

BREVI

dagli Amici dell'Ospedale

Periodico di informazione dell'associazione padovana donatori di sangue "AMICI DELL'OSPEDALE" - n° 44 - Il quadrimestre 2017
POSTE ITALIANE s.p.a. SPEDIZIONE IN A.P. - D.L. 353/2003 (Conv. in l. 27/02/2004 n.46) art. 1, comma 2, DCB PD

In questo numero:

● Salute & benessere:

Mens sana in corpore sano

...a pagina 2



● Attività di Prevenzione:

Le iniziative per il 2017

...a pagina 3

● Storia della medicina:

Il vaccino

...a pagina 4, 5, 6 e 7



● Comunicazioni e avvisi:

Informativa privacy

...a pagina 8



ASSEMBLEA ANNUALE DEGLI AMICI DELL'OSPEDALE

L'Associazione ha approvato i bilanci e prosegue nei progetti di prevenzione

Cari amici dell'Ospedale, anche quest'anno, si è celebrata l'assemblea dei soci nel nostro consueto appuntamento di aprile. La prima parte dell'assemblea è stata dedicata, come ogni anno, all'approvazione del bilancio consuntivo dell'anno 2016 e del bilancio preventivo per il 2017.

Non ci sono grandi novità sul fronte delle iniziative per l'anno in corso che hanno visto aggiungersi tre nuove prestazioni specialistiche nel nostro già ampio programma di prevenzione.

Per quanto riguarda le linee di indirizzo, si continuerà, la politica di contenimento, entro i livelli degli ultimi anni, della spesa relativa ai capitoli riguardanti le attività promozionali e di gestione generale, in funzione del mantenimento e, se possibile, dell'aumento delle iniziative di prevenzione nei confronti dei nostri associati con un impegno di spesa, previsto per l'anno in corso, di circa € 40.000,00.

Per quanto riguarda il fronte delle donazioni di sangue e degli altri emocomponenti gli Amici dell'Ospedale, pur nella diminuzione

in termini assoluti del livello delle donazioni, dovuta, per lo più a fattori esogeni, continua a rappresentare una realtà importante per il nosocomio patavino.

Si pensi solamente all'apporto che i nostri associati danno alle donazioni di sangue intero e di plasma da aferesi che è pari al rispettivamente 27% ed al 30% del totale delle donazioni effettuate presso il Centro Raccolta Sangue dell'Ospedale di Padova.

Il Presidente e tutto il Comitato Direttivo, si congratulano vivamente con tutti i nostri associati per il loro prezioso sforzo che ci ha consentito di raggiungere questo prestigioso risultato.

La seconda parte dell'assemblea è stata dedicata all'elezione per il rinnovo delle cariche sociali. I risultati hanno visto eletti nel Comitato Direttivo Luigi Scarpati, Fabiana Pizzocaro, Alessandro D'Ambrosio, Lorenzo Bonafè e Franca Zarattini, mentre, come Presidente dell'associazione, è stato riconfermato Dario Spinello.

Il Comitato Direttivo

MENS SANA IN CORPORE SANO

Lo sport di tendenza? Non il calcio, ma il fitness.



Volete sapere qual è lo sport di tendenza? Qual è la pratica sportiva che gli Italiani sembrano amare di più negli ultimi tempi? Se avete risposto calcio, vi sbagliate di grosso. Non è questa la risposta esatta a questa domanda. Non è questo lo sport più amato dagli Italiani. Adesso va di moda la palestra: gli Italiani sembrano sempre più appassionati di *fitness*. Oramai il calcio ha perso il suo primato.

Secondo l'indagine Istat "**I cittadini ed il tempo libero**", ecco gli sport che bisognerebbe praticare se si volesse essere veramente di tendenza ed al passo coi tempi che cambiano.

Prima una bella seduta in palestra: non importa quale attrezzo deciate di fare. Tutto ciò che riguarda il *fitness* va di moda. Non a caso la palestra è al primo posto delle preferenze con il 31%, ricavato dai 4 milioni e 320 mila del gruppo ginnastica, aerobica e *fitness* più il milione e ottantamila della danza e ballo che vengono svolte sempre dentro le palestre.

Al secondo posto troviamo il calcio, che, insieme al calcetto in forte crescita, continua, comunque, ad essere uno sport molto praticato con il 24,2%.

Il terzo è occupato dal nuoto e da tutti gli sport a contatto con l'acqua con il 20,8%. Seguono poi la bicicletta, una passione che molti Italiani coltivano e che sembra essere tornata molto in auge. Così come il *jogging*: tutte pratiche che ci riportano al contatto con la natura.

Sono ancora tanti coloro che dichiarano di essere sedentari ossia di non praticare sport o attività fisica nel tempo libero, il 41%, ma in crescita anche coloro che dichiarano di praticare uno o più sport, 30,2%.

Ma il fitness che cos'è esattamente?

Può essere definito in molte differenti maniere. Per alcuni può significare un giro di vita snello; per altri potrebbe essere la capacità di sollevare alla panca un bilanciere pari al proprio peso, per altri ancora potrebbe significare un generale senso di benessere. Quando si pensa al *fitness*, bisogna però avere ben chiaro il quadro generale: non si tratta soltanto di forza, resistenza o massa grassa, ma di una combinazione di tutti questi elementi.

Si può avere forza ma non resistenza, oppure resistenza ma possedere poca flessibilità. **Quindi l'obiettivo è di raggiungere il giusto equilibrio.**

Certo non bisogna confondere il culturismo, il cosiddetto *body building*, con il *fitness* che può essere praticato, anche se solo in linea teorica, da un'età che va da 0 a 100 anni.

Quindi se ne deduce che tale moda, se così la possiamo chiamare, è destinata a crescere man mano che la vita degli Italiani tenderà alla ricerca del proprio benessere psicofisico.

Una volta, non tanti anni fa, ci sembrava così strano vedere nei nostri parchi o sui nostri argini gruppi di persone o singoli che si affannano a correre, magari supportati da scatolette sempre più minuscole contenenti brani musicali (gli hi-pod).

Oggi è quasi vero il contrario, anche fra coloro che hanno i capelli bianchi o comunque un'età impegnativa.

Quindi il detto latino è quanto mai vero, soprattutto in quest'epoca nella quale il nostro cervello, spesso può andare incontro a patologie gravi (esaurimenti, morbo di Alzheimer, etc):

Mens Sana in Corpore Sano!

Le iniziative per il 2017

Tutti gli esami offerti ai nostri associati

Si comunica a tutti gli associati che da quest'anno le visite e gli esami saranno offerti solo ai soci attivi, mentre per i famigliari dei soci attivi rimarrà la sola visita dermatologica. Gli associati che intendono prenotare una visita o un esame sono pregati di comunicare con la segreteria tramite il telefono o via mail. Non sarà possibile prenotare una prestazione in nessun altro modo.

Per Associati e Familiari:

Per i Donatori attivi:

(dopo la seconda donazione annuale)

1. Visite Oculistiche

2. Visita Dentistica

3. Pulizia cavo orale

4. Radiografia torace

5. Risonanza magnetica

(dopo la prima donazione annuale)

1. Ricerca del sangue occulto

2. Pap-Test su strato sottile

3. Test-HPV;

1. Visite Dermatologiche

4. Ricerca vitamina D;

5. Mammografia

6. Ecografia mammaria

7. Visita Senologica

8. Determinazione del P.S.A.

9. Esame urine completo

10. Consulenza Fisioterapica

11. Visita per rinnovo patente

12. Visita di idoneità sportiva non competitiva

Per chi volesse dare un sostegno finanziario alle attività degli **Amici dell'Ospedale** è possibile fare un versamento sul conto Banca Prossima: Codice IBAN IT34 0033 5901 6001 000 0144 413

IMPORTANTE: non è sufficiente la comunicazione orale dell'intenzione di iscriversi agli "Amici dell'Ospedale", e neppure la semplice dichiarazione di volere cambiare associazione di appartenenza per chi fosse già un donatore, è necessario compilare il modulo che vedete qui riprodotto. Si richiede a tutti coloro che si iscrivono agli "Amici Dell'Ospedale" di darne pronta comunicazione.

Brevi dagli Amici dell'Ospedale

Direttore responsabile: Elisa Billato

Proprietario editore:

Associazione Amici dell'Ospedale in persona del legale rappresentante pro tempore
Sig. Dario Spinello

Direzione e redazione:

Corso Milano 115 - 35139 Padova

Grafica: Vanda Dimattia

Stampa:

Tipografia Nuova Jolly

Via Dell' Industria, 28 - 35030 Rubano (PD)

Registrazione del Tribunale di Padova n. 1910 del
Registro Stampa del 25 ottobre 2004

Per Contattarci: Tel 049 8765156

e-mail: segreteria@amicidellospedale.org

Responsabile: Dott.ssa Giustina De Silvestro
CENTRO RACCOLTA SANGUE OSPEDALE DEI COLLI
Responsabile: Dott. Alberto Marotti
Tel. 049 8216051 Fax 049 826050

Consenso all'iscrizione ad una Associazione

Cognome.....

Nome.....

Data di Nascita.....

Legge 107/90: "le associazioni dei donatori volontari di sangue e le relative federazioni, corrono ai fini istituzionali del Servizio sanitario Nazionale concernenti la promozione e lo sviluppo della donazione di sangue e tutela dei donatori."

Desidero iscrivermi ad una Associazione di donatori di sangue afferenti all'Azienda Ospedaliera di Padova

A.D.V.S. ASSOCIAZIONE DONATORI SANGUE ()

A.O. AMICI DELL'OSPEDALE (X)

A.V.I.S. ASSOCIAZIONE VOLONTARI ITALIANI SANGUE ()

C.R. CROCE ROSSA ()

FIDAS PD GRUPPO PADOVANO DONATORI SANGUE ()

Autorizzo il Servizio Immunotrasfusionale a trasmettere all'Associazione scelta iu miei dati anagrafici per essere successivamente contattato per l'adesione SI () NO ()

Non desidero associarmi e opto per l'inserimento dei miei dati anagrafici solo nell'archivio della struttura Immunotrasfusionale SI ()

Acconsento ad essere interpellato nell'eventualità vi fosse bisogno del mio sangue SI () NO ()

Padova...../...../.....

firma

IL VACCINO

La scoperta scientifica che ha salvato più vite umane



Se solo si considera, che, nella prima metà del '900, la mortalità infantile si aggirava tra il 20 e il 30%, ed oggi si trova poco sopra il 3 per mille, non si hanno dubbi sulla rivoluzione in termini di sopravvivenza che il vaccino ha introdotto.

Infatti, il crollo della mortalità è strettamente correlato al crollo delle malattie infettive, comprese quelle prevenute con le vaccinazioni.

A questo punto ci corre l'obbligo di raccontare la storia, perchè di fatti storici si parla, che ha portato alla scoperta della vaccinazione.

Anche in questo caso, come in molte altre scoperte scientifiche l'atteggiamento degli uomini di scienza, pur dovendo essere portato naturalmente alla curiosità ed all'interesse per le novità, ha svelato uno spirito profondamente conservatore rispetto alle conoscenze già acquisite ed ufficializzate, soprattutto nei confronti di quelle scoperte che non nascono tra le aule stante degli atenei.

Ciò accadeva spesso nei secoli passati, ma anche al giorno d'oggi viene spontaneo pensare che se una nuova cura non proviene dalla medicina, per così dire, "ufficiale", se le ricerche non sono state svolte in quelle fucine della scienza che dovrebbero essere le Università, e, pertanto, non ne possiede "l'autorevolezza", allora, forse, non è degna di interesse, e si stende su di essa una coltre di indifferenza, nel migliore dei casi, che ne rallenta enormemente l'applicazione.

Invero, la storia della medicina è costituita da una lunga galleria di umili studiosi che, facendosi largo tra l'ostilità e la freddezza della "scienza ufficiale", hanno contribuito in maniera determinante al progresso della medicina stessa.

In questa galleria un posto di primo piano spetta, senza ombra di dubbio, al medico inglese **Edward Jenner, cui va il merito di aver aperto la strada alle vaccinazioni.**

Edward Jenner nasce il 17 maggio del 1749 nel piccolo villaggio di Berkeley, nella profonda campagna inglese del Gloucestershire, terzo figlio del reverendo Stephen Jenner.

L'essere nato in campagna acquisisce

Dopo la potabilizzazione dell'acqua, che non è stato un intervento di carattere medico, ma di igiene pubblica, si può affermare con certezza che **il vaccino è stata la scoperta in campo medico che ha salvato il maggior numero di vite umane.**

Si stima, in maniera del tutto approssimativa, che le vaccinazioni, da quando sono state introdotte come profilassi diffusa nei due secoli appena trascorsi, hanno salvato centinaia di milioni di vite.

Anche al giorno d'oggi l'Organizzazione Mondiale della Sanità calcola che

ammontano a circa **2-3 milioni le vite di bambini che vengono salvate ogni anno**, per il solo fatto di prevenire queste quattro malattie: **difterite, pertosse, morbillo, tetano.**

Si stima che se l'**immunità di gruppo nei confronti del vaiolo** non avesse raggiunto l'intera popolazione mondiale, grazie alla vaccinazione operata su larga scala, **ogni anno morirebbero 5 milioni di persone tra bambini e adulti**, solo a causa di tale affezione.

Dalla lettura di tali dati forniti dall'**OMS**, è evidente quanto l'impatto delle vaccinazioni sulla popolazione mondiale sia stato e sia tutt'ora straordinario.

nel piccolo Edward lo spirito di osservazione e l'interesse per tutto quanto riguarda la natura, e se, dopo aver frequentato per alcuni anni le scuole locali, non fosse entrato nello Studio del chirurgo Daniel Ludlow, a Sodbury, vicino Bristol, per svolgere un apprendistato di sei anni, sarebbe sicuramente diventato un naturalista.

Terminati gli studi presso l'ospedale di San Giorgio di Londra, trascorre due anni come allievo del famoso scienziato John Hunter, con il quale stringe una profonda amicizia.

Proprio grazie ai buoni uffici di quest'ultimo Jenner riceve il compito di lavorare allo studio ed alla preparazione del materiale di storia naturale raccolta dalla spedizione di Cook, nel corso del suo primo viaggio nei mari del sud. Il lavoro è svolto con tale accuratezza e bravura che Jenner viene invitato a partecipare alla seconda spedizione in partenza nel 1772, ma rifiuta, trasferendosi definitivamente presso il suo

villaggio natale, per svolgere la professione di medico senza trascurare, comunque, la sua passione per scienze naturalistiche.

Ebbene, il contesto nel quale il giovane medico Jenner si trova ad operare era un'Europa nella quale le malattie infettive mietevano migliaia di morti ogni anno.

In particolare ve ne era una che da secoli, periodicamente, colpiva inesorabilmente con il suo maglio le popolazioni europee, specialmente i bambini: **il vaiolo**.

Inizialmente il virus comparve in Europa prima del X secolo d.c., proveniente dalle immense pianure asiatiche, manifestandosi dapprima, probabilmente, come un semplice disturbo minore ed acquistando via via sempre maggior virulenza sino ai picchi verificatisi tra il XVI ed il XVIII secolo.

Il ceppo più pericoloso provocava febbre, brividi, vesciche purulente e faceva gonfiare le mani e la faccia.

Le pustole molto spesso lasciavano segni indelebili sui volti e sui corpi dei malati che sopravvivevano.

Nel XVIII secolo un terzo della mortalità infantile era dovuto al vaiolo, e quasi i quattro quinti della popolazione adulta ne era stata colpita.

Il vaiolo era un male temuto più della peste, poichè, a differenza di quest'ultima, che si manifestava solo in concomitanza di particolari congiunture socio-economiche (*una lunga guerra, carestia, luoghi sovraffollati e malsani, scarsa igiene*), la sua comparsa era ciclica, quasi un appuntamento fisso per le popolazioni europee e non vi era praticamente generazione che non ne avesse visto la comparsa: **l'uomo europeo, in sostanza, riteneva il vaiolo inevitabile come il susseguirsi delle stagioni.**

All'epoca di Jenner il Governo Inglese stava portando avanti un metodo sperimentale per combattere tale piaga: la vaiolizzazione.





Logo OMS

Tale metodo, importato in Inghilterra dalla Turchia nel 1721, da parte della Signora Mary Wortly Montague, consisteva nell'inoculazione della materia presente nelle pustole dei malati, nelle persone sane con esiti, spesso, esiziali. Edward Jenner, quale medico "condotto", viene incaricato di procedere con tale sistema nella contea di sua competenza.

I pazienti del medico inglese sono soprattutto contadini e pastori, ed accade che, girando per le fattorie, Jenner si trovi di fronte a casi nei quali l'inoculazione non attecchisce, pur trovandosi in presenza di persone che non avevano contratto in precedenza il vaiolo.

Oltre a ciò, l'epidemia di vaiolo che colpisce il Gloucestershire nel 1788, fornisce ulteriori elementi di analisi al medico inglese.

Infatti, Jenner nota come, durante tale epidemia, coloro che avevano contratto in precedenza una forma di vaiolo che colpiva il bestiame, in particolare le mucche da latte, denominata "cowpox" (tale affezione è una forma leggera di vaiolo che si presenta con piccole eruzioni cutanee pustolose a livello delle mammelle delle vacche da latte, con un decorso be-

nigno. L'uomo può essere contagiato venendo a contatto con queste eruzioni: il periodo di incubazione è di circa una settimana, e la malattia dura dalle quattro alla sei settimane, con un recupero completo del paziente), erano immuni dal contagio.

Grazie al suo acuto spirito di osservazione Jenner intuisce che vi deve

necessariamente essere una connessione tra le due cose: il "cowpox" e l'immunità al vaiolo umano.

L'occasione per testare le sue idee si presenta il **14 maggio del 1796**, allorché una giovane mungitrice di nome Sarah Nelmes, che presenta numerose pustole sulle mani, sintomo evidente del fatto che aveva contratto il "cowpox", viene visitata dallo stesso. Jenner estrae il siero contenuto nelle pustole e chiede ad un contadino, di nome Phipps, il permesso di inoculare il siero nel figlio di quest'ultimo, James di sette anni, dopo avergli spiegato che si trattava di una metodologia sperimentale contro il vaiolo.

Effettua, pertanto, due piccoli tagli sul braccio sinistro del bambino e vi instilla il siero che aveva estratto dalle pustole di Sarah Nelmes.

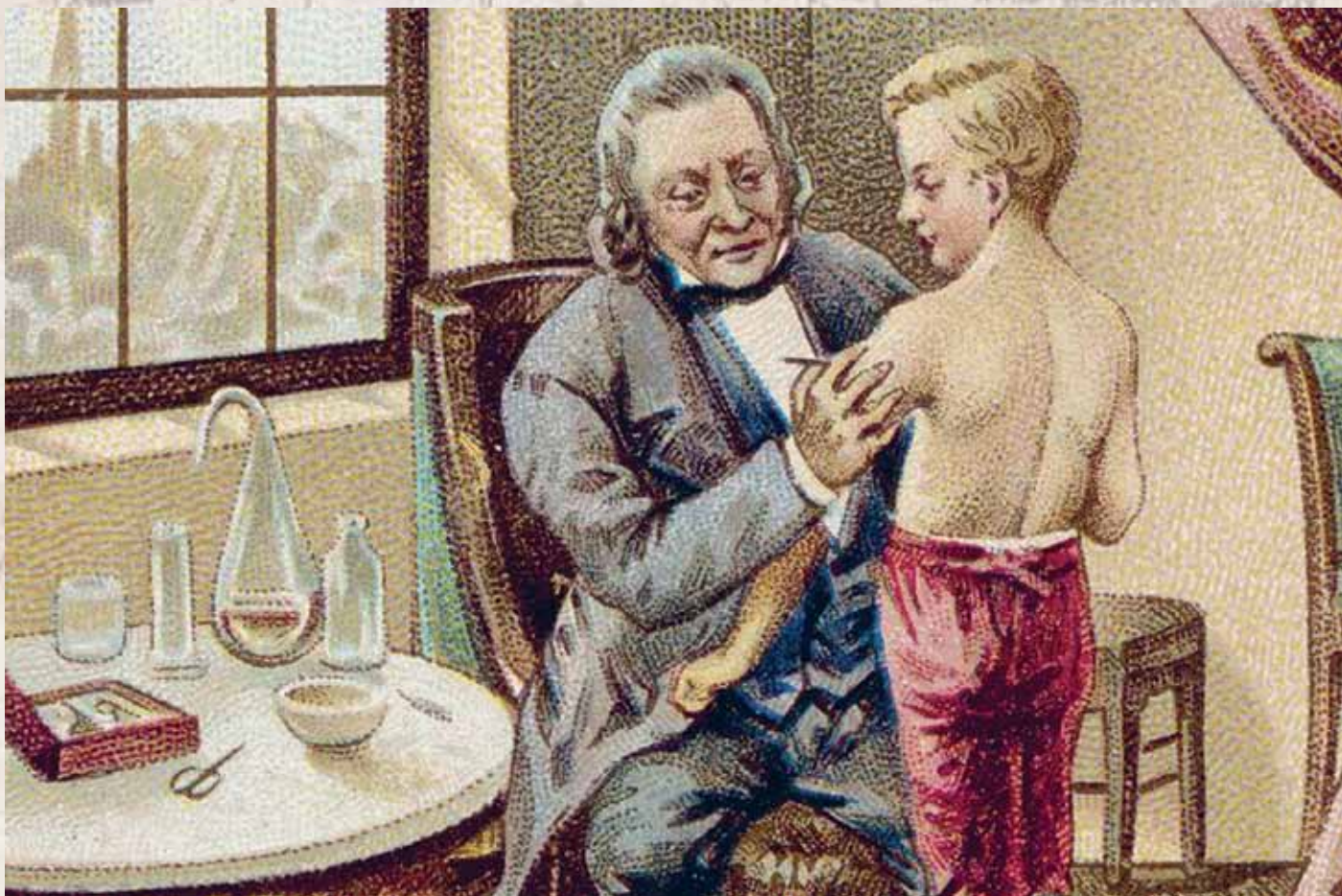
Il bambino si ammala con la sintomatologia tipica del "cowpox": dopo sette giorni si ingrossano i linfonodi sotto l'ascella sinistra, il nono giorno perde l'appetito e viene colto da un lieve tremito dovuto all'aumentare della febbre, il decimo giorno comincia a migliorare sino a ristabilirsi completamente nei giorni successivi.

Due mesi dopo Jenner svolge un secondo esperimento, ancora più importante, inoculando nello stesso bambino ancora del siero estratto, però, dalle pustole di un malato di vaiolo umano.

Ebbene, il piccolo James non presenta alcuna reazione, nessun disturbo, neppure dopo la ripetizione dell'esperimento: **Jenner intuisce chiaramente che il vaiolo vaccino rende immune chi lo contrae da quello, ben più pe-**



The Cow Pock — or — the Wonderful Effects of the New Inoculation! — etc. etc. the publication of J. Ashmead's Society.



ricoloso, umano.

Edward Jenner, sulla scorta di questo suo primo esperimento, prosegue negli studi e negli esperimenti sul campo, finchè, due anni più tardi, sottopone le sue osservazioni alla massima autorità in campo scientifico dell'epoca in Inghilterra: la Royal Society di Londra.

Il suo manoscritto, purtroppo, non riceve una buona accoglienza da parte degli accademici, anzi, in un comunicato, la stessa Royal Society lo sconsiglia di perseverare per non rovinarsi la reputazione, e non prende in minima considerazione i risultati dei suoi studi. I più autorevoli studiosi britannici non colgono l'importanza della scoperta, che viene anche denigrata facendola diventare oggetto di vignette umoristiche, nelle quali si raffigurano mucche che escono dai corpi dei pazienti che si erano sottoposti al trattamento di inoculazione di siero di vaiolo vaccino.

Edward Jenner è però convinto non solo della bontà delle proprie analisi, ma anche dell'enorme utilità che la **diffusione della vaccinazione** avrebbe avuto sulla salute pubblica di tutti i cittadini del regno, pertanto, pubblica a sue spese i risultati dei suoi studi.

Si deve attendere il 1840 prima che il

Governo inglese vieti qualsiasi trattamento contro il vaiolo che non sia la vaccinazione ideata da Edward Jenner.

Nel corso dell'800, le autorità pubbliche di tutti gli Stati europei si rendono conto che il vaccino antivaiolo aveva un'efficacia straordinaria, tanto che alcuni di essi lo rendono obbligatorio per legge.

Come accade anche al giorno d'oggi, "*mala tempora currunt!*", ci fu una violenta reazione da parte dell'opinione pubblica, argomentata dalla volontà di proteggere la libertà dell'individuo dall'intromissione dello Stato nelle scelte personali dell'uomo e della sua vita, scatenando forti obiezioni un po' ovunque avverso tale pratica,

in particolare in Inghilterra, in Olanda, e in Svezia.

A Stoccolma la vaccinazione venne abbandonata del tutto fino al 1870, quando una forte epidemia di vaiolo causò la morte del 25% della popolazione: allora, semplicemente, si decise per il ripristino della vaccinazione.

Grazie ad Edward Jenner, un umile medico di campagna, la strada della vaccinazione contro le malattie infettive veniva aperta, consentendo all'uomo, per la prima volta dalla sua comparsa sulla terra, di poter affermare che una terribile malattia infettiva, il vaiolo, era stata debellata nel mondo intero: era il 1980 e l'Organizzazione Mondiale della Sanità poteva dare questa straordinaria notizia.



da compilare e spedire o consegnare presso la sede degli Amici dell'Ospedale

INFORMATIVA SUL TRATTAMENTO DEI DATI SENSIBILI Ai sensi della normativa sulla privacy

Informazioni sull'associazione "Amici Dell'Ospedale"

L'Associazione Padovana Donatori di Sangue "Amici dell'Ospedale" è un'organizzazione di volontariato che persegue, come previsto dall'articolo 4 del Suo statuto, finalità socio sanitarie di contribuzione al fabbisogno di sangue, di educazione alla donazione e di miglioramento dell'opera di prevenzione per i donatori, accanto a finalità di protezione civile per la predisposizione di piani di prelievo straordinario e di pronto intervento.

Nel perseguimento di queste finalità, l'associazione "Amici dell'Ospedale" viene necessariamente a conoscenza non solo dei dati anagrafici dei singoli donatori, ma anche di dati che le disposizioni normative in materia definiscono "**sensibili**". In particolare, l'associazione "Amici dell'Ospedale" deve tenere elenchi, cartacei ed informatici, costantemente aggiornati, dei propri soci, nei quali vengono annotati, oltre alle generalità di ciascuno, il gruppo sanguigno, il numero delle donazioni effettuate e la loro data, il giudizio di idoneità o meno alla donazione.

Richiamiamo la vostra attenzione sul fatto che si tratta di dati personali idonei a rivelare lo stato di salute e lo stile di vita del donatore. Tuttavia:

1. il conferimento dei dati è indispensabile per lo svolgimento delle attività istituzionali dell'associazione;
2. i dati vengono registrati, aggiornati e conservati in archivi cartacei, elettronici ed informatici;
3. gli stessi dati sono protetti e trattati in via del tutto riservata, per le sole ed esclusive finalità istituzionali;
4. i dati non verranno divulgati a terzi, con la sola eccezione delle competenti strutture del Servizio Sanitario Nazionale;
5. responsabile del trattamento dei dati è il Presidente pro tempore dell'associazione;
6. ciascun donatore potrà consultare, far modificare o cancellare i propri dati personali presso l'associazione "Amici dell'Ospedale".

CONSENSO AL TRATTAMENTO DEI DATI SENSIBILI

Dichiaro di aver preso atto di quanto sopra e di consentire il trattamento dei miei dati personali, nei limiti e con le garanzie indicati.

Data.....

Firma leggibile

SEGRETERIA

Si segnala a tutti gli iscritti che è in funzione la segreteria telefonica e, nel caso sia lasciato un messaggio, si verrà prontamente contattati

Per chi trovasse più comodo inviarci e-mail ricordiamo il nostro indirizzo di posta elettronica

segreteria@amicidellospedale.org

SITO WEB AMICI DELL'OSPEDALE

cliccando su
www.amicidellospedale.org
troverete tutte le informazioni sulla nostra associazione;
potrete leggere il nostro periodico via internet
ed essere sempre aggiornati sulle nuove iniziative degli
"Amici dell'Ospedale"

GIORNALE

Coloro che ricevono il nostro quadrimestrale, BREVI dagli Amici dell'Ospedale, sono pregati di:
- Comunicarci l'eventuale cambio di indirizzo,
- Segnarci l'indirizzo di qualche persona cui lo possiamo inviare,
- Avvertirci se non desiderano più riceverlo