

Amici di Gabory

PROGETTO DI VITA



*“Se vuoi un anno di prosperità,
fai crescere il grano*

*Se vuoi dieci anni di prosperità,
fai crescere gli alberi*

*Se vuoi cent'anni di prosperità,
fai crescere le persone.”*



COLOMBO FILIPPETTI



*Ringraziamo le aziende che con il loro contributo ci
permettono di crescere giorno per giorno e portare
avanti iniziative come questo giornale.*



IN COPERTINA

“Mimose naif”

COMITATO SCIENTIFICO

Barni Sandro
Bonetti Luisa
Cazzaniga Marina
Cremonesi Marco
Mandalà Mario

COMITATO DI REDAZIONE

Bonetti Luisa
Baccalà Monica
Cazzaniga Marina
Ceriani Vanda

DIRETTORE RESPONSABILE

Frigerio Angelo

VICEDIRETTORE

Cremonesi Marco

SEGRETERIA

Baccalà Monica
Tel. 0363-314151
Fax 0363-314121
marketing@flli-frigerio.it

PROGETTO GRAFICO

Studio Origgi
Via Mac Mahon, 78 - 20155 MILANO
staff@studiooriggi.it

REALIZZAZIONE GRAFICA

Fiorenzo Venturini
Viale Buonarroti, 5 - 24047 Treviglio (Bg)

STAMPA

Tipocarto
Via L. D a Vinci - 24043 Caravaggio (Bg)

EDITORE

Associazione “Amici di Gabry” ONLUS
Via Matteotti, 125 - 24045 Fara G. d'Adda (Bg)

N. AUTORIZZAZIONE 34

Del 06 Luglio 2001
Tribunale di Bergamo

SOMMARIO



EDITORIALE 3
“Senza paura”

Angelo Frigerio

SPAZIO SCIENTIFICO 4
“La prevenzione...continua!”

Dott. Marco Cremonesi

“Terapia Adjuvante nel Tumore della mammella”

Dott. Sandro Barni

SPAZIO ASSOCIAZIONE 6
“Le nostre attività...”

SPAZIO PSICOLOGICO 8
“Una donna ci racconta...”

Dott.ssa Luisa Bonetti

DONNE DI SCIENZA 10
“La First Lady della Scienza: Rita Levi Montalcini”

Monica Baccalà

L'INTERVISTA 12
“Due sindaci al femminile”

Kristina Olejinik

CARO DOTTORE 14
“...ho un certo bruciore”
Le infezioni delle vie urinarie

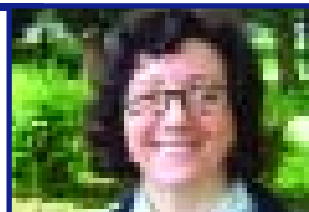
Dott.ssa Mary Cabiddu

SPAZIO CULTURA 16
“Chi non ha mai sognato un mare di... coccole, alzi la mano!”

Dott.ssa Marina Cazzaniga

*Intervista a pag. 12
Due sindaci al femminile*

MARZO 2005



LA FONDIARIA

ASSICURAZIONI
GIANFRANCO FERRI
Consulenze Assicurative & Finanziarie

**DA NOI LA DONNA PAGA MENO
&
LE ASSICURAZIONI VALGONO DI PIU' !
CI CONTATTI !!**

Via Abate Crippa, 424047 Treviglio (Bg) - Tel. 0363-48.651 - Fax 0363-48.821
SUBAGENZIA Melzo (Mi) - Piazza Risorgimento 3/5 - Tel. 02-95.710.736 - Fax 02.95.738.998

Pubblicità e Design

Grafica e Prestampa

Internet e Video



Un'azienda che comunica bene

si sente meglio



Venturini Grafica e Pubblicità
Viale Buonarroti, 5 - 24047 Treviglio (Bg) - Tel. 0363 419525 - Fax 0363 303194
e-mail: info@venturinicomunicazione.net - www.venturinicomunicazione.net



“ SENZA PAURA ”

Anni orsono, in un articolo apparso sulla nostra pubblicazione "Progetto di vita", un amico scrisse: "Nella nostra vita quotidiana a volte ci sentiamo come gli abitanti di un'oasi protetta: la casa, il giardino, la strada, il lavoro, il divertimento, l'auto... nulla di male sembra possa mai colpirci, poi all'improvviso la perdita di un amico o di un familiare ci porta nel più triste sconforto e spesso ci coglie una sensazione di impotenza di fronte ad avvenimenti che a prima vista appaiono inevitabili..."

Sembra un sermone scontato, ma quanto mai attuale! Guardando i dati riportati nelle pagine seguenti riguardanti l'affluenza allo screening mammografico del 2004 rimango perplesso perché sembra che nonostante tutti i moniti a non abbassare la guardia, una certa tranquillità e la mancanza di un necessario timore abbiano nuovamente prevalso nella nostra popolazione femminile.

Sempre nella stessa pubblicazione un altro amico scriveva: "...E' dimostrato da studi approfonditi su vaste popolazioni che la mortalità per cancro al seno nelle donne sottoposte allo screening mammografico è inferiore del 30-40% rispetto a quelle non sottoposte allo screening..." e ancora "...le attuali raccomandazioni internazionali consigliano una mammografia ogni due anni dai 50 ai 70 anni di età..." e conclude con "...perché non ha fatto la mammografia ogni due anni signora?" Dovrebbe chiedere il medico in un sistema sanitario in Europa nell'anno 2000...

Ci siamo rimboccati le maniche e stiamo battendo nuovamente il territorio per rinnovare i messaggi allertanti verso questo problema:

Fara d'Adda, Calvenzano, Fornovo S. Giovanni, Cassano d'Adda, Romano di Lombardia, Casirate d'Adda e quanto prima Arcene, Castel Rozzone, Pontirolo, Caravaggio, Mozzanica, Boltiere... questi sono i luoghi dove stiamo lavorando in collaborazione con le amministrazioni comunali e le associazioni di volontariato.

I nostri medici ed i nostri volontari stanno investendo le loro risorse negli interventi in queste zone, con tutte le loro forze e la loro volontà, senza timore perché non bisogna aver paura, ma credere nel nostro progetto.

Questi medici e questi volontari che oramai hanno costituito un gruppo unito, forte, che affrontano con determinazione e condivisione ogni problema legato al mondo di chi soffre. Il trasporto verso Bergamo per la radioterapia, i prelievi a domicilio per i controlli dell'emocromo, le serate nelle sale comunali, le mattinate nelle piazze gelide, le serate ludiche passate insieme... penso che stia nascendo una grande famiglia perché l'amore per gli altri e la condivisione del progetto mi fanno sognare, mi fanno pensare, mi fanno vedere Gabry e tutte le altre Gabry in mezzo a noi.

Angelo Frigerio
Direttore responsabile.
Presidente della
associazione
"Amici di Gabry"



ASSOCIAZIONE AMICI DI GABRY

Tel. e Fax 0363 305153
e-mail: info@amicidigabry.it
www.amicidigabry.it

CHI INCONTRATE?

Donne disponibili all'ascolto
Medico
Specialisti del settore: Oncologo,
Senologo,
Esperti di Medicina Alternativa
Psicologo

DOVE SIAMO

"Associazione Amici di Gabry"
V.le Oriano, 20
24047 Treviglio (BG)

VIENI A CONOSCERCI, TI ASPETTIAMO!

Ci riuniamo e ti aspettiamo
da lunedì a venerdì:
dalle 9.30 alle 11.30
martedì e venerdì:
dalle 9.30 alle 11.30 e
dalle 15.30 alle 17.30

COLLABORAZIONE

Se diventi socio/a sostenitore,
anche con un piccolo
contributo, potenzierai
il progetto che coinvolge
ognuno di noi.

ASSOCIAZIONE "AMICI DI GABRY" ONLUS

Sede legale:
Via Matteotti 125
24045 Fara d'Adda
P.I.: 02645050168
c/c bancario 210230/31
c/o Credito Cooperativo
di Treviglio
ABI 08899 - CAB 53643
c/c postale 16386245

" La prevenzione... ...continua! "



Il numero 0 della nostra rivista ha riportato i primi dati dello screening mammografico in provincia di Bergamo, dati sicuramente confortanti per gli operatori della sanità e per le donne invitate alla prevenzione. Ci eravamo anche proposti di rimanere attenti al proseguo di tale attività anche dopo l'apertura del secondo centro senologico di Caravaggio. Da tempo e' iniziato il secondo richiamo ed il consuntivo alla fine del 2004 ha evidenziato un modesto ritardo nella chiamata, prontamente recuperato nel secondo semestre dell'anno.

Il dato più rilevante è la diminuzione della percentuale di adesione allo screening da parte delle donne chiamate.

E' possibile che una percentuale di

donne si sia rivolta autonomamente ad eseguire la mammografia visto il ritardo nella chiamata, ma l'ipotesi più probabile è che le pazienti risultate negative al primo controllo si siano ritenute tranquille e non abbiano più risposto al secondo richiamo.

Nel 2001 i dati erano:

n.° pazienti invitate	8.016
n.° pazienti esaminate	6.279
n.° richiami	241
n.° pazienti positive al richiamo	40
Adesione allo screening	75%

I dati del 2004 sono:

n.° pazienti invitate	9.932
n.° pazienti esaminate	5535
n.° richiami	391
n.° pazienti positive al richiamo	33
Adesione allo screening	57%

Lo screening ha una sua validità nella riduzione della mortalità per tumore alla mammella solo se l'adesione è attorno al 75%.

Preoccupati pertanto per la ridotta percentuale di adesione, ma profondamente convinti dell'importanza della prevenzione, ritorniamo a parlare sulla rivista di patologia mammaria e con l'U.O. di Oncologia Medica teniamo conferenze rivolte alla popolazione sulla prevenzione nei comuni del nostro territorio.

Marco Cremonesi
Dirigente di 1° livello
Oncologia Medica
Azienda Ospedaliera
Treviglio-Caravaggio



Terapia Adiuvante nel Tumore della mammella



Una delle domande più frequenti delle donne che arrivano da noi in Oncologia, dopo essere state operate alla mammella è: "ma perché se sono guarita devo fare ancora delle cure?", o se volete: "che cosa è questa terapia adiuvante o precauzionale?".

Noi oncologi rispondiamo molto volentieri a queste obiezioni, perché queste cure sono un orgoglio ed un vanto della oncologia medica, poiché sono state capaci di salvare centinaia di migliaia di donne.

Fino a qualche decina di anni fa, quando le conoscenze erano minori di oggi, il chirurgo operava la donna e se l'anatomo-patologo rispondeva che la malattia era stata asportata tutta, dimetteva la donna "guarita".

In realtà molti studi successivi hanno dimostrato che queste donne non erano guarite proprio tutte, ma che alcune di esse, o molte, che avevano caratteristiche particolari, si riammalavano dello stesso tumore. Queste caratteristiche sono soprattutto il volume del tumore, la presenza di malattia anche a livello dei linfonodi ascellari e la assenza dei recettori ormonali sulle cellule tumorali.

E' facile quindi capire la massima importanza di fare una diagnosi precoce della malattia, di scoprirla cioè quando è piccola e non ancora diffusa ai linfonodi: stiamo parlando della grande opportunità dello screening mammografico che resta assolutamente indispensabile.

Sono state sviluppate quindi due grandi strategie terapeutiche: la chemioterapia e la ormonoterapia adiuvante (o precauzionale), dove il termine adiuvante o precauzionale significa: "cura fatta per diminuire la percentuale di donne che si riammalano.

La scelta fra chemioterapia ed ormonoterapia non è casuale ma legata ad alcune caratteristiche del tumore, soprattutto ai recettori ormonali (di cui abbiamo già parlato e che indicano la possibilità o no di usare gli ormoni), ma anche a tutta una serie di parametri biologici come il grado di differenziazione cellulare, gli indici di proliferazione, e gli indici di risposta e di resi-

stenza alle terapie.

La chemioterapia precauzionale è un grande vanto dell'Oncologia Italiana e del dott. Gianni Bonadonna e collaboratori dell'Istituto Tumori di Milano, che nel 1976 pubblicò il primo studio al mondo sui vantaggi di una polichemioterapia adiuvante (chiamata CMF) sul prestigioso New England Journal of Medicine..

Da allora le cose sono cambiate e migliorate, sia per quanto riguarda i risultati che per il miglior controllo degli effetti collaterali (a parte la caduta dei capelli).

Ancora oggi stiamo studiando chemioterapie potenzialmente in grado di dare risultati migliori del CMF.

Per quanto riguarda la terapia ormonale proprio in questo periodo stiamo vedendo un grande fervore di lavori e presto saranno disponibili anche nuovi farmaci (già in commercio con altre indicazioni) che danno risultati migliori della terapia tradizionale, che rimane per altro estremamente valida.

Chiaramente tutte le pazienti vorrebbero fare la ormonoterapia che è certamente molto meno disturbante della "chemio", ma purtroppo non sempre questo è utile o possibile.

In conclusione, direi che oggi la terapia precauzionale non è più una semplice opportunità, ma è diventata un vero obbligo per una gran parte delle donne in considerazione della sua grande efficacia e quindi l'invito e la raccomandazione è quello di affidarsi alle cure dell'oncologo con fiducia ma anche con la consapevolezza di partecipare alla propria cura in modo attivo.

Sandro Barni
Direttore dell'U.O.
di Oncologia Medica
Azienda Ospedaliera
Treviglio-Caravaggio



" Le nostre attività... "

Anche quest'anno "Gli Amici di Gabry" si sono impegnati su più fronti per cercare di raggiungere gli obiettivi prefissati.

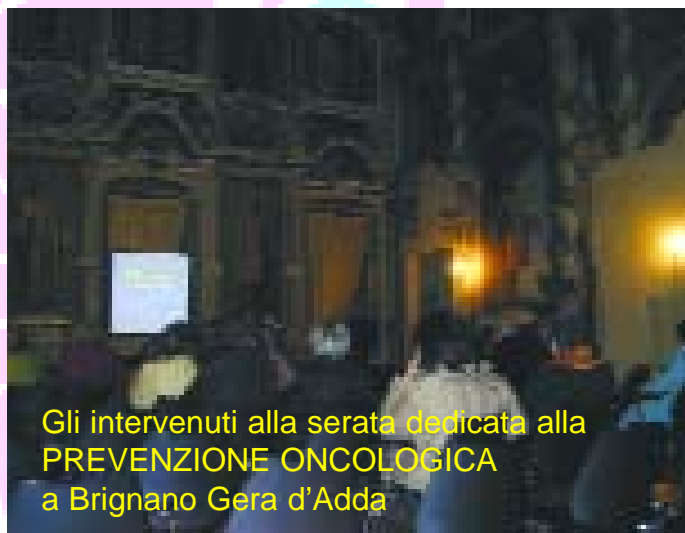
All'inizio di Dicembre, con una cerimonia suggestiva, si è svolta la premiazione della terza edizione del concorso letterario "Percorsi e Pensieri". In questa occasione è stato presentato il libro raccolta di tutti gli elaborati che hanno partecipato in questi tre anni, una pregevole edizione di 130 pagine cariche di umanità ed emozioni.

Centoventi alunni della scuola "Don Milani" di Romano di Lombardia sono stati attenti ai moniti sulla prevenzione del Dott. Cremonesi nelle tre giornate trascorse nelle aule di questo Istituto superiore.

Da questa iniziativa è scaturito un forte interesse da parte dei ragazzi tanto da essere uno stimolo per noi a portare avanti questa iniziativa tra i giovani.



Gli intervenuti alla serata dedicata alla PREVENZIONE ONCOLOGICA a Casirate d'Adda



Gli intervenuti alla serata dedicata alla PREVENZIONE ONCOLOGICA a Brignano Gera d'Adda

E poi una costante presenza sul territorio con le serate dedicate alla prevenzione ed i banchetti nelle piazze per presentare i lavoretti prodotti dalle nostre volontarie. Inoltre le manifestazioni di Calvenzano, Fornovo S. Giovanni, Cassano, Treviglio, Casirate e Brignano hanno dato colore a questi freddi mesi invernali per stare tutti uniti intorno alla voglia di proporre i nostri messaggi.

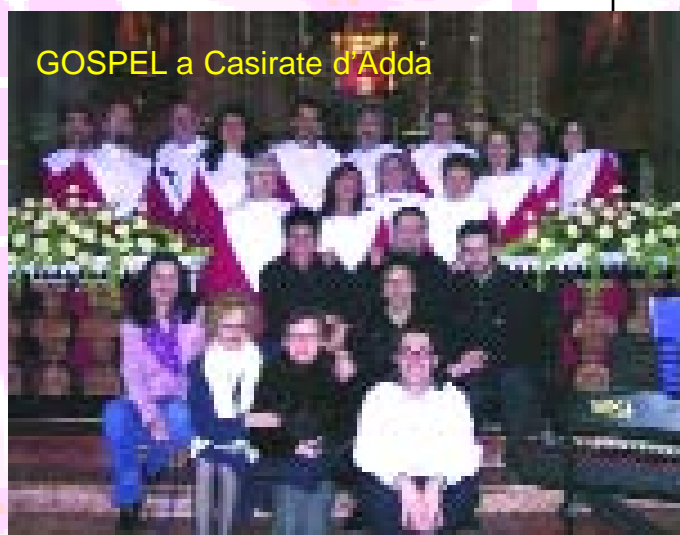
...E tra nebbie, gelo e neve ci sono i nostri quindici autisti a scorrazzare sulle strade della Bassa: in due anni 87 pazienti sono stati trasportati a Bergamo per effettuare la radioterapia con una frequenza media caduno di 30 viaggi. Possono sembrare forse pochi, ma se consideriamo che la provenienza dei trasportati non è facilmente circoscritta da un percorso lineare... il nostro giudizio cambia e ne è la prova il numero dei Kilometri effettuati in questi due anni; ... ma non solo... visto che da Dicembre è partito, in collaborazione



FESTA DELLA BEFANA:
Abbiamo eletto la nostra "migliore befana"

E poi ci sono i nostri momenti di relax: la Festa della Befana il 6 Gennaio che ha mostrato una grandissima partecipazione di tutti i nostri amici. Danze, scherzi, canti... momenti di grande allegria, giusto attimo di distensione dopo i tanti impegni che stiamo portando avanti. La serata del Gospel a Casirate presso la chiesa Parrocchiale con la pregevole prestazione del gruppo "The Spirit inside" diretto dal maestro Bornaghi: anche questa occasione si è rivelata un vero successo dal punto di vista della manifestazione artistica, ma soprattutto ha creato un altro importante momento di aggregazione.

con l'associazione Domenico Fenili, il progetto dei prelievi a domicilio al fine di effettuare il controllo dell'emocromo alle persone che devono sottoporsi alla chemioterapia. Il progetto impegna 2 autisti e 8 infermiere volontarie che effettuato mediante 5 prelievi ogni mattina nei paesi di Cologno, Spirano, Brignano, Treviglio e Caravaggio. Dobbiamo costatare che è un bell'impegno che stiamo affrontando con la solita puntualità e serietà di sempre.



GOSPEL a Casirate d'Adda



Pomeriggio danzante

I PROSSIMI APPUNTAMENTI:

La serata teatrale con gli ARZAGHESI che si terrà il 12 MARZO presso il Filodrammatici di Treviglio...e la Festa della Donna del 6 MARZO presso il padiglione del mercato coperto di Treviglio.

"Una donna ci racconta..."



Sui numeri precedenti della nostra rivista lo spazio psicologico è stato dedicato alla trattazione di argomenti diversi che mi venivano suggeriti anche dalla attività svolta nel day hospital oncologico.

Sui prossimi numeri ho invece pensato di dar voce ad alcune donne che ho conosciuto a cui ho chiesto di parlarci

della loro esperienza dopo l'incontro con la malattia.

Incontro Marisa un giovedì sera al corso di ballo, organizzato dall'Associazione, a cui partecipa con il marito.

E' passato un anno dall'incontro con la malattia, puoi raccontarci se è cambiato qualcosa in te?

Si qualcosa è cambiato in me, ad esempio la voglia di conoscere gente nuova ma non solo per condividere con il mio problema, ma soprattutto per vivere.... Per questo mi è stato di grande aiuto l'incontro con le persone dell'associazione con cui mi sono trovata a vivere molti momenti sereni. Sono stata coinvolta nelle loro iniziative e momenti di festa, prima di allora non avrei mai pensato di fare un corso di ballo né di vincere il premio alla festa della befana.

In questo periodo ho anche potuto sperimentare la sincerità di alcuni rapporti, persone vere che mi sono state molto vicine e che non si sono allontanate a causa della mia malattia.

Che cosa ti ha aiutato di più nei momenti difficili?

Sin da piccola mi sono sempre dedicata molto agli altri, mi fa star bene specialmente quando sto con le persone anziane. In questo periodo però ho dovuto trascurare un po' tutti ed è stato motivo di sofferenza, ma è stata anche la forza che mi ha aiutato ad affrontare tutto con il desiderio di ritornare alla mia vita di sempre.

Se pensi al tuo futuro....

Per il momento non ho ancora ripreso il lavoro, ma la mia giornata è sempre piena anche per stare con tutti i nuovi amici che ho incontrato. Guardando al futuro penso alla mia famiglia, a mio figlio, sento che la vita con me è stata

molto severa, questo non è il primo problema di salute che ho, ma sento che devo affrontarla con tutta la forza e il coraggio che anch'io ho ricevuto da altre persone che nemmeno conoscevo prima.

E la speranza che cos'è per te ?

Tutti mi hanno detto che io sono stata forte nel superare questo momento, sì è vero, ma anch'io ho avuto dei momenti dove mi sentivo persa, sconfitta, perché in realtà non sappiamo con chi stiamo combattendo, sarà più forte lui o noi? Ma la speranza c'è sempre, io non l'ho mai persa, non so chi me l'ha data, il mio pensiero va a mio padre, anche lui ammalato di cancro mi ha lasciata quando ero piccola ma adesso il suo ricordo mi aiuta nel pensare al mio futuro.

Cosa diresti a chi in questo momento sta affrontando l'esperienza della malattia?

Quello che ha aiutato me è stata la presenza di tanti amici e il poter condividere con loro molti momenti della mia vita. Al contrario credo non aiuti rinchiudersi nei propri problemi e lasciarsi andare in solitudine allo sconforto e alla disperazione.

Per questo ringrazio l'associazione e le persone che ho incontrato in questo particolare momento della mia vita.



**4° "AMICI DI GABRY
GREEN DAY"
Domenica 12 Giugno 2005
nel Verde del Roccolo
di Treviglio**

**LA CROCIERA CON GLI
AMICI DI GABRY
Dal 29 Maggio
al 5 Giugno
7 giorni
in Grecia e Croazia con
Costa Classica**

**Per informazioni
telefona a:
Giuliana 0363.314143
Trionfo 347 6163987**

**L'associazione ringrazia
la famiglia di
Emma Rivoltella
per il contributo offerto a
suo ricordo.**

Luisa Bonetti
*Psico-Oncologa
dell'Associazione
Psicologa dell'U.O.
di Oncologia Medica
Azienda Ospedaliera
Treviglio-Caravaggio*



DONNE DI SCIENZA

" La First Lady della Scienza "



"Le donne hanno enormi capacità che devono mettere a frutto per favorire il progresso, soprattutto nei Paesi poveri, e la convivenza fra popoli".

Ho voluto iniziare il mio articolo proprio con una frase della First Lady della scienza, Rita Levi Montalcini, uno dei personaggi che nell'ultimo secolo hanno scritto la storia della medicina. Uno di quei personaggi in cui si fondono e convivono due personalità: una è quella della "first lady della scienza" capace di abbandonare l'Italia, subito dopo la guerra mondiale, per con-

tinuare le ricerche negli Stati Uniti; l'altra è quella di una donna, un po' stile Ottocento, profondamente femminista che ha sempre combattuto i pregiudizi sulla mente femminile affermando la propria autonomia di pensiero. Ma ora cerchiamo di conoscerla... Rita Levi è nata nel 1909 a Torino dove, superate le resistenze paterne, si è laureata con lode in Medicina e Chirurgia nel 1936. Fermamente intenzionata a proseguire la sua carriera accademica come assistente e ricercatrice in neurobiologia e psichiatria è costretta, a causa delle leggi razziali emanate dal regime fascista, ad emigrare in Belgio, insieme al Prof. Giuseppe Levi. La passione per la medicina la spinge e le dona la forza per andare avanti tanto che continua le sue ricerche in un laboratorio casalingo.

Sono anni molto travagliati per il mondo e per l'Europa. Infuria la seconda guerra mondiale ed è quindi molto difficile trovare luoghi dove poter stare tranquilli ed immaginare di intraprendere delle ricerche. Dopo due anni di vita clandestina a Firenze, nel '45 finalmente la guerra finisce lasciandosi alle spalle milioni di morti e devastazioni inimmaginabili in tutti i Paesi. Poco prima dell'invasione tedesca nel Belgio, Rita torna alla sua città natale dove può riprendere con più serenità le sue ricerche, sempre attraverso un laboratorio domestico, insieme a Levi. Poco dopo tempo riceve un'offerta dal Dipartimento di Zoologia della Washington University che accetta dopo essersi assicurata di poter proseguire le stesse ricerche che aveva iniziato a Torino. Si aprono quindi per la giovane Rita le porte dell'America, il Paese in cui vivrà per oltre trent'anni assumendo incarichi prestigiosi. Ora vediamo nel dettaglio le tappe della sua straordinaria ricerca che ha portato a risultati eccezio-

nali nella scienza.

I suoi primi studi sono dedicati ai meccanismi di formazione del sistema nervoso dei vertebrati. Nel 1921-1952 scopre il fattore nervoso di crescita (NFG ovvero Nerve Growth Factor) che assume un ruolo essenziale nella crescita e nella differenziazione delle cellule nervose sensoriali e simpatiche. Per circa trent'anni prosegue le sue ricerche su questa molecola proteica per la quale nel 1986 le viene conferito, con Stanley Cohen, il Premio Nobel per la Medicina. Le scoperte di questi due scienziati hanno infatti mostrato i modi in cui la crescita e la differenziazione delle cellule sono regolate portando alla comprensione dei meccanismi che regolano la crescita degli organi e delle cellule.

La scoperta della proteina NGF costituisce un affascinante esempio di come un acuto osservatore possa estrapolare una limpida teoria da un apparente caos: la Montalcini mostrò infatti come tumori di topo trapiantati su embrioni di pollo determinavano una potente crescita dei nervi sensoriali e simpatici. Poiché la crescita avveniva anche senza il contatto diretto dei due tessuti, la studiosa ipotizzò che il tumore producesse una sostanza che induceva una crescita selettiva di alcune cellule nervose. Le applicazioni cliniche dell'NGF, dice Rita Montalcini al convegno "Dieci Nobel per il futuro" del 2000 a Milano, sono ancora limitate, ma ha già dato straordinari risultati nel riparare lesioni della cornea e impedire la cecità.

Dal 1961 al 1969 dirige il Centro di Ricerche di Neurobiologia del Consiglio Nazionale di Ricerche di Roma in collaborazione con l'Istituto di Biologia della Washington University e dal '69 al '79 il Laboratorio di Biologia Cellulare. Dopo essersi ritirata da questo incarico per raggiunti limiti d'età, continua le sue ricerche come ricercatore e fino al 1995 lavora presso l'Istituto di Neurobiologia del CNR con la qualifica di Superesperto. Le sue indagini si concentrano successivamente sullo spettro di azione del NFG utilizzando tecniche sempre più sofisticate. Studi recenti hanno infatti dimostrato che questa proteina ha un'attività ben più ampia di quanto si pensasse: non si limita infatti ai neuroni sensori e simpatici, ma si estende anche alle cellule del sistema nervoso centrale, del sistema immunita-

rio ed alle cellule coinvolte nelle funzioni neuroendocrine.

E' stata inoltre la prima donna a rivestire l'incarico di presidente dell'Enciclopedia Italiana dal 1993 al 1998 ed attualmente è membro delle più prestigiose accademie scientifiche internazionali.

Ma l'aspetto che contraddistingue questa eccezionale donna è il suo forte coinvolgimento in campagne di interesse sociale, per esempio contro le mine anti-uomo o per la responsabilità degli scienziati nei confronti della società.

Nel 1992 istituisce infatti, con la sorella gemella Paola, la Fondazione Levi Montalcini rivolta alla for-

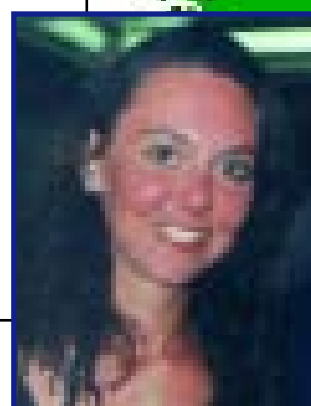
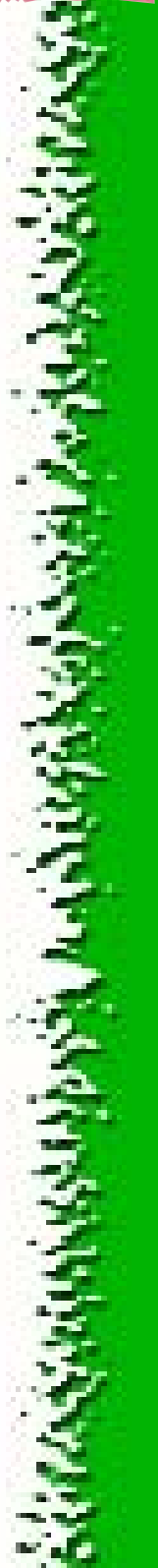


il futuro ai giovani ed all'educazione dei giovani, nonché al conferimento di borse di studio a giovani studentesse africane a livello universitario. L'obiettivo della fondazione infatti è quello di creare una classe di giovani donne che svolgano un ruolo di leadership nella vita scientifica e sociale del loro paese.

Ora vorrei concludere la storia di questa donna straordinaria con una frase del suo migliore amico Primo Levi che lei spesso ha citato nei suoi libri:

"Amare il proprio lavoro costruisce la migliore approssimazione concreta alla felicità sulla terra".

Monica Baccalà
Responsabile
Immagine e
Comunicazione
dell'associazione
"Amici di Gabry"



"Due sindaci al femminile"

Questo numero della nostra rivista esce come negli anni scorsi in occasione della festa della donna. Anche se nel nostro territorio vi sono altri sindaci legati alla nostra associazione, abbiamo, in questa occasione, ritenuto opportuno rivolgere alcune domande a due donne impegnate in amministrazioni comunali con la carica di sindaco nei paesi di Casirate d'Adda e Forno S. Giovanni.



Luigia Degeri



Mara Carminati

A questi amministratori abbiamo rivolto le seguenti domande.

- 1) *Come è venuta a conoscenza della nostra Associazione?*
- 2) *Ritiene importante l'attività della nostra associazione relativamente al nostro territorio?*
- 3) *Che impressione ha avuto all'incontro sulla prevenzione?*
- 4) *Ritiene possibile una collaborazione con l'associazione? Ne potrebbe dare dei suggerimenti?*

La Sig. Luigia Degeri, da un anno sindaco di Casirate, ha risposto così.

Ho sentito parlare per la prima volta della vostra Associazione da Kristina che collabora con me da ormai sette anni, da quando cioè alcuni volente-

rosi, stanchi di vedere le stesse persone agli stessi posti nell'amministrazione comunale, hanno deciso di interrogarsi su come migliorare le istituzioni locali. Mi sono poi informata sugli obiettivi ed il lavoro dell'associazione ed ho capito che si tratta di una iniziativa davvero lodevole, perché troppo spesso gli ospedali sono luoghi asettici in cui si fatica a coltivare rapporti umani soddisfacenti, ci si sente soli con la propria malattia, soprattutto quando questa fa veramente paura e verrebbe voglia di dichiararsi sconfitti in partenza.

Da tutto quanto affermato, si capisce che io ritengo molto importante la presenza degli Amici di Gabry sul territorio sia per l'aiuto concreto che possono dare, supportando il lavoro



degli enti preposti alla cura, sia per l'appoggio psicologico ai malati ed ai loro familiari, che aiuta a dare coraggio e voglia di combattere a chi sta soffrendo.

L'incontro sulla prevenzione è stato efficace e chiaro.

Ritengo non solo possibile, ma auspicabile una collaborazione con l'associazione per molti buoni motivi: allargare il più possibile il cerchio relativo all'informazione preventiva, promuovere iniziative legate al trasporto ed alla cura dei malati, programmare eventi destinati alla raccolta dei fondi necessari a supportare economicamente le iniziative dell'associazione, coinvolgere i casiratesi sia a livello di conoscenza che di partecipazione attiva. Ricordo con piacere l'incontro con il presidente Frigerio, è raro conoscere persone che hanno tanto da dare agli altri e lo fanno con energia inesauribile. Di lui mi ha colpito proprio la grande volontà di fare e di portare avanti con costanza le iniziative che si stanno moltiplicando in tutta la bergamasca. A lui ed ai tanti volontari dell'associazione va tutta la mia stima ed il mio ringraziamento perché sono persone come loro che danno fiducia nella possibilità di costruire una società più umana e più giusta al servizio di tutti e di ciascuno.

Dal comune di Fornovo la Sig.ra Mara Carminati ci ha risposto:

Sono venuta a conoscenza della vostra associazione attraverso le informazioni ricevute da un vostro volontario, che avevo contattato per l'attivazione dei servizi per il territorio di Fornovo San Giovanni.

Ritengo molto importante l'attività della vostra associazione: volontariato e prevenzione sono delle risorse enormi per tutta la comunità. In un comune come il nostro riuscire ad attivare servizi che non gravino completamente sul bilancio attraverso dei volontari, significa poter soddisfare

maggiori bisogni a favore delle fasce più deboli; inoltre, prevenzione, informazione e supporto psicologico permettono di realizzare una rete di contatti con la popolazione con una conseguente diminuzione del senso di disagio ed isolamento che spesso sono legati alla condizione di malato. Ho partecipato personalmente all'incontro sulla prevenzione e l'impressione ricevuta è senza dubbio positiva. Durante l'incontro sono state descritte diverse patologie che interessano sia la popolazione femminile che quella maschile e ciò che ha caratterizzato l'esposizione è stato: il linguaggio facilmente comprensibile a tutti e non prettamente tecnico, la durata ed il messaggio fondamentale di quanto sia importante avere cura del proprio corpo evitando di abusare con alcool e fumo.

Ritengo non solo possibile, ma auspicabile, una collaborazione da parte dell'amministrazione comunale con l'associazione. Importanti potrebbero essere momenti di informazione periodici, attraverso incontri mirati riguardo alle diverse patologie, oppure in base alle diverse fasce di età così come l'attivazione di servizi anche per il nostro territorio (trasporto per le cure chemioterapiche o per la radioterapia) attraverso la stipula di una convenzione.

Ringraziamo i nostri "sindaci al femminile" per la disponibilità ed il tempo che ci hanno dedicato, accettiamo appieno le loro proposte e ci auguriamo di rivederci a presto per le prossime collaborazioni.

Kristina Olejinik
Segreteria dell'U.O.
di Oncologia Medica
Azienda Ospedaliera
Treviglio-Caravaggio



SAHO DOTTORRE...

"... ho un certo bruciore"

Le infezioni delle vie urinarie



"Cosa sono le infezioni delle vie urinarie?"

I reni, dopo aver "riciclato" tutto ciò che può essere utile all'organismo, eliminano i prodotti di scarto attraverso la formazione dell'urina.

L'urina, attraverso l'uretere, raggiunge la vescica urinaria dove viene conservata fino al momento della sua eliminazione (minzione), che avviene attraverso un canale detto uretra.

Le urine sono abitualmente sterili, tuttavia quando rifluisce e ristagna nella vescica, l'urina diventa un facile bersaglio per infezioni batteriche.

Nel sesso femminile le infezioni sono facilitate dal fatto che l'uretra è molto breve (i germi possono più facilmente risalirla sino alla vescica) e dal fatto che la distanza tra l'ano e lo sbocco dell'uretra in vagina è assai più breve che nel sesso maschile.

Infatti, il germe più frequentemente responsabile della cistite batterica è l'*Escherichia Coli* (80% dei casi), un abituale batterio presente nell'intestino.

Tra i fattori predisponenti alle infezioni delle vie urinarie vi sono l'età (con l'avanzare della "giovinanza" si riduce progressivamente la capacità di sorveglianza del sistema immunitario sugli agenti infettivi), malformazioni anatomiche che possono facilitare il ristagno di urina o la risalita dei germi, oppure malattie croniche (quali il diabete, l'ipertensione o le neoplasie) ed alcune terapie quali la chemioterapia che, a loro volta, possono essere responsabili di immunodeficienza relativa.

"Quali sono i disturbi che posso avere?"

Il quadro clinico con cui una infezione urinaria si manifesta è quanto mai vario e può andare dalla assenza completa di sintomatologia (batteriuria asintomatica, ovvero il riscontro occasionale all'esame delle urine di

una importante carica batterica), alla presenza di sintomi di tipo generale (febbre, dolore) sino alla presenza di soli sintomi locali.

Tra questi i più frequenti sono uno stimolo imperioso, disuria (difficoltà della minzione), pollachiuria (frequenza esagerata di minzioni senza che vi sia un aumento del volume di urina), stranguria (dolore alla minzione), nicturia (frequenti minzioni nelle ore notturne) e il tenesmo vescicale (dolore nella regione sovrapubica). Talvolta vi possono essere anche perdite di sangue (cistite emorragica).

"E' difficile fare la diagnosi e, soprattutto, come si cura?"

La diagnosi di cistite si basa, oltre che sulla presenza dei sintomi caratteristici, sui risultati dell'esame delle urine.

Nell'analisi delle urine la presenza di un elevato numero di leucociti (globuli bianchi), la presenza di batteri in numero significativo, di globuli rossi, di nitriti e un aumento del pH sono segni di cistite.

L'urinocoltura permette di identificare il germe responsabile della infezione. Di fondamentale importanza è poi l'antibiogramma che va a testare a quali antibiotici è sensibile o resistente il germe responsabile dell'infezione.

In pratica, in laboratorio viene fatto crescere il batterio, lo si mette a contatto con diversi tipi di antibiotici e si valuta la loro efficacia. Questo ci permette di impostare la migliore terapia antibiotica.

Bisogna tuttavia dire che non sempre, nonostante l'antibiogramma, si riesce a eliminare del tutto il germe. Questo perché la sensibilità del germe al farmaco, testato in laboratorio su un terreno di coltura artificiale, può essere assai diversa in vivo, ovvero nel nostro organismo, dove l'ambiente è comunque diverso da quello che si crea artificialmente in laboratorio.

"Esistono dei "trucchi" naturali per prevenirle?"

Per prima cosa è necessario avere sempre una buona idratazione orale e quindi introdurre almeno un litro e mezzo di liquidi al giorno: acqua, the, succo di frutta, spremute ecc.. Una buona idratazione favorisce il lavoro dei reni e una buona minzione comporta un adeguato lavaggio della vescica (così non ristagnano i batteri).

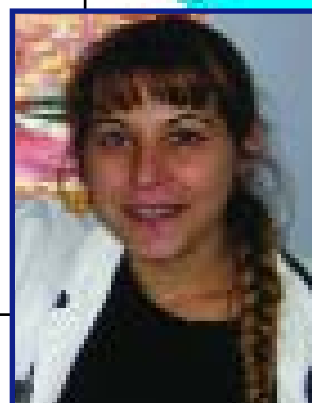
Per quanto io non sia una esperta di prodotti di erboristeria, mi risulta che il succo dei frutti di Cranberry, conosciuto anche col nome di Mirtillo americano, contiene numerose sostanze dalle proprietà antibatteriche, attive soprattutto sulle vie urinarie. Bisogna però segnalare che il Cranberry è controindicato nelle persone che tendono a soffrire di calcoli renale.

Anche l'estratto dei semi di pompelmo ha un effetto battericida, mentre il ginepro ha un effetto disinfettante ed urinario.

Se siete soliti utilizzare prodotti di erboristeria, ricordatevi sempre che il prodotto "naturale, non sempre NON è nocivo. Le sostanze battericide, contenute ad esempio nel pompelmo, sono una specie di pro-antibiotici e quindi possono interferire con altre medicine che state assumendo. Chiedete quindi sempre al vostra erborista di fiducia.



Mary Cabiddu
Dirigente di 1° livello
Oncologia Medica
Azienda Ospedaliera
Treviglio-Caravaggio



"Chi non ha mai sognato un mare di...coccole, alzi la mano!"

Quando lo stress diventa esasperato, quando sembra che la corsa di ogni giorno diventi una gara ad ostacoli, chi non ha mai sognato di essere in un altro posto?

Un luogo magari dove i ritmi diventano lenti, dove c'è chi si prende cura del tuo corpo sottoposto alle tensioni quotidiane, dove la tua mente è libera di volare e di perdersi magari in meandri sconosciuti.

Un sogno? Non proprio.

Gli Hammam, i bagni turchi dedicati alle donne, sono uno di questi luoghi.

Sheherazade, l'indimenticabile principessa di "Mille e una notte", sosteneva che una città non è completa se non ha il proprio Hammam.

Il percorso nell'hammam è di solito molto semplice.

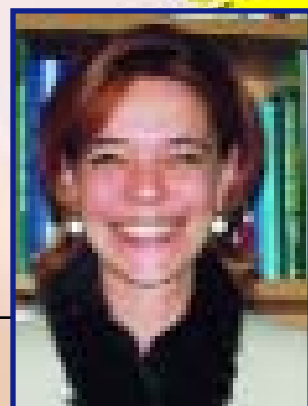
La prima fase consiste nella preparazione della pelle al peeling. Le ospiti vengono perciò accompagnate in una stanza calda in cui devono versarsi acqua calda sul corpo. Il corpo deve ammorbidirsi, deve "cucinare" con l'acqua. Sembra una cosa semplice, ma in realtà molte clienti confondono questa fase con la sauna, per cui non si versano l'acqua sulla pelle e rendono impossibile l'apertura dei pori: perciò le massaggiatrici

dell'hammam raccomandano sempre, a chiunque voglia provare gli effetti benefici del peeling, di versarsi l'acqua calda sul corpo. Quindi, quando la pelle è pronta, la si insapona con un sapone del Marocco e si esegue il peeling, per eliminare ogni impurità.

A questa fase succede il massaggio, che può essere eseguito con l'argilla o con l'hennè. L'argilla ha un effetto ammorbidente per il corpo ed è anche curativa. L'hennè, che in Italia si conosce soprattutto come colorante dei capelli, ha un effetto abbronzante e anche nutriente per il corpo. Prima di rivestirsi le donne si rilassano su appositi lettini e viene loro offerto il the del Marocco. Un trattamento completo dura circa un'ora e mezzo.

Prendere una pausa per se stessi, ripensare al proprio corpo in un'ottica diversa: ecco il messaggio dell'Hammam e allora...via libera alle coccole!!

Marina Cazzaniga
Dirigente di 1° livello
Oncologia Medica
Azienda Ospedaliera
Treviglio-Caravaggio





C.F.P. CONSORZIO ENFAPI TREVIGLIO

Via P. Nenni 4 - TREVIGLIO (BG)

Tel. 0363/49296 - 0363/47034

Fax 0363/595531

Il C.F.P. è espressione delle aziende del territorio

[COLOMBO FILIPPETTI Spa — SAME DEUTZ-FAHR GROUP Spa — SONZOGNI CAMME Spa — Off. Mecc. ROZZONI Srl — OLVAN Spa — STUCCHI Srl — ALUMAT Srl — BREGA Srl — Elettromeccanica CDC Srl — GPE Srl — GRAZIOLI Srl — ORSA Srl]

e ha come riferimento le esigenze formative emergenti nel settore industriale: forma operai nei settori elettrico e meccanico.

Negli stessi settori attiva inoltre corsi per capi intermedi e aggiornamento nel campo informatico per gli impiegati in una prospettiva polivalente.

Principali corsi organizzati:

CORSI DI QUALIFICA DI BASE (per ragazzi con 15 anni)

- Corso "Montatori manutentori di sistemi elettromeccanici-elettronici"
- Corsi "Operatore alle macchine utensili"

CORSI DI QUALIFICA POST-DIPLOMA

- Corso "Progettista di software gestionale"
- Corso "Specialisti in macchine utensili a CNC"

CORSI DI AGGIORNAMENTO

- Corsi di Software di Servizio (diurni e serali)
- Corsi di Excel/Access/Internet/Power Point
- Corsi di DISEGNO MECCANICO
- Corsi di CAD meccanico
- Corsi di Inglese





AMICI DI GABRY - ONLUS

Sede Associativa V.le Oriano, 20 • 24047 Treviglio (BG) - Tel. e Fax: 0363/305153

E-mail: info@amicidigabry.it

Reg. Prov. Ass. 28/96 - Fg 7 - Sez. D - P.I./C.F. 02645050168

L'ASSOCIAZIONE OFFRE I SEGUENTI SERVIZI

• SPORTELLO INFORMATIVO

E' un servizio rivolto a chi, per la prima volta, entra in contatto con l'Associazione, ha come obiettivo quello di accogliere i bisogni della persona e di aiutarla a conoscere la realtà del nostro lavoro attraverso la presentazione dei servizi che offriamo. (Su appuntamento)

• SPORTELLO DI CONSULENZA MEDICA

E' un servizio attraverso il quale poter avere maggiori chiarimenti rispetto alla propria condizione di salute; ha funzione di filtro per la consulenza medica specialistica. (Il venerdì su appuntamento)

• SPORTELLO DI CONSULENZA SPECIALISTICA

Oncologo, Senologo, Dietologo, esperto di medicina alternativa rispondono alle specifiche legate alla propria condizione di salute (Su appuntamento)

• SPORTELLO DI CONSULENZA PSICOLOGICA

E' uno spazio di ascolto e di elaborazione dei vissuti legati alla malattia al quale potersi rivolgere per una consulenza o individuale o familiare. (Su appuntamento)

• SPORTELLO DI CONSULENZA LEGALE

Il servizio è a disposizione esclusivamente per i soci dell'Associazione per problematiche inerenti alla malattia.

Per appuntamento telefonare negli orari di apertura alla sede associativa in Viale Oriano a Treviglio

• GRUPPI DI AUTO AIUTO

E' uno spazio dove condividere con altre donne l'esperienza del tumore al seno promuovendo la consapevolezza di poter uscire dalla condizione di solitudine e sofferenza, riscoprendo la capacità di progettare il proprio futuro.

Promuoviamo incontri formativi rivolti alla popolazione e/o a piccoli gruppi su tematiche legate alla malattia tumorale.

