

il donatore di sangue



Periodico a cura dell'AVIS COMUNALE di Como - Via Fornace, 1 - Registrazione Tribunale di Como n. 104 del 22-2-1960
Anno LV n°1 - 2018 Poste Italiane S.p.A. Sp. abb. post. - D.L. 353/2003 (Conv. in L.27/02/2004) art. 1 comma 2 DCB Como



RISTRUTTURATA LA SEDE AVIS DI COMO



La sede di via Fornace è tornata a risplendere. Questo, grazie ai lavori di rifacimento della soletta che divideva i locali in uso all'associazione dal tetto soprastante.

Un intervento importante sotto il profilo economico e atteso da tempo, che ha impegnato Avis Como nel finanziamento di un'opera fondamentale per garantire non solo la pulizia e il decoro della sede, ma anche per contenere il dispendio energetico dell'immobile.

Nel box sono riepilogati i costi sostenuti dalla nostra Avis per riqualificare lo stabile di proprietà. Un intervento che si inserisce nelle attività portate a termine con successo nel corso del 2017 e che saranno oggetto della relazione annuale che sarà presentata nel corso della prossima assemblea.

Un appuntamento, quello della riunione di tutti i soci, che si ripete di anno in anno, un momento di incontro e di scambio di idee dal quale fare sbocciare nuove proposte a sostegno di Avis Como durante il 2018 appena iniziato.



RIEL (elettricista)	16.854,00 euro
ELETTRO DI ELLE	291,09 euro
IVP (imbianchino)	10.370,00 euro
INDUSTRIA LEGNAMI	25.620,00 euro
EDILIENCO (muratore)	20.998,60 euro
GAMMA SERVICE (impresa di pulizia)	1.315,00 euro
ARCHITETTO CARMELO LEONE (Piano di Sicurezza)	3.824,70 euro

**SOSTIENI LE INIZIATIVE DI AVIS COMO. DESTINA ALLA TUA ASSOCIAZIONE IL 5 PER MILLE!
RICORDATI QUESTI NUMERI 95025840133**

RISPETTIAMO IL CALENDARIO DELLE DONAZIONI

L'appello era stato lanciato già lo scorso anno. Il nuovo sistema di raccolta del sangue, più rigido rispetto a quello precedente, richiede ai donatori di rispettare il calendario assegnato. Questo, purtroppo, non è avvenuto in passato e non avviene tuttora. Ogni anno, insomma, Avis Como è costretta a registrare un buon 20% di chiamate a vuoto, una mancanza che, vuoto per pieno, cuba -3000 donazioni annue che, invece di arrivare a chi necessita, finiscono per far segnare il segno meno alla voce sacche riempite in città.

Nonostante questa considerazione, però, il 2017 si è comunque chiuso positivamente per l'associazione del capoluogo che, con un 5% in più di donazioni rispetto all'anno precedente, garantisce il rispetto delle richieste alla stessa assegnate, senza particolari contraccolpi rispetto alle necessità del territorio, e non solo.

Vertici soddisfatti, dunque? Neanche per sogno, tant'è che anche per il 2018 il direttivo avisino ha in animo di mettere in campo diverse iniziative di sensibilizzazione volte ad allargare il parco dei donatori attivi. Per farlo, ovviamente, c'è bisogno di persone disposte a spendersi. Chiunque è bene accetto.

Andare nelle scuole, organizzare eventi pubblici, partecipare a iniziative di altre realtà volontaristiche sono attività che richiedono un pizzico di preparazione e il tempo necessario a svolgerle.

Avis è anche questo; Avis, però, è prima di tutto raccolta di sangue. Il rispetto del calendario è il primo segnale di rispetto non solo per chi gestisce il sodalizio, ma soprattutto per chi del nostro sangue ha bisogno. Non dimentichiamocelo. Nel caso non fosse materialmente possibile effettuare la donazione, ogni donatore è pregato di avvisare la segreteria per tempo. Questo, per consentire la sua sostituzione con un altro donatore.

DONAZIONI DI SANGUE E PERMESSI LAVORATIVI

Tutti i lavoratori subordinati che donano gratuitamente il sangue hanno diritto ad astenersi dal lavoro (in virtù di un permesso retribuito) per l'intera giornata lavorativa in cui effettuano la donazione, allo scopo di ripristinare le energie fisiche, percependo la normale retribuzione.

Il periodo di riposo ha una durata di 24 ore, che decorrono dal momento in cui il lavoratore si è assentato dal lavoro per l'operazione di prelievo o, in mancanza di tale riferimento, dal momento della donazione risultante dal certificato medico.

La retribuzione copre solo le ore di lavoro effettivamente non prestate.

I contributi previdenziali relativi ai giorni di assenza sono accreditati tramite contribuzione figurativa.

il donatore
di sangue



Il Donatore di sangue
Notiziario Periodico Trimestrale
a cura dell'Avis Como

Reg. Tribunale di Como n.104 del
22/02/1960

Direttore Responsabile: Alberto Gaffuri
Redazione: Elena Donegana, Marika Iannella, Massimiliano Porro, Simona Marelli

Tipografia: Ingraph s.r.l. - Seregno (MI)

Sommario

ORDINE DEL GIORNO ASSEMBLEA
ORDINARIA 2018

PAG. 3

TUTTO QUELLO CHE C'È DA SAPERE
SUI TATUAGGI

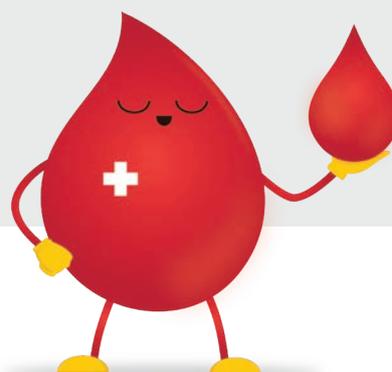
PAG. 4

LA PIOGGIA NON FERMA LA CAMMINATA
DI SANT'ABBONDIO

PAG. 5

AVIS COMO A RITMO DI ZUMBA

PAG. 6



ORDINE DEL GIORNO

ASSEMBLEA ORDINARIA 2018



1. Nomina dell'Ufficio di Presidenza.
2. Relazione del Segretario con funzioni di Commissione Verifica Poteri.
3. Relazione morale del Consiglio.
4. Relazione del Tesoriere e presentazione del bilancio consuntivo 2017.
5. Relazione del Direttore Sanitario.
6. Relazione del Revisore Legale.
7. Discussione sulle relazioni: morale, amministrativa, bilancio consuntivo 2017 e loro votazioni.
8. Ratifica bilancio preventivo 2018.
9. Nomina dei Delegati alle assemblee superiori.
10. Varie ed eventuali.

VENERDÌ 16 FEBBRAIO 2018
ore 23.00: prima convocazione

SABATO 17 FEBBRAIO 2018
ore 14.30: seconda convocazione

TUTTO QUELLO CHE C'E' DA SAPERE SUI TATUAGGI

Quanto è importante usare aghi sterili? Possono esserci reazioni all'inchiostro? E se si fanno a casa? Quali sono i rischi per la pelle? Sono tanti i possibili rischi da considerare se si pensa di fare un tatuaggio. Le risposte arrivano dalla Food and drug administration (Fda) che, sul suo sito, le ha enumerate e analizzate, fornendo consigli precisi.

Preoccuparsi dell'inchiostro e dell'uso di aghi non sterili è il primo suggerimento. Entrambi possono essere contaminati da batteri e muffe (presi al momento della produzione o nello studio del tatuatore). Una delle casistiche più frequenti è legata alla diluizione dell'inchiostro con acqua non sterile. Non c'è mai la garanzia, peraltro, che l'inchiostro sia sicuro al 100%, nemmeno in presenza di sigillo: la contaminazione può avvenire infatti in qualsiasi momento della produzione. Le analisi sugli inchiostri hanno rilevato la presenza di pigmenti usati nei toner delle stampanti, vernici di auto, metalli pesanti e sostanze potenzialmente tossiche per il corpo.

I kit venduti on-line per il tatuaggio "fai da te" possono causare infezioni o reazioni allergiche come eruzioni cutanee, rossore e rigonfiamenti. Nel caso di infezioni gravi, le conseguenze sono mesi di terapia con molti antibiotici. Se compaiono questi sintomi - consiglia l'Fda - è possibile che si abbia bisogno di antibiotici, ricovero in ospedale e chirurgia. La reazione allergica può essere invece scatenata da uno dei pigmenti, dai diluenti o da un contaminante. Poiché l'inchiostro è permanente, la reazione può durare. Cosa fare in questi casi? Contattare il proprio medico, e poi renderlo noto al tatuatore, che può identificare l'inchiostro usato e dare informazioni sulla marca, il lotto e il colore. Sugli effetti a lungo termine dei pigmenti non si hanno informazioni certe. Per quanto riguarda la rimozione del tatuaggio con il laser non si conoscono le conseguenze nel breve e lungo periodo, ma possono esserci delle cicatrici permanenti.

I tatuaggi cambiano la sudorazione della pelle

Stando a uno studio pubblicato su *Medicine & Science in Sports & Exercise*, i tatuaggi riuscirebbero a modificare la sudorazione della pelle nella zona interessata, rendendola meno abbondante e aumentandone la salinità. Il monito è rivolto soprattutto agli atleti che hanno gran parte del corpo tatuato.

Per realizzare i tatuaggi il colore è iniettato nel derma, strato della pelle dove ci sono le ghiandole sudoripare. Il corpo riconosce queste iniezioni di pigmento come anormali e il sistema immunitario manda diverse cellule sul sito dell'inchiostro. Alcune di queste portano via piccole quantità di inchiostro. Altre cellule immunitarie, invece, si fondono con l'inchiostro rimasto, rimanendo per lungo tempo in quella parte di pelle; altre ancora possono dare il via a una risposta infiammatoria, aiutando il tessuto danneggiato a ripararsi in poche settimane.

I ricercatori dell'Alma College del Michigan hanno studiato il

modo in cui la pelle tatuata suda. Su dieci volontari sani, giovani e di sesso maschile hanno messo a confronto la parte di pelle del busto tatuata con quella del lato opposto libera da disegni. In alcuni casi i tatuaggi erano recenti, in altri vecchi di 3-4 anni. Hanno applicato dei 'cerotti' con una sostanza che induce la sudorazione, poi aggiunto dischetti assorbenti per 20 minuti. Si è visto che dal lato del tatuaggio il sudore era molto meno, circa la metà rispetto alla pelle libera. Non solo. Anche la composizione era diversa: quello uscito dalla pelle tatuata conteneva circa il doppio di sodio. Lo studio sarà ora replicato su un gruppo più grande di volontari durante l'attività fisica.

LA RIMOZIONE DI UN TATOO

1) IL PROCESSO

La rimozione avviene con un laser la cui lunghezza d'onda varia in base al colore da rimuovere. Togliere un tatuaggio non è un processo breve: servono almeno 10-15 sedute, ciascuna delle quali a una distanza di almeno 2 mesi. Almeno un anno e mezzo quindi, durante il quale il tatuaggio si attenua a poco a poco. La rimozione è un lavoro di squadra: da una parte c'è il laser, dall'altra il nostro corpo. Il laser serve per frammentare il colore, dopodiché intervengono i macrofagi, una sorta di "cellule spazzino" che rimuovono a poco a poco le particelle. Questo è il motivo per cui devono passare almeno otto settimane tra una seduta e l'altra.

2) ATTENZIONE AL COLORE

Il nero è il colore più facile da cancellare; altre tonalità, soprattutto il giallo e il verde, possono creare problemi durante la rimozione. Invece di attenuarsi, infatti, rischiano di virare in altri colori. Occorre considerare la compattezza del colore: più è alta, più tempo servirà per riportare la pelle alla sua condizione originaria. Gli altri due parametri da valutare sono la dimensione e la parte del corpo interessata: un tatuaggio di pochi centimetri è più facilmente asportabile di uno più grande; uno sul tronco dà meno problemi di quelli su braccia e gambe, zone che possono essere soggette a problemi circolatori e che quindi vanno trattate con maggior cura.

3) LE CONSEGUENZE

Se il laser è usato nel modo corretto non dovrebbe rimanere alcuna cicatrice. Ci sono alcune conseguenze temporanee, come l'impossibilità di esporsi al sole durante il trattamento. Le sedute sono più numerose se riguarda un fumatore: il fumo ha un effetto immunodepressivo sulle cellule del nostro corpo coinvolte nell'operazione e, dunque, rallenta il processo di rimozione.

LA PIOGGIA NON FERMA LA CAMMINATA DI SANT'ABBONDIO



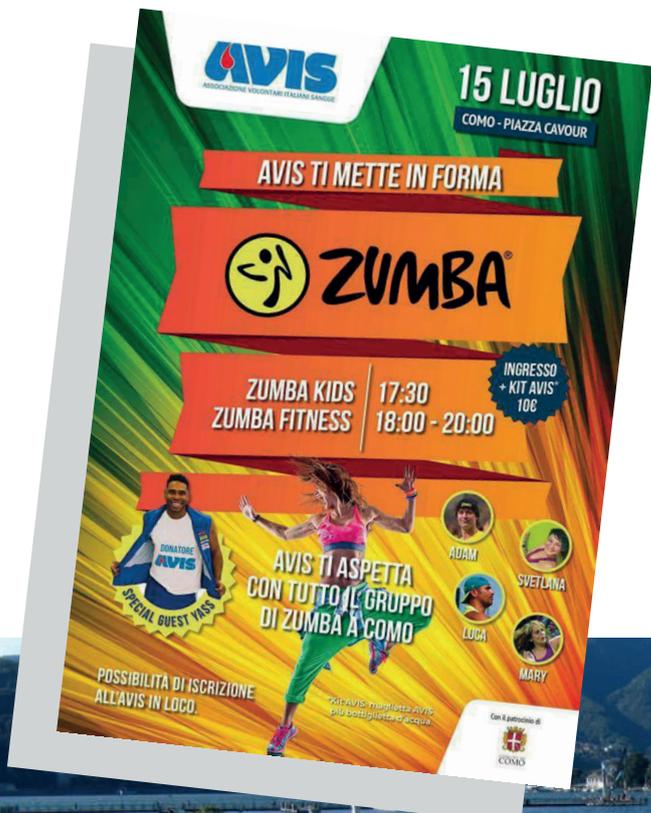
L'edizione 2017 della Camminata di Sant'Abbondio non è stata granché fortunata. Il maltempo, infatti, ha creato più di un problema ai partecipanti, tant'è che i pettorali effettivamente partiti lo scorso 9 settembre sono stati soltanto 150, molti meno rispetto ai 250 registrati nel 2016.

La pioggia, ovviamente, ha avuto il suo peso. Inutile dire che una manifestazione podistica, qualunque essa sia, abbisogna del sole, o comunque di un clima clemente, per ottenere i massimi risultati in tema di partecipazione. Così, purtroppo, non è stato e, dunque, Avis Como, che pur aveva preparato l'evento sportivo nei minimi dettagli, è stata costretta ad "accontentarsi" del magro successo raccolto.



Poco male, però. Lo spirito di amicizia e solidarietà non è mancato; conseguentemente, l'associazione sta già pensando alla prossima estate, quando – meteo permettendo – la camminata sarà riproposta. Non resta, insomma, che attendere la data ufficiale. I camminatori Avis sono avvisati per tempo.

AVIS COMO A RITMO DI ZUMBA



L'obiettivo non era certamente quello di associare nuovi donatori seduta stante. Fortunatamente, però, l'idea di animare per una sera piazza Cavour, il salotto di Como, aggiungendo qua e là gadget e simboli Avis, è servita – o, almeno, si spera – per incuriosire i molti che, quel giorno, transitavano dal lungolago della città. Lo scorso 15 luglio, Avis Como è stata protagonista di una serata in centro città. La scelta è caduta su una proposta, appunto una maratona all'insegna dello Zumba, che ha raccolto decine di appassionati. Molti i curiosi che si sono approcciati con il passare del tempo, a dimostrazione che quando Avis mette in campo qualcosa, le risposte non tardano ad arrivare. L'imperativo è quello di andare avanti, provando ad avvicinare quante più persone possibile per invertire il trend negativo di donatori attivi registrato nel corso del 2017. Un impegno serio quello che si prefigge l'associazione.



CALENDARIO AVIS UGGIATE TREVANO

18 MARZO: Sagra di San Giuseppe a Uggiate Trevano: organizzazione parcheggio auto e gazebo con materiale informativo e promozionale in centro paese;

15 APRILE: Premiazioni avisini al centro polifunzionale di Gironico (Colverde) con pranzo sociale;

27 MAGGIO: Passeggiata nei boschi e grigliata avisina al Parco Solare di Drezzo (Colverde);

LUGLIO: Gazebo con materiale informativo e promozionale a Uggiate Trevano in occasione della manifestazione "Un euro per un sorriso".





LE PROMOZIONI DI AVIS BRUNATE PER IL 2018

In occasione dell'assegnazione di borse di studio da parte del Comune di Brunate, il gruppo Avis del paese parteciperà all'evento ufficiale omaggiando i vincitori di un oggetto recante il logo dell'associazione che possa essere d'utilità. Un piccolo pensiero (una penna, una lampada o qualcosa di simile), con l'idea di lasciare ai premiati un oggetto utile quotidianamente che possa ricordar loro il valore della donazione del sangue.

Da questa iniziativa l'associazione ha sempre avuto un riscontro positivo, raccogliendo nuove iscrizioni.



IL 2018 DELL'AVIS DI GRANDATE

Per il nuovo anno l'Avis di Grandate ha in programma tre diverse iniziative.

La prima, nel mese di gennaio. In ricordo di tutti gli avisini defunti sarà celebrata una santa messa.

A ottobre l'associazione parteciperà alla 23° edizione della

Giornata dedicata a tutti i ragazzi dei centri socio-assistenziali Ancora, Mosaico e Alveare.

Infine, a novembre, si svolgerà l'incontro con gli studenti delle scuole medie del paese per informare sull'associazione e promuovere l'alto valore del dono del sangue.

Anagrafe



NASCITE

Auguri di buona vita a tutte le famiglie dei neonati:

ELENA, figlia del donatore Simone Sosio e di Michela

LIVIA, figlia dei donatori Simona Ticconi e Nicholas Noseda

ANASTASIA, figlia del donatore Carlo Poletti

FEDERICO GUGLIELMO, figlio dei donatori Sabrina Fascendini e Alessio Cernichiaro

CHIARA, figlia della donatrice Maria Fossati e di Andrea Barbieri

ARIANNA, figlia della donatrice Elisa Bortolotto

GIORGIA, figlia dei donatori Paola Sosio e Paolo Ferrario

NOEMI, figlia dei donatori Alice Cavallasca e Fabrizio Frontera



MATRIMONI

Donatori **GIULIA CAMMARATA** e **RICCARDO LEONI** - 14/10/17



DECESSI

L'Avis Comunale si stringe attorno ai familiari per la scomparsa di:

ARMIDA PATELLI, ex donatrice

NICOLETTA SALA SENECA, mamma dei donatori Matteo e Stefano Seneca

FILIPPO CURCIO, papà del donatore Enrico Curcio

ALDA GRISONI, ex donatrice

MASSIMO CARONTI, ex donatore

CRISTINA SARTO, sorella dell'ex presidente Avis Provinciale Valentino Sarto

PAOLO MARCHESI, donatore

FRANCESCO LIVIO, papà della donatrice Martina Livio

AUGUSTA AIANI, mamma della donatrice Margherita Marelli

LUIGI PALETTA, ex donatore e volontario al centro trasfusionale del Sant'Anna