



Ministero dell'Istruzione  
**LICEO STATALE CARLO TENCA**  
Bastioni di Porta Volta, 16-20121 Milano  
Tel. 02.6551606

C. F. 80126370156 Cod. Mecc. MIPM11000D Codice univoco UFW0WC  
[www.liceotenca.edu.it](http://www.liceotenca.edu.it) e-mail: [mipm11000d@istruzione.it](mailto:mipm11000d@istruzione.it) pec: [mipm11000d@pec.istruzione.it](mailto:mipm11000d@pec.istruzione.it)



**LICEO " TENCA "**  
**C.F. 80126370156 C.M. MIPM11000D**  
A007778 - LICEO STATALE CARLO TENCA  
Prot. 0000889/U del 09/02/2022 08:00

Milano, 8 febbraio 2022

Agli Studenti  
Alle Famiglie  
Ai Docenti  
delle classi quinte  
Al personale ATA

### **OGGETTO: Progetto salute classi quinte – giornata di donazione di sangue**

All'interno dei percorsi di educazione alla salute, che la scuola offre per sollecitare la costruzione e la scelta di corretti stili di vita, si colloca il progetto pensato e gestito da Avis (Associazione Volontari Italiani del Sangue) che, a partire da questo anno scolastico, si è proposta al nostro istituto quale partner per un percorso di formazione alla solidarietà, attraverso la donazione di sangue, per le cure dei malati più gravi, per le categorie a perenne rischio, i talassemici tra costoro, e per la sopravvivenza nei casi di interventi o situazioni complicate. Ciò in base a un impegno assunto da AVIS, a livello nazionale, con il MIUR.

Il progetto ha preso avvio, nel primo periodo dell'anno, con una serie di incontri informativi nelle classi quinte del nostro istituto, gestiti da esperti di AVIS, relativi alla donazione di sangue, all'educazione ai corretti stili di vita, nonché al senso e al valore della responsabilità e della solidarietà sociale, secondo gli obiettivi dell'Agenda 2030, in vista della formazione dei nuovi cittadini.

L'iniziativa prosegue ora con una **giornata, dedicata all'effettiva raccolta di sangue, su base volontaria e sotto stretto controllo medico, rivolta agli studenti maggiorenni delle classi quinte, a scuola**, in un ambiente a loro familiare.

L'evento avrà luogo il giorno **22 febbraio 2022, dalle ore 8.10 alle ore 12.00**. Nella mattina del 22 febbraio, il cortile della nostra scuola ospiterà due autoemoteche dell'Avis, una per le visite mediche precedenti alla donazione, l'altra per l'effettiva raccolta di sangue. La piccola palestra immediatamente adiacente al cortile servirà, invece, sia come spazio per le procedure di accettazione dei donatori che come luogo di ristoro successivo alla donazione.

Indicativamente, nella fascia oraria compresa **dalle ore 8.00 alle ore 12.30 di martedì 22 febbraio e, comunque, per tutto il tempo di permanenza delle autoemoteche nel cortile, non sarà possibile utilizzare il cortile adiacente alla palestra (lato Aula Magna) come parcheggio** delle proprie auto o ciclomotori, salvo

accesso mezzi studenti dva) ma dovrà essere lasciato libero per le manovre e lo stazionamento delle due autoemoteche, nonché per le attività connesse alla raccolta di sangue.

Si allegano alla presente circolare:

- la locandina dell'evento;
- un documento informativo che contiene i criteri di idoneità per la donazione di sangue, già distribuito nelle classi quinte durante gli incontri con Avis.

Al fine di accelerare le procedure di accettazione la mattina della donazione, **si invitano gli studenti interessati e in possesso dei requisiti di idoneità, a manifestare la propria adesione all'iniziativa, entro e non oltre il 16/02/2022, scrivendo a [anna.diciommo@posta.istruzione.it](mailto:anna.diciommo@posta.istruzione.it), indicando la propria classe di appartenenza, un recapito telefonico diretto e se siano già donatori o meno, oppure rivolgendosi direttamente al docente di Scienze motorie della propria classe.**

Si rammenta che l'adesione all'iniziativa permette il riconoscimento di crediti formativi.

Auspiciando un'ampia partecipazione all'evento, ringraziamo tutti per la disponibilità e collaborazione, in particolare, il Dipartimento di Scienze motorie, che ha contribuito fattivamente alla realizzazione del progetto.

La Referente del progetto  
prof.ssa Anna Di Ciommo

Il Dirigente scolastico  
prof. Mauro Agostino Donato Zeni



THE BREF

**DONATI  
UNA LEZIONE  
DIVERSA**



Vieni a fare del bene, avrai sempre il tuo benessere sotto controllo.

DIVENTARE DONATORI DI SANGUE È UN ATTO DI GENEROSITÀ VERSO LA COMUNITÀ

**E DI ATTENZIONE VERSO SE STESSI.**

**[www.avismi.it](http://www.avismi.it)**

**AVIS Comunale Milano**

Largo Volontari del Sangue 1

Tel. 02 70635020

mail [info@avismi.it](mailto:info@avismi.it)

## CHI PUO' DONARE:

### *Chiunque:*

- ✓ Si trovi in buona salute
- ✓ Abbia più di 18 anni e meno di 60 anni
- ✓ Pesi più di 50 kg
- ✓ Non abbia assunto farmaci nei giorni immediatamente precedenti

## PERCHÈ DONARE SANGUE:

A Milano occorrono 100 donazioni in più per ogni giorno feriale.

L'utilizzo di sangue ed emoderivati è in costante crescita.

Il sangue non si produce, si può solo donare

Il diritto alla vita, grazie ad una trasfusione, deve essere certo e garantito a tutti.

## PREVENZIONE:

Grazie alla visita medica ed ai controlli clinici, la giornata della donazione diventa anche un insostituibile momento di controllo della propria salute.

## SICUREZZA:

Le donazioni sono assolutamente sicure, il materiale utilizzato è sterile e monouso.

# Ti Aspettiamo per la Raccolta!

**Il giorno 22/02/2022 dalle 8.00 alle 12.00**

**Presso il LICEO TENCA— Bastioni di Porta Volta, 16— Milano**

**Per adesioni contattare prof.ssa Di Ciommo**

Presentarsi dopo aver fatto una colazione leggera con caffè, tè, spremuta poco zuccherati e due fette biscottate o un paio di cracker.

**TUTTO CIO' CHE E' IMPORTANTE RICORDARE SUBITO PRIMA DI PRESENTARSI PER UNA DONAZIONE DI SANGUE**

**PRESENTARSI CON CARTA DI IDENTITA' e TESSERA SANITARIA.** L'adeguamento del sistema Trasfusionale, prevede ***l'obbligo di esibire la Tessera Sanitaria. Ti raccomandiamo di portarla sempre con te ad ogni donazione!*** **I Cittadini extra europei devono presentarsi con Permesso di Soggiorno valido ed essere residenti in Italia regolarmente da almeno 2 anni! E' INDISPENSABILE LA CONOSCENZA DELLA LINGUA ITALIANA!**

- Età compresa tra i 18 e i 60 anni per la prima donazione. Possono donare coloro che hanno dai 60 ai 69 anni, purché abbiano effettuato almeno 1 donazione e un ECG nell'ultimo anno (l'ECG deve essere mostrato al medico addetto alla visita).
- Rapporti sessuali stabili con partner unico fisso da almeno 4 mesi.
- Peso non inferiore ai 50 kg indipendentemente dalla statura o dalla costituzione.
- Non soffrire di malattie croniche (diabete, malattie autoimmuni che coinvolgano più organi, tumori maligni, epilessia, ecc.).
- Non aver MAI avuto Epatite B e C, sifilide, comportamenti a rischio di malattie trasmissibili sessualmente ed uso di sostanze stupefacenti o steroidi ed ormoni a scopo sportivo.
- Non convivere con soggetti positivi per Epatite B, C, anche occasionalmente.
- Infezioni da Epatite A sono da rivalutare dopo 3 mesi dalla guarigione clinica con esami.
- Non aver avuto malattie nelle ultime due settimane, anche se di lieve entità (influenza, bronchite, polmonite, herpes labiali).
- Non aver assunto alcun farmaco nell'ultima settimana (antidolorifici e aspirine), nelle ultime due settimane per antibiotici o antibatterici. Si possono regolarmente assumere preparati vitaminici e pillola anticoncezionale. Non assumere terapia della pressione la mattina della donazione, ma portarla con sé. Finasteride e Dutasteride per problemi alla prostata: 1 mese dall'ultima assunzione.
- L'uso continuato di Antidepressivi, prevede una sospensione di 30 giorni dall'ultima assunzione.
- Non essere stati sottoposti ad interventi negli ultimi 4 mesi (comunque è necessario documentare il ricovero con lettera di dimissioni e/o cartella clinica). I piccoli interventi in anestesia locale, vengono rivalutati dal medico addetto alla visita (portare documentazione).
- Non essersi sottoposti a CURE ODONTOIATRICHE: 48 ore per otturazione semplice, anche con anestesia locale; 7 giorni in caso di pulizia del tartaro e devitalizzazione; per almeno 7 giorni in caso di estrazione, se si assumono antibiotici 15 giorni dall'ultima assunzione. 1 mese per implantologia. Per innesto osseo sono necessari 4 mesi di sospensione (portare documentazione).
- Non aver effettuato esami endoscopici negli ultimi 4 mesi (gastroscopia, colonscopia, artroscopia, etc.); è necessario, comunque, portarne in visione l'esito e l'eventuale esame istologico.
- Esami con metodo di contrasto: sospensione per 15 giorni, portare esito in visione.
- Non aver effettuato viaggi o soggiorni in zone tropicali negli ultimi 6 mesi, 6 mesi se zone malariche, 1 mese se Paesi extra-Europei (Es: Russia, Giappone, Israele, ecc...).
- Non aver soggiornato nel Regno Unito per più di 6 mesi (nel TOTALE dei soggiorni) dal 1980 al 1996 e non essere stati trasfusi nel Regno Unito.
- Non aver soggiornato in USA o Canada negli ultimi 28 giorni.
- Non aver il ciclo mestruale in corso (è consigliato lasciar trascorrere almeno 1 settimana dalla fine del ciclo).
- Non aver avuto parti o aborti negli ultimi 12 mesi. Se l'aborto è avvenuto nel 1° trimestre: sono sufficienti 6 mesi di sospensione.
- Non aver eseguito tatuaggi, né agopuntura, né fori ai lobi, né piercing vari negli ultimi 4 mesi.
- Non effettuare allenamenti o sport nelle 24 ore precedenti e/o seguenti il prelievo. E' sconsigliato intraprendere lunghi viaggi dopo la donazione.
- Non soffrire di Lebbra – Babebiosi - Leishmaniosi – Febbre Q – Tripanosomiasi.
- Non soffrire di Cardiopatie – Coronaropatie, Angina Pectoris, Aritmia grave, ecc.
- Non soffrire di Nefropatie croniche (Glomerulonefrite, Pielonefrite).

- Non soffrire di malattie della pelle diffuse – malattie allergiche croniche.
- Non soffrire di Ulcera gastroduodenale clinicamente attiva, non essere stati sottoposti a gastroresezione.
- Non soffrire di malattie del sangue ereditarie o acquisite (e comunque a giudizio del Medico). Portare la documentazione.
- Non soffrire di malattie del sistema nervoso degenerative ed ereditarie, malattia di Creutzfeldt-Jakob, demenza, malattie psichiche e mentali.
- Alcolismo
- Trapianti di organi solidi, C.S.E., cornea / dura madre e xenotrapianti.
- Non essere stati accidentalmente esposti al sangue o a strumenti contaminati dal sangue negli ultimi 4 mesi.
- Non soffrire della malattia di Lyme (artrite di Lyme) e comunque 12 mesi dopo la guarigione, producendo la relativa documentazione.
- Non soffrire di Mononucleosi e infezione da Citomegalovirus e comunque 6 mesi dopo la guarigione clinica documentata, in assenza di IGM.
- Non soffrire di Toxoplasmosi e comunque 2 anni dopo la guarigione clinica, producendo la documentazione.
- In caso di allergia a farmaci, con particolare riguardo alla penicillina, attendere 1 anno dopo l'episodio allergico.
- Attendere 2 anni dopo la guarigione documentata da: Tubercolosi - Osteomielite - Brucellosi - Reumatismo Articolare Acuto, producendo la documentazione dell'avvenuta guarigione.
- Attendere 5 anni dopo la guarigione definitiva da Glomerulonefrite acuta producendo la relativa documentazione.
- Sospensione di 1 anno da vaccinazione Antirabbica, se praticata per morso di animale infetto.
- Altri tipi di Vaccinazioni: periodo variabile da 48 ore a 4 settimane a seconda del tipo.

**Portare eventuale documentazione sanitaria (cartelle cliniche, esami del sangue o strumentali) relativa a eventi intervenuti dopo l'ultima donazione.**

**COME COMPORTARSI IL GIORNO DELLA DONAZIONE:**

**Per chi dona al mattino**, colazione leggera a base di tè, caffè, succhi di frutta o spremute poco zuccherati, qualche biscotto secco, toast senza formaggio. Non assumere latte e suoi derivati, brioche e dolci. NO marmellate – NO miele.

**NON PRESENTARSI COMPLETAMENTE A DIGIUNO! E' possibile uno snack, non zuccherato, a metà mattina.**

**Per chi dona al pomeriggio**, è preferibile una colazione normale ed un pranzo leggero a base di pasta in bianco (all'olio e senza formaggio grattugiato) ed insalata, oppure una fetta di carne ai ferri ed insalata. 1 panino, caffè moderatamente zuccherato.

**Non assumere bevande alcoliche o troppo dolci (Cola, aranciata, ecc.). E' necessario pranzare NON OLTRE le ore 13.00.**

**Dopo la donazione non effettuare attività sportiva intensa o lavori particolarmente pesanti. Assumere molti liquidi (non alcolici): non è necessario nutrirsi più del solito, anzi è preferibile un pasto leggero e facilmente digeribile.**

**Per prenotare la donazione o gli esami, presso la Sede di Largo Volontari del Sangue, l'U.R.M. di Via Murialdo e l'Ospedale di Niguarda (Blocco Nord Settore "A"): da lunedì a venerdì dalle ore 9,30 alle ore 18,00 – tel. 02/70635020 (Uff. Servizio Donatori – scelta "1") – mail : servizio.donatori@avismi.it**

**Prenotazioni per raccolte Aziendali o Scolastiche:** seguire le indicazioni ricevute dai referenti.

Sito AVIS Milano: [www.avismi.it](http://www.avismi.it)

Info Sanitarie: [laura.galastri@avismi.it](mailto:laura.galastri@avismi.it)

Il Direttore Sanitario

Dott.ssa Laura Galastri

Milano, 31 maggio 2021