

# La newsletter



**FIDAS**  
MILANO

**ASSOCIAZIONE  
DONATORI  
SANGUE ONLUS**

**Sezione di Peschiera  
Borromeo.  
Maggio 2017.  
Anno 2, Numero 2.**

Editoriale di Giorgio Gazzaniga  
Presidente della Sezione  
di Peschiera Borromeo.

## **Donare sangue? "Un gesto da paura"**

Parola di oggi, **belenofobia**. Quanti di voi sanno indicarci di cosa si tratta? Eppure parliamo di una fobia o disordine abbastanza comune di cui soffre il 10% della popolazione mondiale: la paura degli aghi. C'è chi scappa, chi sviene, chi inizia a sudare senza controllo, chi soffre di nausea, chi impallidisce e chi purtroppo decide di non donare  
**continua a pagina 2**



*Nella sala Consigliare del Comune di Rozzano, la foto di gruppo di alcuni dei premiati.*

## **Assemblea annuale di Fidas**

*Quest'anno l'assemblea annuale si è svolta a Rozzano, il 19 marzo, nella sala consiliare. **Antino Carnevali**, Presidente della Fidas Milano, dopo aver dato lettura della relazione per l'anno 2016 ha chiesto un minuto di raccoglimento per i soci deceduti.*

*La Fidas è costantemente impegnata a promuovere la propaganda nelle scuole con progetti mirati come "Un mare di gocce". I risultati degli ultimi tre anni sono buoni e i donatori sono crescenti ma non il numero delle stesse.*

**Continua in 3° pagina**

*Giorgio Gazzaniga,  
Presidente della locale  
sezione Fidas.*



proprio a causa di questa paura. A questa fobia si associano l'emofobia (paura del sangue) e la traumatofobia (paura delle ferite).

Ma perché si sviene di fronte a una siringa? "In questi soggetti si attiva una risposta fisiologica che, dopo un'accelerazione iniziale della frequenza cardiaca e un aumento della pressione alla vista dell'ago, porta a una brusca decelerazione del battito e a un crollo pressorio, con successivo svenimento".

Una reazione "incontrollabile, che rischia di influenzare la vita delle persone.

Persone terrorizzate all'idea di fare una puntura, temono il dolore, alcune hanno paura della dimensione dell'ago e svicolano davanti al controllo dal dentista o svengono alla vista dell'ago. Ma anche future mamme che rinunciano all'epidurale sobbarcandosi la sofferenza del parto naturale pur di evitare l'iniezione antidolore, o rimandano le analisi del sangue.

"Sono circa 6 milioni gli italiani con belonefobia, ovvero la paura degli aghi.

In realtà, oggettivamente parlando, **non ci sarebbe alcun motivo di temere**. Circolano decine di leggende metropolitane sulle dimensioni dell'ago che, in realtà, **non è affatto grande come si pensa**. Anche il dolore percepito non può essere

così definito in quanto, al massimo, si tratta di **un piccolo fastidio**

E non dimentichiamoci che **l'intera procedura non dura che qualche minuto**.

Naturalmente, essendo una "fobia", queste spiegazioni razionali non servono molto. E allora come fare?

Vediamo come aiutarvi a superare questa paura infondata, **vi consigliamo di seguire alcuni semplici passi**:

- Condividi la tua paura. Parlane con gli infermieri, sapranno rassicurarti.
- Se ti impressioni cerca di non guardare.
- Fatti accompagnare da un amico, magari qualcuno che ha già donato.
- Tieni sempre a mente che non proverai dolore e che tutto avverrà in pochi minuti.
- Se ti fa sentire meglio, usa le cuffiette e ascolta delle canzoni che ti piacciono.
- Ricordati che stai facendo qualcosa di fondamentale, pensa a chi soffre e all'aiuto che stai dando. Tutto verrà ridimensionato.
- Almeno la prima volta, imponiti di volerlo fare. Fatti guidare dalla voglia di fare qualcosa di buono.

La seconda volta la tua paura sarà decisamente ridotta

**Giorgio Gazzaniga**

Il messaggio di Carnevali è stato chiarissimo: ***“Bisogna proseguire con determinazione e costanza e in modo particolare rivolgendosi ai giovani, ma anche grazie a tutti coloro che lavorano per l’associazione”***

In seguito **Elio Mucciante** ha dato lettura del bilancio, che è stato approvato all’unanimità.

A nessuno dei presenti in sala, sfugge che tra gli ospiti c’è il **Presidente della Fidas nazionale, Ozino Calligaris** una vera sorpresa. Una presenza non casuale vista la festa del donatore che si sarebbe svolta proprio a Milano il 30 aprile.

Presente anche **Franco Ornano, assessore alle politiche sociali di Peschiera Borromeo**, che porta i saluti del sindaco Caterina Molinari. Le sue parole:

***“L’Amministrazione di Peschiera vuole essere presente, vicino alla Fidas per aiutarla e promuovere la donazione, specialmente iniziando dai più i giovani”***.

La signora **Molteni Presidente del gruppo del Fatebenefratelli** esprime giudizi negativi sulla donazione differita, auspicando per i prossimi anni che anche per il suo gruppo si possano raggiungere risultati migliori

**Massimo Gatti ex consigliere provinciale** che si sofferma sul raduno del 30 aprile a Milano.

E’ una data importante, tra due eventi molto significativi.

Tra il 25 aprile ed primo maggio, tra la festa di liberazione e la festa del lavoro. Il suo invito: ***“Bisogna che questa manifestazione sia pubblicizzata al massimo e le amministrazioni debbono fare la loro parte fino in fondo”***.

Prende, inseguito, la parola **Imerio Brena Presidente di Fidas Lombardia**.

***“Famiglia, Responsabilità ed Istituzioni. Questi gli ingredienti indispensabili su cui investire sul futuro”***

Parla del congresso che vede sia Bergamo che Milano molto impegnati nell’organizzazione dell’evento. ***“Tutto è pronto un grazie va ai donatori che sempre nel silenzio stanno lavorando al meglio per far conoscere al paese quanto di buono sapranno organizzare. Questo congresso è il sogno fermamente voluto dal compianto presidente Lombardi”***.

**Ultimo ma non per importanza il Presidente Ozino**. ***Con grande chiarezza risponde a tutti i quesiti proposti dagli invitati.***

***Ci dà spunti di grande riflessione, chiedendo un maggiore impegno per gli immigrati, per le donne non più giovanissime che andrebbero seguite maggiormente.***

***Ci ricorda che ogni giorno c’è bisogno di 8300 trasfusioni e che il futuro ci riserva una maggiore programmazione delle donazioni***

Grazie donatori che proprio in questi difficili momenti dimostrano essere membri di una grande famiglia, esempi positivi e responsabili

A conclusione vengono consegnate le benemerenze per l’anno sociale 2016

**Salvatore Di Tucci**

## Intervista alla più giovane donatrice di Peschiera

Timis Simona è una solare ragazza di Peschiera Borromeo, compirà 22 anni il prossimo giugno ed è la più giovane donatrice della nostra sezione.

### **Simona, raccontaci un po' di te.**

Sono nata in Romania e vivo a Peschiera dal 2014. Sono sposata e lavoro.

### **Come hai deciso di diventare donatrice?**

E' stata una scelta naturale. Durante la scorsa estate ho perso sangue dal naso ed ho pensato: "evidentemente ne ho tanto che mi avanza". E così ho pensato che potevo donarlo a chi ne aveva poco o aveva dei problemi.

### **Come ti sei sentita dopo la prima donazione?**

Bene. Non ho avuto nessun problema. Sto benissimo anche adesso.

### **Quale messaggio vorresti lanciare ai tuoi coetanei?**

Secondo me tutti i giovani dovrebbero donare sangue almeno una volta. Lo dovrebbero fare almeno per prova. Sono sicura che non avrebbero nessun problema. La donazione non crea problemi e poi fai qualcosa di buono per gli altri.

### **Hai intenzione di continuare a donare?**

Sì, lo farò ancora. Non ho potuto donare alla scorsa raccolta straordinaria perché avevo preso degli antibiotici per un mal di gola.

### **Che progetti hai per la tua vita?**

Vorrei trovare un lavoro più stabile, potermi comprare una casa e avere figli. Mi trovo molto bene a Peschiera Borromeo e voglio continuare a vivere qui. Non mi interessa diventare ricca, vorrei solo un lavoro più regolare, vorrei una vita tranquilla e serena con la mia famiglia.

A Simona il nostro augurio di realizzare tutti i suoi desideri. Ma proprio tutti! Questa testimonianza, semplice e vera, è molto bella.

In bocca al lupo alla nostra giovane donatrice e alla prossima donazione.

**Giuseppe Iosa**

*Simona, fuori  
dalla nostra  
sede*



*Resta aggiornato, visita il sito*

***[www.fidaspeschiera.weebly.com](http://www.fidaspeschiera.weebly.com)***

La sezione Fidas di Peschiera Borromeo dialoga continuamente con i suoi donatori e sostenitori **attraverso il proprio sito**.

Salvalo tra i preferiti e visitalo regolarmente. **Troverai informazioni, foto e appuntamenti riferiti sia alle tematiche nazionali sia a quelle locali.**

E' uno strumento indispensabile per essere aggiornati sul tema della donazione.

Continua la collaborazione con la nostra Newsletter della **dott.ssa Nicla Tavano, medico presso il Servizio Trasfusionale e Immunoematologia dell' ospedale Predabissi di Vizzolo.**

**Il plasma costituisce la componente liquida del sangue** ed è formato per oltre il 90 % da acqua e per il resto da sali, proteine, zuccheri, grassi. Le proteine plasmatiche in particolare hanno un ruolo fondamentale in molti sistemi biologici come la coagulazione del sangue e la difesa immunitaria.

Il plasma viene ottenuto nel processo di raccolta dal donatore tramite due metodiche:

- frazionamento del sangue intero prelevato al donatore in sacca multipla ( 450 ml di sangue intero permettono di ottenere 200 ml di plasma)
- procedure di plasmaferesi produttiva ( donazione del solo plasma mediante separatore cellulare che permette di ottenere 600 ml di plasma)

Le donazioni di plasma in Italia sono volontarie, periodiche, responsabili, anonime e gratuite.

Il plasma raccolto viene utilizzato in due modi:

- **in parte viene conservato in congelatori situati presso le strutture trasfusionali ed utilizzato** ( dopo opportuno scongelamento) **per la trasfusione in pazienti che presentano emorragia in corso o grave rischio emorragico** e che hanno necessità di correggere un deficit della coagulazione
- **in parte viene inviato in forma congelata al frazionamento industriale per la produzione di prodotti plasmaderivati** ( in particolare albumina, fattori della coagulazione, immunoglobuline), che poi vengono resi disponibili per pazienti affetti da carenze congenite delle singole proteine plasmatiche ( come l' emofilia o l' immunodeficienza) permettendo loro non solo di sopravvivere ma anche di migliorare la qualità di vita.

**Continua a pagina 8**



Nella foto le segretarie  
del centro trasfusionale.  
Da sinistra: **Laddaga  
Vittoria, Ferrari Fausta,  
Troise Carmela**



Nella foto a destra, una  
sacca di plasma

E' in atto in Italia un piano avente come obiettivo il raggiungimento della autosufficienza regionale e nazionale di plasma e plasmaderivati, ottenibile attraverso l' aumento delle procedure di plasmaferesi produttiva.

La PLASMAFERESI PRODUTTIVA permette di raccogliere 600 ml di plasma mediante separatori cellulari (dotati di filtro o di centrifuga ) sui quali vengono montati dei circuiti monouso, ovvero dei sistemi assolutamente chiusi dove viene fatto passare il sangue prelevato che viene così separato.

Il plasma ottenuto viene raccolto in una apposita sacca, il resto del sangue viene reinfuso al donatore.

La via di prelievo-reinfusione è unica, è previsto un solo accesso venoso.

**La procedura, che avviene in sterilità e non comporta particolari rischi per il donatore**, ha una durata di circa 40 minuti; tale tempo può essere impiegato dal donatore per rilassarsi, leggere o discorrere amabilmente col medico trasfusionista di turno.

**Essendo il plasma formato per la massima parte da acqua, il donatore recupera la quantità donata nel giro di poche ore** , pertanto la legge consente fino a 20 donazioni di plasma all' anno.

Criteri di selezione specifici per la plasmaferesi sono:

- valori di emoglobina non inferiori a 11,5 g/dl nelle femmine, non inferiori a 12,5 g/dl nei maschi
- valori di proteine nel sangue non inferiore a 6 g/dl e quadro proteico non alterato
- accessi venosi adatti ( vene ben accessibili e di buon calibro)

**L' intervallo tra una donazione di plasma e una successiva donazione di plasma o di sangue intero deve essere di almeno 14 giorni.**

Presso la nostra Sezione Trasfusionale la plasmaferesi viene effettuata dal lunedì al venerdì su appuntamento; gli appuntamenti vengono gestiti direttamente dalla segreteria ( tel. 02-98052427) .

**Dott.ssa Nicla Tavano**



*Giancarlo Prada, a destra,  
con il Presidente di Fidas  
Milano, Antino Carnevali.*



**Giancarlo è un donatore Fidas e membro del direttivo. Il 19 marzo è stato premiato in occasione dell'assemblea annuale.**

### **Di sotto una sua riflessione**

La mia prima donazione risale al 1997 , nello stesso anno mi sono sposato e accompagnando mia moglie, all'ospedale San Raffaele per alcuni esami di routine, ho notato un manifesto affisso che chiamava a raccolta i donatori di sangue.

E' stato come un colpo di fulmine e da allora non ho mai smesso di donare , spero di poter continuare per molto altro tempo ancora .

Donando sangue, di cui si ha sempre bisogno, si regala una parte di noi stessi , occupando pochi minuti del proprio tempo ,in completo anonimato.

Devo anche dire, che sono rimasto sorpreso nel ricevere un encomio , per un gesto che trovo, se posso usare il termine, **normale** .

**Giancarlo Prada**

*Milano, domenica 30 aprile 2017*  
**36° Giornata Nazionale del donatore**

**Una festa di popolo,  
una giornata all'insegna della donazione di sangue.**

Erano più di settemila i donatori arrivati da tutta Italia per la giornata Nazionale del donatore a conclusione del 56° Congresso Nazionale di Fidas che si è svolto a Bergamo nelle giornate del 28 e 29 aprile.

Tutte le regioni presenti a dimostrazione che Fidas è presente capillarmente in tutto il territorio nazionale.

A Milano, Peschiera Borromeo, Paullo e Rozzano il compito di fare da padroni di casa organizzando il servizio di accoglienza.

La prima parte della cerimonia si è svolta ai Giardini Montanelli di Porta Venezia dove si sono riuniti i moltissimi donatori. In seguito la Messa all'aperto e poi il corteo con i labari, gonfaloni, bandiere, sbandieratori e striscioni delle tante federate. Un arcobaleno di colori, dialetti, età e storie accumulate dal medesimo impegno in Fidas.

Per Peschiera Borromeo erano presenti anche l'assessore alle associazioni **Franco Ornano** e il consigliere comunale **Raffaele Vailati**, ma anche i Sindaci di Paullo e Rozzano.

Per il Comune di Milano l'assessore ai servizi sociali Majorino : “ **Solidarietà e responsabilità. La solidarietà crea una società più solida** ” , con queste parole ha correttamente evidenziato l'attività di Fidas.

Il prossimo appuntamento a Napoli nel 2018.

Sul nostro sito <http://fidaspeschiera.weebly.com/> , tutte le foto dell'evento.

**Giuseppe Iosa**



*Alcuni componenti la delegazione di Peschiera e della Lombardia, con il Presidente Nazionale.*



***In Italia trasfusioni sicure.***

***Nessuna infezione da HIV e epatiti da 10 anni.***

Da oltre dieci anni **non ci sono segnalazioni di infezioni da HIV ed epatite a seguito di trasfusione**. Lo ricorda il Centro Nazionale Sangue, organo tecnico del Ministero della Salute e Autorità Competente con funzioni di coordinamento e controllo tecnico-scientifico del sistema trasfusionale nazionale. **Tale livello di sicurezza è garantito da un sistema basato sulla donazione volontaria, periodica, anonima, responsabile e non remunerata, dall'utilizzo per la qualificazione biologica di test di laboratorio altamente sensibili e da un'accurata selezione medica dei donatori di sangue**, volta a escludere i soggetti che per ragioni cliniche o comportamentali sono a rischio.

“In virtù dei suddetti interventi, il rischio residuo di contrarre un'infezione a seguito di una trasfusione di sangue è prossimo allo zero, come ampiamente dimostrato dal sistema di sorveglianza nazionale coordinato dal Centro Nazionale Sangue – afferma Giancarlo Maria Liunbruno, Direttore generale del Centro.

**Fonte: Fidas Nazionale—Centro Nazionale Sangue**



Nelle giornate del 8,9 e 10 aprile si è tenuta la raccolta straordinaria di sangue in collaborazione con dell'Ospedale San Raffaele. Queste giornate sono pensate per avvicinare nuovi donatori o dare la possibilità di donare a coloro che non possono durante la settimana. Siamo soddisfatti per l'esito delle giornate. **Ma c'è ancora moltissimo da fare. Il sangue non si fabbrica** e c'è bisogno di costanti donazioni per soddisfare le necessità legate a trapianti, operazione, fabbricazione di farmaci emoderivati, cura dei malati con patologie ematiche.

*Vi aspettiamo il 21,22 e 23 ottobre, ma nel frattempo passate la domenica presso la nostra sede per avere tutte le informazioni per diventare donatori.*

**Giuseppe Iosa**





*Nelle foto, alcuni momenti della giornata.*

## RIEPILOGO RACCOLTA STRAORDINARIA DI SANGUE DEL 8-9-10 APRILE 2017

✓ PRESENTAZIONI (14 F – 23 M)	N.	37
✓ TOTALI DONAZIONI EFFETTUATE (6 F – 13 M)	N.	19
✓ NUOVE ADESIONI DONANTI	N.	11
✓ DONAZIONI FIDAS	N.	8
✓ NUOVE ADESIONI ASPIRANTI DONATORI	N.	6





**Pubblichiamo la seconda e ultima parte della intervista a**

**Don Antonio Mastri.**

**La prima parte è stata pubblicata sul precedente numero della Newsletter.**

*Don Antonio con alcuni donatori della locale sezione*

### **Qual è l'augurio che fa' a ciascuno dei donatori di Fidas?**

Dalla mia esperienza vorrei che nascesse, soprattutto tra la nostra gioventù, il numero di nuovi convinti donatori. E' questo il mio vivissimo augurio!

Da prete ritengo che, chissà quale grande ricompensa il Signore Gesù riserva ai donatori che offrono sangue per chi ne ha bisogno dal momento che Egli ha promesso la ricompensa a chi offre da bere anche un solo bicchiere di acqua fresca (Mt 10,42)!

Queste mie parole, mi auguro servano per dire con tutto il cuore infinite grazie al Signore che ha ispirato tante encomiabili persone, i donatori-volontari, che si rendono disponibili a donare il sangue. Ma ancor prima che siate sostenuti e illuminati per l'alto ideale della vostra associazione attenta a sensibilizzare, sollecitare tutta la nostra Comunità civile affinché cresca il numero dei donatori viste anche le sempre maggiori necessità e richieste,.

**Testimonianza raccolta da Salvatore Di Tucci**

**Gianmario è un nostro storico donatore (ben 100 donazioni effettuate) ed ama scrivere poesie. Con molto piacere ne pubblichiamo una.**

**E' un invito ai neo 18° a diventare donatori e pensare che ogni nostra scelta di vita ha sempre ripercussioni sul prossimo.**

**Un grazie a Gianmario.**

*Essere arrivati a 100, essere arrivati ad un traguardo importante.*

*La posta in gioco è sempre alta e tutto quello, che io ho potuto dare fino ad ora è sempre stato molto generoso.*

*Ogni goccia che ho dato non ha prezzo. Ogni volta che riesco a donare è felicità ed ogni vita che rinasce è un piacere immenso.*

*Mi rivolgo anche a te, che quest'anno arrivi a maggiore età e mi sento di dirti: di strade ce ne sono tante ma tu, volendo puoi prendere la mia strada e di sicuro, non ti perdi perché ti porta dritto alla meta.*

*Allora che aspetti? tira fuori tutto l'orgoglio, fai vedere che anche le tue gocce sono preziose.*

*A te non costa nulla, figurati per chi lo riceve.*

**Gianmario Locatelli**



Destinare il 5x1000 è il modo più semplice per aiutarci. E' una possibilità prevista dalla legge finanziaria per aiutare il volontariato.

Destinare il 5x1000 NON SIGNIFICA PAGARE PIU' TASSE; lo stato versa alle associazioni di volontariato il 5x1000 delle tasse già pagate.

Nella tua dichiarazione dei redditi, nel riquadro "Sostegno del Volontariato, delle organizzazioni non lucrative di utilità sociale, delle associazioni di promozione sociale, delle associazioni e fondazioni, indica il nostro codice fiscale: **04220540159**



0255301799 - 3479745675



3472297506



FIDAS Peschiera Borromeo



peschieraborromeo@fidas-milano.it

**web:** <http://fidaspeschiera.weebly.com/>

Piazza Paolo VI—Bettola

Edificio Polifunzionale

Tutte le domeniche dalle 10 alle 12



FIDAS - Donatori di  
sangue

Sezione di Peschiera  
Borromeo

*"La Newsletter"*  
Pubblicazione non  
periodica

Redazione: Il Direttivo  
Grafica : Giuseppe Iosa

Giornale chiuso il:  
01/05/2017