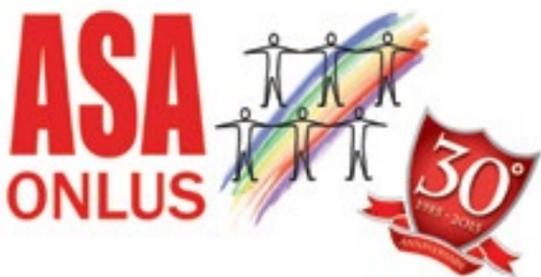


# EssePiù

Per Saperne di Più

AnnoXXIII - Numero 04 - Settembre / Dicembre | 2014 | ASA - Associazione Solidarietà Aids



**Test Salivare HIV**

- non bere, mangiare e non fumare almeno 20 min prima del test.

- Ti aspettiamo ogni 2° martedì
- del mese dalle ore 12 alle 18
- presso la nostra sede in via Arena 25 MI (M.S. Agostino / P.ta Genova)

**EssePiù**  
Per Saperne di Più

## ABBONATI

Con un contributo annuo di 30€ ti spediamo in busta chiusa e anonima il nostro bimestrale.

Contattaci allo 02/5810708  
(lunedì - venerdì, ore 10-18)  
amministrazione@asamilano.org

o scarica tutti i numeri  
in PDF su:  
[www.asamilano30.org/essepiu](http://www.asamilano30.org/essepiu)

## 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

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.

## Primo Dicembre con le lene

In occasione del Primo Dicembre, giornata mondiale della lotta all'Aids, è stato trasmesso in televisione un servizio de "Le lene" a dir poco discutibile.

Anziché parlare del fatto che l'attenzione alla prevenzione dalle MTS, e in particolare dall'HIV, si riduce in maniera verticale, portando in regalo all'Italia il record di nuove infezioni ogni anno, si è parlato di uomini gay sieropositivi che per scelta hanno rapporti sessuali occasionali non protetti. Non solo, nel programma si è anche evidenziato come esistano delle persone sieronegative (sempre maschi omosessuali) che, per una scelta assolutamente opinabile, cercano il rapporto sessuale non protetto con persone HIV-positive.

Queste situazioni sicuramente devono essere discusse e comprese a fondo, specialmente all'interno della comunità gay, che comunque resta, parlando in percentuali, la più colpita, sicuramente la più sensibile alla prevenzione e la meno discriminante, ma queste uscite dei media servono solo a demonizzare chi già è stato sufficientemente colpito ed emarginato.

Parlando dell'utilità preventiva nel

mondo cosiddetto "normale" di questi servizi che voto possiamo dare da 0 a 10? -10, credo...

In questo modo, inoltre, si prosegue con la descrizione del lato più oscuro (ma meno comune) della sessualità gay, oggi a volte disumanizzata grazie anche all'utilizzo di droghe ad hoc: i classici "mostri in prima pagina", facendo intuire quanto sia meglio "l'altro" mondo, quello eterosessuale della famigliola del Mulino Bianco. I mostri ci sono ovunque; in fondo, a pensarci bene, siamo tutti dei mostri.

Recentemente, durante il gruppo 'HIV a Quattrocchi', che si tiene in Associazione ASA una volta al mese, ho sentito una ragazza dire: "In fondo ce lo siamo preso da un atto d'amore".

E' più vicino alla realtà questo o il barback drogato di alcune persone?

Come le riprese dei vari Gay Pride, che indugiano sulle persone più truccate e appariscenti, piuttosto che su gay vestiti normalmente con l'aria del vicino di casa (che sono la maggioranza), questi servizi a taglio scandalistico mi fanno vomitare.

Voi che ne dite?

Massimo Cernuschi

## A 30 anni si cambia look!

In occasione del trentennale di ASA, Associazione Solidarietà AIDS, Essepiù cambierà look!

Già da questo numero troverete il vostro bimestrale rinnovato nella forma, nella grafica e nell'impaginazione. Continuerà a coinvolgerci con notizie interessanti e curiose, documentazioni scientifiche e contenuti provenienti dalle più attendibili fonti

e articoli pensati e stilati per voi da validissimi operatori sanitari.

Essepiù vi inviterà a partecipare agli eventi dell'associazione - e non solo con box migliorati e accattivanti.

La Redazione con tutto lo staff vi aspetta.

V. M.

# La sifilide acceleratore epidemico dell'infezione da HIV. I risultati di uno studio ISS-IRCCS San Gallicano durato 25 anni

L'infezione da HIV-1 si diffonde a Roma tra gli uomini che fanno sesso con altri uomini a causa della sifilide. È questo il dato più importante emerso dallo studio longitudinale durato 25 anni condotto dal Dipartimento di Malattie Infettive, Parassitarie ed Immunomediate dell'Istituto Superiore di Sanità in collaborazione con l'Istituto Dermovenereologico S. Gallicano di Roma e i cui risultati sono stati appena pubblicati sulla rivista Eurosurveillance in occasione del 1° Dicembre, Giornata Mondiale dell'AIDS.

Lo studio ha valutato il rischio di acquisire l'infezione da HIV lungo un periodo di 25 anni in una popola-

zione di 1.862 maschi che fanno sesso con maschi (MSM), dimostrando come tra il 2001 e il 2009 si sia verificato il maggior incremento dal 1985 dell'incidenza dell'infezione.

Il picco si è registrato soprattutto tra i più giovani e tra coloro che nel periodo del follow-up avevano contratto la sifilide, che si è dimostrata capace di aumentare il rischio di sieroconvertire per HIV di oltre sette volte.

Il dato pone l'attenzione sulle infezioni sessualmente trasmissibili quali acceleratori epidemici dell'infezione da HIV e su quanto la loro prevenzione possa limitare la circolazione di HIV-1 soprattutto nelle popolazio-

ni a più elevato rischio. Il fatto che la sifilide potesse giocare un ruolo importante nella diffusione dell'infezione era in parte noto, ma lo studio ISS-S.Gallicano ha portato a misurare con precisione l'entità di tale rischio aggiuntivo. Lo studio, che aveva già portato qualche anno fa a dei risultati preliminari interessanti, ha permesso di raccogliere dati significativi e sul lungo periodo su un fenomeno epidemiologico rilevante come l'infezione da HIV tra gli MSM, dati che integrano utilmente quelli già raccolti dalle attività di sorveglianza nazionale.

Fonte: ISS

## Sì della Commissione UE a etravirina e darunavir per bambini e adolescenti

Due novità per il trattamento dell'HIV in ambito pediatrico: la Commissione Europea ha approvato un'estensione dell'indicazione di etravirina, per i bambini pretrattati con età compresa tra i 6 e i 17 anni; il farmaco è indicato in associazione ad un inibitore della proteasi potenziato e ad altri antiretrovirali. Inoltre, è stata resa disponibile la formulazione in sospensione orale di darunavir, per facilitare la somministrazione ai bambini e a chi avesse problemi di deglutizione. Ad annunciarlo l'azienda farmaceutica Janssen, appartenente al Gruppo Johnson & Johnson, che sottolinea come questo passo individui "due fondamentali tappe nella lotta all'infezione da HIV, in particolare per la popolazione pediatrica".

Nel caso dell'etravirina, la decisione

della Commissione Europea è stata presa in base ai risultati dello Studio PIANO, il quale è il primo ad aver dimostrato efficacia e tollerabilità di etravirina nei bambini e negli adolescenti. Il farmaco, in compresse idrosolubili da 200mg, può inoltre essere sciolto in acqua (o in alternativa nel succo d'arancia o nel latte), rendendo così più agevole l'assunzione da parte dei bambini e di chi avesse problemi di deglutizione. pretrattati, con un'età compresa tra i 6 e i 17 anni, in associazione ad un inibitore della proteasi potenziato e ad altri antiretrovirali. Inoltre, è stata resa disponibile la formulazione in sospensione orale di darunavir, per facilitare la somministrazione ai bambini e a chi avesse problemi di deglutizione.

Per quanto riguarda la sospensione

orale di darunavir, oggi in Europa questa nuova soluzione orale - sottolinea la Janssen - soddisfa un'importante esigenza nel trattamento di pazienti pediatrici e adolescenti con infezione da HIV: in particolare, la formulazione è indicata per pazienti pediatrici, pretrattati con antiretrovirali, di età compresa tra i 3 e i 17 anni e con un peso corporeo di almeno 15 chilogrammi.

"Grazie agli investimenti in ricerca e sviluppo", spiega Janssen, "l'azienda è riuscita ad offrire trattamenti altamente efficaci destinati ai pazienti sieropositivi, migliorandone l'aspettativa e la qualità della vita".

Fonte: [www.quotidianosanità.it](http://www.quotidianosanità.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)

# Il numero delle visite “saltate” è associato ad una maggiore mortalità.

Nel mese di novembre 2014 è stato pubblicato sul Clinical Infectious Diseases un interessante articolo che valuta la relazione tra numero di visite ambulatoriali “saltate” e mortalità dei pazienti con HIV.

La regolarità delle cure è alla base del trattamento delle persone sieropositive; si considera necessario un minimo di due visite nel corso di dodici mesi dopo l'inizio della terapia

antiretrovirale.

In questo studio è stato correlato il numero delle visite mancate nel corso di 24 mesi, con la mortalità, per qualsiasi causa.

I risultati hanno mostrato che le persone sieropositive che hanno mancato almeno due visite nel corso dei 24 mesi hanno un rischio di mortalità di 2-4 volte maggiore rispetto a chi si fa visitare regolarmente.

In conclusione dunque non è sufficiente che l'ambulatorio programmi visite e controlli secondo linee guida, ma sono anche fondamentali una maggior attenzione da parte del paziente e il coinvolgimento attivo, da parte del medico curante, dei pazienti che segue sul programma clinico-terapeutico in corso di trattamento antiretrovirale.

## A proposito dei tagli alla Sanità in Grecia

Un rapporto sui tagli alla Sanità in Grecia, pubblicato recentemente sulla prestigiosa rivista scientifica The Lancet da parte di ricercatori di varie Università britanniche, suona come un grido di allarme.

La notizia al centro della ricerca riguarda la mortalità infantile (i primi 24-48 mesi di vita) che è cresciuta del 43% in pochi anni, a causa del dimezzamento dei finanziamenti destinati alla Sanità pubblica. All'origine dei tagli vi è la crisi del debito sovrano e la durissima cura imposta al Paese greco dall'Unione Europea, dal Fondo Monetario Internazionale e dal governo tedesco guidato dal Premier Angela Merkel.

Complice di questa situazione il cinico e disumano pragmatismo dell'economia finanziaria mondiale, ma anche - o forse soprattutto - l'irresponsabile tendenza alla 'spesa facile' da parte dei governi che si sono succeduti negli ultimi decenni. Opere pubbliche faraoniche, forti investimenti nella spesa militare e altre elargizioni clientelari, hanno arricchito la casta e indebolito gravemente il già modesto Pil del Paese ellenico. Alcuni dati sono sufficienti per inquadrare subito la situazione: abbattimento degli investimenti nella Sanità pari al 32%; tasso di disoccupazione

al 27% (primo in Europa); maggiore diffusione della tubercolosi e del numero di persone sofferenti di depressione; aumento di un bel 27% del numero di suicidi.

E così il drastico taglio alle prestazioni ospedaliere gratuite ha indotto molte madri incinte a rinunciare alle prestazioni e alle cure del personale medico, con la conseguente riduzione del grado di protezione fornito gratuitamente e normalmente adottato nei confronti dei nascituri. Analoghe conseguenze si sono registrate in seguito della drastica riduzione delle forniture di siringhe monouso ai tossicodipendenti e di profilattici, con il risultato prevedibile di un aumento del numero di infezioni da HIV e HCV.

La condizione greca già problematica è aggravata dall'alto costo dei farmaci salvavita la cui distribuzione negli ospedali e nelle farmacie è diventata quanto mai difficoltosa. La richiesta del governo greco di ottenere degli sconti dalle multinazionali e un sostegno da parte del Commissario Europeo della Salute non ha avuto seguito. La situazione è tale che, secondo l'OMS, alcuni cittadini greci si inietterebbero volontariamente il virus Hiv allo scopo di ottenere il sussidio governativo di 700

euro previsto per le persone sieropositive.

Vero è che nel giugno del 2013 il governo greco, con la collaborazione di Associazioni non governative, ha riavviato programmi che prevedono la distribuzione di siringhe e profilattici, oltre all'offerta di terapie antiretrovirali, a tossicodipendenti sieropositivi. Purtroppo però questi programmi stabiliscono che il test può essere somministrato senza il consenso delle persone considerate a rischio, vale a dire tossicodipendenti, prostitute e immigrati irregolari. E come se ciò non bastasse, il tutto può avvenire sotto il controllo e la supervisione della polizia.

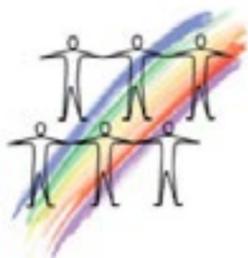
La violazione di elementari diritti umani è palese e potrebbe indurre quelle persone a evitare test e diagnosi imbarazzanti.

Se la crisi economica continuerà di questo passo e gli investimenti a favore della Sanità continueranno a essere tagliati, si prevede un aumento delle disuguaglianze tra chi potrà permettersi cure mediche presso cliniche private e chi invece dovrà accontentarsi di un'assistenza pubblica di scarsa qualità, poco rispettosa della privacy e spesso tardiva.

Flavio A.



**ASA  
ONLUS**



**Tesseramento 2015**

Aiutaci ad aiutare! Tesserati ad ASA ONLUS con soli

**10 EURO**

Presso la nostra sede  
in via Arena 25 MI (M2 S. Agostino - P.ta Genova)  
dal Lun al Ven dalle 10 alle 18

# Usa, gay adolescenti senza tetto

In tempi recenti si è segnalato in Usa un fenomeno sociale che riguarda una considerevole percentuale di giovanissimi cittadini gbt. La notizia consiste nel fatto che il 42% dei giovani senzatepato americani sono gay, lesbiche e transessuali. Ad affermarlo è un'indagine del National Gay & Lesbian Task Force e del National Coalition for the Homeless. Solo a New York dei circa 30mila giovani homeless, 8400 sono omosessuali. Le ragioni di questo fenomeno sono da rintracciare non tanto nel coming out in famiglia, che spesso avviene in età adolescenziale, ma nelle reazioni dei familiari nell'apprendere l'omosessualità del proprio figlio o figlia, tanto negative che molti di questi ragazzi (più di un quarto) sono letteralmente cacciati di casa. L'avventurosa fuga dei gay adolescenti non sempre comincia con una cacciata di casa, anche perché abbandonare un figlio minore è un reato e non tutti i genitori sono pronti a trasgredire la legge. Semplicemente aspettano che il ragazzo raggiunga la maggiore età per "invitarlo" ad andarsene. E' anche vero che il rifiuto da parte

dei genitori non sempre è netto e intransigente, ma sfumato e ambivalente. In questi casi è il ragazzo a scegliere di abbandonare la famiglia e la casa, per la brutta aria che vi si respira. Altre volte la loro fuga consiste nell'ingenuo inseguimento di un sogno che li vedrebbe più felici in città libere e gay-friendly, come San Francisco e Los Angeles. In una prima fase della loro fuga questi ragazzi diventano esperti di couch-surfing, passando da un divano all'altro come ospiti di amici o di persone conosciute strada facendo, e solo in un secondo momento diventano degli homeless. Ciò che complica loro la vita è che essendo giovanissimi hanno scarse possibilità di trovare un lavoro, complice la crisi che tutt'ora investe gli Usa, anche se in misura minore rispetto all'Europa. Tutto ciò li espone a numerosi rischi, quali depressione, tendenza al suicidio, prostituzione, salute precaria, aggressioni e rapporti promiscui: tutte condizioni che, fra l'altro, possono indurli ad abbassare il livello di guardia ed esporsi a possibili infezioni da virus sessualmente trasmissibili. Per tornare alle dimensioni del fenome-

no, basti sapere che la totalità dei giovani senza tetto è circa 500.000; nella sola New York se ne contano 30.000, di cui 8400 omosessuali, come già detto. Davanti a questi numeri lo Stato Federale sembra voler rispondere con misure importanti: è previsto, infatti, uno stanziamento finanziario che dovrebbe servire ad aumentare i posti letto negli Istituti di Accoglienza destinati ai poveri e ai senza tetto. Misure considerate immancabilmente insufficienti dalle associazioni che si occupano di aiutare questi giovani a recuperare la loro indipendenza. In Italia il fenomeno è meno conosciuto e senz'altro meno rilevante che negli Usa, nonostante vi siano state segnalazioni di episodi di omofobia. Non si hanno tuttavia dati certi, dal momento che tra i senza dimora, per quanto riguarda i gay, regna prudentemente il motto "don't ask, don't tell", non chiedere, non dire.

Flavio A.

## Notizie dal Mondo della Ricerca

a cura di M. Cernuschi

### Brevi 5-2014 MDA, MDEA, MBDB, Psilocibina

#### PROBLEMI CON LE DROGHE? COME EVITARE I RISCHI

In questa sezione abbiamo deciso di riportare delle note sintetiche sugli effetti delle sostanze psicoattive più in uso attualmente, soprattutto per degli incontri di "chemsex". L'obiettivo è quello di fornire informazioni su effetti collaterali e rischi legati al consumo di tali sostanze. I suggerimenti sotto riportati sono tratti da un piccolo manuale realizzato da gruppi anti-HIV svizzeri ([www.know-drugs.ch](http://www.know-drugs.ch)).

#### MDA, MDEA, MBDB

Queste tre sostanze sono strettamente imparentate con MDMA. Si distinguono da MDMA e tra di loro per le variazioni della percezione dei sentimenti (azione entactogena) e per l'azione allucinogena.

#### MDA

La 3,4 metilendioxamfetamina è un derivato sintetico delle amfetamine, a volte venduto come Extasy, la maggior parte delle volte in associazione a MDMA, raramente in forma pura. Dosaggio: 1.3 mg per chilo di peso (80 kg=100 mg).

#### Effetti:

Sono più duri e più forti, ma meno "magici" dell'exstasy. MDA ha anche un lieve effetto allucinogeno. L'effetto inizia 30-40 minuti dall'assunzione e dura 8-12 ore.

#### Rischi ed effetti collaterali:

Nausea, vomito, secchezza della bocca, contrattura dei muscoli delle mascelle, disturbi della coordinazione e del sonno, tremori. A lungo termine: è neurotossico ed epatotossico (fegato). In caso di assunzione costante possono comparire sintomi da schizofrenia.

#### MDEA

La 3,4 metilendioxetilamfetamina è un derivato sintetico dell'amfetami-

na, raramente presente nell'Extasy con MDMA. Dosaggio: come MDA.

#### Effetti:

sono comparabili a quelli dell'Extasy, senza però effetto empatico: ci si sente spenti. Ad alte dosi sono possibili allucinazioni. L'effetto inizia 30-45 minuti dall'assunzione e dura 4-6 ore.

#### Rischi ed effetti collaterali:

nausea, vomito, secchezza della bocca, crampi dei muscoli della mascella, sudorazioni, disturbi del coordinamento, tremori, disturbi del sonno.

#### MBDB

La N-metil-1,2-butamina è un derivato sintetico delle amfetamine. Dosaggio: 1.5 mg/kg (per 80 kg di peso: 120 mg).

#### Effetti:

è principalmente entactogeno (alterazioni dei sentimenti), nessuna azione stimolante, un po' meno euforizzante di MDMA. L'effetto inizia 30-40 minuti dopo l'assunzione e dura 3-4 ore.

# La Marijuana può arrestare la diffusione dell'HIV?

Finora le persone con HIV che hanno usato la marijuana dietro prescrizione medica lo hanno fatto per trattare gli effetti collaterali dei farmaci. Ma un nuovo studio pubblicato sulla rivista AIDS Finora le persone con HIV che hanno usato la marijuana dietro prescrizione medica lo hanno fatto per trattare gli effetti collaterali dei farmaci. Ma un nuovo studio pubblicato sulla rivista AIDS Research and Human Retroviruses, ha mostrato di recente che dosi quotidiane di quella sostanza possono anche contribuire a combattere la malattia.

Come riporta Leaf Science, lo studio condotto dai ricercatori della Louisiana State University ha dimostrato che il THC (uno dei principali componenti della marijuana) somministrato alle scimmie per un periodo di 17 mesi, ha diminuito i danni al tessuto immunitario dell'intestino, importante sede di infezione da HIV, agendo a livello dei geni. Infatti, mentre l'HIV normalmente si diffonde infettando e uccidendo le cellule immunitarie, i ricercatori hanno rilevato alti livelli di cellule immunitarie sane

negli animali che hanno ricevuto il THC in modo regolare, responsabile di aver ridotto la mortalità delle cellule intestinali e aumentato la sopravvivenza delle cellule T.

Un analogo risultato era già stato registrato in uno studio del 2011, quando Molina e il suo team avevano osservato che le scimmie HIV-positive trattate con THC avevano più bassi livelli di infezione virale, un numero maggiore di cellule immunitarie, un migliore tasso di sopravvivenza e meno perdita di peso. I risultati dello studio, finanziato dal National Institutes of Health e dal National Institute on Drug Abuse, sono stati sorprendenti. «Quando abbiamo iniziato la ricerca abbiamo pensato che sarebbe aumentato il carico virale e che sarebbe drammaticamente diminuita la conta dei linfociti, e invece non è stato così», ha detto Molina a Leaf Science, aggiungendo che i risultati dello studio fanno pensare a qualche interessante azione di immuno-modulazione, soprattutto nelle prime fasi dell'infezione.

Il prossimo passo sarà quello di indivi-

duare come la marijuana potrebbe aiutare a fermare la proliferazione del virus HIV. Forse così si potranno sviluppare specifici trattamenti in base al funzionamento del THC.

Fonti: [www.hivplusmag.com](http://www.hivplusmag.com)

[www.italiasalute.it](http://www.italiasalute.it)

AIDS Research and Human Retroviruses, Vol.30, 2014

## Progetto Externa

Con il contributo di VllvHealthcare

“ 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 Stamura 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)

### Rischi ed effetti collaterali:

nausea, vomito, secchezza della bocca, crampi dei muscoli della mascella, sudorazioni, disturbi del coordinamento, tremori, disturbi del sonno.

### MDA, MDEA, MBDB: uso sicuro

Iniziare con una mezza dose. Non riassumerne subito un'altra, aspetta almeno un'ora e vedi che effetto ti fa. Ricorda che l'effetto dura a lungo. Non mescolare con altre sostanze, soprattutto con alcool. Bevi molti liquidi non alcolici. Durante la serata, fai delle pause e prendi una boccata d'aria. Fai passare qualche settimana prima di riprenderne ancora. Parla con il tuo medico se già prendi dei farmaci (per esempio quelli per Hiv): possono esserci delle interazioni.

### Psilocibina

I funghi allucinogeni che contengono il principio attivo psilocibina sono consumati dalla notte dei tempi come farmaco e agente psichedelico. Le specie più conosciute sono gli psilocibe, i messicani e gli hawaiani.

### Presentazione:

sotto forma di funghi freschi o secchi, psilocibina sintetica sotto forma

di polvere bianca. Si consumano con il cibo, sotto forma di tisana, meno frequentemente vengono fumati (effetto ridotto).

### Dosaggio:

a concentrazione di principio attivo è diversa a seconda della varietà dei funghi: in generale si ha un effetto leggero con mezzo grammo di fungo secco (più potente gli psilocibe classici), medio con dosi di 1-2 grammi. Per i funghi freschi moltiplicare per dieci.

### Effetti:

a basse dosi: stimolanti e tonificanti; a dosi medie: leggermente allucinogeni e stimolanti dell'immaginazione; a dosi alte: molto allucinogeni e psichedelici. L'ambiente esterno è spesso percepito come in un sogno, forti prese di coscienza di sé stessi, forte senso di comunione con la natura. L'effetto inizia a circa 30 minuti dall'assunzione e dura 3-6 ore.

### Rischi ed effetti collaterali:

le pupille si ingrandiscono, si modificano pulsazioni e pressione, aumenta la temperatura corporea (sudorazione), disturbi del respiro, tachicardia. Possono comparire nausea, disturbi dell'equilibrio, alterazioni della percezione di spazio e tempo, disorien-

tamento, angoscia. In caso di forti stimolazioni dei sensi dall'esterno si possono avere crisi di panico. L'utilizzo di psilocibina può scatenare disturbi psichiatrici latenti. I rischi a lungo termine sono sconosciuti. Se si raccolgono direttamente nei campi, possono essere confusi con specie mortali.

### Psilocibina: uso sicuro.

Non mangiarne se non sei ben riposato e in buona forma fisica e psichica. Non mangiarne se sei da solo, cerca di farlo con qualcuno di cui ti fidi. Cerca di non prenderli a stomaco vuoto, usa possibilmente funghi secchi, lava bene quelli freschi. Stai attento all'ambiente in cui sei: meglio in mezzo alla natura, in un posto non stressante. Evita di assumerli con altre droghe, alcolici o farmaci. Evita le strade e luoghi pericolosi: potresti perdere il senso dell'orientamento. In caso di urgenza o trip brutto, andare in ospedale e raccontare tutto. Dopo il trip, prenditi un giorno di riposo per "digerire" l'esperienza.



# Scritture



## HIV a scuola

Se c'è un bel modo per iniziare bene la giornata è bere un ottimo caffè sfogliando il giornale.

Peccato per le statistiche, non mi è mai piaciuta la matematica.

Leggo infatti che nella mia Milano l'anno scorso si sono registrati 700 casi da infezioni hiv, 400 persone in più rispetto al 2011. Chi saranno mai? Vado avanti con la lettura, scoprendo che le fasce d'età maggiormente a rischio di contrarre il virus HIV sono gli over 60 e i giovanissimi, molti dei quali, oltre a non proteggersi e a non usare alcun metodo contraccettivo durante i rapporti sessuali, non ricevono informazioni corrette circa la sessualità: solo 3 giovani su 10 sono istruiti sull'argomento.

Rimango un attimo perplessa; viviamo nell'era del digitale, dell'I-tech, dell'I-Phone, dell'informazione immediatamente accessibile con un "touch", del "tutto" a portata di mano.

Ma quei 7 ragazzi? Perché hanno informazioni sbagliate? Dove sta il gap?

Mi metto a pensare. Informazioni da medici e insegnanti, dice l'articolo. E famiglia, aggiungo io.

Medici. Il medico di base è "uno di famiglia", il che significa che è lo stesso di mamma, papà, fratello e sorella, e magari anche dei nonni. Potrebbe riferire qualcosa, perciò perché rivolgersi a lui? Meglio evitare. C'è poi la famiglia; se si è nati in una stile "Mulinò Bianco" possiamo star tranquilli, ma se così non fosse? È meglio allora scansare sgradevoli domande, una possibile invasione di privacy, sguardi indagatori e circospetti di genitori forse un po' ansiosi e preoccupati per i repentini cambiamenti dei propri figli adolescenti.

Gli insegnanti. I cosiddetti "laboratori della conoscenza". Ma a volte tra i primi a fraporsi (o a opporsi?) fra studenti e istruzione.

Tra le tante attività di ASA sul territorio italiano, esiste per le scuole su-

periori un progetto di informazione e prevenzione dal virus dell'HIV.

Circa due ore di lezione frontale, informale e soprattutto libera dai giudizi e pre-giudizi. O così dovrebbe essere. Presenziavo all'incontro, scrutando gli studenti del secondo anno e ricordando i miei gloriosi anni "all'ultimo banco". Arrivati al momento di indagine circa le conoscenze dei ragazzi relative alle modalità di trasmissione del virus dell'hiv e se sia possibile riconoscere dall'aspetto una persona sieropositiva, tra le risposte più o meno giuste dei ragazzi ho sentito per caso il commento di una professoressa, seduta vicino a me, che commentava tra sé l'inesattezza della risposta. Secondo la docente infatti "Se una persona è sieropositiva si vede. Eccome".

Avendo la mania di vedere sempre il bicchiere mezzo pieno, mi convinco sia solo una risposta dovuta all'età (sui 50), e probabilmente condizionata dall'immagine stereotipata anni '90 in cui si associava la persona sieropositiva al tossicodipendente. Ma andiamo avanti. Durante tutta la lezione, la signora non si è risparmiata nessun commento. Al di là dell'esplicito atteggiamento di disinteresse per l'argomento, accompagnato da inopportune espressioni facciali di disappunto, ciò che mi ha particolarmente colpito è stato il fatto di aver cercato, ad ogni suo commento di disaccordo, sguardi complici tra gli allievi accanto.

Allievi che vengono così messi in una posizione a dir poco scomoda, tra una giovane competente ma sconosciuta e la più familiare professoressa. A chi dar credito, dunque?

Agli esperti che girano i licei per far lezione sul tema HIV, impegnandosi a trasmettere nozioni di prevenzione e informazione, parlando di cose più o meno nuove e magari anche un po' tabù, quale il sesso, ad esempio, che può portare a contrarre questo ignoto virus che si può nascondere

anche in persone dall'aspetto inaspettatamente sano e bello? O alla prof, punto di riferimento stimato e timorato dalla classe, che ha il duro compito di condivisione del sapere e in parte anche di accompagnare alla vita i ragazzi, ma che in quel preciso momento sta screditando l'esperta sul palco, scardinando e sminuendo questo fiume di notizie?

Sicuramente la disinformazione giovanile (e non) esiste, ma mi chiedo se non sia aggravata dai tabù riguardanti il sesso e la sessualità che pullulano nel nostro Bel Paese, se la curiosità di molti non sia frenata da mentalità pudiche e conservatrici di alcune figure di rappresentanza, che con reazioni di rifiuto celano forse paura e incapacità di accettazione.

Leggendo qua e là il bilancio dei test salivari che si effettuano in ASA (Essepiù, n.1, gennaio-febbraio 2013), leggo con orgoglio che la fascia di età dei partecipanti comprende prevalentemente giovani e giovanissimi, che scelgono di abbattere i tabù su sesso e malattie, scegliendo di tutelare sé stessi e gli altri, i compagni futuri o presenti e mostrando entusiasmo per l'iniziativa, proponendo addirittura nuove idee e location del test salivare. Meno male.

Chiudo il giornale e finisco il mio caffè tifando per quei giovani audaci e coraggiosi, che si sentono liberi di esprimersi, informarsi, agire e coinvolgere i propri pari su temi così importanti, sembrando quasi un po' spavaldi e provocatori, forse, ma che spezzano quella cortina di silenzio misto a scandaloso, che induce a pensare che le disgrazie invisibili appartengano solo ad altri, colpevoli di offuscare l'informazione, quella vera, madre della prevenzione.

V.M.



# Troviamoci

rubrica di inserzioni gratuite



Ciao sono Giuseppe di Milano 48 anni sono tranquillo e simpatico, non cerco 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+ sto cercando una 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. La mia 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

Bella signora 45 enne cerca uomini giovani under 50, per condividere la propria storia e poi chissà. Asintomatica - carica repressa- ex escort di lusso - da pochi giorni. Ho vissuto una vita da leoni ora cerco chi mi capisca :-)  
mail: silvana\_meroni2014@libero.it  
Solo persone serie, no tossicodipendenti, alcolisti o disastriati.

Sono cinquantenne, sono gay, sono sieropositivo. Sento il bisogno di una relazione, cerco un uomo per poterla realizzare. Solo Bergamo.  
Email: gmuscardino@virgilio.it

63enne, carino, simpatico, non libero ma desideroso di vivere la vita, cerca amica per passare ore di serenità e piacere reciproco senza pregiudizi ma solo con molta voglia di vivere e divertirsi, assicuro pomeriggi di sicuro divertimento. Telefonate o inviate messaggio al numero 366/4743488 - solo a Milano e dintorni.

60enne non libero cerca amico nelle vicinanze di Legnano. La solitudine è brutta da vivere in mezzo alla gente. Io sono Francesco, il mio cellulare: 349/8338847

64enne gay, hiv+ in discrete condizioni di salute, con interessi culturali vari, cerca amico/compagno per amicizia ed eventuale relazione in Milano Sud. Cell. 346/6274082

Uomo 45anni sieropositivo da 5, asintomatico cerca donne per amicizia ed eventuale relazione. Sono di Modena. Mi piace viaggiare, andare al cinema, pratico nuoto e ciclismo. Cell. 347/2542002. Un abbraccio a tutti i sieropositivi soli come me.

Ciao, ho 34 anni e sono di Milano. Sono un ragazzo di bell'aspetto e simpatico. Cerco una ragazza per amicizia / relazione. Contattatemi al 338/2992309.

Mi chiamo Marco 64 anni hiv+ cerco amicizia, coetaneo, onde alleviare solitudine. Abito ad Abbiategrasso, prov. Milano; cell. 340/7322510

Ho 46 anni abito a Milano mi chiamo Fabrizio. Positivo da 20 anni. Lavoro come dipendente. Cerco donna single dai 30 anni in su. Possibilmente che abiti a Milano. Tel: 345/3792066

Donna africana, 44 anni, 1.70 altezza cerca un compagno serio per relazione duratura. Tel. 345/1729371

Bruno, over 60, hiv+ in buona salute, zona Niguarda, cerca amicizia femminile, anche per eventuale relazione. Tel. 348/3643732

Ciao, sono Paolo 46anni. Cerco una donna di 30-40anni per amicizia, eventuale relazione. Grazie a chi mi telefona. Zona Monza e anche Milano. Tel 327/4977900

Cerco ex tossica che come me che ha smesso di farsi da almeno 5 anni. Io ho 50 anni e ho smesso di farmi all'età di 23. Voglio trovare un'amica con cui dividere il tempo libero, cene, aperitivi e altro. Io sono Angelo - contatti via mail: coccolo63@tiscali.it cellulare 338/4907669

Mi chiamo Fabio, sono di Milano e mi andrebbe di conoscere persone con voglia di passare belle serate. Il mio numero: 348/4939114. Messaggi graditi.

Bel 38enne, vivo da poco a Sesto San Giovanni. Cerco un amico dolce ed eventuale relazione dai 18 a 35 anni; scrivi sms e mms con foto al numero 328/9298186

Alex 39 anni, asintomatico, amante del cinema e dei viaggi; cerco una compagna per la vita, carina e sincera. Tel. 335/8352557

Ho 54 anni, sieropositivo, mi sento solo, ho bisogno di affetto e tanto amore. Chi me lo può dare? Abito a Cinisello Balsamo. Se c'è qualcuna si faccia avanti perché sono un po' timido. Il mio numero di cellulare è 333/2086849

Ho 31 anni sono Alex hiv+ simpatico latinoamericano, cerco un amico per fare amicizia e complicità tra 40 e 60 anni. Se ti interessa contattami larreynaga18@hotmail.it

Coniugi 46enni hiv+ prov. di Milano vorrebbero conoscere amici, coppie e donne hiv+ per organizzare qualche serata. Ciao a presto. Email: viktorija.regina@alice.it

Mi chiamo Angelo ho 57 anni e cerco donna hiv+ zona Parona (PV) TEL: 339 7386815

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

**Per pubblicare un annuncio, inviare il testo all'indirizzo email [essepiu@asamilano.org](mailto:essepiu@asamilano.org)**  
**La presenza degli annunci è subordinata allo spazio disponibile e all'arrivo di nuovi annunci.**

## 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%)



## Le attività dell' ASA

- **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

## Tesseramento 2015

Aiutaci ad aiutare! Tesserati ad ASA ONLUS con soli

# 10 EURO

Presso la nostra sede  
In via Arena 25 MI (M2 S.Agostino - P.ta Genova)  
dal Lun al Ven dalle 10 alle 18

# BASAR

MERCATINO SOLIDALE

NUOVO

USATO

VINTAGE



abbigliamento  
scarpe accessori  
oggettistica  
mobili quadri  
cd dvd libri  
super affari & charity

### APPUNTAMENTI 2015

<b>10 gennaio</b>	<b>11 luglio</b>
<b>14 febbraio</b>	<b>agosto chiuso</b>
<b>14 marzo</b>	<b>12 settembre</b>
<b>11 aprile</b>	<b>10 ottobre</b>
<b>09 maggio</b>	<b>14 novembre</b>
<b>13 giugno</b>	<b>12 dicembre</b>

**Ogni secondo sabato del mese dalle 10 alle 18**  
in via Arena 25 Milano (MM2 S.Agostino - P.Genova)

### 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



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

### APPUNTAMENTI 2015

<b>13 gennaio</b>	<b>14 luglio</b>
<b>10 febbraio</b>	—
<b>10 marzo</b>	<b>08 settembre</b>
<b>14 aprile</b>	<b>13 ottobre</b>
<b>12 maggio</b>	<b>10 novembre</b>
<b>09 giugno</b>	<b>15 dicembre</b>

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

una volta al mese, il martedì alle 20.30  
presso la sede ASA Onlus in via Arena 25 Milano  
(MM2 S. Agostino - P.ta Genova)