

anno 16, numero 2
Luglio 2016

POSTE ITALIANE SPA - Spedizione in Abbonamento Postale 70% - NE/VR
Autorizzazione del Tribunale di Verona n.1436 del 28.03.2001

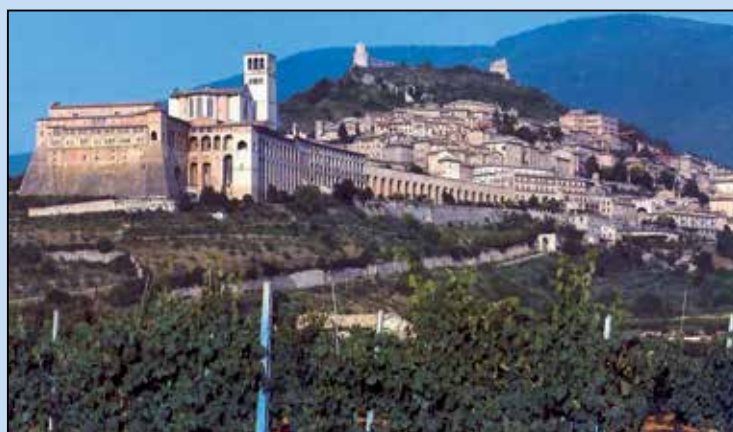
IL FOGLIO DELL'ANDOS

PRONTI ... SI PARTE GITA SOCIALE 17 e 18 Settembre 2016 Gubbio e Assisi

Carissime socie/i, anche quest'anno la richiesta di partecipare alla gita è stata molto alta. In breve si sono esauriti i posti a disposizione e questo è stato un ottimo segnale che ci ha fatto capire quanto sia grande la voglia di stare assieme e di trascorrere in serenità alcuni giorni fra cultura e arte. E... non solo arte, ma anche buona cucina!

A tutti i partecipanti, prima della partenza, faremo pervenire un foglio con il dettaglio del programma.

Arrivederci a presto.



AVVISO

Durante il periodo estivo (luglio e agosto) la segreteria rimarrà chiusa ma per ogni necessità, anche per prenotazioni di esami, potrete sempre contattare Giulia al 348.8857048 o Annamaria 348.3227312

I NOSTRI PRIMI

30 anni 

Che magnifica festa! Una grande partecipazione da parte di tutti: Autorità, Vescovo di Verona, Presidente nazionale dell'Andos, tutti i presidenti Andos fin dalla sua fondazione, Sorelle di Croce Rossa, tantissimi medici della nostra Commissione Scientifica, persone dello spettacolo che sempre ci sono state vicine, ma soprattutto tante di noi.

Un grazie alle Istituzioni regionali e cittadine, a Lella Carcereri che sempre ci affianca in queste nostre manifestazioni, a tutte le aziende e persone che hanno collaborato con noi e che ci hanno sostenuto anche con il loro contributo economico affinché la festa riuscisse nel miglior modo possibile.

Attraverso queste foto, vogliamo farvi rivivere alcuni momenti di quel 18 marzo alla Gran Guardia.



OTTOBRE IN ROSA

Come ogni anno, il prossimo mese di ottobre sarà dedicato alla prevenzione e diagnosi precoce del tumore al seno. Saremo impegnate, assieme alla nostra Commissione Scientifica, a diffondere fra la popolazione l'importanza della diagnosi precoce spiegando cosa possiamo fare per poter ammalarci di meno anche attraverso stili di vita corretti e per far conoscere le attività della nostra associazione. Qui di seguito anticipiamo le date delle manifestazioni già in programma. I dettagli maggiormente aggiornati delle singole manifestazioni, li potrete trovare sul nostro sito www.andosverona.com oppure telefonando alle nostre sedi di Verona (045-8009334), Caldiero-Colognola (393-8944070) e Villafranca di Verona (393-9193757) negli orari di segreteria.

PROGRAMMA DEL MESE

1 OTTOBRE: COLOGNOLA AI COLLI (la Scalinata in rosa)

ore 18,00 Santa Messa, a seguire illuminazione in rosa della scalinata Zandomeneghi e risotto per tutti i presenti

7 - 8 - 9 OTTOBRE: VILAFRANCA DI VERONA (il Castello in rosa)

- venerdì 7 ore 20,30 a Dossobuono Serata informativa: "Difendi il tuo seno"
- sabato 8 ore 18,00 Santa Messa in Duomo e, a seguire, illuminazione in rosa del Castello
- domenica 9 - dalle ore 9,00 alle ore 17,30 presenza in piazza Castello delle volontarie durante la giornata verranno raccolte le adesione per esami senologici

12 OTTOBRE: SAN GIOVANNI LUPATOTO (la Torre dell'Acquedotto)

- ore 20,30 illuminazione in rosa della Torre dell'acquedotto e a seguire, nella Sala Civica Centro Culturale, conferenza "DIFENDI IL TUO SENO" durante la serata verranno raccolte le adesione per esami senologici

16 OTTOBRE: OPPEANO

- domenica 16 ore 10,30 Santa Messa e a seguire, sul sagrato della chiesa, le volontarie Andos distribuiranno materiale informativo verranno raccolte le adesione per esami senologici

22 - 23 OTTOBRE : VERONA (l'Arena in rosa)

- sabato 22 ore 17,15 Concerto gruppo CHORUS sulla scalinata di Palazzo Barbieri a seguire intervento delle autorità e illuminazione in rosa dell'Arena
- domenica 23 - dalle ore 9,00 alle ore 17,30 presenza in piazza Bra delle volontarie durante la giornata verranno raccolte le adesione per esami senologici

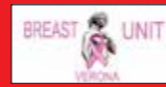
14 - 28 OTTOBRE : MOZZECANE

- venerdì 14 ore 20,30 Serata informativa: "Difendi il tuo seno"
- venerdì 28 ore 18,00 Serata informativa: "Osteoporosi ed Alimentazione" durante le serate verranno raccolte le adesione per esami senologici



COME DONNE, DOBBIAMO SENTIRCI TUTTE COINVOLTE ED IMPEGNATE A SOSTENERE, ANCHE ATTRAVERSO LA NOSTRA PRESENZA, LA CAMPAGNA DI INFORMAZIONE E LE INIZIATIVE DELL'OTTOBRE ROSA.

LA CONSULENZA ONCOGENETICA ALLE DONNE CON TUMORE MAMMARIO E /O DELL'OVAIO



La messa a punto di test genetici predittivi del rischio di avere una mutazione genetica, effettuabili con un semplice prelievo di sangue, ha dato il via allo sviluppo della consulenza oncogenetica rivolta a donne affette da tumore e a donne sane appartenenti a famiglie con più persone affette da tumore della mammella e/o ovaio (Crotti, Novello, Varesco, 2002).

Tale consulenza rappresenta una strategia volta a identificare la possibile natura ereditaria della malattia tumorale, alla comunicazione e gestione del rischio e alla messa in atto di adeguate misure di sorveglianza. I geni responsabili di una maggiore suscettibilità a sviluppare un tumore della mammella e/o ovaio attualmente noti sono il gene BRCA1 (posto sul cromosoma 17) e il gene BRCA2 (posto sul cromosoma 13) (Antonioni et al. 2003).

Presso l'azienda Ospedaliera Universitaria Integrata di Verona, 3 piano ambulatori Polo chirurgico Confortini, da ottobre 2015 è presente una équipe multidisciplinare che fornisce consulenza oncogenetica a donne selezionate in base alla presenza di tumori alla mammella e/o all'ovaio frequenti all'interno della famiglia. Andos Verona ha contribuito in vari modi, ha donato tra l'altro il salottino della sala d'attesa che rende più gradevole l'accoglienza.

La novità di questo programma è che il gruppo che gestisce la consulenza che è parte della Breast Unit prende in carico la donna nel percorso che dovrà opportunamente fare dall'esame (analizzato a Verona), per procedere quando necessario con la sorveglianza che prevede controllo mammografico/risonanza magnetica e/o consulenza e/o intervento chirurgico.

Ad oggi sono più di 80 le donne coinvolte e insieme ad esse le loro famiglie.

Avere in famiglia più casi di carcinoma mammario e/o ovarico non significa che ci sia la presenza di una mutazione genetica. Tuttavia, gli individui appartenenti a tali famiglie vengono considerate più a rischio di ammalarsi di tumore, possono perciò attraverso lo specialista o il Medico di Medicina Generale approfondire se richiedere una consulenza oncogenetica al fine di valutare la possibile natura ereditaria della malattia e i rischi di sviluppare il tumore.

In tutta la popolazione malata di queste due patologie, solo il 15-20% dei casi, può essere definito "familiare", quando tale patologia si sviluppa in più membri della famiglia collocati sulla stessa linea generazionale (es: madre-figlia; nonna-nipote), ma solo il 5-10% di tali forme familiari è considerato "ereditario", ovvero riconducibile alla presenza di una mutazione a carico dei geni che determinano una maggiore probabilità di insorgenza di tumore della mammella e/o ovaio nel corso della vita.

Oltre alla presenza di più familiari affetti da carcinoma, ci sono caratteristiche cliniche individuali che inducono ad approfondire se ci possa essere un rischio ereditario nella persona malata di cancro dell'ovaio e/o della mammella, tra cui la giovane età di insorgenza, il carcinoma della mammella bilaterale prima dei 50 anni, la presenza di entrambi i tumori (mammella e ovaio), il carcinoma della mammella maschile. La presenza di una mutazione comporta un'aumentata probabilità, ma mai la certezza di sviluppare la malattia. Ogni individuo affetto ha il 50% di possibilità di trasmettere il gene difettoso ai propri figli sia maschi sia femmine.

Il gruppo di lavoro ha scelto che la consulenza oncogenetica con le pazienti sia svolta da genetista e psicologo insieme, per conoscere la persona nella sua interezza accogliendo anche gli aspetti emotivi che la coinvolgono nella scelta di approfondire il suo stato e potenzialmente quello di altri familiari. Le reazioni psicologiche che la letteratura segnala come le più frequenti, connesse alla predisposizione ereditaria, sono la preoccupazione di ammalarsi di tumore, di poter trasmettere o di aver trasmesso ai propri figli la mutazione genetica, il senso di responsabilità verso il partner e la difficoltà a progettare il proprio futuro. Ciononostante, gli studi evidenziano anche come la consulenza permetta di ridurre i livelli generali di

distress (stress protratto che ha un impatto negativo sulla qualità della vita, che si manifesta in reazioni emotive specifiche), favorisca una percezione del rischio più accurata e un maggior senso di controllo per la scelta di programmi di prevenzione e/o sorveglianza più adeguati al singolo caso, facilitando l'uso efficace delle risorse personali. Da parte del genetista vengono approfonditi la stima del rischio di sviluppare tumori su base eredo-familiare attraverso il colloquio e la compilazione dell'albero genealogico per almeno tre generazioni; sono date informazione circa gli aspetti genetici della malattia e del rischio di trasmissione; viene indicata la persona che è più idonea ad accedere all'esame genetico (definito *proband*). Dopo l'esecuzione dell'esame, per fare il quale è bastato un semplice prelievo del sangue, sia che l'esito sia positivo sia che negativo vengono discusse con le pazienti (meglio se accompagnate da un familiare) le conclusioni, vengono aiutate a comprendere e a valutare le opzioni disponibili e le loro possibili conseguenze di gestione del rischio personale e familiare (es. sorveglianza, chirurgia profilattica), ma anche i fattori di rischio psicologico/relazionale e l'impatto della comunicazione dopo i risultati del test. Potranno seguire altri momenti di confronto offerto alla persona e/o allargato ai familiari.

dott.ssa Stefania Montemezzi (coordinatore Breast Unit)
dott.ssa Luisa Nadalini (psicologo)

Consulenza Oncogenetica:
Prof. Alberto Turco (genetista)
Dott.ssa Luisa Nadalini (psicologo)

Referenti Chirurgici:
Prof. Giovanni Paolo Pollini
Dott.ssa Francesca Pellini

Esame del test genetico:
Prof. Aldo Scarpa

Ambulatorio di consulenza oncogenetica
case Manager infermieristica
Prenotazione n. 045-8127683
Martedì 9.30-12.30 e 14-16.30

S.O.S. VOLONTARIE

Carissime amiche e socie, al fine di mantenere la qualità del servizio che A.N.D.O.S. si propone di dare e visto l'aumento del numero di nuove socie, rinnoviamo, ancora una volta, l'appello a tutte voi. Abbiamo urgente bisogno di volontarie soprattutto per le sedi di Verona e Villafranca. Chiediamo la vostra collaborazione e disponibilità anche solo per poche ore la settimana, sia la mattina che il pomeriggio, ma in modo regolare e continuativo. Il lavoro da svolgere è parecchio (accoglienza, informazione, supporto, tesseramento, presenza per i vari corsi in sede, nei reparti degli ospedali, ecc.), ma se diviso tra più persone, sicuramente acquista maggiore qualità e possiamo meglio soddisfare le esigenze di tutte voi.

Per farti decidere vogliamo ricordarti due semplici frasi:

**Non puoi dire di aver vissuto veramente se non ha mai fatto qualcosa
per qualcuno che non potrà mai ripagarti.
Dopo il verbo "amare" il verbo "aiutare" è il più bello del mondo**

Contatta Giulia (cell. 348-8857048) o Annamaria (cell. 348-3227312)

ATTIVITÀ MOTORIE 2016

Continuano le attività motorie che si svolgeranno, a seconda della disponibilità dei centri sportivi, in giorni ed orari diversi anche per venire incontro alle varie esigenze delle socie.

I corsi sono rivolti a tutte le iscritte, con precedenza alle donne operate al seno, sino ad esaurimento dei posti.

Chi intende partecipare deve dare la propria adesione alle referenti entro il 6 settembre 2016

LE PARTECIPANTI DOVRANNO OBBLIGATORIAMENTE ESSERE IN REGOLA CON IL CERTIFICATO MEDICO GIA' ALLA PRIMA LEZIONE, E CON L'ISCRIZIONE ALLA PISCINA PAGANDO L'ISCRIZIONE PER IL 2015 DIRETTAMENTE ALLO SPORTELLLO DELLA PISCINA STESSA.

Chiediamo a tutte le partecipanti ai corsi la massima puntualità e continuità nelle presenze alle varie lezioni. I corsi, infatti, sono a numero chiuso e, ricevendo molte richieste di adesione, sono molte anche le persone in attesa di essere inserite nelle varie attività.

Si fa appello al senso di responsabilità di tutte nel non saltare lezioni se non per seri motivi, avvisando subito le referenti dei vari corsi se si è nell'impossibilità di proseguire l'attività.

Vi ringraziamo di cuore per avere queste attenzioni che ci permetteranno di far usufruire delle varie attività al maggior numero possibile di persone e di evitare che l'Andos si faccia carico economicamente di quote di partecipazione non utilizzate.

CORSI DI ACQUA-GYM

PISCINA	PERIODO	GIORNO	ORARI
SANTINI Borgo Trento	da definire	da definire	da definire
LE GRAZIE Borgo Roma	19.09.2016 – 19.12.2016	Lunedì e Giovedì	dalle 15,45 alle 16,30
MONTEBIANCO S.Michele	19.09.2016 – 21.12.2016	Lunedì e Mercoledì	dalle 10,15 alle 11,00
SAN FELICE - Illasi	19.09.2016 – 19.12.2016	Lunedì e Giovedì	dalle 10,30 alle 11,15
SAN FELICE - Illasi	19.09.2016 – 19.12.2016	Lunedì e Mercoledì	dalle 17,30 alle 18,15

Per informazioni su tutte le piscine o per iscriversi telefonare a Giulia 348.8857048

CORSI DI GINNASTICA DOLCE

Presso: palestra "Palazzetto dello Sport" Colognola ai Colli
per informazioni ed iscrizioni rivolgersi a Giulia 348.8857048 o Annalisa cell 3402573872

34° CONGRESSO NAZIONALE GORIZIA

Lo scorso maggio la Presidente Annamaria Nalini, la Vice Presidente Maria Rosa Vicentini, la Segretaria Maria Giulia Paciaroni e la Consigliera Giorgia Fioretti, hanno partecipato al Congresso Nazionale dell'Andos svoltosi a Gorizia. Il tema affrontato è stato: **"Ricerche e nuove frontiere nella vita insieme al cancro"**. Qualificati relatori hanno illustrato gli avanzamenti della ricerca nel campo del carcinoma mammario e relative cure; è stato discusso su come favorire un dialogo costruttivo tra il mondo sanitario e le donne operate al seno; è stata ribadita ancora una volta l'importanza di diffondere il messaggio della prevenzione anche attraverso corretti stili di vita; è stato affrontato anche l'aspetto burocratico e di come sta cambiando il welfare. E' veramente utile partecipare a questi incontri dove ci si ritrova fra donne e professionisti del tumore mammario perché, se da un lato si possono apprendere notizie sempre molto interessanti sulla nostra patologia, dall'altro si ha modo di confrontarsi fra Comitati provenienti da tutta Italia e quindi anche con realtà diverse fra di loro; è importante trasmetterci esperienze per poter trarne giovamento anche per il nostro territorio.

2° NOTTE ROSA A VILLAFRANCA DI VERONA

Carissime amiche e socie, anche quest'anno, lo scorso 25 giugno 2016 siamo state invitate a partecipare con il nostro gazebo alla seconda edizione della Notte Rosa a Villafranca di Verona: sicuramente è stata una bella esperienza ed una ulteriore visibilità per la nostra Associazione. Ci è stato anche devoluto un importo per portare avanti i nostri progetti, per questo va il nostro più sentito ringraziamento agli organizzatori.

ORARI DELLA SEGRETERIA

VERONA tel. 045 800 93 34 dal lunedì al venerdì
dalle 09:30 alle 12:00 - dalle 15:30 alle 17:30

COGNOLA/CALDIERO tel. 393-8944070

martedì e mercoledì dalle 15:00 alle 17:00

VILLAFRANCA DI VERONA tel. 348-1766322

sabato dalle 15:30 alle 17:30

Sono attivi 24 ore su 24 i cellulari di:

Annamaria 348 3227312 e Giulia 348 8857048

MEDICO LEGALE IN SEDE

Il primo martedì di ogni mese dalle ore 15:30.

Prenotazioni in segreteria.

APPELLO PER VOLONTARIE

La nostra segreteria ha sempre bisogno di aiuto. Se puoi dedicare anche poche ore alla settimana del tuo tempo per l'Associazione, ti invitiamo a telefonare a Giulia al numero 348-8857048.

LE SOCIE SCRIVONO

Per la rubrica dedicata alla cucina: inviate le vostre ricette alla nostra segreteria: fax 045-8041660.

IL MEDICO RISPONDE

I medici della Commissione Scientifica risponderanno, attraverso il giornale, a informazioni o chiarimenti, su problemi riguardanti la nostra patologia. Le richieste dovranno pervenire alla nostra segreteria.

IL FOGLIO DELL'A.N.D.O.S.

Periodico dell'A.N.D.O.S. ONLUS Associazione Nazionale Donne Operate al Seno - Comitato di Verona

Autorizzazione del Tribunale di Verona n.1436 del 28/03/2001

Direttore Responsabile: Gaudio Pedalino (giornalista pubblicista)

Comitato di Redazione: Maria Rosa Vicentini, Giorgia Fioretti, Marica Brentonego

Redazione: Sede dell'A.N.D.O.S. ONLUS comitato di Verona - Via Santa Chiara, 14 - 37129 Verona - tel. 045 800 93 34 - fax 045 804 16 60

sito internet: www.andosverona.com - e-mail: andosverona@tiscali.it

Grafica, stampa e confezione: Arti Grafiche Studio 83 - Vago di Lavagno Verona

GARANZIA DI RISERVATEZZA

Il trattamento dei dati che La riguardano viene svolto nell'ambito della banca dati dell'A.N.D.O.S. e di quanto stabilito dalla legge 196/03 sulla tutela dei dati personali. Il trattamento dei dati, di cui Le garantiamo la massima riservatezza, è effettuato al fine di aggiornarla sulle iniziative dell'A.N.D.O.S. I suoi dati non verranno comunicati o diffusi a terzi e potrà richiederne in qualsiasi momento la modifica o la cancellazione scrivendo al direttore responsabile.

FORUM bimbi
• INFANZIA 0-14 • INTOLLERANZE ALIMENTARI
di **GRiSi**

GIOCHI, ABBIGLIAMENTO, PASSEGGINI, CARROZZINE,
ALIMENTAZIONE, DERMOCOSMESI PELLI DELICATE

CONVENZIONE ANDOS: SCONTO 5% SU TUTTO

VI ASPETTIAMO

in Via Strà, 37 - S.R.11 - 37030 Colognola ai Colli - VR - Tel. 045 6170959

CATTOLICA

SOCIETA' CATTOLICA DI ASSICURAZIONE

DAL 1896