

# EssePiù

Per Saperne di Più

AnnoXXV - Numero 01 - Gennaio / Febbraio | 2016 | ASA - Associazione Solidarietà Aids Milano



**EssePiù**  
Per Saperne di Più

**Scarica e Leggi**  
tutti i numeri in PDF su:  
[www.asamilano30.org/essepiu](http://www.asamilano30.org/essepiu)  
per i numeri precedenti al 2013  
**Contattaci allo 02/58107084**  
(lunedì - venerdì, ore 10-18)  
[amministrazione@asamilano.org](mailto:amministrazione@asamilano.org)

**EssePiù**

Bimestrale dell'ASA Associazione Solidarietà Aids

Redazione: Via Arena 25 - 20123 Milano  
Tel. 02 58 10 70 84 - Fax 02 58 10 64 90

Mail: [essepiu@asamilano.org](mailto:essepiu@asamilano.org)

Iscrizione al Registro della Stampa presso il Tribunale di Milano N°499 del 01.08.1996

Direttore Responsabile: Massimo Cernuschi  
Redazione: Valentina Meneghin, Donatello Zagato,  
Collaboratori: Flavio Angiolini, Andrea Porro, Piero Sartorio  
Progetto grafico: [pier2com@me.com](mailto:pier2com@me.com)

La responsabilità delle opinioni espresse in questo bollettino è dell'autore. Le opinioni qui pubblicate non contribuiscono necessariamente una presa di posizione dell'ASA. La Posizione dell'ASA è espressa solo negli articoli firmati con il nome dell'associazione. Gli articoli qui pubblicati possono essere riprodotti parzialmente o integralmente a patto di citarne la fonte.

EssePiù viene stampato con il contributo di AbbVie S.r.l.

## #ADDIOAIDS ?

In questo primo numero del 2016 pubblichiamo un interessante articolo di Maurizio Calipari, pubblicato su Angensir, che aggiorna sullo stato attuale delle infezioni da HIV e dei casi di AIDS, in Italia e nel Mondo.

Se le infezioni da HIV continuano a crescere, Calipari evidenzia che, per contro, sono stabili i casi di AIDS conclamato e che i decessi riconducibili direttamente alla sindrome sono addirittura in diminuzione.

Per maggiori informazioni, vi rimandiamo alla lettura dell'articolo con i dati e le percentuali, mentre in questo nostro primo editoriale prendiamo lo spunto per porre un quesito ai nostri lettori.

A fonte di questi numeri, si può immaginare davvero la scomparsa dell'AIDS in Italia? Anche se le infezioni non si fermano, potrà essere possibile portare a zero i casi di AIDS?

Un passaggio fondamentale dell'articolo di Calipari farebbe presagire che la risposta potrebbe essere sempre ... **NO**.

Come è ben noto la manifestazione della sindrome dell'AIDS è una conseguenza dei danni che il virus HIV causa all'organismo, se non viene contrastato.

Una persona con infezione da HIV pertanto non ha l'AIDS e, se si sottopone a una terapia anti-retrovirale, nella quasi totalità dei casi, non l'avrà mai.

Se ancora nel 2016 risulta impensabile un azzeramento delle nuove infezioni in Italia e nel Mondo, è davvero concretamente possibile impedire al virus di replicarsi e di recare danno attraverso la comprovata efficacia delle terapie antiretrovirali, a patto che vengano assunte con regolarità e che non ci siano complicanze di altro genere.

In questi 2 passaggi sembra che il dubbio sparisca in maniera sistematica:

**nuova infezione, diagnosi, cura = ADDIO AIDS.**

Allora cosa non farebbe tornare i conti dell'equazione?

I conti non tornano perché, dall'articolo di Calipari, si evince che sono in aumento le persone che scoprono la sieropositività solo quando si recano in ospedale per la manifestazione di gravi patologie direttamente correlate all'infezione da HIV.

In termini medici, la manifestazione di una grave patologia correlata all'HIV determina lo stato di conclamazione in AIDS.

Inoltre, non sapendo di essere sieropositivi, queste persone rischiano di infettare inconsapevolmente anche altre persone, e con maggiore facilità.

Una persona in HIV, non in terapia, è altamente contagiosa. Al contrario, se assume le terapie, i rischi di trasmettere la malattia sono bassissimi perché il virus non è più presente in altissima quantità sia nel sangue che nello sperma.

La medicina ha permesso di convivere con questa infezione; ora tutti noi siamo chiamati alla partecipazione per ridurre le infezioni e dire, finalmente " #ADDIOAIDS ".

### IMMAGINA

- **Immagina** che tutti gli abitanti in Italia sessualmente attivi facciano il test nel 2016 per conoscere il proprio stato sierologico, anche se pensano di non essere a rischio infezione...
- **Immagina** che chi si scopre negativo continui a seguire le regole basilari di prevenzione e ad imporle a proprio (distratto) partner...
- **Immagina** che chi si scopre positivo possa finalmente iniziare la terapia e soprattutto continuare a fare sesso, seguendo le regole basilari di prevenzione e imponendole a proprio (distratto) partner...
- **Immagina** infine che le nuove generazioni prendano esempio dal nostro comportamento attraverso il quale potranno considerare una normalità fare il test HIV e fare sesso sicuro.

Affinchè tutto ciò si avveri, e' necessario dare piu' informazioni sulle modalità' di trasmissione e fare prevenzione sottoponendosi al test HIV.

Informati, parla con gli altri , dai il buon esempio ma soprattutto...

sostieni l' ASA per i progetti di prevenzione.

**PUOI SOSTENERE L'ASA DIVENTANDO SOCIO 2016 CON SOLI 10 EURO ALL' ANNO.**

Come tesserarti :

- presso la sede ASA di Via Arena 25 a Milano ( M2 San'Agostino/ P. Genova ) , dal LUN-VEN, dalle 10 alle 18 ( tel 0258107084)
- Coordinate IBAN c/c bancario intestato ad ASA Associazione Solidarietà AIDS -
- IT83K0312701601000000001179 - casuale nuovo socio o rinnovo tessera 2016
- PAYPAL : [amministrazione@asamilano.org](mailto:amministrazione@asamilano.org) - casuale nuovo socio o rinnovo tessera 2016

Ricordati di inviare una mail a [segreteria@asamilano.org](mailto:segreteria@asamilano.org) con i tuoi dati personali allegando la ricevuta di pagamento. Riceverai la conferma di avvenuta registrazione come socio ASA 2016

## In Italia la battaglia contro l'Aids non è stata ancora vinta

Il numero delle nuove diagnosi di infezione da Hiv (nel 2014 sono state 3695) è stabile e colloca il nostro Paese al 12° posto tra quelli dell'Unione europea. L'incidenza è pari a 6,1 nuovi casi per 100mila residenti.

Negli ultimi tre anni il numero dei casi di Aids risulta stabile (1,4 nuovi casi per 100mila residenti), mentre diminuiscono i decessi. Colpisce che, tra il 2006 e il 2014, si sia registrato un forte aumento (dal 20,5% al 71,5%!) della percentuale di persone che arrivano allo stadio di Aids conclamato, ignorando del tutto la propria sieropositività. Aids, una minaccia ancora reale e temibile per la salute pubblica. Pur di fronte a numeri globali in diminuzione, di sicuro non è ancora giunto il momento di abbassare la guardia nei confronti di questa grave sindrome patologica. Anzi, il campanello d'allarme per una ripresa della sua diffusione ha già ricominciato a suonare. Tanto che l'Organizzazione mondiale della sanità (Oms), tra i suoi attuali obiettivi di rilievo, annovera proprio l'eliminazione a livello mondiale, entro il 2030, dell'epidemia di Aids. Negli ultimi anni, infatti, il numero delle infezioni, soprattutto in alcune regioni del pianeta, ha ricominciato a crescere costantemente. Al tempo stesso, la percezione del rischio da parte della popolazione (soprattutto occidentale) tende pericolosamente a diminuire. Questo il quadro d'insieme che emerge dai dati ufficiali (riferiti al 2014), diffusi in occasione della Giornata mondiale di lotta contro l'Aids, celebrata anche quest'anno (per la prima volta nel 1988) all'inizio del mese di dicembre. I numeri nel mondo. Dal 1981 (anno di individuazione dell'Aids) ad oggi, si calcola che, a livello mondiale, circa 78 milioni di persone abbiano contratto l'infezione da Hiv; mentre le morti conseguenti al diffondersi di quest'epidemia sono state oltre 39 milioni. Numeri che confermano questa patologia come una tra le maggiori problematiche concernenti la salute pubblica mondiale. I dati Oms rivelano che nel 2014, nel mondo, ben 36,9 milioni di persone risultavano affette dal virus Hiv; di queste, circa 2 milioni erano nuove infezioni. L'area più colpita

rimane purtroppo l'Africa Sub-Sahariana, dove quasi 1 adulto su 20 vive con un'infezione da Hiv (si tratta del 71% dei contagiati in tutto il mondo). Numeri in continua crescita, dunque, anche a causa del fatto che, globalmente, aumentano coloro che hanno accesso alle terapie anti-retrovirali, potendo vivere quindi più a lungo e in modo più sano. Tuttavia, l'attuale livello di copertura terapeutica risulta ancora insufficiente a debellare il diffondersi dell'epidemia Aids nel mondo. Nel giugno 2015, infatti, a livello mondiale solo 15,8 milioni di persone risultavano aver accesso ad un trattamento contro l'Hiv. Ma altri 21 milioni di soggetti che ne necessitano non hanno ancora la possibilità di usufruirne. Se non si interverrà presto e con decisione per colmare questo gap, le previsioni dell'Oms indicano un deciso aumento di casi d'infezione nei prossimi 15 anni. In ogni caso, la percentuale globale di nuovi casi d'infezione, dal 2000 al 2015, è diminuita del 35%; ma va anche rilevato che, secondo stime recenti, il 46% (circa 17,1 milioni) delle persone affette da Hiv non sa nemmeno di esserlo. Permane invece un inaccettabilmente alto numero di morti - solo nel 2014, 1,2 milioni di persone - che, ogni anno, si verificano in correlazione con i nuovi casi d'infezione da Hiv e di Aids, nonostante la loro percentuale globale, dal 2000 al 2015, sia diminuita del 24% (7,8 milioni in più di vite salvate).

I dati in Italia. Ma qual è la situazione nel nostro Paese? Secondo i dati recentemente diffusi dall'Istituto superiore di sanità (Iss), nel 2014 sono state 3.695 le persone che hanno scoperto di essere Hiv positive, con un'incidenza pari a 6,1 nuovi casi per 100mila residenti. Il dato, che conferma la tendenza registrata nei tre anni precedenti, dimostra che il numero delle nuove diagnosi di infezione da Hiv è stabile, collocando il nostro Paese al 12° posto tra quelli dell'Unione europea. Le regioni che hanno l'incidenza più alta sono il Lazio, la Lombardia e l'Emilia-Romagna. La quasi totalità delle persone con infezione da Hiv (92,6%), seguita presso i centri clinici di malattie infettive, è in terapia

antiretrovirale, e di questi l'85,4% ha raggiunto la soppressione virale. Le percentuali, inoltre, indicano che il virus colpisce prevalentemente gli uomini (79,6% dei casi del 2014), mentre continua a diminuire l'incidenza delle nuove diagnosi nelle donne. L'età media per i primi è di 39 anni, per le donne di 36 anni.

Quanto alla fascia di età, maggiormente colpita risulta quella dei 25-29 anni (15,6 nuovi casi ogni 100mila residenti). Circa le cause, poi, la principale è attribuibile a rapporti sessuali senza preservativo, che costituiscono l'84,1% di tutte le segnalazioni (maschi che fanno sesso con maschi: 40,9%; eterosessuali maschi: 26,3%; eterosessuali femmine 16,9%).

Dall'inizio dell'epidemia (nel 1982) ad oggi, sono stati segnalati inoltre 67mila casi di Aids, di cui circa 43mila hanno condotto alla morte. Negli ultimi tre anni, tuttavia, il numero dei casi di Aids risulta stabile (1,4 nuovi casi per 100mila residenti), mentre diminuiscono i decessi dovuti a questa sindrome. Colpisce poi il dato che, tra il 2006 e il 2014, si sia registrato un forte aumento (dal 20,5% al 71,5%!) della percentuale di persone che arrivano allo stadio di Aids conclamato, ignorando del tutto la propria sieropositività.

La strada da percorrere. Alla luce dei numeri, dunque, tanto in Italia quanto nel mondo, la strada da percorrere per raggiungere l'obiettivo di azzerare le infezioni da Hiv e sconfiggere l'epidemia di Aids è ancora lunga e faticosa. Una strada che, indubbiamente, esige una decisa azione a livello comunitario-istituzionale. Ma che, insieme, richiede un più profondo impegno di responsabilità personale da parte di ciascuno, una maggiore qualità etica nei comportamenti che possono incidere sulla diffusione di questa grave patologia, nel rispetto di se stessi e degli altri.

Maurizio Calipari  
Fonte AGENSIR.IT

## Organizzazione Mondiale della Sanità: le carni lavorate provocano il cancro

Ormai è ufficiale: le carni rosse lavorate, salate, affumicate, essiccate, insaccate, come salami, prosciutti, salsicce, wurstel, possono provocare il cancro all'intestino. Questi prodotti dell'industria alimentare sono stati, infatti, inseriti dall'Oms nella lista 1 delle sostanze più dannose per il nostro organismo, insieme al fumo delle sigarette e al tabacco in generale, l'asbesto e i fumi da diesel.

La ricerca scientifica, secondo il rapporto dell'International Agency for Research on Cancer, ha dimostrato in modo esauriente il legame tra i sopra citati alimenti ed il cancro.

Stando a quanto si legge nell'articolo, recentemente pubblicato sulla rivista The Lancet Oncology, la decisione di inserire tali alimenti nella lista nera dei più pericolosi si deve proprio al team dell'Agenzia Internazionale Iarc, composto da 22 esperti oncologi provenienti da dieci Paesi. La decisione è stata presa sulla scorta di circa 800 studi epidemiologici effettuati in tutto il mondo.

Naturalmente, si parla anche di livelli di rischio; la probabilità che un consumatore di tali alimenti possa ammalarsi di cancro è direttamente proporzionale alla quantità di carne consumata.

Il criterio della quantità e della frequenza di consumo, è applicato a tutti gli alimenti considerati più o meno pericolosi. Più si consumano alimenti dannosi più il livello di rischio sale. Ciò vale anche per le carni rosse non lavorate, come manzo, agnello e maiale che sono state inserite nella lista 2A; il rischio sta nella probabile presenza di una sostanza chimica chiamata glifosato, rintracciabile in molti diserbanti.

A essere interessati da problemi di neoplasie, oltre all'intestino, ci sono anche la prostata, lo stomaco e il pancreas, a condizione che il consumo di quegli alimenti sia particolarmente frequente.

Tuttavia, nella stessa rivista The Lancet Oncology, i ricercatori avvertono che la carne rossa contiene importanti micronutrienti, la vitamina B lo zinco e il ferro e che bisogna tenere conto, nella valutazione dei rischi, del tipo di carne, del taglio, della presenza o meno di grassi, dei trattamenti che la carne ha subito prima di arrivare nel piatto del consumatore.

Infine, cosa molto importante, bisogna tener conto del metodo di cottura; è evidente, a quanto pare, che i metodi di cottura più dannosi sono da considerarsi la frittura, l'affumica-

mento, la griglia, il barbecue.

«Per una persona il rischio di sviluppare il cancro del colon-retto a causa del consumo di carne, rimane basso, ma aumenta se si esagera con le quantità. - ricorda Kurt Straif, a capo dello IARC Monographs Programme - In considerazione però del gran numero di persone che nel mondo mangiano giornalmente questo alimento, l'impatto globale sull'incidenza dei tumori è un fattore importante per la salute pubblica».

«I risultati del gruppo di lavoro devono far riflettere sulla possibilità di rivedere le attuali raccomandazioni sui limiti all'assunzione di carne - sottolinea Christopher Wild, direttore dell'IARC -. Allo stesso tempo, però, questo alimento ha un alto valore nutrizionale. Quindi è essenziale che i governi e le agenzie regolatorie internazionali intervengano per bilanciare i rischi e i benefici del consumo di carne rossa e lavorata e forniscano le migliori raccomandazioni dietetiche alla popolazione».

(Testo tra virgolette tratto dal sito Corriere della Sera).

F.A.

## Arriva il super profilattico che ferma l'Hiv anche se si rompe

C'è già chi lo chiama Super Condom. Un po' perché sarebbe in grado di bloccare il virus dell'Hiv anche in caso di rottura, un po' perché promette di aumentare il piacere sessuale come mai un profilattico aveva fatto prima d'ora. Arriva direttamente dai laboratori del Texas A&M University Health Science Center quello che promette di diventare un contraccettivo davvero rivoluzionario: a metterlo a punto, una squadra di ricercatori guidati

dalla dottoressa Mahua Choudhery, che ai microfoni della Bbc ha spiegato tutte le caratteristiche dell'innovativo prodotto.

Il profilattico in questione contiene infatti uno speciale gel a base di acqua (tendenzialmente a prova di allergie) che uccide il virus dell'Hiv e ne ferma la propagazione in caso di rottura. Non solo: all'interno del condom si trovano anche sostanze antiossidanti che vanno ad agire

sulle terminazioni nervose del pene, aumentando il piacere sessuale. Un modo per tentare di convincere a utilizzare il preservativo anche coloro che sostengono di risentirne in sensibilità. Il prodotto potrebbe già entrare in commercio il prossimo anno, al costo unitario (assolutamente accessibile) di circa un dollaro.

Fonte: gqitalia.it



La sieropositività è una patologia con importanti risvolti psicologici. Un professionista serio può aiutare a stare meglio.  
Per INFO chiamare il numero 02- 58 10 70 84 (dalle ore 10 alle 18)



# Scritture



## Il caso di Valentino

Il caso di Valentino, trentenne romano sieropositivo che ha contagiato consapevolmente svariate donne conosciute in chat attraverso rapporti sessuali non protetti, ha favorito un aumento della soglia di attenzione rispetto alla situazione dell'HIV in Italia. Il servizio di Le lene di dicembre poi, nel quale emergeva come il caso di Valentino non fosse l'unico, ha scatenato vero e proprio panico, e ha aumentato esponenzialmente il numero dei test dell'HIV effettuati nel mese di dicembre nelle varie associazioni italiane che si occupano di prevenzione.

Quello che spesso è capitato di sentire, rispetto a tali drammatiche storie, è l'orrore e l'impotenza di fronte a una persona che, pur sapendo di essere infettivo, non lo dichiara, non prende precauzioni per evitare di propagare il contagio, anzi, in alcuni casi istiga proprio a rapporti non protetti.

E' chiaro che chi mette in atto dei comportamenti così gravi è un criminale, e come tale va trattato. Sono però casi isolati, per quanto non unici. Così come esistono insegnanti o benzinai con comportamenti antisociali, esistono anche diabetici, pazienti epatici e quindi anche evidentemente persone sieropositive con comportamenti antisociali.

Questo dovrebbe rasserenarci, rispetto alla possibilità di incappare in uno di loro. I dati italiani sull'infezione dell'HIV però, ci dicono che circa la metà delle persone che hanno il virus non sa di averlo, perché non ha mai fat-

to il test, perché non si ritiene a rischio. Queste persone, a seconda delle loro abitudini, continuano ad avere rapporti sessuali come li avevano prima, quindi, immaginiamo, a volte con il preservativo, e a volte evidentemente senza. Facendo una stima, è molto più probabile contrarre il virus in questo modo, piuttosto che da un criminale che lo fa deliberatamente.

E allora, noi cosa possiamo fare? Rinchiuderci in casa e non fare più sesso?

Per combattere il sentimento di impotenza, che inevitabilmente sale di fronte a notizie come quelle appena citate, possiamo (e dobbiamo!) fare riferimento al principio di autodeterminazione.

"Il diritto all'autodeterminazione è il riconoscimento della capacità di scelta autonoma ed indipendente dell'individuo". Compare come espressione durante gli anni delle lotte femministe.

Il movimento delle donne la coniò per "significare il diritto di poter scegliere rispetto alle questioni della sessualità e della riproduzione". Il diritto di autodeterminazione della persona, nato in ambito femminista, può essere declinato in svariati contesti di scelte personali. Nel caso in questione ci ricorda che, durante i rapporti sessuali, ognuno ha il diritto di richiedere l'utilizzo del preservativo. Per tutelarci, dall'HIV e da mille altre patologie minori o maggiori. Per dimostrarci che teniamo alla nostra salute, che ci pensiamo.

Quello che subentra spesso è il timore di ve-

nire giudicati in maniera negativa, sia si tratti donne che di uomini. Uomini e donne hanno difficoltà a introdurre il preservativo. Le donne hanno scrupoli a richiederlo, principalmente perché sembra di avere qualcosa da nascondere "poi sembra una che va con tutti!", poi perché viene vista come una mancanza di fiducia rispetto al partner. Per gli uomini, invece, prevale il pensiero "se lo chiedo la offendo", e secondariamente, il timore di un giudizio negativo su di sé. Tutti poi, sottovolutano il rischio, immaginando che "io so con chi vado a letto". Nel mondo omosessuale inoltre, esistono logiche ed etiche a parte, per cui alcuni danno per scontato che "se non richiede il condom, allora vuol dire che è pulito e si fida", contro chi ritiene "se non lo richiede, è perché a sua volta è sieropositivo".

Quindi, di nuovo, ci ripetiamo la domanda: cosa fare?

Noi possiamo sapere anche tutto della persona con cui andiamo a letto, ma solo un test può dirci il suo stato sierologico (e, perché no, si può anche andare a farlo insieme!). Fino a quel momento, richiedere il preservativo è il gesto d'amore più grande che possiamo fare, e farci.

Gli antichi dicevano "Homo faber fortunae suae", l'uomo è artefice del proprio destino: ricordiamoci il potere che abbiamo, e usiamolo!

A.B.

## #pernondimenticare

Lavoro in ASA da 5 anni, la frequento da 6, e conosco le sue attività da quando sono adolescente.

Oggi non sono riuscita ad andare alla Giornata delle Coperte. Non ce la facevo, devo sfruttare il weekend per scrivere la tesi di specialità, e ogni mezz'ora è preziosa. Vedo ora le foto, e mi si stringe il cuore. E mi ricordo che tutte le volte che sono passata ho pianto. E' vero, non faccio che ripetere a chi si scopre sieropositivo nel 2015 che la sua vita, nei limiti del possibile, non cambierà, perché, con i dovuti accorgimenti, è così. Che sarà lunga e ricca e magari difficile come doveva già essere. Ma poi vedo queste coperte. E il peso, che portano. E ricordo che per tanti venuti prima non è stato così. Che ha portato sofferenza, solitudine e morte. Che forse è normale che i primi pensieri a un test positivo

siano questi. E mi ricordo allora perché è necessario portare avanti questa manifestazione, che, confesso, a volte io stessa metto in secondo piano. Perché serve per ricordare chi non c'è più. Perché serve per ricordare a chi pensa che l'HIV sia un problema del passato, o al massimo degli altri, lontani e/o diversi, che non è così. Perché serve per avere un aggancio, un'immagine per poter ricordare alla città e non solo che Milano è in testa con le nuove infezioni... Che se è vero che "se ti curi non muori", a) prima devi scoprirlo, devi avere in mente che esiste il problema... e b) parla con un qualunque sieropositivo, vedrai se non preferirebbe non esserela presa, pur stando "bene".

A.B.

## ASA HA BISOGNO DI TE DIVENTA VOLONTARIO

ABBIAMO BISOGNO DI TE :

- COMMESSO AL BASAR
  - PRESENZA AGLI INFO-POINT
- INSIEME A:
- LE TUE IDEE
  - LA TUE COMPETENZE PROFESSIONALI
  - LA TUA VOGLIA DI AIUTARE

Per informazioni : Tel. 02/58107084 (Lun-Ven , ore 10 - 18)

## Venerdì 18 dicembre giornata da record

Venerdì 18 Dicembre si sono presentate in ASA circa 120 persone per sottoporsi al test HIV.

È un vero record, considerando il fatto che la media di partecipanti al secondo martedì del mese, giornata che ASA dedica al test salivare, si aggira intorno alla trentina di persone.

Complice, oltre l'informazione telematica, il servizio de Le lene andato in onda il 7 dicembre, in cui è stata trasmessa un'intervista shock incen-

trata sul contagio consapevole. Che la tv sia un influente veicolo di informazioni è risaputo, come lo è il fatto che siamo più o meno inclini, in qualità di esseri umani, ad essere colpiti da quelle notizie che infondono una sorta di terrore psicologico.

C'è da chiedersi come mai i potenti mezzi di comunicazione di cui disponiamo non siano proficuamente e costantemente utilizzati dai "piani alti", da quelli che tengono le fila del

Paese, per veicolare e diffondere notizie di fondamentale importanza. Notizie che, a vedere dall'affluenza consistente di venerdì, non sono forse state veramente prese in considerazione in precedenza o alle quali non è stato dato finora il giusto peso.

Tuttavia, l'associazione ringrazia tutti i partecipanti e auspica a futuri martedì altrettanto affollati. Bravi ragazzi!!!

A.B.

## Notizie dal Mondo della Ricerca

a cura di M. Cernuschi

### Brevi

#### In arrivo a breve:

- Triumec (ViiV): associazione di dolutegravir (Tivicay), abacavir/lamivudina (Kivexa). Tre farmaci nella stessa compressa, ben tollerati e molto efficaci.

- Rezolsta (Janssen): associazione di darunavir (Prezista) con cobicistat (booster con lo stesso profilo di efficacia di ritonavir, meglio tollerato dal punto di vista gastrointestinale). Due molecole nella stessa compressa.

#### n arrivo

- Taf: si tratta del pro farmaco di tenofovir, che, mantenendone l'efficacia, ha un profilo di tollerabilità nettamente superiore. Negli studi pubblicati sullo shift da una molecola all'altra è stato evidenziato il miglioramento della funzionalità renale e del metabolismo osseo. Andrà presto (si spera) a sostituire tenofovir nei vari preparati attualmente in commercio (Truvada, Viread, Atripla, Eviplera, Stribild).

#### Nuova indicazione:

- Atazanavir (Reyataz) 200: approvato dalla commissione europea l'utilizzo di 2 capsule a stomaco pieno (evitare utilizzo antiacidi!) al posto di Reyataz 300 più Norvir. In assenza di fallimento virologico, carica virale non rilevabile, non resistenze al trattamento in corso, non assunzione concomitante di tenofovir. Meglio tollerato, in particolare dal punto di vista metabolico, meno evidente iperbilirubinemia. Problema: più caro di Reyataz 300 mg.

### Less drugs regimens

- Vengono sempre più proposti regimi terapeutici a due (a volte uno solo) farmaci, in persone in terapia stabile e viremia azzerata da almeno sei mesi. Kaletra in monoterapia, Prezista/ritonavir (eventualmente con lamivudina), Reyataz/ritonavir più lamivudina (confermato dallo studio Salt dopo 96 settimane). Il vantaggio di questi regimi è quello di mantenere la soppressione virologica, riducendo gli effetti collaterali, in particolare legati all'assunzione di tenofovir.

### Terapia anti-Hcv

- In Italia sono stati trattati 29.000 pazienti con infezione da Hcv in stadio avanzato, con una negativizzazione della viremia del 90-95%. La terapia dura 3-6 mesi, è solo per via orale ed è molto meglio tollerata rispetto a quella a base di interferone. Nelle persone con Hiv deve essere accompagnata da Haart a base di inibitori dell'integrasi, a causa delle interazioni con gli inibitori della proteasi. Importante essere seguiti presso centri altamente specialistici che abbiano a disposizione tutti i farmaci in commercio: la terapia è mira-

ta sul ceppo virale e sulla situazione clinica della persona. Fondamentale la perfetta aderenza al trattamento: anche con pochissime dosi "saltate" la terapia rischia di non essere efficace!

- Le ultime linee guida europee consigliano di rendere prioritario l'accesso ad una serie di gruppi di pazienti ad alto rischio di progressione (coinfetti hiv o hbv, talassemici, diabetici ecc) o ad alto rischio di trasmissione (tossicodipendenti, detenuti, donne che desiderano una gravidanza ecc). Siamo in attesa di conoscere l'orientamento di AIFA.



# Scritture



## Hiv a Quattr'occhi storia di una piccola comunità

Tra le tante attività promosse dai volontari di Asa - Associazione Solidarietà Aids - ce n'è una capace di realizzare, attraverso il confronto e il dialogo, l'importante obiettivo di incoraggiare le persone Hiv positive ad essere sempre informate e motivate a mantenersi in buona salute fisica e mentale. Sto parlando del gruppo denominato "Hiv a Quattr'occhi", uno spazio aperto di ascolto e condivisione per persone che hanno scoperto da poco di essere sieropositive. La riunione è condotta da tre o quattro volontari senior e avviene il secondo martedì di ogni mese nella sede di Asa alle ore 20,30. Hiv a Quatt'occhi è un'evoluzione dei precedenti storici gruppi di auto-mutuo-aiuto ma con delle particolarità che lo distinguono, tra cui il fatto che in questo caso non è necessario un preventivo colloquio con uno psicologo per potervi accedere; inoltre si svolge solo una volta al mese invece che una volta la settimana. Come già anticipato, nelle originarie intenzioni degli organizzatori questo gruppo doveva essere dedicato in particolare modo a persone che si erano infettate da poco. Ma poi abbiamo constatato che questa forma di socializzazione suscita l'interesse e il coinvolgimento di persone con esperienze e storie personali di vario genere e spessore. Infatti, il gruppo è frequentato in parte da giovani o giovanissimi che hanno contratto il virus Hiv di recente; ma vede anche la partecipazione di persone di mezza età o ultrasessantenni. L'età di questi ultimi non è da considerarsi solo in chiave anagrafica ma anche in relazione all'anzianità storica di persone con Hiv. Così abbiamo il giovane di vent'anni infettato da appena

un paio di mesi e i sessantenni/settantenni con una storia di sieropositività che raggiunge i trent'anni o addirittura li supera. I giovani portano a volte testimonianze di ansia e turbamento, effetto naturale che coinvolge tutti al momento dell'esito positivo del test. A questo segue una fase di elaborazione che porta, normalmente entro breve tempo, a un superamento dell'angoscia e a una forma di tranquilla accettazione. Altra questione spinosa, trattata spesso, è il momento in cui si deve per la prima volta, e poi per sempre, incominciare un trattamento farmacologico che, entro una certa misura, cambierà le proprie abitudini e introdurrà una nuova percezione di sé come persona con importanti problemi di salute. Si discute quindi frequentemente di eventuali effetti collaterali indotti dai farmaci antiretrovirali; o si scambiano consigli su quale trattamento sia da considerarsi il migliore o il più adatto al singolo caso. Nel corso delle conversazioni tra le persone del gruppo può capitare di ascoltare il racconto di episodi vissuti drammaticamente, come ad esempio la rottura del preservativo durante l'amplesso; altre storie parlano di ragazzi profondamente delusi dal comportamento irresponsabile dei loro compagni, ritenuti la causa del loro contatto con il virus: il risultato è, in questo caso, quanto mai frustrante e tale da suscitare in questi ragazzi un senso di sfiducia negli altri e in prossime eventuali relazioni. In genere la fase di elaborazione dei problemi sentiti come un ostacolo alla serenità è superata entro poche settimane o pochi mesi. E qui entra in gioco l'utilità del gruppo Hiv a Quatt'occhi. Infatti, la situa-

zione psicologicamente problematica di alcuni viene filtrata dall'intervento di persone più esperte che hanno già vissuto e superato difficoltà simili. Si tratta di un vero e proprio "aiuto" concreto perché basato sull'esperienza e sulla testimonianza. I più anziani si dimostrano utili proprio in quanto portatori di memoria personale e storica. E' il caso di alcune persone che hanno contratto il virus almeno una decina d'anni prima dell'arrivo dei farmaci antiretrovirali, anni in cui Hiv voleva dire Aids con esito letale, il più delle volte. Tra le intermissioni degli argomenti trattati si avverte di tanto in tanto che Hiv non è il solo motivo che spinge le persone sieropositive a frequentare il gruppo. A volte affiora nelle parole di alcuni un senso di solitudine, non necessariamente legato al proprio stato sierologico; o storie di relazioni affettive naufragate per una ragione o per l'altra; o ancora la denuncia di comportamenti discriminatori nel proprio ambiente sociale, problema che forse nasconde, a volte, una percezione soggettiva e non confessata di marginalità personale. Ma la maggior parte delle volte l'atmosfera è rilassata e gradevole, come capita nel corso di una serata tra amici; non sono assenti l'ironia e l'autoironia; a volte sembra manchino solo birra e patatine.

Flavio Angiolini



# Troviamoci

rubrica di inserzioni gratuite



**Ciao**, donna 51 anni , siero+ da 31 e sto bene , vorrei provare questa strada per incontrare un uomo che mi interessi.Vivo a Piacenza.Scrivimi a Stardust@alice.it

**44enne**, ragazzo simpatico, bergamo, cerca compagno alla pari, zona milano bergamo brescia, per amicizia eventuale relazione, amo musica, cinema, viaggi. Sono attualmente in terapia con buono stato di salute. Dopo tanti annunci invano spero nella volta buona.  
smyboy71@virgilio.it"

**Mi** chiamo brums, amo la musica, sono molto sensibile e dicono di me persona piacevole !! !cerco amici e amiche hiv + come me per qualche serata in compagnia o divertimento!!!! contattami mi fara' piacere ciao 333 74 32 362 brums dalle 18.00/21.00 lavoro durante il giorno.ciao

**Mi** chiamo Rocco. Ho 56 anni, siero-positi, omosessuale, cerco amici nella stessa situazione. Abito in provincia di Verbania.Telefono: 3406292186

**Sono** un uomo di 49 anni alto 1.70 sieropositivo in salute, mi piace viaggiare divertirmi andare fuori a cena amo il mare la montagna sono una persona seria vorrei conoscere una donna con il mio problema x condividere tempo libero amicizia ed eventuale relazioni seri età tra 35.e i 45 . una donna seria è sincera come me. zona Brescia Bergamo Cremona in Lombardia questo è il mio numero 334.1465122 chiamatemi. Antonio.

**Ciao** sono una ragazza di 46 anni abito provincia di milano mi piacerebbe conoscere ragazzi e ragazze per condividere il problema sono amante della natura e degli animali e mi piace viaggiare a presto tel.3894421741

**Mi** chiamo Maurizio ,ho 55 anni , abito vicino Milano , sono sieropositivo in terapia con carica virale azzerata. Vorrei conoscere una donna sieropositiva per amicizia o eventuale relazione.

Sono alto e abbastanza longilineo (183 cm \* 78 kg.) ,ho un lavoro stabile due gatti e una gran voglia di vivere . Se ti va di contattarmi per conoscersi meglio ,questo e' il mio indirizzo mail daftcrew2003@virgilio.it. ciao e spero ...a presto.

**MB**, sono HIV positivo dal 2002, gay. Cerco amici. cell 3423226500.Solo sms grazie

**Ciao** mi chiamo Gianluca ho 40 anni. Mi farebbe piacere conoscere una donna simpatica, allegra e seria. Il mio numero è 3313134618.

**Mi** chiamo Blessing e sono una donna di 39 anni. Brava e gentile, lavoro presso una famiglia e sono in cerca di una stanza o un appartamento in condivisione a Milano con una donna di qualsiasi età. 351 0593820.

**Lisa**, over 50, aspetto giovanile, solare, amante della musica, del ballo e degli animali. Delusa da uomini troppo superficiali e paurosi ma ancora fiduciosa che ci possa essere la persona giusta che voglia rimettersi in gioco, visto che condividiamo la stessa malattia. Se la pensi come me, chiama : 377 2423195. preferisco italiani.

**Ciao** Sono Gianni 45enne di Milano, gay, sto cercando un uomo per amicizia ed eventuale relazione. Se ti interessa contattami. Mia e-mail: gianni69\_mi@yahoo.it o per facile contatto mio cell. 3495542403"

**Ciao** mi chiamo Fabio cerco una donna che abbia voglia di sorridere, e che abbia i miei stessi problemi il mio n 339 8871086 sono di milano ciao

**Maurizio** 48 anni di Arese dolce e sensibile cerco ragazza per eventuale amicizia o chissà Tel: 349 2280400  
Ciao sono angelo 52 anni carino e simpatico,non dimostro gli anni che ho,soprattutto mentalmente. Cerco una ragazza Positiva che come mè si trova a passare le sere da solo e non si rassegna a stare da sola ,il tempo passa inevitabilmente e io cerco amicizia e poi si vedrà,contattami non ti delusero. cell.3664073953 mail: coccolo63@tiscali.it

**Ciao**, ho 56 anni. Africano, alto 1.75 m. Carino e simpatico. Cerco donna seria per relazione duratura. Zona Milano e dintorni. Pierre, tel. 346/3667316

**Ciao** sono Germano di Milano 50 anni cerco una compagna per colorare insieme le nostre giornate. Tel 349 00 28 651

**Ciao** sono Giuseppe di Milano 48 anni sono tranquillo e simpatico, non cer-

co una relazione ma un'amica con cui vedersi ogni tanto per un caffè, una passeggiata, un cinema. Il mio cell. è: 3663816464

**Mi** chiamo Mario e vivo a Filago (BG). Sono alto 1.70 m e di bell'aspetto, amo la natura e gli animali e cerco una donna con cui stringere amicizia ed eventuale relazione. Tel. 389/4421741 oppure 388/7848437.

**Carlo** 59 anni HIV+ asintomatico. Abito a Zogno (BG) cerco donna con uguale problema per relazione duratura ciao. Tel 3382332191

**Ciao** sono un 52 enne sieropositivo dall'85 in buona salute, cercherei amiche zona Brescia, Bergamo e Cremona. Contattatemi su: sashasami@libero.it

**Antonio**, 53 anni, 1,70m, capelli brizzolati, buono stato di salute, cerca compagna cattolica per compagnia, amicizia ed eventuale relazione. Cell. 349/1525411

**42enne** di Bergamo, sieropositivo, cerca amico per amicizia relazione. Scrivere a: mrossi425@virgilio.it

**Ciao**, sono Angelo siero+ cerco donna con cui dividere tempo libero, mi piace andare fuori a cena e divertirmi; se sei una persona positiva fatti viva: non te ne pentirai. mail: angelo6354@yahoo.it; cellulare 366/4073953

**Sono** una donna alta, bella, simpatica, sincera e tranquilla. Voglio vivere una vita serena e tranquilla. Vorrei conoscere un uomo simpatico come me, che mi faccia un sorriso ogni giorno. Questa è il mio numero: 388/7978247.

**Nicola**, 1.70 di altezza, magro, di bella presenza. Cerca una compagna per amicizia o relazione a Milano. Tel. 348/9823726

Per pubblicare un annuncio, inviare il testo all'indirizzo email [essepium@asamilano.org](mailto:essepium@asamilano.org)

La presenza degli annunci è subordinata allo spazio disponibile e all'arrivo di nuovi annunci.

Da ora anche Tu puoi pubblicare una Scrittura su

# EssePiù

Per Saperne di Più

Mandaci una e-mail con oggetto scritture a: [essepium@asamilano.org](mailto:essepium@asamilano.org)  
Le più interessanti saranno pubblicate nei prossimi numeri.

**SCRIVETE NUMEROSI!!**

## Convenzioni ASA

**IMMAGINARIA (Oggettistica)**  
Corso di P.ta Ticinese 53, Milano  
Tel. 02.58102270

**CORNELIA (Gioielleria)**  
Via San Fermo 15, Milano  
Tel. 02.62910350

**CENTRO MEDICO COL DI LANA**  
Viale Col di Lana 2, Milano  
Tel. 02.58103023

**BROKERFIN (Mutui e Finanziamenti)**  
Via Nicotera 18, Milano  
Tel. 02.66207674

**TAU VIAGGI**  
Via Plinio 11, Milano  
Tel. 02.29531322

**PROFESSIONE OTTICA (DI SARDELLA GIUSEPPE)**  
Via G. Meda 6, MI  
Occhiali da vista (40%)  
Occhiali da sole (30%)

**HOTEL RAFFAELLO**  
Via dei Monti 3,  
Chianciano Terme  
Tel 0578,657000 (sconto 30%)

# BASAR

MERCATINO SOLIDALE

NUOVO

USATO

VINTAGE



Ogni secondo sabato del mese dalle 10 alle 18  
in via Arena 25 Milano (M2 S. Agostino - P.Genova)



TEL: 02 5810.7084  
MAIL: [info@asamilano.org](mailto:info@asamilano.org)  
WEB: [www.asamilano.org](http://www.asamilano.org)



## Basar Mercatino solidale

Il BasaR è il mercatino allestito ogni mese presso la sede di ASA allo scopo di finanziare i progetti e le attività dell'associazione. Puoi trovarci di tutto: abbigliamento, scarpe, oggetti per la casa, piccoli pezzi di arredamento, accessori, curiosità, libri e cd, nuovo, usato e vintage, e puoi aggiudicarti con una piccola donazione.

Il bASAR è ormai un appuntamento fisso per molti milanesi e ti sorprenderai per la varietà degli articoli.

Inoltre, solo per l'abbigliamento e accessori usati, puoi venire a visitarci con calma dal lunedì al venerdì, dalle 10 alle 18. (MiniBasaR) Ti ricordiamo che il mercatino ha anche bisogno di generosi donatori per "rimpolpare" i banchi e proporre sempre più novità. Sostienici regalando ciò che non ti serve o ciò che non indossi più; verremo noi a ritirare la tua donazione.

Chiama allo 02/58107084 oppure invia una mail a [segreteria@asamilano.org](mailto:segreteria@asamilano.org)



ASA ONLUS presenta

## HIV a quattr'occhi

Serata informativa dedicata a chi ha scoperto da poco di essere sieropositivo

### APPUNTAMENTI 2016

12 gennaio	12 luglio
09 febbraio	agosto chiuso
08 marzo	13 settembre
12 aprile	11 ottobre
10 maggio	08 novembre
14 giugno	13 dicembre

La serata informativa a cadenza mensile completamente dedicata a chi ha scoperto da poco di essere sieropositivo e vuole saperne di più (sul virus, sulle terapie, sulla vita di tutti i giorni) e a chi, magari sieropositivo da più tempo, ha voglia di ricevere informazioni da qualcuno che non sia un infettivologo o uno psicologo, ma piuttosto una persona che ha affrontato lo stesso percorso

Volontari dell'associazione saranno a disposizione per rispondere a domande su dubbi e timori

Ogni secondo Martedì del mese, alle 20.30  
presso la nostra sede in via Arena 25 Milano (M2 S. Agostino - P.ta Genova)



## Le Nostre Attività

- **Centralino informativo HIV/AIDS** : 02/58107084, con il coordinamento di ISS / Ministero della Salute ( progetto Re.Te.AIDS ), lunedì - venerdì , ore 10-18.
- **ASAMobile**: servizio di accompagnamento rivolto a persone sieropositive che devono recarsi in ospedale per visite o cure in day hospital.
- **Counselling**: vis-à-vis e consulenza psicologica per persone sieropositive, parenti e partner.
- **Gruppo The Names Project**: centro raccolta coperte dei nomi, le coperte decorate da amici e parenti di persone vittime dell'AIDS, e coordinamento per l'esposizione delle coperte durante la celebrazione del primo di dicembre, giornata mondiale per la lotta contro l'AIDS.
- **International AIDS Candlelight Memorial**: fiaccolata commemorativa in memoria delle vittime dell'AIDS, ogni anno a Maggio.
- **Gruppo scuole**: interventi di informazione e prevenzione nelle scuole.
- **HIV info-Pont** : diffusione di materiale informativo e preservati nei luoghi di aggregazione, aventi e locali.
- **Sponsorizzazione**: convegni e manifestazioni pubbliche: concerti, spettacoli, dibattiti, mostre.
- **Gruppo carcere**: iniziative di informazione e prevenzione nel carcere di San Vittore.
- **Essepiù**: bimestrale di informazione e riflessione rivolto a persone sieropositive e a chiunque voglia saperne di più.
- **bASAR Mercatino Solidale**: mercatino di beneficenza per la raccolta di fondi a sostegno di ASA e i progetti - Ogni secondo sabato del mese dalle 10 alle 18.
- **Asta E-bay**: Vendita di abbigliamento e oggetto a sostegno di ASA e i progetti , nell'area aste di beneficenza.
- **HIV a quattr'occhi** : serata informativa a cadenza mensile dedicata soprattutto a chi ha scoperto da poco di essere sieropositivo, per dialogare e ricevere informazioni da qualcuno che non sia un infettivologo o uno psicologo.
- **Test hiv salivare**: Ogni mese, il martedì, dalle 12.30 alle 18. gratuito, senza appuntamento e esito in 20 minuti.



## Aiutaci ad Aiutare DONA ORA

- Coordinate IBAN: IT83K0312701601000000001179  
c/c bancario intestato ad ASA Associazione Solidarietà AIDS (specificando la causale del versamento - donazione)
- Codice fiscale per 5 x 1000: 97140700150
- Account PAYPAL: [amministrazione@asamilano.org](mailto:amministrazione@asamilano.org)

## Progetto Externa

Servizio di Counseling



“ EXTERNA “ è lo sportello di counselling settimanale presso il Centro San Luigi (H. San Raffaele) per la Cura e la Ricerca per le patologie HIV correlate ( Via Stamira D'ancona 20 - Milano ).

Un operatore è a disposizione dei pazienti che desiderano confrontarsi con dubbi e ricevere supporto.

Per informazioni : Tel. 02/58107084  
(lun-Ven , ore 10 - 18)