

## IN VENA DI SOLIDARIETÀ

### Avis comunale rinnova il Consiglio

Il prossimo 25 febbraio l'Avis comunale di Bergamo, guidata da Roberto Guerini, rinnoverà il Consiglio. Gli eletti rimarranno in carica per il quadriennio 2017-2020. Con quasi 3.200 donatori e oltre 6.000 unità di sangue e plasma raccolte nel 2016, l'Avis cittadina sta raccogliendo i frutti di una promozione capillare sul territorio.



L'appuntamento con l'assemblea elettiva avrà inizio alle 14,30 presso la sede del Monterosso. Durante l'incontro saranno illustrati il bilancio consuntivo e i dati sanitari relativi allo scorso anno.

L'assemblea dell'Avis comunale di Bergamo

### Gruppo Giovani Domenica la ciaspolata

Appuntamento a domenica (12 febbraio) con la tradizionale ciaspolata del gruppo di Avis Giovani, coordinato da Michele Gotti. La meta di quest'anno per i donatori dai 18 ai 35 anni e i loro amici è Piazzatorre. Il programma prevede la partenza alle 8 al piazzale Malpensata di Bergamo o alle 8,45 dal piazzale dei pullman a Zo-

gno. Alle 9,30 incontro con le guide Cai e alle 11 arrivo con le ciaspole al rifugio Gremai, pranzo e a seguire pomeriggio libero. Alle 15,30 il rientro.

Intanto continuano le attività del gruppo Avis Giovani, che nell'arco dell'ultimo anno ha promosso riunioni itineranti nelle zone in cui si articola l'Avis provinciale e ha realizzato eventi per diffondere in maniera sempre più capillare l'importanza della donazione del sangue e coinvolgere nuovi volontari. Info: [www.facebook.com/AvisGiovaniProvincialeBergamo](http://www.facebook.com/AvisGiovaniProvincialeBergamo).



La ciaspolata 2016 del gruppo di Avis Giovani

# LA PREVENZIONE INIZIA A TAVOLA

## Tumore alla prostata: da maggio un servizio specifico per i donatori Soia, cavolfiore, verza proteggono. Rischi da carne, grassi, zuccheri

Un programma di prevenzione che consenta diagnosi più precoci e quindi terapie più efficaci, nel campo del cancro della prostata, è indispensabile per garantire un aumento della sopravvivenza dei pazienti. Dal prossimo maggio Avis provinciale Bergamo attiverà per i donatori uno specifico servizio. Sarà garantito da due specialisti del settore, Alessandro Piccinelli e Riccardo Galli, che visiteranno su appuntamento gli avisini.

I dati di questa patologia, infatti, non sono confortanti: è il tumore maligno più frequente tra i maschi europei e, se l'81% dei pazienti ha più di 65 anni, la diagnosi è sempre più frequente a partire dai 45 anni.

«È una malattia subdola – spiegano i due urologi – perché i segni e i sintomi si manifestano solo tardivamente, quando ormai la neoplasia è potuta crescere indisturbata, estendendosi talvolta oltre i confini dell'organo, ai linfonodi, alle ossa e ai polmoni. Le terapie, chirurgia, radioterapia, farmaci, sono molto efficaci se intraprese precocemente, quando il tumore è ancora contenuto all'interno della prostata».

«Diventa fondamentale diagnosticare la neoplasia in uno stadio iniziale. La prevenzione secondaria avviata con Avis – spiega Alessandro Piccinelli – va in questa direzione. La visita, della durata di pochi minuti, prevede, oltre che un'anamnesi specifica, la palpazione della prostata, per evidenziare eventuali aree sospette per neoplasia». Una particolare attenzione sarà dedicata ai pazienti con familiarità diretta per questo tumore, cioè con il padre o il fratello che ne sono stati colpiti. Nel caso l'urologo ritenesse di valutare il valore del Psa consegnerà al donatore una richiesta da sottoporre al medico di famiglia.

**Malattia subdola: fondamentale diagnosticare la neoplasia in uno stadio iniziale**



I due specialisti, Riccardo Galli e Alessandro Piccinelli, che visiteranno su appuntamento gli avisini

A proposito di Psa i due specialisti provano a fare chiarezza sull'antigene prostatico specifico, dosato nel sangue con un semplice prelievo. «Non si tratta di un marcatore cancro specifico», prosegue Riccardo Galli: «Il Psa può segnalare la presenza di un tumore, ma si può innalzare anche per varie malattie prostatiche non tumorali, come le infiammazioni prostatiche o l'ingrossamento benigno». Pertanto ogni variazione dell'antigene dev'essere valutata dallo specialista urologo che, dopo aver visitato il paziente, decide se considerare il sospetto della presenza di un tumore. «Si raccomanda – conclude Galli – di sottoporsi a prelievo per il dosaggio del Psa ai 50 anni in assenza di familiarità, a 45 in caso di familiarità positiva. L'urologo consiglierà i tempi dei dosaggi successivi, dopo aver completato la valutazione del paziente nel corso della visita».

Senza dimenticare che esiste anche una prevenzione primaria: alcuni alimenti, come soia, cavolfiore e verza, assumono un ruolo protettivo, mentre carne, grassi, zuccheri, il fumo di tabacco e la vita sedentaria aumentano la probabilità di contrarre la malattia.

Oscar Bianchi: «Promessa mantenuta»

### Visite per gli uomini tra i 50 e i 65 anni

Aumentano i servizi del Poliambulatorio Avis avviato in autunno per i donatori di sangue. Dopo le prestazioni cardiologiche, ecografiche e senologiche, da maggio sarà attivo anche il servizio di urologia. Anche in questo caso si tratta di un'esperienza pilota in Italia. Il poliambulatorio, realizzato nei locali del centro del Monterosso, ha ottenuto le specifiche autorizzazioni all'esercizio dell'attività sanitaria dall'Ats ed è diretto da Barbara Giussani, responsabile sanitaria delle unità di raccolta di Avis sul territorio provinciale. «Si è trattato di un notevole impegno – spiega il presidente di Avis provinciale Bergamo, Oscar Bianchi – ma l'avevo promesso ai donatori. La tutela della loro salute è il nostro obiettivo prioritario. E anche un modo per ringraziarli del loro generosissimo gesto». Le prestazioni sono offerte, infatti, in regime gratuito. Per quanto riguarda la visita urologica il servizio è mirato alla prevenzio-



Oscar Bianchi, presidente Avis

ne per le neoplasie della prostata. I donatori potranno accedere alla visita urologica su appuntamento e dovranno avere tra 50 e 65 anni e non aver mai effettuato una visita urologica, oppure rientrare nella fascia di età tra i 45 e i 50 anni, ma in quest'ultimo caso saranno visitabili solo quei pazienti con casi in famiglia di neoplasie della prostate.

## BLOCK NOTES

### Giovedì un incontro con gli specialisti

#### Il nuovo servizio

Si terrà giovedì 16 febbraio, alle 20,45, nella sede Avis del Monterosso, la serata informativa curata dagli specialisti Alessandro Piccinelli e Riccardo Galli e dedicata al personale dell'associazione e ai presidenti delle 160 sezioni comunali, per illustrare il nuovo servizio di prevenzione per le neoplasie della prostata, che sarà attivato a maggio. Per partecipare all'incontro è necessario iscriversi on line attraverso il sito [www.avisbergamo.it](http://www.avisbergamo.it). Ulteriori dettagli per servizio, modalità e tempistiche per l'appuntamento saranno resi noti ad aprile. Si



La sede Avis del Monterosso

segnala che potranno accedere alla visita urologica su appuntamento i donatori tra i 50 e i 60 anni che non abbiano mai effettuato tale visita e i donatori tra i 45 e i 50 anni solo se con casi in famiglia di neoplasie della prostata.

### Urologia e Solidarietà La onlus offre aiuto

#### Screening e sostegno

Uro.Sol (Urologia e Solidarietà) è la onlus recentemente costituita dai due urologi, Alessandro Piccinelli e Riccardo Galli. «L'obiettivo – spiegano – è stare vicino alle persone che si trovano a dover affrontare l'inizio di un iter diagnostico e sostenerle durante il percorso».

Ma non è l'unico. Uro.Sol

svilupperà la prevenzione organizzando attività di screening a carattere gratuito per la popolazione nell'area urologica, conferenze divulgative per aggiornare sulle nuove tecnologie diagnostiche ed operatorie e realizzerà i primi incontri con i ragazzi tra i 14 e i 20 anni per la prevenzione del tumore al testicolo. Tutti i dettagli su [www.urologiaesolidarita.it](http://www.urologiaesolidarita.it).

### Patologie mammarie Il consulto senologico

#### Sarà il 20 febbraio

Nell'ambito dei servizi promossi dal Poliambulatorio, continua in Avis Provinciale Bergamo il consulto senologico per la prevenzione delle patologie mammarie, attivo da oltre tre anni per i propri donatori.

La consulenza è rivolta ai soci Avis di ogni fascia di età. È effettuata da medici

specialisti che da anni lavorano in un servizio di senologia.

La visita senologica viene eseguita presso la sede del Monterosso, in via Leonardo da Vinci a Bergamo, previo appuntamento telefonico. La prossima data disponibile è il 20 febbraio ed è necessario fissare l'appuntamento telefonando al numero 035 342.222 da lunedì a sabato dalle 8 alle 12,30.