

Il mio 57° compleanno ho deciso di festeggiarlo in modo diverso.

Invece di ricevere i soliti doni, sono io che ne faccio uno a tutta la comunità, uno che non si trova in nessun negozio e che non ha prezzo : la mia 300.a donazione di sangue ed emoderivati con AVIS proprio in sintonia con la pubblicità promossa dall'AVIS regionale e che passa su tutte le radio locali con in sottofondo il successo di Tiziano Ferro "Il regalo più grande".

Da sempre sono nel mondo dell'Associazionismo : dal 1974 con l'SVS, poi con AIL, dal 1989 con l'AVIS e dal 1996, dopo la morte di mia moglie, ho fondato una ONLUS a lei dedicata ma che purtroppo, per motivi economici, da qualche tempo, è inattiva.

E' stato proprio in occasione di questa luttuosa evenienza che ho deciso di dare impulso alla mia attività di donatore : in quella circostanza mia moglie ebbe necessità di diverse sacche di sangue (che però non servirono a niente) ed ebbi modo di capire fino a che punto è importante l'esserci o non esserci la disponibilità di sangue presso la banca del sangue al Centro Trasfusionale così dissi a me stesso di implementare la mia frequenza nelle donazioni e decuplicare quelle che furono utilizzate nella circostanza (penso di esser riuscito nell'intento).

Rivolgo l'invito a diventare donatori a tutti quanti (dai 18 ai 65 anni secondo la vigente normativa - unico mio rammarico aver iniziato soltanto a 30 anni), sia uomini sia donne ma soprattutto ai giovani. Non potete immaginare quanto sia bello vedere come nei vari gruppi che compongono le Associazioni, ci siano persone di ogni razza, religione, colore della pelle, condizione sociale e fede politica che uniscono i loro sforzi per un unico fine : quello di alleviare le sofferenze di molte persone che purtroppo, quotidianamente, hanno bisogno delle trasfusioni di sangue e dei suoi derivati e, per un momento, pensi, utopisticamente, che c'è un mondo possibile pieno di amore verso il prossimo e che accomuna tutti.

I tempi d'attesa si sono notevolmente ridotti da quando è stata istituita la programmazione delle donazioni al Centro Trasfusionale dell'Ospedale in collaborazione con le Associazioni che prendono gli appuntamenti dai donatori e li trasmettono al Centro.

Approfitto dell'occasione per ringraziare pubblicamente il personale tutto sia medico che paramedico di questo vitale Centro per la pazienza e la professionalità con cui, ogni giorno, assistono i donatori ed in particolar modo alla mia persona.

La prima cosa che faccio per poter connettere ogni mattina alle 7, appena alzato dal letto, è la colazione quindi il dover aspettare almeno un paio d'ore prima di poterla fare è l'unica cosa che mi pesa (quando vado a donare il sangue) ma poi nemmeno più di tanto pensando al beneficio che rendo con la mia azione. I medici ripetono sempre che è possibile fare una piccola colazione senza latte e latticini (contengono grassi) ma con un po' di tè e pochi biscotti, purtroppo però non mi riesce fare le cose a metà così preferisco aspettare ed abbuffarmi facendo il primo e più importante pranzo della giornata, nel migliore dei modi con cappuccino e brioche, quello che dà l'energia necessaria per affrontarla al meglio.

Altra cosa che ho notato (di cui però non conosco se esiste un fondamento scientifico) è che raramente riesco a prendere un raffreddore ed anche le zanzare mi stanno alla larga (forse anche loro comprendono l'importanza della mia azione di pubblica utilità, ahahaha!!).

Di un'altra cosa potete stare certi : non avrete ripercussioni al fisico (sempre seguendo le istruzioni impartite dai medici che vi visiteranno); se si considera una media 500 ml. a donazione moltiplicato per le 300 donazioni si ha un prodotto di 150 litri e se lo si moltiplica per 1,055 (che è il peso specifico del sangue) si ottengono circa 158 kilogrammi quindi uno potrebbe essere erroneamente indotto a pensare (come nel mio caso che peso 70 kg. invece ne dovrei pesare meno 88 folta questa enorme quantità di liquidi) che tornerebbe utile (soprattutto con l'avvicinarsi della bella stagione e della prova costume) ad intensificare le donazioni per perdere peso, invece niente...anzi nel corso degli anni mi sono accorto di aver preso qualche chilo invece di averli persi...quindi, in questa ottica, non fatevi certe illusioni, i liquidi si riformano da soli ed immediatamente.

Termino qui questa mia auto-intervista tra il serio ed il faceto (non dimenticate che il riso fa buon sangue!), rinnovando l'invito ad andare a donare il sangue ed i suoi derivanti, che oltre a farvi compiere un'opera di altruismo nei confronti del prossimo (e non è poco di questi tempi), in più vi dà la possibilità di essere sempre controllati dal punto di vista della salute dal prezioso supporto fornito dai medici presenti al Centro Trasfusionale, sempre pronti ad ascoltarvi.

Un caro saluto ed un abbraccio a tutti quanti.

Livorno, li 05 marzo 2016.

