto della dignità personale, fermo restando che in carcere, a volte possono finire disgraziatamente persone del tutto innocenti.

A conferma del fatto che anche un

certo numero di detenuti hanno i loro sentimenti e sono partecipi di quanto avviene nel mondo esterno, quando si verificano eventi calamitosi, disgrazie varie, quando vengono lanciati appelli di solidarietà, essi manifestano molta partecipazione emotiva e sarebbero pronti ad essere in prima linea anche fattivamente, per esempio attraverso la donazione del loro sangue e dei loro organi.

Purtroppo per le normative vigenti e la burocrazia imperante, la loro volontà non può essere attuata.

L'AVIS è sicuramente disponibile ad avvalersi del contributo degli ex detenuti, tornati ad essere uomini liberi, qualora risultino idonei alla donazione.

Dobbiamo anche considerare che spesso chi è nel mondo esterno, esprime eccessiva compassione e pietismo verso i ristretti, dimenticando facilmente che per ogni delitto vi sono anche le vittime e famigliari nel dolore.

All'interno delle carceri vengono svolte diverse attività: attività lavorative retribuite, attività ricreative-sportive, corsi di studio, corsi di formazione professionale, tutte cose che possono servire per il reinserimento nella società, quando usciranno dal luogo di detenzione.

Per concludere, il vero problema rimane il post- detenzione in quanto vi è una scarsa disponibilità delle istituzioni e della società ad accoglierli, almeno per quelli che manifestano serie intenzioni di reinserirsi, si corre infatti il rischio che proprio questi ex detenuti, non trovando lavoro né una casa che li accolga, ritornino a delinquere rientrando così in carcere, considerandolo, paradossalmente come un luogo di appartenenza, anziché vagabondare nelle strade.

Giuseppe Tetti

Consigliere AVIS comunale Ragusa



Scherma: uno sport tutto da vivere

Da nove anni la nostra città ospita l'Accademia Scherma Ragusa che, pur essendo molto giovane, ha già conseguito successi in ambito nazionale, con atleti che hanno visto premiato il loro impegno agonistico con risultati lusinghieri sotto la vigile e sapiente guida del Maestro federale Roberto Molina.

L'origine della scherma è molto antica, veniva infatti già praticata da greci e romani; nel medioevo si perfeziona e diventa un'arte. Nel 1500 e 1600 si assiste ad una sua teorizzazione grazie a trattati scritti da celebri Maestri italiani. Nel 1700 inizia ad essere praticata come disciplina sportiva e grazie alle scuole francesi e italiane verrà esportata in tutta l'Europa. Dall'istituzione delle olimpiadi moderne diventa una tra le più importanti discipline.

La scherma è uno sport nobile ed equilibrato, è eleganza, arte, riflessi e tecnica. Richiede e sviluppa notevoli capacità psichiche e fisiche, contribuendo validamente a formare il carattere di



Un momento plastico di scherma



Gli allievi dell'Accademia Scherma Ragusa posano in piazza S. Giovanni

chi lo pratica. Rappresenta una liberazione della carica vitale, aggressiva e muscolare, sempre nel rispetto e lealtà verso l'avversario, dimostrandosi un valido correttivo alle fatiche mentali e alle costrizioni a cui i giovani sono sottoposti, è un efficace disintossicante della vita caotica delle città ed un validissimo deterrente per comportamenti devianti.

Da molti viene definita "una partita a scacchi giocata ad alta velocità".

I più piccoli possono avvicinarsi a questo sport con attrezzature in plastica e possono acquisirne le regole fondamentali attraverso giochi e attività di gruppo; viene curata l'esperienza motoria e la socializzazione in un contesto sereno, lasciando nel tempo a ciascuno il proprio spazio per far crescere in sé aspirazioni agonistiche.

La Scherma si presta ad esser praticata anche dagli amatori

adulti, con o senza precedente esperienza schermistica o sportiva, orientati a conoscere gli aspetti culturali della disciplina ed acquisirne i fondamentali tecnici attraverso lezioni finalizzate all'assalto inteso come momento ricreativo.

L'Accademia Scherma Ragusa ha la convinzione che attraverso lo sport vadano trovate le occasioni per lo sviluppo delle competenze educative dei giovani.

Dall'unione dei principi che caratterizzano l'AVIS e l'Accademia Scherma Ragusa nasce un connubio finalizzato a diffondere l'idea che solidarietà ed etica debbano essere alla base dei nostri comportamenti sociali.

Per coloro che volessero saperne di più, contattate l'Accademia Scherma Ragusa in Viale dei Platani, 79 o al numero 339-7205234.

Il presidente
Angelo Frasca

Foglie di vite ripiene



Questa rubrica vuole essere un viaggio alla scoperta delle culture alimentari di popoli e civiltà a volte lontani dalla nostra ... per scoprire sapori insoliti, piatti gustosi, profumi intensi ... Sarà questo un modo per conoscere le culture "altre". La rubrica presenterà sia la ricetta (facile da preparare) che, brevemente, il Paese da cui proviene.

*Auguro a tutti
buon viaggio...
tra le ricette del mondo*

Gianna Leggio

CROAZIA

La Croazia fa parte della regione dei Balcani terra di convivenza, spesso difficile, tra varie etnie le quali hanno sviluppato un forte legame alle proprie tradizioni, un senso della convivialità e dell'ospitalità molto forti.

Bellissima la costa Dalmata con le sue numerose isole, l'interno del territorio è ricco di rilievi carsici bagnati dalle acque della Drava e della Sava affluenti del Danubio.

Dal 1992 al 1995 la Croazia (che si era proclamata indipendente dalla Repubblica federativa socialista jugoslava nel 1991) ha partecipato alle azioni di guerra in Bosnia-Erzegovina. La guerra ha prodotto un rimescolamento demografico che ha ridotto la presenza serba nel paese.

Le colture principali sono il mais il frumento, le patate la barbabietola da zucchero, lungo le coste si coltivano le viti e l'olivo. Dalle foreste (il 37% del territorio) si ricavano discrete quantità di legname in buona parte esportato.

FOGLIE DI VITE RIPIENE

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

- ✓ 8 foglie di vite fresche
- ✓ 350 gr. di carne tritata
- ✓ 50 gr. di riso
- ✓ mezza cipolla
- ✓ prezzemolo tritato
- ✓ 400 dl. di acqua calda
- ✓ 50gr. di burro
- ✓ sale e pepe

Ingredienti per la salsa:

- ✓ un uovo
- ✓ mezzo succo di limone
- ✓ 125gr. di acqua calda
- ✓ prezzemolo tritato

Sbollentare le foglie di vite fresche e lasciarle sgocciolare. A parte, mescolate la carne tritata, il riso crudo, la cipolla finemente tritata, il sale e il pepe il prezzemolo l'olio e un po' di acqua.

Aprire le foglie con il lato lucido volto verso il basso. Ponete una cucchiata di ripieno su ciascuna foglia, ripiegate i bordi e arrotolate. Sistemate gli involtini in una pirofila bagnateli con circa mezzo litro di acqua calda e un po' di burro fuso. Mettere in forno a 150° per circa un'ora.

Per la salsa: unire alle uova il succo di limone mescolando fino ad ottenere un composto spumoso e aggiungere poco alla volta l'acqua calda.

Fate cuocere a fuoco lento fino a che la salsa non si sia addensata, quindi aggiungere il prezzemolo tritato. Prima di servire coprire gli involtini con la salsa.

Il terremoto..... e la nostra ricostruzione interiore

Penso che quando si è colpiti dal terremoto, se da una parte si può essere contenti per aver potuto salvare la propria vita, dall'altra l'aver perso la propria casa, le proprie cose ...dalle foto che si custodiscono gelosamente, ai libri che si sono scelti con cura, ai piccoli oggetti di cui è piena la nostra casa ma che evocano dentro di noi momenti felici, luoghi o persone a noi care ecc...tutto ciò può provocare un vuoto profondo, si ci può sentire impotenti e nudi.....ed è proprio questo il momento in cui emergono gli interrogativi veri che la vita ci pone con i suoi accadimenti.

Pasquale Iannamorelli, che vive in Abruzzo, a partire dall'esperienza del terremoto, si pone una grossa domanda: quale il senso che deve assumere la nostra vita?

G.L.

Da un po' di tempo, ogni volta che incontro una persona-soprattutto quelle che non conosco- mi scatta dentro, prepotente, una domanda: "quella che sta conducendo è una vita o una esistenza?". Saranno anche due termini che usiamo intercambiandoli, ma non si tratta della stessa cosa.

L'esistenza è obbligo, è routine, è programmazione minuziosa, è corsa continua, è insoddisfazione.

La vita è gioia, lentezza, imprevedibilità, cambiamento, leggerezza.

E' urgente quindi, evadere dalla pesantezza dell'esistenza per tornare nel territorio della vita.

Se osserviamo un bambino molto piccolo, abbiamo di fronte il simbolo della vita perché ogni sua azione, ogni suo movimento nasce da un desiderio e non da un obbligo.

Questa constatazione deve indurci a pensare che se durante le nostre giornate le azioni "obbligatorie" superano quelle "desiderate", è necessario provvedere, perché significa che stiamo esistendo e non vivendo.

La fiducia, l'ospitalità, la tenerezza, il sorriso, la gentilezza, la gratuità, la condivisione, l'amicizia, il perdono ricevuto e dato, la speranza, la compassione, la fuga dalla competizione e dall'egoismo: tutti questi sono indicatori sicuri e veritieri i quali ci dicono che stiamo "vivendo".

...Albert Schweitzer, uno dei più grandi uomini del secolo scorso, soleva dire che "il grande segreto per vivere consiste nell'attraversare la vita con un'anima intatta, cioè non gretta, non diminuita, non alterata"

Questo segreto è alla portata di coloro che in ogni situazione, in ogni evento, in ogni momento della loro vita rientrano in se stessi e trovano in se stessi il segno di ogni cosa e di ogni evento.

Vivere è il dono di "essere presente" e ogni cosa, vivendo, fa un solo regalo, quello della sua presenza. Mi piace osservare i bambini di pochi mesi: quando vedono la mamma che stava in cucina o il papà che torna dal lavoro, manifestano la loro allegria con tutto il corpo; non sanno parlare, ma sanno riconoscere un volto, una persona che rappresenta tutta la loro sicurezza, la loro vita, la loro felicità.

Peccato che questo dono della presenza degli altri non lo valutiamo e non lo gustiamo abbastanza durante la nostra vita, se non in rari casi, come quando una persona ci viene a mancare perché se ne va a vivere lontano o perché muore.

Da alcuni mesi, qui in Abruzzo, stiamo vivendo sotto l'incubo del terremoto. Se c'è una cosa che ho imparato da quelle scosse (e spero di non dimenticarla troppo presto) è che pochi secondi mandano all'aria ciò per cui avevo pensato di vivere fino alle 3,32 del 6 aprile e hanno la capacità di mettermi di fronte a ciò che conta davvero, di infondermi la voglia e la forza di imparare l'alfabeto della vita che come incanto, sembra riemergere dalle sconfinata macerie dopo che per anni era stato sepolto in un vecchio libro impolverato e abbandonato in soffitta.

Quelle scosse mi hanno insegnato che non siamo felici perché non viviamo e non vivendo, sentiamo passare vicino a noi la meravigliosa corrente del mistero mentre rimaniamo inchiodati al disagio.

Esistere e vivere non è la stessa cosa. Decidiamoci a "vivere". Per noi e per gli altri. Anche perché, come diceva Tolstoj, la vita è felicità e se non c'è felicità, vuol dire che ci stiamo sbagliando.

Pasquale Iannamorelli

Tratto dalla rivista "Quale vita" Settembre 2009

L'emocromo

Iniziamo allora la disamina degli esami di laboratorio con l'**esame emocromocitometrico** (più comunemente noto col diminutivo **emocromo**) basato sul conteggio delle cellule del sangue: **globuli rossi**, **globuli bianchi** e **piastrine** nonché sul dosaggio dell'**emoglobina**, la molecola contenuta dentro i globuli rossi deputata allo scambio di ossigeno e di anidride carbonica dai polmoni ai tessuti del nostro organismo. Sui globuli rossi, detti anche **eritrociti** o **emazie**, abbiamo anticipato qualcosa parlando sulle generalità dell'anemia, entità patologica che bisogna sempre valutare attentamente per poter attuare, ove necessario, opportune e diversificate terapie.



I valori normali dei globuli rossi variano a seconda dell'età e del sesso, per cui possiamo dire che negli adulti maschi il conteggio oscilla fra i 4.500.000 e i 5.500.000 per millimetro cubico (mm³), nelle donne adulte è compreso fra i 4.000.000 e i 5.000.000 per mm³, mentre nei neonati, nei bambini, nei ragazzi i valori sono estremamente variabili poiché è chiaro che si tratta di organismi in evoluzione fisiologica ed entrano in gioco svariati fattori (alimentazione, attività motoria, equilibrio ormonale, rapporto età-peso corporeo, ecc.).

Mi preme sottolineare però che non basta la semplice quantificazione numerica dei globuli rossi per poter diagnosticare un eventuale stato anemico o una poliglobulia (condizione di eccessiva cellularità del sangue). È necessario dosare l'emoglobina per poter stabilire il giusto rapporto fra la quantità e la qualità dei globuli rossi.

I valori di emoglobina (**Hb**) nell'adulto sono: nell'uomo 13-16 gr. per decilitro e nella donna 12-15 gr. per decilitro.

Vengono utilizzati nella pratica di laboratorio alcuni

parametri, detti indici eritrocitari, che calcolano il rapporto fra il numero degli eritrociti ed il loro contenuto, cioè l'emoglobina. Questi indici sono indicati con delle sigle facilmente riscontrabili su ogni foglio di referto di esame emocromo ed il loro significato è questo:

MCV	VOLUME CORPUSCOLARE MEDIO DEI GLOBULI ROSSI	v.n. μ^3 80-100
MCH	CONTENUTO EMOGLOBINICO MEDIO NEI GLOBULI ROSSI	v.n. ng. 28-33
MCHC	CONTENUTO EMOGLOBINICO CORPUSCOLARE MEDIO IN CIASCUN GLOBULO	v.n. % 31-35

Tali indici, che vengono oggi eseguiti normalmente in ogni laboratorio mediante apparecchiature automatizzate, danno l'idea della grandezza e della "sostanza" del nostro patrimonio eritrocitario. Faccio alcuni esempi: se il numero dei globuli rossi di una persona è più basso dei valori normali e l'emoglobina è invece nella norma vuol dire che, pur essendo pochi, essi sono aumentati di volume e più concentrati in emoglobina, per questo vengono definiti *macroцитi*. Se, all'opposto, il numero degli eritrociti è normale o addirittura elevato (5-7 milioni od oltre per mm) e la quantità di emoglobina è bassa (10-11 gr. o meno per decilitro) vuol dire che essi sono piccoli per dimensione e volume e la quantità emoglobinica contenuta in essi è scarsa; in questo caso i globuli rossivengono definiti *microцитi*.

Qualora alla diminuzione del numero degli eritrociti corrisponde un abbassamento dell'emoglobina, i valori degli indici eritrocitari non subiscono grosse modificazioni e i globuli sono chiamati "*normociti*".

Da quanto esposto si può ottenere una ulteriore classificazione delle anemie così schematizzata:

VARIETA'	MCV	MCH	MCHC	NUMERO G.R.	Hb
An. macrocitica	> 100	> 33	> 35	Diminuito	Normale
An. normocitica	80 - 100	28 - 33	31 - 35	Diminuito	Diminuita
An. microcitica	< 85	< 28	< 31	Norm. o Aum.	Diminuita

La conferma di questi dati l'analista la può avere osservando al microscopio i globuli rossi, avendo cura di annotare nelle note morfologiche le loro caratteristiche. Ecco perché potete talvolta leggere le definizioni di microcitosi, macrocitosi, anisocitosi e poichilocitosi (cioè eritrociti che presentano dimensioni e forme diverse da quelle normali) oppure ipocromia, anisocromia (cellule poco o diversamente colorate).

Giovanni Ottaviano



AVIS

**Oggi
ho smesso
di pensare
solo a me stessa**

AVIS



 0932 654845

 info@unirg.it

 www.unirg.it

Perché da noi, a Ragusa
studiare è un... Bene

città patrimonio Unesco dell'Umanità

GIURISPRUDENZA · AGRARIA · LINGUE · SCIENZE POLITICHE

Sono aperte le iscrizioni per l'anno accademico 2009/2010

© 2009/10 - Medialive