



PERIODICO DELL'AVIS COMUNALE DI CUNEO

Aut. Trib. Di Cuneo n. 5/85 del 22-4-85 - Direttore Responsabile: Lorenzo Boratto - Direzione Amministrazione: Cuneo Via B. Bruni, 15 Tel 0171/66288 info@aviscuneo.eu - www.aviscuneo.eu
Poste Italiane s.p.a. - Spedizione in Abbonamento Postale-D.L. 353/2003 (conv. In L. 27/02/2004 n°46) art 1, comma 2, DCB/CN - nr. 3/ Dicembre 2018 - Stampato Tipografia MUSSO snc

Screening cancro mammella anno 2016 in provincia di Cuneo

Monica Rimondot, Marta Caveglia, Silvia Peretti, Lorenzo Orione - Unità di Valutazione e Organizzazione Screening (U.V.O.S.), Cuneo

Nel corso dell'anno 2016, nell'ambito dello screening del cancro della mammella in provincia di Cuneo, sono state invitate 35183 donne nella fascia tra 50 e 69 anni e 12541 tra 45 e 49 anni. Ha aderito, rispettivamente, il 76.8% e l'83.5% delle convocate, eseguendo una mammografia bilaterale. Ad esse si sono aggiunte 590 donne di età compresa tra 70 e 74 anni che hanno aderito spontaneamente attraverso una telefonata all'Unità di Valutazione e Organizzazione. Tali mammografie sono state effettuate presso uno dei cinque centri di primo livello del Programma, rappresentati da Cuneo, Mondovì, Ceva, Savigliano e Bra.

I risultati che verranno presentati sono suddivisi rispetto ai casi in cui, indipendentemente dall'età, la donna ha eseguito per la prima volta una mammografia nel Programma di Screening (primi esami) e quelli in cui invece la donna si è presentata a una mammografia dopo avere già eseguito il test in passato (esami successivi); infatti, questo secondo gruppo di assistite gode di una protezione ancora superiore, dovuta al fatto di avere già eseguito un controllo mammogra-

fico in passato.

Su 6145 donne che hanno svolto per la prima volta la mammografia in Prevenzione Serena, il 7.9% è stato richiamato per un approfondimento mammografico, ecografico, citologico o istologico. Tra esse una piccola quota ha avuto l'indicazione all'intervento chirurgico, a seguito del quale sono stati identificati 20 tumori benigni e 49 tumori maligni. Quindi, ogni 1000 donne sottoposte al test, in 8 è stato diagnosticato un adenocarcinoma. Dei 49 casi di cancro, 32 risultavano avere un diametro inferiore a 20 millimetri, correlandosi con un vantaggio prognostico molto elevato.

Tra le 30956 donne che hanno svolto una successiva mammografia in Prevenzione Serena, il 2.7% è stato convocato per un approfondimento mammografico, ecografico, citologico o istologico. Tra esse, ad una piccola quota è stato consigliato l'intervento chirurgico, a seguito del quale sono stati individuati nel corso dell'anno 18 tumori benigni e 134 tumori maligni. Dunque, ogni 1000 donne sottoposte al test, 4.3 hanno avuto una diagnosi di adenocarcinoma.

Dei 134 casi di cancro, 106 apparivano di dimensioni inferiori a 20 millimetri, il che rappresenta un vantaggio prognostico importante.

Pertanto, di cancro della mammella si può guarire: ciò che è fondamentale è aderire alla proposta di diagnosi precoce, che il Programma denominato Prevenzione Serena offre a tutte le donne in età eleggibile purché risultino asintomatiche al momento dell'invito; infatti, tale asintomaticità è proprio la condizione che permette quella anticipazione diagnostica del test che si lega ad un'altissima probabilità di guarigione in caso di identificazione di un tumore nelle sue fasi iniziali di sviluppo. Resta tuttavia sempre aperta la pur rara possibilità che un tumore a rapida evoluzione si sviluppi nell'intervallo tra due convocazioni; quindi, nel caso in cui una donna percepisce un nodulo o qualunque altro segno tra due mammografie di screening deve rivolgersi a Prevenzione Serena, che le fornirà un immediato approfondimento diagnostico.

Per prenotazioni e/o informazioni:
0171.450634 dal lunedì al venerdì dalle 8.00 alle 10.00 e dalle 13.30 alle 15.30.

Semplici regole per il controllo della pressione arteriosa

Dr. Natalino De Benedictis - Medico Chirurgo / Specialista in cardiologia

L'ipertensione arteriosa (IA) è la malattia più diffusa al mondo e la frequenza delle sue complicazioni è collegata, in larga misura, al grado di innalzamento della pressione arteriosa (PA): quanto più la PA è elevata tanto più precoci e frequenti sono le complicazioni.

Ormai, grazie alle informazioni dei giornali e le campagne di prevenzione, sono noti a tutti i fattori di rischio di questa malattia. Così, compiuti i 40 anni, a maggior ragione se si è soggetti a stress, se si fa una alimentazione squilibrata, se si esagera nell'uso del sale e dell'alcool, se si è fumatori, è invalsa in molti, la lodevole abitudine di controllare la PA.

Gli sfigmomanometri a mercurio e aneroidi sono gli apparecchi più comunemente usati nell'ambulatorio medico, mentre l'apparecchio digitale automatico è sicuramente il più adatto per la misurazione domiciliare.

Misurare correttamente la PA è condizione fondamentale perchè, errori di esecuzione o non rispettare alcune regole, può causare il mancato riconoscimento di uno stato ipertensivo o, al contrario, determinare una sovrastima dei valori pressori con la conseguenza di essere classificati erroneamente come ipertesi.

Le poche semplici regole sono sufficienti per un corretto controllo pressorio, sia che questo sia effettuato in ambulatorio che a domicilio:

- 1) non bere caffè o the, non fumare, non assumere cibi per almeno un'ora prima di procedere alla misurazione;
- 2) non utilizzare decongestionanti nasali o colliri, in caso di raffreddore o irritazioni oculari,

nelle ore che precedono la misurazione;
3) urinare, se si sente lo stimolo, prima della misurazione;

4) aspettare 5 minuti di quiete dopo aver messo il bracciale prima di misurare la pressione e poi misurare nuovamente dopo 2 minuti e ancora dopo altri 2 minuti; tenere presente come valore la media delle 3 pressioni sia per la pressione massima che minima.

E' opportuno, negli autocontrolli domiciliari, misurare la pressione prima di colazione e prima di cena, essendo la PA un parametro variabile nell'arco della giornata.

Ultima nota per coloro che usano lo sfigmomanometro tradizionale: il fonendoscopio non va mai messo sotto il manicotto, ma appoggiato sul lato interno della piega del gomito per non rischiare di avere valori più alti della norma.

I "Cantalegher" ti cercano!!!

La corale i "CANTALEGHER", gruppo di canto popolare spontaneo, è nato nel 2005 con l'intento di portare una ventata di allegria nelle case di riposo per anziani. Il loro motto recita: "Il canto dona il sorriso al cuore di chi canta, e ugualmente il canto dona il sorriso nel cuore di chi ascolta".

Cerchiamo amici che vogliono iniziare un nuovo percorso insieme a noi!

Per informazioni rivolgersi al Sig. Pier Ugo Zavattaro 3493136895.

... CI AFFIDIAMO AL VOSTRO BUON CUORE... MA ANCHE FEGATO, CORNEE, POLMONI SONO BENE ACCETTI...!



AIDO COMUNALE CUNEO/BORGO SAN DALMAZZO

Se vuoi aderire alla donazione organi ritira e compila il modulo per iscrizione presso il Centro Trasfusionale o in sede AVIS. Dopo averlo compilato riconsegnalo e riceverai la Tessera Associativa.

Cari Avisini,

l'anno 2018 sta terminando portandosi dietro un bagaglio di avvenimenti belli e meno belli.

Purtroppo sono stati tanti gli eventi tristi che ci hanno obbligati a riflettere su quanto si debba ringraziare ogni giorno per il dono della vita: non possiamo non ricordare le vittime del ponte Morandi a Genova, le alluvioni che hanno devastato molte province e mietuto vittime da Nord a Sud, i barconi degli immigrati che scappano dalle guerre e dalla fame, i licenziamenti con chiusure di aziende, la disoccupazione giovanile, i femminicidi che stanno diventando una vera e propria piaga sociale.

Ma come tutti gli anni anche il 2018 ha avuto tanti momenti belli, il buono della nostra società spesso passa sottotono ma dobbiamo dire che c'è ed è bello poterlo celebrare.

Ci sono stati tanti momenti belli che ci hanno fatto sognare: la medaglia d'argento della pallavolo femminile ai mondiali, la gara di solidarietà per aiutare il piccolo Alex, bambino londinese affetto da una grave patologia, il coraggio di Luca papà single che adotta una bambina down rifiutata da sette famiglie. E poi non possiamo dimenticare il buono della quotidianità: i tanti malati guariti grazie alle trasfusioni di sangue, i piccoli gesti di solidarietà e volontariato che ancora rendono speciale la nostra società.

Ed è con queste immagini che voglio fare a tutti i nostri volontari i miei più cari auguri.

Ci tengo a ringraziare tutti i donatori: persone comuni che, allungando un braccio, compiono un grandissimo atto di umiltà nel chinarsi verso altri esseri umani in difficoltà. Persone che dedicano qualche ora del loro tempo ad aiutare chi soffre senza ricevere nulla in cambio.

Sono grata di far parte di questo mondo fatto di generosità, solidarietà ed altruismo.

A Voi e alle Vostre famiglie, giungano i miei più sinceri auguri di Natale e un sereno e felice Anno nuovo da parte mia e di tutto il Consiglio Direttivo.

Con simpatia ed affetto.

Presidente
Rosina De Luca

IMPORTANTE

Si invitano tutti i donatori, qualora non lo avessero già fatto, a passare in sede negli orari di segreteria per compilare il modulo di autorizzazione al trattamento dei dati personali. Grazie!



La sede Avis di Cuneo rimarrà chiusa dal 24 dicembre al 6 gennaio compresi.

La segreteria augura Buone Feste

Apertura straordinaria il 28/12 orario 9-12 per prenotazioni "Befana Avisina"

L'AVIS CUNEO E LA STRACÒNI 2018



Anche quest'anno, l'AVIS COMUNALE DI CUNEO ha partecipato attivamente alla tradizionale corsa non competitiva STRACÒNI che si snoda per le vie cittadine, riuscendo a posizionarsi all'ottavo posto nella classifica dei Gruppi Sportivi. E' stato allestito, come oramai è da consuetudine affermata, l'info-point all'interno del Villaggio Stracòni. La presenza dell'Avis in una giornata di grande affluenza cittadina come questa, è sicuramente stata un'ottima occasione per continuare le attività di sensibilizzazione dei cuneesi che hanno partecipato a questo evento, sul **dono del sangue**. E' sempre bello incontrare in tali occasioni "vecchi" amici con cui scambiare due chiacchiere, ma è anche bello vedere come l'argomento donazione del sangue sia sempre più di interesse anche fra i giovani, il futuro su cui dobbiamo davvero contare e investire!

Un particolare ringraziamento all'insostituibile **Pinuccia Ferrua** per il suo grande impegno nella promozione dell'AVIS alla Stracòni.

Un grazie per la collaborazione anche a: **Bar dell'Angolo, Bar del Peso, Bar People, Bar Movi, Bar Stevi, Caffè Parola, Caffetteria 2002, Distributore del via-dotto Soleri, Giordano Re Abbigliamento, Linea Carta, Macelleria Claudio e Lorella, Ottica Dieci Decimi, Pancaffè, Panetteria Buschese Botto, Tipografia Nuova Ghibardo, Viano profumeria.**



Ritorna la Befana Avisina il 5 gennaio 2019

Sabato 05 gennaio 2019 alle ore 15,00 presso l'ASILO INFANTILE CATTOLICO - Via Asilo n. 1 - Cuneo, la Befana aspetta tutti i bimbi per trascorrere un divertente pomeriggio di giochi con la partecipazione di Mario Collino detto "Prezzemolo", i clown di ESO ES ONLUS e la fisarmonica di Tarcisio.

Vi aspettiamo numerosi e mi raccomando portate i vostri bambini e nipoti.
PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA ENTRO IL 21 DICEMBRE OPPURE IL GIORNO 28 DICEMBRE DALLE ORE 9.00 ALLE ORE 12.00.

Telefono: 0171-66288 mail: info@aviscuneo.eu





Benemerenze 2018

Domenica 16 settembre presso il ristorante "La Ruota di Pianfei" si è svolta la consegna delle benemerenze avisine. Grazie a chi ha contribuito a rendere speciale questa giornata di festa. Qui sotto troverete alcuni scatti della giornata.

Un ringraziamento speciale giunge a coloro i quali hanno superato le 180 donazioni: Cofano Andrea, Collino Mario, Montagna Irene e Ricciardi Renato.



NUOVO DIRETTORE SANITARIO

Giovedì 5 luglio 2018 durante il consiglio direttivo è stato eletto il nuovo responsabile del servizio sanitario.

Benvenuto dr. Franco Magnone!



POLENTATA 2018

Domenica 15 luglio si è svolta l'annuale polentata, un grazie di cuore ai numerosi partecipanti! Vi aspettiamo il prossimo anno!



AVIS sostiene

Come è noto l'AVIS è da sempre impegnato in azioni concrete di sostegno a realtà che operano nel territorio cuneese, condividendone obiettivi e finalità.

Nel 2018 le associazioni che hanno ricevuto un contributo sono:

- "ASD Atletica Cuneo" associazione sportiva;
- "ASD Cuneo Vecchia" associazione sportiva;
- "Eso Es ONLUS" associazione di volontariato e cooperazione internazionale che promuove l'istruzione in contesti fortemente disagiati del Guatemala.
- "F.I.A.B. Cuneo bicingiro" – per manifestazione "bimbinici Cuneo".
- "Fuma Che 'nduma ASD" – scuole di circo per bambini e ragazzi.

Vaccinazione antinfluenzale GRATUITA per i donatori di Sangue

La circolare ministeriale per la prevenzione ed il controllo dell'influenza stagionale 2018-2019 ha inserito anche i donatori di sangue tra le categorie alle quali la vaccinazione antinfluenzale è raccomandata e offerta attivamente e gratuitamente.

I donatori potranno ottenere la vaccinazione recandosi presso il medico di medicina generale con il tesserino di riconoscimento attestante la qualifica di donatore.



BORSE DI STUDIO per l'anno scolastico 2017-2018

Concorsi banditi dall'AVIS di Cuneo a favore di studenti meritevoli.

Allo scopo di informare i giovani sull'attività dell'Associazione e quindi sensibilizzarli al dono del sangue, proponiamo anche quest'anno le borse di studio intitolate a due grandi amici dell'Avis, recentemente scomparsi, che hanno divulgato gli ideali avisini con convinzione e gesti concreti.

BORSA DI STUDIO in ricordo di CASIMIRA GIORDANO

Dieci premi da Euro 120,00 ciascuno

a favore di figli minorenni di donatori di sangue iscritti all'AVIS Comunale di Cuneo.

Il genitore del candidato deve aver effettuato almeno due donazioni entro la scadenza prevista per l'invio della documentazione. Possono partecipare al concorso gli studenti che nell'anno scolastico 2017/18 hanno conseguito la licenza della "scuola secondaria di primo grado" con votazione media di 8/10 o la promozione alla classe successiva di una "scuola secondaria di primo o secondo grado" con votazione non inferiore a 8/10 (compreso il voto di condotta).

Per iscriversi al concorso bisogna compilare il modulo specifico (disponibile in sede o su www.aviscuneo.eu) allegando un documento in carta semplice attestante la votazione ottenuta, presentandolo in segreteria entro il 31 gennaio 2019.

BORSA DI STUDIO in ricordo di ANTONIO DE LUCA

Dieci premi da Euro 200,00 ciascuno

a favore di studenti avisini meritevoli che hanno effettuato almeno due donazioni entro la scadenza prevista per la presentazione dei documenti. Possono partecipare gli avisini che nell'anno scolastico

2017/18 hanno frequentato una scuola secondaria di secondo grado ottenendo la promozione alla classe successiva con votazione non inferiore a 8/10 (compreso il voto di condotta) o conseguendo il diploma con votazione non inferiore a 80/100. Possono altresì partecipare gli avisini che hanno conseguito un diploma di laurea con votazione non inferiore a 100/110 o che hanno superato 1/3 degli esami previsti nel corso di laurea ottenendo una media non inferiore a 27/30.

Per iscriversi al concorso bisogna compilare il modulo specifico (disponibile in sede o su www.aviscuneo.eu) allegando un documento in carta semplice attestante i requisiti richiesti, presentandolo in segreteria entro il 31 gennaio 2019.

REGOLAMENTO

Una commissione, composta dai membri del Consiglio Direttivo dell'AVIS Comunale di Cuneo, esaminerà le richieste per verificare che rispondano ai requisiti richiesti e premierà le prime dieci meritevoli.

Da entrambi i concorsi sono esclusi coloro i quali sono risultati vincitori nelle precedenti edizioni. Può comunque partecipare il donatore studente, ormai maggiorenne, che in passato ha vinto la borsa di studio come figlio di donatore. L'esito dei concorsi, sarà comunicato direttamente ai vincitori.

L'assegnazione dei premi si svolgerà in occasione dell'assemblea annuale 2019 (la data sarà comunicata sul prossimo numero del giornale AVIS). Si sottolinea che per ricevere il premio è indispensabile la presenza del vincitore o quanto meno di un parente, il giorno della consegna. La partecipazione ai concorsi implica l'accettazione incondizionata delle regole sopraindicate.

Il Consiglio Direttivo

ORARIO CENTRO TRASFUSIONALE

L'orario previsto per le donazioni di sangue presso il Servizio Immunotrasfusionale dell'Ospedale S. Croce di Cuneo è **dalle ore 8,00 alle 11,30** di tutti i giorni feriali e della **seconda domenica** di ogni mese.

Le prenotazioni per le donazioni di plasma vengono fissate telefonando al numero **0171/642291**.

Esami obbligatori per il donatore periodico:

Come prevede la legge, il donatore periodico viene sottoposto alla 2ª donazione e successivamente con frequenza annuale agli esami completi del sangue.

Data la grande richiesta si invitano i donatori con i gruppi sanguigni AB e B a sottoporsi preferibilmente alla donazione di plasma.

La nostra Sezione settimanalmente ritira gli esami al Centro Trasfusionale e li invia ai destinatari.

Diventa DONATORE

Alla prima donazione come nuovo iscritto all'AVIS ti regaliamo l'ingresso al cinema!



BUONO PER il ritiro di un biglietto di ingresso

Valevole per una persona. Utilizzabile tutta la settimana.

n. 0<<numeri>>

Scadenza 30/06/2019



BUONO PER IL RITIRO DI UN BIGLIETTO DI INGRESSO A

CINELANDIA

Valevole per una persona. Utilizzabile tutta la settimana.

Il presente buono NON è valido per i film in 3D.

In casi particolari la validità del presente buono può essere limitata.

Prenota il tuo posto www.cinelandia.it

Presentarsi alla cassa

Scadenza 30/06/2019

Il buono verrà spedito a ogni nuovo donatore

ORARIO DI SEGRETERIA AVIS CUNEO

lunedì – mercoledì – venerdì dalle ore 9,00 alle ore 12,30

VISITE AMBULATORIALI A DISPOSIZIONE DEI SOCI AVIS CUNEO:

Per le visite è sempre necessaria la prenotazione.

Urologo: Dr. Giaccardi

Disponibile il 1° lunedì del mese alle ore 09,00 (su prenotazione).

Cardiologo: Dr. De Benedictis

Disponibile il 1° mercoledì del mese alle ore 10,00 (su prenotazione).

Gastroenterologo: Dr. Ferro

Disponibile su prenotazione.

Per la misurazione della pressione arteriosa e l'effettuazione dei test rapidi

riferiti ai seguenti parametri: COLESTEROLO, TRIGLICERIDI, GLUCOSIO, CREATININA.

presentarsi in sede il MERCOLEDÌ dalle ore 9,00 alle 11,00.