"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."

Un riconoscimento particolare alle aziende che hanno collaborato alla realizzazione del nostro "Centro Clotilde Finardi" in via Fermo Stella,17 a Caravaggio





















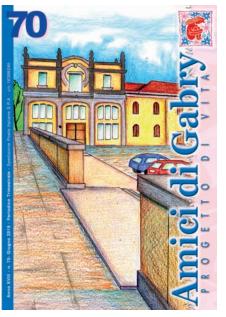












Copertina "Piazze di Treviglio" realizzata dagli alunni: Carioni Grigoriy Olimpio Andrea Trapani Roberto Gruppo di lavoro: Istituto d' Istruzione Superiore Statale Liceo Artistico "S. Weil" Treviglio

COMITATO SCIENTIFICO

Barni Sandro Bonetti Luisa Cremonesi Marco Cabiddu Mary Petrelli Fausto Karen Borgonovo

COMITATO DI REDAZIONE

Bonetti Luisa Barni Sandro Cabiddu Mary Mara Ghilardi Karen Borgonovo

DIRETTORE RESPONSABILE

Frigerio Angelo

VICEDIRETTORE

Cremonesi Marco

SEGRETERIA

Frigerio Enrico Tel. 0363-314151 Fax 0363-314121 marketing@flli-frigerio.it

PROGETTO GRAFICO

Studio Origgi Via Mac Mahon, 78 - 20155 MILANO

REALIZZAZIONE GRAFICA

Venturini Fiorenzo - Treviglio

STAMPA

Tipocarto

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

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

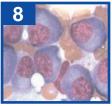
N. AUTORIZZAZIONE 34

Del 06 Luglio 2001 Tribunale di Bergamo

SOMMARIO











EDITORIALE "A... come Amicizia" Angelo Frigerio



3

SPAZIO SCIENTIFICO

"Dalle Fake News alle Real News"



Dott.ssa Karen Borgonovo

SPAZIO ASSOCIAZIONE 6/7

"22 Maggio 2019.

Ecco la nuova sede della nostra "Amicizia"

Centro Clotilde Finardi, Caravaggio



SPAZIO TECNICO

"Il Mieloma Multiplo" Dott.ssa Daniela Petrò



10

SPAZIO CULTURA

"L'aglio rosa di Lautrec" Arch. Erminio Bellini ("Mimmo")



12

SPAZIO PSICOLOGICO

"Volevi tenermi nascosta una cosa così importante!?" Dott.ssa Luisa Bonetti



14

L'INTERVISTA A...

"Dr.ssa Flavia Simonetta Pirola: Il nuovo Direttore Socio Sanitario dell'Asst Bergamo Ovest Dott. Marco Cremonesi



16

SPAZIO BENESSERE

"Venerdì 21Giugno 2019: Solstizio d'Estate"



Adalberto Salvatore Sironi









FONDIARIA - SAI

DIVISIONE FONDIARIA

Agente Procuratore
GIANFRANCO FERRI

Soluzioni Assicurative e Finanziarie per proteggere il presente e garantire il futuro

TREVIGLIO (BG)
Via Abate Crippa, 4 - Tel . 0363 48651 3 linee di r.a.

Fax 0363-284.503 - e-mail info@lafondiariatreviglio.it

PRODUZIONE E VENDITA DIRETTA DI IDROPITTURE E SMALTI PER EDILIZIA



VIA ISTRIA 1 (PIP 2) - 24047 TREVIGLIO (BG) www.muracril.com



ASSOCIAZIONE AMICI DI GABRY Tel. e Fax 0363 305153 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)
Martedì e Venerdì
dalle ore 9.30 alle 11.30
Tel. 0363 305153

DH Oncologico

ASST - Bg Ovest

Ospedale di Treviglio

Lunedì, Mercoledì e Giovedì
dalle ore 9,30 alle 11,30

Tel. 0363 424739

Centro formazione e ascolto "Clotilde Finardi" via Fermo Stella, 13 Caravaggio (BG)

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
Cod. IBAN:
IT 92 D 08899 53643 000000210230
Credito Cooperativo di Treviglio

c/c postale 16386245

A... COME AMICIZIA

Quando ventanni orsono nacque l' Associazione sorse l' interrogativo di come chiamarla. Tra le varie proposte emerse "AMICI DI GABRY", mai una proposto fu più azzeccata!

Quel termine "amici" a distanza di tanto tempo calza perfettamente su come si pone l'Associazione in mezzo alla gente e le testimonianze attuali ne confermano la validità.

Cito solo due eventi: la sede di Caravaggio e l' iniziativa del 5 per mille.

Il 22 maggio ha visto l' apertura nella sua totalità della sede del "Centro di Ascolto e Formazione Clotilde Finardi": una marea di gente e molte autorità sono testimonianze di come è percepita la nostra presenza. Sobria ed efficace, niente di eclatante ma una iniziativa meravigliosa che è stata realizzata con i contributi economici offerti dalla popolazione in questi anni: probabilmente con il nostro lavoro la gente crede in noi e questa per me è una testimonianza di vera amicizia, ci si "fida" di noi!

L'altra iniziativa che voglio sottolineare è quella del 5 per mille. Dalle graduatorie pubblicate a fine marzo dal ministero una cifra importante è stata donata all'associazione dagli utenti in modo autonomo ma la cosa che mi fa inorgoglire è che 720 preferenze ci hanno scelto! In una iniziativa dove oramai tutti chiedono sostegno così tante persone che ci hanno scelto mi fanno pensare che anche questo sia un grande segno di amicizia...come ho già detto ci si "fida" di noi!

Un grande ringraziamento a tutti da parte mia e da tutti i volontari ma ora al lavoro per meritarci e consolidare la nostra presenza che ribadisco è tutta dedicata al nostro territorio.

...HO IMPARATO CHE LE PERSONE POSSONO DIMENTICARE CIO' CHE HAI DETTO, POSSONO DIMENTICARE CIO' CHE HAI FATTO, MA NON DIMENTICHERANNO MAI COME LE HAI FATTE SENTIRE...









SPAZIO SCIENTIFICO

"Dalle Fake News alle Real News



uando una persona viene colpita da una malattia grave – e il tumore maligno è senza dubbio il "male" per eccellenza – l'ansia e lo shock generato dalla diagnosi induce il paziente a intraprendere un "viaggio" alla ricerca di notizie, informazioni, consigli e suggerimenti che rispondano ai molteplici quesiti che iniziano a ronzare in testa.

Le domande che i pazienti si pongono sono molteplici: perché mi è venuto il cancro? Sarà vero che devo proprio fare la chemioterapia? Esistono altre terapie efficaci alternative? Cosa posso mangiare? Posso prendere il sole e andare al mare? La lista di domande è davvero infinita, ma purtroppo è infinto anche l'elenco di coloro che si improvvisano esperti ed elargiscono pareri e consigli: l'amica che pure ha avuto il tumore (ricordate che i tumori e le rispettive cure non sono tutte uguali!), il vicino di casa che segue la dieta vegana ("...e vedi io come sto bene!"), il familiare che dedica intere nottate a leggere sul web come gestire gli effetti collaterali delle terapie, come ridurre il rischio di recidiva, come prevenire un altro tumore: ma come discriminare i siti attendibili da quelli che diffondo notizie-spazzatura?

Senza dubbio la figura dell'oncologo rimane un importante punto di riferimento per il paziente, ma le molteplici fonti di informazioni di facile consultazione - pensiamo ai programmi televisivi in cui c'è sempre "un esperto che risponde a..." o il web in cui si reperisce velocemente una risposta a qualsiasi dubbio – rendono complicato per chiunque discernere fra le notizie vere, attendibili, supportate da un razionale scientifico e le bufale anche chiamate Fake News.

Negli anni abbiamo assistito alla pericolosa diffusione di teorie pseudoscientifiche sulle cure "miracolose" del cancro: dal siero Bonifacio che prese il nome dal veterinario di Agropoli che usava le capre, allo squalene dei nostri giorni per cui la cartilagine di squalo funzionerebbe come una sorta di antidoto, al veleno dello scorpione cubano fino al metodo "Di Bella" e alla cosiddetta "cura Simoncini" a base di bicarbonato.

L'attrazione per le terapie "non convenzionali" è alimentata dal timore e, talvolta, dalla vera e propria disperazione causati dalla diagnosi di malattia e chi promuove queste teorie sfrutta la ricerca di speranza da parte dei malati e dei loro familiari. È inaccettabile che giovani pazienti spesso supportati dai genitori, come evidenziato in recenti episodi di cronaca, siano morti per aver scelto teorie totalmente prive di basi scientifiche. Internet è lo strumento principale con cui i cialtroni fanno leva sulle speranze dei pazienti: in particolare i social media non sono controllabili, non filtrano le notizie e troppo spesso attribuiscono credito a messaggi fuorvianti, le cosiddette fake news.

L'approssimazione scientifica talvolta caratterizza anche i consigli che, in assoluta buona fede, i pazienti si scambiano utilizzando i social network.

Nel rispetto delle scelte del paziente, noi oncologi dovremmo lavorare per fornire informazioni corrette, sapendo ascoltare i bisogni, le attese e le paure del malato.

In tal senso sono senza dubbio utili degli strumenti per insegnare a leggere correttamente le notizie.

Da qui la decisione di **Fondazione AIOM e AIOM** (Associazione Italiana di Oncologia Medica – una società scientifica che riunisce più di 2.500 oncologi medici) di realizzare per la prima volta in Italia un portale esclusivamente dedicato a contrastare la disinformazione in oncologia.

Collegandosi al sito <u>www.tumore-maeveroche.it</u> è possibile reperire informazioni certificate, tempestive e autorevoli, che indirizzano tutti cittadini verso verità supportate dalla medicina basata sull'evidenza.

In questo portale il lettore potrà trovare risposte a molti quesiti, ad esempio: il ruolo della dieta, dell'esposizione al sole, del fumo di sigaretta, del consumo di alcol, della sedentarietà, degli screening e delle terapie (nuove e tradizionali). E, per ogni altra informazione, è possibile chiedere approfondimenti scrivendo agli esperti.

L'Oncologia di Treviglio ha già iniziato ad occuparsi di questa problematica e ad affrontare questo importante problema che ha due aspetti: quello contenutistico (fornire informazioni corrette) e quello prettamente comunicativo (come faccio a far sentire la mia voce e a farmi ascoltare); sul web infatti circolano molto più rapidamente e talora in modo incontrollato le fake news a scapito delle real news.

Nell'aprile scorso l'Oncologia ha partecipato all'evento Openweek-Onda una settimana di iniziative dedicate alla salute della donna – allestendo uno stand nel percorso giallo dell'Ospedale di Treviglio dove sono state fornite consulenze e distribuiti opuscoli informativi in tema di fake news.

Anche nei prossimi numeri ci occuperemo di questa problematica: verranno selezionate delle notizie circolanti sul web e vi verrà fornita una documentata risposta basata sulle evidenze scientifiche ad oggi disponibili.

Auspichiamo che la diffusione di una cultura della corretta informazione diventi una priorità per tutti coloro che fanno informazione e si occupano di comunicazione!

(Notizie tratte da: www.tumoremaeveroche.it)

Per ogni informazione, seguici anche online: www.amicidigabry.it

Karen Borgonovo Oncologa Oncologia Medica ASST - Bg Ovest Treviglio

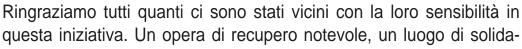
SPAZIO ASSOCIAZIONE

"Ecco la nuova sede della nostra Amicizia"



Dopo un'attenta opera edilizia, il 22 giugno scorso, è stato presentato ufficialmente a tutta la cittadinanza con le autorità e gli operatori del settore nella sua totale funzionalità il nostro "Centro di Formazione e Ascolto Clotilde Finardi" in via Fermo Stella n.17, nel cuore di Caravaggio, con il quale, unitamente alla sede di Treviglio, oggi Amici di Gabry vuole essere sempre più un punto di riferimento importante per la comunità.





rietà di 350 mq su tre piani, un grande spazio moderno e funzionale, strutturato per dare ascolto, ospitare servizi di sostegno e supporto logistico operativo a tutte le problematiche personali e collettive, legate alla malattia oncologica che vanno oltre la cura in ospedale come:





- servizi di aiuto e consulenza al malato e ai suoi famigliari
- attività di informazione e prevenzione con medici esperti del settore
- formazione personale volontario
- ospitalita e pernottamento temporaneo
- attività didattico-terapiche psicofisiche di gruppo...etc...etc...

































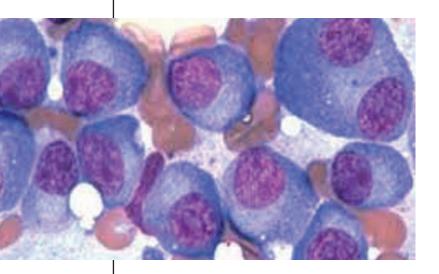








"Il Mieloma Multiplo"



I mieloma multiplo è un tumore che origina nel midollo osseo, dove una cellula, un globulo bianco chiamato linfocita B, subisce un'alterazione genetica e acquisisce caratteristiche tumorali che verranno trasmesse a tutte le cellule che ne discenderanno, denominate plasmacellule. Le plasmacellule sono il risultato della maturazione dei linfociti B che, assieme ai linfociti T, rappresentano le due principali tipologie cellulari coinvolte nella risposta immunitaria.

Il ruolo delle plasmacellule è quello di produrre anticorpi specializzati per combattere le infezioni, chiamati immunoalobuline. Quando i linfociti B alterati cominciano a proliferare in modo incontrollato e, sotto forma di plasmacellule, a produrre una quantità esagerata di immunoglobuline alterate note come componente monoclonale (Componente M), danno origine al tumore. La crescita anomala delle plasmacellule nel midollo può compromettere la produzione delle altre cellule del sangue (globuli bianchi, globuli rossi e piastrine) e dare origine ad un indebolimento delle difese immunitarie (con consequenti infezioni ricorrenti), anemia (che si manifesta con stanchezza, pallore e tachicardia) o difetti nella coagulazione. Inoltre le plasmacellule alterate producono una sostanza che stimola gli osteoclasti, cellule responsabili della distruzione del tessuto osseo e, di conseguenza, si può avere un'erosione del tessuto osseo con la formazione di lesioni multiple di dimensioni variabili. Ne conseguono dolori localizzati, soprattutto a livello del bacino, della colonna vertebrale, delle coste, degli arti, del cranio, dolori che di solito sono più intensi di notte o quando si eseguono movimenti e fratture ossee.

Dall'erosione delle ossa deriva anche un aumento del calcio nel sangue e nelle urine, che sovraccarica i reni e può determinare, insieme alla deposizione delle immunoglobuline alterate a livello del rene, un'insufficienza renale.

Il mieloma è un tumore che colpisce prevalentemente i soggetti anziani, con un'età mediana alla diagnosi di 65 anni. L'incidenza aumenta con l'aumentare dell'età. Negli ultimi quarant'anni è stato riscontrato un aumento dell'incidenza di questa patologia e una riduzione dell'età mediana alla diagnosi: ciò è riconducibile, almeno in parte, al miglioramento delle tecniche diagnostiche.

E' una patologia leggermente più diffusa negli uomini che nelle donne. La razza nera è più colpita della razza bianca (caucasica). In Italia l'incidenza è di circa 8,75 nuovi casi per 100.000 abitanti per anno, in media vengono diagnosticati circa 5600 nuovi casi ogni anno.

A tutt'oggi le cause del mieloma multiplo sono sostanzialmente sconosciute. La diagnosi di mieloma multiplo si basa sulle seguenti indagini: 1)Identificazione della proteina monoclonale nel sangue e/o in campioni di urine delle 24 ore mediante un esame chiamato elettroforesi proteica, altre indagini come l'immunofissazione (per identificare i tipi di proteina monoclonale presenti) e i test che misurano i livelli di catene leggere libere nel siero. Altri esami necessari per valutare se la malattia sia sintomatica e per stabilire la prognosi sono: emocromo con formula, calcio, creatinina, albumina, Beta2 microglobulina, LDH. 2).

Determinazione della percentuale di cellule di mieloma presenti nel midollo osseo mediante agoaspirato midollare (sui campioni ottenuti si possono eseguire test genetici come l'ibridazione in situ con fluorescenza (FISH) che forniscono informazioni aggiuntive sulla prognosi) mediante biopsia osteomidollare; valutazione delle lesioni ossee al fine di identificare possibili fratture o aree di infiltrazione della malattia mediante un esame radiologico completo dello scheletro (TAC total body low dose o PET), risonanza magnetica (RMN) della colonna vertebrale e del bacino.

Non tutti i pazienti con mieloma multiplo necessitano di terapia. Il trattamento è necessario solo in caso di malattia sintomatica (in presenza di ipercalcemia, insufficienza renale, anemia o lesioni ossee) o di malattia asintomatica ad alto rischio.

Negli ultimi anni, la disponibilità di nuovi farmaci, quali gli inibitori del proteasoma (un complesso metaproteico presente in alcune cellule) quale ad esempio il Bortezomib e gli immunomodulanti (IMiDs, quali Talidomide e Lenalidomide) ha reso le terapie più efficaci e ha portato ad un miglioramento dell'aspettativa di vita dei pazienti affetti da mieloma multiplo. Tuttavia, le terapie attualmente disponibili non permettono ancora di ottenere una guarigione. L'obiettivo del trattamento è quindi quello di ottenere un buon controllo della malattia, inducendo, nella maggior parte dei casi, lunghi intervalli senza sintomi della malattia e permettere ai pazienti di avere una buona qualità di vita. La variabile di maggiore importanza per la scelta della terapia è l'età del paziente al momento della diagnosi. I pazienti sotto i 65-70 anni, se non affetti da altre malattie importanti, possono iniziare un trattamento intensivo, che include un autotrapianto di cellule staminali (trapianto autologo).

I pazienti oltre i 70 anni ricevono trattamenti ugualmente efficaci ma meno intensivi.

Per i pazienti candidabili al trapianto autologo il programma terapeutico inizia con la terapia di induzione, che utilizza una combinazione di 3 farmaci (in genere costituita dall'associazione di Bortezomib, Talidomide e Desametasone), seguita da una procedura di mobilizzazione delle cellule staminali e dall'autotrapianto. Dopo il trapianto oggi i pazienti hanno una opportunità in più: la terapia di mantenimento con un farmaco immunomodulante orale (Lenalidomide).

Per i pazienti non candidabili al trapianto disponiamo per la terapia di induzione di 2 principali categorie di farmaci: gli immunomodulanti per via orale (terapia continuativa) e gli inibitori del proteasoma in combinazione a chemioterapici e cortisonici (terapia con durata definita).

Attualmente sono disponibili diverse terapie efficaci anche per il mieloma multiplo recidivato/referattario: inibitori del proteasoma di seconda generazione (Carfilzomib e Ixazomib), nuovi IMiDs (Pomalidomide) e anticorpi monoclonali (Daratumumab ed Elotuzumab).

Daniela Petrò Oncoematologa ASST - Bg Ovest Treviglio



SPAZIO CULTURA

"L'aglio rosa di Lautrec"



Curiosità tra storia e leggenda liberamente assemblate da Erminio Bellini

I generale Lautrec (Odet de Foix visconte di Lautrec 1483-1528) ha legato perpetuamente il suo nome a Treviglio a seguito della vicenda del miracolo della Madonna delle lacrime del 1522; una fortuna postuma per il personaggio, giacché se non fosse per quel fatto ancora vivamente ricordato a livello locale. sarebbe sprofondato nell'oblio, nonostante fosse stato tra i protagonisti degli eventi storici della sua epoca. Ma poiché ebbe la malasorte di essere ai vertici del comando in due fasi belliche delle cinquecentesche guerre d'Italia che videro la sua parte perdente (nel 1522 e 1528), fu prontamente dimenticato dai suoi connazionali francesi, sempre molto attenti al culto dell'orgoglio patrio, al punto che non si preoccuparono neppure di recuperarne le spoglie, dopo la morte a Napoli, e fu rapidamente cancellato dalla storia.

L'Aglio rosa di Lautrec

Il suo nome era "Odet", ereditato dal nonno materno Odet d'Aidye; il suo cognome (la famiglia) era "De Foix", che condivideva con re e regine, principi e nobili di questa importante ed antica casata dei Pirenei, anche se "ilnostro" proveniva da un ramo cadetto e dovette sudare sette camicie per emergere e conquistarsi una posizione di rilievo.

Lautrec era il nome del primo feudo di cui divenne visconte subentrando nel titolo al padre Jean che a sua volta lo ebbe dal nonno Pierre, fratello minore del re (consorte) di Navarra Gaston VI° De Foix. Poi vennero altri titoli e feudi, di altri ancora ne rivendicò i diritti senza ottenerli, quali quello di re di Navarra; ma ora fermiamoci a quella località che lo identificò in vita e con cui è arrivato fino a noi

"Lautrec" è un piccolo villaggio del sud-ovest della Francia, nel dipartimento del Tarn (principale fiume della zona), regione del Midi-Pirenei; fu anticamente roccaforte degli eretici albigesi, debellati nel XIII° secolo da una crociata che vide dalla loro parte un Ruggero De Foix, antenato del generale. Attualmente conta circa 1800 abitanti ed è annoverato tra i borghi medioevali più belli e meglio conservati di Francia.

Nel borgo di Lautrec vi è un'antica e tipica produzione agricola, quella dell'aglio rosa, a tutt'oggi molto bene valorizzata. Anche Treviglio aveva in passato, fino a pochi decenni orsono, un'importante e tradizionale coltivazione di aglio rosso, ben documentata nella ricerca: 'Le antiche produzioni orticole trevigliesi: la cipolla piatta viola, l'aglio rosa, il cetriolo moscatello....' di Luigi Minuti in col-

laborazione con Maurizio Monzio Compagnoni.

La curiosa e particolare comunanza avrà forse giocato a favore della clemenza del generale verso i trevigliesi nei fatti del febbraio 1522? A parte la battuta scherzosa, riportiamo le seguenti notizie raccolte, che documentano come altrove si sia incentivata l'economia locale facendo tesoro anche di una semplice tradizione agricola minore, diversamente da noi che ne abbiamo perso, in particolare con il pregiato 'moscatello', traccia ed opportunità:

Nella ricerca di informazioni sul borgo di Lautrec abbiamo pure riscontrato la presenza di una tradizionale fabbricazione artigiana di zoccoli in legno che inevitabilmente ci ha rammentato il nostrano "albero degli zoccoli".

A tutt'oggi nel piccolo borgo si celebra annualmente una tradizionale "festa dell'aglio rosa di Lautrec" con concorso di composizioni artistiche realizzate con i bulbi d'aglio, gara d'intreccio del grappolo più lungo, degustazioni di piatti a base d'aglio, grande assemblea della Confraternita dell'Aglio Rosa di Lautrec. Nei due giorni di sagra si contano oltre 20.000 visitatori, e si consumano 2.000 litri di zuppa d'aglio, il record di aglio intrecciato è stato di metri 23,75.

La leggenda locale fa risalire la prima comparsa dell'aglio rosa al Medioevo, quando un mercante di passaggio si fermò a Lautrec per ristorarsi. Non avendo denaro, pagò il pasto con begli spicchi rosa. Questi, piantati dall'albergatore, si diffusero poi in tutta la regione.

Tra il 1800 e il 1900, l'aglio fu coltivato in piccole quantità negli orti dalle 5 alle 10 are e venduto nei mercati locali. Dopo la seconda guerra mondiale la coltivazione tradizionale dell'aglio in manouille (grappoli) si è ulteriormente sviluppata grazie alle più ampie superfici dedicate ed all'impegno di giovani orticoltori,

costituitisi in Confraternita (l'equivalente della nostra associazione) che hanno promosso la attribuzione di un marchio di qualità per ottenere il quale è necessario che si rispetti un rigido disciplinare di produzione che precisa alcuni elementi quali le condizioni di preparazione dei semi, le date di piantagione, la rotazione colturale, la quantità dei concimi, le date di raccolta, le condizioni di essicazione, cernita e confezionamento.

L'aglio rosa di Lautrec trae le sue qualità prima di tutto dai versanti argillosi e calcarei del Dipartimento del Tarn, dove la superficie dedicata all'aglio rosa di Lautrec con marchio è di 320 ettari suddivisi in 88 comuni del sud est del Dipartimento.



Erminio Bellini ("Mimmo" per gli amici) Architetto trevigliese, ricercatore e storico appassionato del '500



SPAZIO PSICOLOGICO

"Volevi tenermi nascosta una cosa così importante!?"



Tante sono le domande che genitori che si trovano catapultati nella malattia oncologica si pongono, e svariati sono i modi per affrontarla, ma una domanda è comune: "Cosa possiamo dire ai nostri figli?"

aniela racconta la sua esperienza di come ha affrontato la diagnosi e le prime terapie con i suoi figli, sottolineando l'importanza di rendere possibile l'espressione ed il confronto sui dubbi e sulle emozioni, e di rispondere alle domande dei

bambini con trasparenza e rassicurazione, per evitare che possano essere inutilmente assaliti da sensi di colpa e pensieri spaventanti e preoccupanti, che altrimenti potrebbero ingigantirsi e diventare ingestibili.

Inizialmente non è stato per nulla facile capire come affrontare la nuova "situazione"; io stessa facevo fatica a realizzare cosa mi stesse succedendo, a cosa stavo andando incontro, come sarebbe finita... infatti avevo deciso di non dire esattamente ai miei figli (Camilla di 10 anni e Andrea di 7) tutta la verità, ma, nella convinzione di proteggerli, gli avevo semplicemente raccontato solo una parte di tutto quanto stesse accadendo.

"La Mamma ha una pallina fastidiosa e dolorosa al seno da togliere con un semplice intervento" - questa è stata per loro la versione ufficiale fino a dopo l'operazione.

Fortunatamente durante questo cammino ho incontrato alcune persone (medici, chirurghi e compagne di sventura) che mi hanno fatto riflettere sulle mie convinzioni e, insieme al mio compagno, siamo arrivati alla conclusione che andava comunicato tutto ai nostri figli, con le dovute parole e con il linguaggio più consono alla loro età, senza tralasciare nulla, neanche la spaventosa parola "cancro".

Quindi una volta tornata a casa dopo

l'intervento, durante una merenda in famiglia, abbiamo affrontato il discorso: gli ho spiegato che il nostro corpo è pieno di cellule, che sono tutte buone e si tengono per mano, ma ogni tanto può capitare che una di loro faccia la monella e diventi cattiva causando una malattia pericolosa, e quindi va tolta!

La prima reazione di Camilla (la più grande) è stata dirmi: "Mamma ma tu volevi tenermi nascosta una cosa così importante?" e poi: "Ecco perché a volte eravate con uno sguardo così triste o vi allontanavate a parlare al telefono".

Andrea, invece, con la semplicità dei suoi sette anni mi ha detto: "Mamma, ma devi morire?" e poi: "Tu non muori, vero?".

Ci siamo resi conto in quel momento dello sbaglio enorme che stavamo commettendo nel non dirgli la verità, di che film si erano già fatti nelle loro testoline con situazioni ancor più drammatiche di quanto non fosse già la realtà, del senso di frustrazione nel capire che qualcosa di grave stava accadendo e nessuno si degnava di metterli al corrente, anzi, tutti gli nascondevano tutto.

Da allora gli abbiamo sempre spiegato quello che stava accadendo passo dopo passo: visite, esami, terapie, effetti collaterali, caduta dei capelli; ed il fatto di essere al corrente di tutto li ha sicuramente rasserenati.

Loro sanno che la cellula cattiva è stata tolta e la mamma è guarita, ma deve fare la chemio per evitare che torni; purtroppo, come tutte le medicine, ha degli effetti collaterali e questi sono molto forti, ma, una volta finito tutto, mamma non si ammalerà più; e questo gli fa affrontare la situazione con meno ansia.

Finito di spiegargli tutto e riacquistata un po' di serenità, è giunta l'ora di iniziare la chemio e in questa fase sono stati e sono tutt'ora loro a darmi la forza ed il coraggio di proseguire il cammino; sono loro che mi fanno sorridere anche nei momenti più bui e sono ancora loro con le loro uscite spontanee ed improvvise che ogni volta mi stupiscono.

Man mano si avvicinano timidamente alla nuova situazione, passando dal momento in cui Andrea non mi voleva assolutamente vedere senza foulard in testa a quando ultimamente mi ha detto: "Perché metti la parrucca per uscire?" (ed i miei capelli ora sono sì e no lunghi un centimetro...) Oppure iniziando man mano a voler toccare il mio seno operato, chiedermi di vederlo esclamando: "lo ti voglio vedere così come sei mamma, a me vai bene così!". L'ennesimo insegnamento dei bambini... Quanto abbiamo da imparare da loro!

Camilla, invece, essendo femminuccia ed un po' più grande, ha sempre bisogno di essere informata sul mio stato di salute per stare tranquilla e continua a chiedermi come sto e quando devo fare le terapie. Se sa quando le faccio, è più tranquilla; se mi dimentico di dirle che quel giorno la faccio e lei lo capisce da sola o lo viene a sapere dopo, è più nervosa. Entrambi a loro modo e con i loro tempi stanno affrontando la situazione; e tutti insieme, un giorno bene e un giorno un po' meno bene, stiamo cercando di proseguire per questo nuovo cammino mano nella mano.

Sostieni "Amici di Gabry" Dona il tuo 5 per mille indica il codice fiscale della nostra associazione: 02645050168

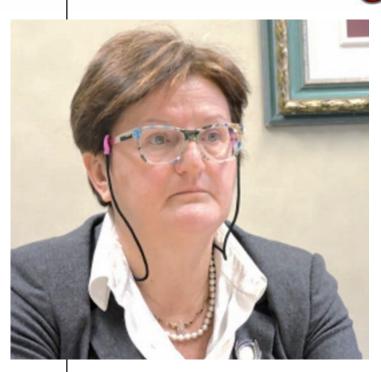
(La destinazione del 5 per mille non interferisce con quella dell' 8 per mille per le opere sociali dello Stato e delle Chiese.)

Luisa Bonetti
Psico-Oncologa
dell'Associazione
Psicologa dell'U.O.
di Oncologia Medica
ASST - Bg Ovest
Treviglio



L'INTERVISTA A...

"Dr.ssa Flavia Simonetta Pirola, la nuova Direttrice Socio Sanitaria dell'ASST Bergamo Ovest"



Abbiamo incontrato la **Dott.ssa Flavia Simonetta Pirola**, nuova Direttrice Socio-Sanitaria dell'ASST BG-OVEST, alla quale abbiamo posto alcune domande.

1- Cosa ne pensa della esperienza maturata in questi mesi alla ASST Bergamo Ovest?

E' un'esperienza positiva, ricca di nuovi contenuti e di rapporti con le persone. Dal 15 febbraio, quando sono arrivata qui da Lecco, ho potuto cimentarmi nell'ambito delle attività socio sanitarie per portare anche il mio contributo per il buon andamento della salute anche in questa popolazione. Subito ho iniziato le visite sul nostro territorio, nei Preest (vecchie sedi dei distretti), nei consultori, nei poliambulatori, alla neuropsichiatria infantile, ai centri di salute mentale e

della prevenzione delle dipendenze. Ho incontrato gli operatori ed i dirigenti delle diverse unità operative, per conoscerci ed avere da subito un rapporto diretto con loro. Ho partecipato anche a convegni scientifici su temi sanitari o socio-sanitari dai contenuti complessi. Ho avuto modo insomma di constatare una realtà vivace ed articolata.

2- Quanto è importante l'abbinamento in uniche mani delle competenze del socio e del sanitario?

E' un'intuizione importante per poter davvero realizzare l'integrazione ospedale territorio. In Lombardia l'assistenza ospedaliera è di buonissima qualità e buona anche quella territoriale. Ma il territorio è sempre stato un poco una Cenerentola, una parte residuale rispetto all'ospedale. Nelle mie precedenti esperienze di direttore sanitario, il tempo dedicato a tematiche quali quelle della salute mentale, dell'assistenza domiciliare, quelle trattate nei consultori era sempre insufficiente perché per la maggior parte ero assorbita dai temi dell'ospedale. Ma oggi è necessario davvero invertire la tendenza. Oggi con il sostanziale miglioramento delle condizioni di vita, con le vaccinazioni, con le nuove terapie anche contro il cancro la vita si è "allungata". Da diversi anni gli italiani sono tra i più longevi al mondo: la cosiddetta speranza di vita si è allungata ed oggi chi nasce o chi ha sessant'anni può aspettarsi di vivere oltre gli 85 anni! Ma l'allungamento della vita fa sì che alcune malattie per le quali un tempo si moriva oggi vengono curate quando si manifestano e diventano croniche, cioè le avremo finchè vivremo. Alcune di loro ci rendono per alcuni aspetti meno attivi ed in alcuni casi anche disabili alle attività quotidiane della vita. Pensate alla demenza, alla cecità o alle amputazioni dei piedi nel diabete avanzato e mal curato o alle fasi alterne dei trattamenti oncologici fino alle condizioni terminali. Sono quello che si dice "l'aumento degli anni di vita con disabilità", per i quali il nostro paese purtroppo anche in questo caso ha un primato a livello internazionale. Ma anche il semplice avanzare degli anni ci rende sempre meno autonomi nella nostra quotidianità. Dal punto di vista sociale, le famiglie sono cambiate e sono sempre di più le persone che vivono sole in casa, soprattutto anziane oltre i 75 anni rimaste vedove e con i figli che ancora lavorano. Ecco perché diventa importante sviluppare tutto quello che è socio-sanitario, per affiancare questi ultrasettantenni a migliorare le proprie condizioni di vita e ridurre le complicazioni e le disabilità che una malattia cronica o il semplice avanzare dell'età comporterebbero.

3- La nostra associazione da anni è a fianco dei pazienti oncologici dentro e fuori dall'ospedale. Come pensa possiamo collaborare?

I pazienti oncologici sono una grande parte di quei pazienti che grazie ai progressi della diagnosi precoce e delle cura hanno visto in questi ultimi tempi l'allungamento della vita. Di tumore un tempo si moriva in breve tempo. Oggi per la maggior parte delle malattie oncologiche non si muore più o di gran lungo molto in là nel tempo. Pensiamo ai progressi per i tumori della mammella o dell'intestino in generale, dove anche la diagnosi e l'intervento precoce insieme alle nuove terapie favoriscono la guarigione della malattia in buona parte dei casi e ne attenuano le conseguenze negli altri. Ma l'impatto personale di questa diagnosi grava ancora molto sulla psiche del singolo e su tutta la famiglia che lo circonda. Tutti i mie amici e parenti, e comunque da tutte le indagini sociologiche condotte, riferiscono che al momento della comunicazione della diagnosi cambia la loro prospettiva di vita. I medici e tutti gli operatori sanitari vengono formati sia a come comunicare la diagnosi sia a come assistere e supportare quello che è diventato un paziente. Ma tutto questo avviene per piccoli momenti della vita quotidiana, per 15 giorni alla diagnosi, per i periodi di chemioterapia o radioterapia, per la visita di controllo ogni tre o sei mesi... Ma tutto il resto del tempo le istituzioni sanitarie "non ci sono" e non potrebbero esserci. Ecco dunque l'importante ruolo delle associazioni di volontariato che aggregando persone con patologie in atto riescono a costruire delle piccole comunità dove i pazienti si possono confrontare, capire come altri hanno affrontato le stesse problematiche, vedere come si possono risolvere; dove i volontari, che spesso sono anche gli stessi operatori sanitari, si prodigano a prendersi cura di ognuno in funzione delle condizioni del momento. Il volontariato, proprio perchè costituito da persone appartenenti allo stesso territorio, che vivono negli stessi paesi dei pazienti, ha il valore aggiunto di una capillarità nel contesto di appartenenza e di una presenza che copre la quotidianità della vita. Il volontariato inoltre può coinvolgere le persone affette da malattia cronica in attività che conducono a stili di vita che permettono di prevenire le complicanze, che aiutano ad essere regolari nei controlli, che "fanno stare bene" dal punto di vista psicologico anche solo perché

si va insieme al cinema, a fare una passeggiata o perché ho partecipato ad incontri informativi a tutto campo sulla mia malattia.

4- L'associazione avendo molto a cuore il benessere e la qualità di vita dei nostri concittadini oncologici lavora per una valorizzazione delle strutture della nostra ASSL che assiste circa 650 nuovi pazienti/anno. Come vede l'impegno della Direzione nella crescita della nostra Oncologia?

Questa Direzione ha posto in primo piano ulteriormente il rapporto di integrazione tra i propri servizi con il volontariato ed il terzo settore. Questo significa in primo luogo ascolto ed in seguito valutazione delle proposte ed attuazione delle stesse in maniera integrata laddove possibile. Ed il "laddove possibile" deve costantemente estendersi per le ragioni dette prima. Abbiamo già convocato e riattivato la consulta del volontariato, riunitasi ad aprile e si riunirà di nuovo ai primi di giugno. Questo spazio, a cui anche "Gli amici di Gabry" aderisce, è un momento di confronto fra associazioni e direzione per definire le line di sviluppo ed i modi delle collaborazioni, gli ambiti di sviluppo, le iniziative da intraprendere ed appoggiare, i punti ancora di scarsa attenzione.

In ambito oncologico, negli ultimi tempi è stata attività la rete delle cure palliative e, come annunciato recentemente dal Direttore Generale dr. Assemberg intendiamo ricoprire il posto di primariato di Oncologia.

5- Il percorso dei pazienti al di fuori dell'ospedale è ancora carente. Quale è la sua visione circa questa continuità ospedale-territorio?

Va rafforzata tutta la catena della cosiddetta assistenza al malato cronico, quale diventa anche quello oncologico, rendendo più attivi ed efficaci i punti di assistenza diffusi sul territorio. Questo secondo anche quanto previsto dalla nuova legge lombarda per l'assistenza al malato cronico. Dobbiamo essere più attenti alle richieste del territorio, intendendo con questo tenere in maggior conto quanto ci viene segnalato dalle associazioni quale la vostra, dalle assistenti sociali dei comuni, dai medici e pediatri di famiglia, da tutti coloro che sono molto vicini ai pazienti e che hanno un punto di vista diverso da noi operatori e naturalmente dai pazienti stessi. Come si suol dire, da solo posso vedere solo una faccia della luna, ma con altri in altre postazioni posso vedere la luna al completo. Ed in questo ci dobbiamo impegnare.

> Marco Cremonesi Vicepresidente dell'Associazione Amici di Gabry









ei mesi Aprile-Maggio abbiamo assistito ad una variabilità nelle temperature con escursioni termiche eccezionali e una piovosità, soprattutto nel mese di Maggio, con rovesci temporaleschi. A questo dobbiamo aggiungere la grandine che da zona a zona ha distrutto gli ortaggi e i pochi sopravvissuti sono rimasti bloccati nella crescita e molti orticoltori hanno dovuto riseminare o acquistare nuove sementi per rimpiazzare quelle distrutte come le Lattughe, Pomodori, Peperoni e Melanzane. Purtroppo se questo andamento meteo continuerà nei mesi estivi le nostre coltivazioni saranno sot-toposte ad attacchi di qualsiasi tipo come le malattie crittogame come Peronospora, Oidio e Ruggine che, attaccherebbero in prevalenza le solanacee con la conseguente attivazioni de marciumi del collare indebolendo cosi le nostre coltivazioni e semine per preparare le piantine autunnali. Inoltre, gli ortaggi sottoposti a questi stress meteo saranno sicuramente indeboliti e di conseguenza non avranno la forza di sostenere le infestazioni parassitare tipiche dell'estate come il Ragnetto Rosso, Afidi e Nematodi Galligeni). Quindi dobbiamo mettere in atto tutti i trattamenti di prevenzione "aiutando" i nostri ortaggi per tutto il periodo estivo, ma cosa fare ? Armiamoci di santa pazienza e iniziamo a porre in opera le azioni di salvaguardia e non aspettiamo che, le malattie fungine e gli attacchi parassitari si manifestino perché a quel punto sarebbe troppo tardi e le azioni conseguenti sarebbero funeste per tutte le nostre colture con soluzioni "fai date" come:

Poltiglia Bordolese e/o Zolfo
Per Solanacee e Cucurbitacee per prevenire
le malattie fungine, Questo prodotto lo potrai acquistare i nei negozi specializzati, ma queste soluzioni non può essere utilizzate contro i parassiti. Usare le soluzioni minerali con parsimonia dato che, in questo caso, il rame e lo zolfo con il tempo possono saturare il suolo.

Macerato di Ortica e Consolida Maggiore Per una duplice azione antiparassitaria e fertilizzante, raccogliere le punte dell'ortica e Consolida (solo le foglie) ponetela un recipiente a tenuta al fine di controllarne la quantità e sigillare il suo fastidioso odore che viene

generato nella fermentazione. Le dosi sono le seguenti:

Macerato Repellente Antiparassitario : 1Kg di Ortica con 10Litri di acqua fermentazione 20-48 ore da spruzzare come repellente per Ragnetto Rosso, Afidi e Cimici Verdi o Nere almeno ogni settimana ed in periodi non pio-

vose, se no viene dilavato.

Macerato Fertilizzante (sia fogliare che radicale) 1Kg di Ortica con 10Litri di acqua con fermentazione a 30gg dopo di che per il suo uso fertilizzante IMPORTA diluire nella misura 1litro macerato/10 litri acqua irrorando il piede della pianta.

Stessa metodologia della preparazione deve la preparazione del essere utilizzata per

Macerato di Consolida Maggiore.

Macerato di Equiseto

Raccogliere 100gr, di Equiseto (Coda Cavallina) e metterlo in un contenitore con 1 litro di acqua, lasciare macerare per almeno 10 giorni, rimestandolo giornalmente, un segnale dell'avvenuta macerazione è la formazione di una schiuma in superficie del liquido, Per maggior cautela lasciamo il liquido in macerazione per alcuni giorni ancora dopo di che è pronto per l'uso, Le modalità sono le seguenti: diluire 1litro macerato / 5 litri di acqua, irrorare tutta pianta fino a percolazione del liquido lungo il fusto della stessa almeno una volta alla settimana.

Ricordarsi che le macerazioni vanno rimestate (in modo circolare) quotidianamente con un bastone fino a creare un piccolo vortice, in modo tale da ossidare la poltiglia in macera-

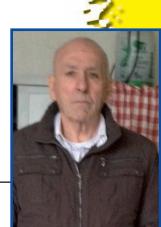
zione.

Un suggerimento, se non avete la possibilità, e la mobilità, per la raccolta delle erbe sopra descritte potete trovarle in erboristeria ed acquistare le erbe officinali sopra descritte già

essiccate.

Ricordatevi che 100grammi di secco corri-spondono ad un 1 KG una volta poste in macerazione. Questi macerati si possono tro-vare già pronti sul mercato On Line o nei negozi specializzati già in confezione pronta per l'uso, ma se potete fare delle passeggiate nei campi, studiare e raccogliere le erbe preparando i macerati migliorerete la vostra salute mentale e fisica, inoltre darete un sollievo, non indifferente, al vostro portafoglio.

> Adalberto Salvatore Sironi Referente del Gruppo Orti Biodiversi Caravaggini







Tema libero sviluppato dagli studenti dell' Istituto di Istruzione Superiore Statale LICEO ARTISTICO "S. WEIL" TREVIGLIO

Gruppo di lavoro, alunni: Laura Pioggia, Anna Pirovano, Elena Vescovi



AMICI DI GABRY - ONLUS

Sede Associativa V.le Oriano, 20 • 24047 Treviglio (BG) - Tel. e Fax: 0363 305153 Centro formazione e ascolto "Clotilde Finardi" - Via Fermo Stella,17 - Caravaggio (BG) info@amicidigabry.it - www.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.

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, presso Day Hospital Oncologico

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

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

Più forza ad Amici di Gabry < Più forza all'Oncologia > < Più servizi ai malati > II TUO SOSTEGNO È IMPORTANTE

DONA IL TUO 5 PER MILLE

Apponi una firma nell'apposito riquadro del tuo modello fiscale (CUD/730/Unico) e il 5 per mille della tua imposta sul reddito verrà destinato ad "Amici di Gabry".

Per sceglierci dovrai indicare il codice fiscale dell'associazione.

02645050168

La destinazione del 5 per mille non interferisce con quella dell' 8 per mille per le opere sociali dello Stato e delle Chiese.

"PIù DONI MENO VERSI".

Se sostieni "Amici di Gabry" con una donazione, puoi godere di benefici fiscali. Conserva la ricevuta postale o bancaria per la prossima dichiarazione dei redditi.

ASSOCIATI

15,00 € per i soci ordinari, 150,00 € per i soci sostenitori

Per effettuare un versamento scegli una di queste modalità:

• C/c postale n°16386245 intestato ad "Associazione Amici di Gabry"

Via Matteotti 125 - 24045 Fara Gera D'Adda.

 Bonifico bancario sul c/c 210230/31 - CREDITO COOPERATIVO DI TREVIGLIO Cod. IBAN IT92D088995364300000210230

SE HAI BISOGNO DI ULTERIORI CHIARIMENTI

CHIAMA IN SEDE AL NUMERO 0363 305153

ONLUS - Sede Legale: via Matteotti, 125 - Fara Gera d'Adda (BG) Sede Associativa: viale Oriano, 20 - Treviglio (BG)