Registrazione Tribunale di Milano N. 608 del 10/10/2008 Anno 2 - Giugno 2009 N. 5

SALUTE inGRATA

Periodico di Informazione dell'Area Sanitaria della 2° Casa di Reclusione Milano-Bollate

"il Fuori si accorga che il Dentro è una sua parte"

- IGIENE E NORME
- IL SENSO DELLA COLLETTIVITÀ
- A BOLLATE UN BEL 7 !

IGIENE AMBIENTALE

EDITORIALE

di Viviana Brinkmann

TIC TAC ... TIC TAC ... TIC TAC ...

Tutti impegnati, nel solito periodo ricorrente di votazioni in parte utili e alcune dannose, ci piace pensarci, per una volta, sospesi e affacciati alla finestra del vivere comune e siamo un po' sconcertati e parecchio delusi.
Ci si aspetta che finalmente i capi si mettano d'accordo per far camminare il Paese sconvolto dalla crisi, per arginare l'emorragia di posti di lavoro spesso già precari in origine. Anche ci si aspetta che la demagogia lasci il posto al buon senso e il presenzialismo - di chi pago con le mie tasse - al severo impegno, otto ore lunedì-venerdì, per produrre giustizia, lavoro, casa, salute e cultura. Aspettiamo.
Intanto chi si occupa quotidianamente di emergenza deve moltiplicare le fatiche otto ore di lavoro e non vede corrisposta la sua fatica in busta paga e, peggio, non vede la costruzione di un modello di cambiamento accettabile e dunque perseguibile.

Aspettiamo ancora.
Il paradosso allora ci colpisce! Ma come, i detenuti e le detenute, con tutto il tempo che hanno a disposizione nel percorso trattamentale in vista del reinserimento nella società come cittadini diversi e dunque migliori di come sono entrati in carcere, loro, non possono aspettare?
No, che non possono. Il tic tac dell'orologio che vola verso la fine pena segna il tempo migliore per chi deve ripensarsi come cittadino attivo, come marito responsabile, come padre affettuoso, come figlio premuroso, come lavoratore diligente.
Qui entriamo in scena noi, volontari e operatori del terzo settore che, non aspettando, incalziamo l'Istituzione, ci inventiamo operatività strutturando idee e pensieri per essere facilitatori di iniziative, che modulino il reinserimento del detenuto e della detenuta cominciando dal carcere, dal qui e adesso" nella legalità.

"il fare qualcosa in merito non deve essere superato dal tempo"

Dunque ci lasciano abbastanza indifferenti i proclami, le urla e i sussurri di chi si fa l'Italia in lungo e in largo per una manciata di voti che poi non utilizza neanche bene. Loro hanno tempo, i detenuti ne hanno meno e noi, i non aiutati, siamo occupati.
In questo periodo e nei prossimi, dobbiamo costruire ... ancora po' di vita!

RUBRICA

pag.4 LA SALUTE DELLO SPIRITO
Tratto dalla rivista il pensiero ebraico
Shabbat Shalom, n. 150

pag.6 RIDERE FA BUON SANGUE
di Marco Macrì

pag. 8 L'AREA SANITARIA
di Roberto Danese

pag. 9 SPORTELLO SALUTE
LA SEMI EMERGENZA PULIZIA
di Carlo Alberto Garcia, Adel Soltani, Andrea Tarantola e Oltion Xhika
ECO COMPATIBILITÀ
di Shakti

pag. 11 LA SALUTE IN TAVOLA
di Enzo Visciglia

pag. 11 POESIA
di Antonino Bartolotta

SOMMARIO

pag. 2 L'EDITORIALE
di Viviana Brinkmann

pag. 3 L'AMBIENTE SIAMO NOI
di Anna Viola

pag.4 A BOLLATE UN BEL 7!
di M.A. Ancona

pag.5 IGIENE: REGOLE E NORME
di Cosima Buccoliero

pag. 6 BROMIDOSI E MICOSI
di Massimo Morelli

pag. 7 INFILTRAZIONI AL REPARTO FEMMINILE
di Tatiana Mitrean e Monica Rijli

pag. 8 L'ATTENZIONE IDENTIFICA L'UOMO
di Said Kurtesii

pag. 10 ECOSISTEMA IN PERICOLO
di FrancescoMoavero

pag. 11 L'HABITAT E LO STATO: IL CITTADINO
di Pasquale Forti Karim

IN REDAZIONE

SALUTE inGRATA

DIRETTORE RESPONSABILE
Angelo Maj

VICEDIRETTORI
Viviana Brinkmann
Matilde Napoleone

RESP. PUBLIC RELATION
Ester Luisa Lanfranchi

SEGRETARIO DI REDAZIONE
Walter Bortolozzo

CAPO REDATTORE
Pasquale Forti Karim

REDAZIONE
Pasquale Cesarano
Antonio Cirillo
Francesco Errede
Massimo Giuliana
Hoxha Qemal (Traduttore)
Roberto Lumia
Vincenzo Micchia
Enzo Visciglia

REDAZIONE FEMMINILE
SEGRETARIA DI REDAZIONE
Tatiana Mitrean
CAPO REDATTRICE
Monica Rijli

REDAZIONE 6° REPARTO
SEGRETARIO DI REDAZIONE
Simone Cecchi
CAPO REDATTORE
Said Kurtesi
REDATTORE
Mirco Quaresmini

ART DIRECTOR
Antonino Bartolotta

CAPO SERVIZIO TESTI E FOTOGRAFIA
Marco Macrì

AMMINISTRAZIONE
Antonio Sorice

CREAZIONE DEL LOGO
Giuseppe Cassano

WEBMASTER
Alessio Lombardi

HANNO COLLABORATO
M.A.Ancona
(Assistente P.P.)
Cosima Buccoliero
(Vice Direttrice II C.R.Bollate)
Roberto Danese
(Supervisione Scientifica)
Massimo Morelli
(Medico Dermatologo)
Moavero Francesco
(Medico di Reparto)
Anna Viola
(Agente di Rete)

STAMPA
Freedomcoop - Cooperativa Sociale -
Via Barbavara, 5 - 20144 Milano
Tel.02/49455573

EDITORE
Associazione di Volontariato
Gli amici di Zaccheo-Lombardia
Sede Legale Via T. Calzecchi, 2
20133 Milano
Tel. 02/33402990 Cell. 347 7402524
www.amicidizaccheo-lombardia.it
info@amicidizaccheo-lombardia.it

Aderente alla Conferenza Regionale Volontariato Giustizia della Lombardia

Aderente alla Federazione Nazionale dell'Informazione dal carcere e sul carcere

Questo numero è stato chiuso in Redazione il 04/06/2009 alle ore 17: 00

L'AMBIENTE SIAMO NOI

Carcere: il senso della comunità faticosamente germoglia ...

Anna Viola
Agente di Rete

Quando mi è stato chiesto dalla redazione di Salute inGrata di scrivere qualcosa sull'ambiente, mi si sono aperti un sacco di file: da Seveso alla Campania con i suoi traffici di ecomafia, alla strage impunita dei lavoratori dell'amianto... Insomma mi compaiono i titoli dei giornali che, soprattutto negli ultimi anni, hanno - giustamente - denunciato i vari scandali legati all'ambiente. La domanda che mi pongo ogni volta è "ma com'è che solo ora ci rendiamo conto che l'uomo è una parte dell'ecosistema? E com'è che prima non ci si rendeva conto del fatto che la violenza contro l'ambiente è un autogol per tutta l'umanità?" Non dimentichiamoci che le conseguenze ricadono soprattutto sulle generazioni successive...

È ovvio che è una questione legata al potere economico delle grandi potenze mondiali (Stati Uniti, ex Unione Sovietica, Cina e Giappone). È chiaro che il petrolio, la produzione di energia (di qualsiasi origine) hanno creato, creano e creeranno spunti per guerre (che poi sono state, sono e saranno) denominate altro...E' chiaro che il traffico di scorie tossiche difficili da smaltire smuovono soldi e di conseguenza un bell'invito alla criminalità organizzata a guadagnare anche su questo. Ma questi discorsi sono, da un lato indubbiamente veritieri, dall'altro un po' demagogici...

Diciamocelo: è un vizio di noi italiani (e forse non solo) puntare il dito verso chi ha il "potere" e gridare allo scandalo solo quando succedono cose molto eclatanti. Ma mi e vi domando: quanto noi, nella nostra quotidianità, non rinunciamo a qualche secondo del nostro tempo o a qualche banale comodità per salvaguardare l'ambiente nel quale noi viviamo e ne facciamo parte. Penso, banalmente, all'acqua sprecata quando laviamo i piatti, alla quantità di detersivo che usiamo, le volte che lasciamo la luce accesa.

Certo che non è il singolo caso a creare i danni ambientali, ma è l'insieme....

Sono convinta che ciò che manca a noi tutti è una educazione civica. Mi spiego: se avessi maggior senso della comunità, se tutti ci sentissimo parte integrante del sistema e reali protagonisti di ciò che accade intorno a noi, forse qualche accorgimento in più ci sarebbe. Io credo che se ogni cittadino capisse che ciò che è fuori dal suo appartamento è comunque suo, anche se in condivisione con degli estranei, saremmo tutti più attenti e disposti a tutelare i nostri beni.

Perché non potremo mai tollerare che il nostro vicino ci metta i suoi mobili in disuso in giardino, ma ci va bene se li mette in strada?

A Bollate, da tempo, insieme alla commissione cultura, si sta cercando di sensibilizzare la popolazione detenuta alla raccolta differenziata e alla pulizia dell'ambiente. La risposta è stata ottima:ormai tutti i reparti stanno differenziando la carta e la plastica. Mi piacerebbe che anche riguardo alla pulizia dell'ambiente ci fosse più attenzione. Mi riferisco ai mozziconi per terra, al pattume buttato giù dalle finestre (anche se questo fenomeno a Bollate sta diminuendo notevolmente).

Se considerassimo anche nostra la struttura carcere (che è statale e quindi, nostra) forse ci sarebbe più attenzione e non è una critica solo ai detenuti...

Operatrici penitenziarie

A BOLLATE UN BEL 7!

La voce delle donne che ci lavorano

M.A. Ancona
Ass.te Polizia Penitenziaria

Come prevede l'Art. 32 della nostra bella, completa e invidiabile Costituzione: "La Repubblica tutela la salute come fondamentale diritto dell'individuo e interesse della collettività e garantisce cure gratuite agli indigenti". Tutto e tutti devono adeguarsi a questi principi cardine della nostra società, articolata e variegata, che si riflette anche negli Istituti Penitenziari. Grandi passi avanti sono stati fatti nell'adeguamento delle strutture ed alcuni lavori sono ancora in corso, ma nonostante questo ritengo che siano numerose le difficoltà oggettive. Non è facile "varare" Istituti Penitenziari che ancora sopravvivono in rocche cinquecentesche o comunque di un secolo fa. Non è facile di conseguenza attuare gli Artt.7 e 11 O.P. e gli Artt. 6 e 20 del Regolamento di esecuzione o quantomeno gli intendimenti dell'Amministrazione Penitenziaria non hanno gli stessi esiti dappertutto: mettere a nuovo un auto immatricolata nel 2009 è cosa ben diversa dal farlo con una del 1950!

Premesso questo, noi di Bollate possiamo ritenerci fortunate, noi come operatori e soprattutto i nostri utenti che passano molto tempo nella nostra struttura.

Al Reparto femminile poi... dove io lavoro, siamo tutte molto attente all'igiene delle stanze e degli ambienti comuni, interni ed esterni.

Devo dire che le "ragazze nostre ospiti", non si fanno molto pregare per tenere pulito e in ordine il Reparto. Soprattutto chi ha provato altre realtà, dove i corridoi sono bui e l'aria circola attraverso piccole finestre, i cortili piccoli e grigi, prova ancora più piacere a mantenere tutto pulito ed in ordine.

I prodotti per la disinfezione non mancano e soprattutto c'è chi li usa adeguatamente.

Anche questo è trattamento, anche questa è rieducazione, soprattutto perché non tutti provengono da realtà di vita esterna totalmente salubri, perché non tutti abbiamo avuto la fortuna di nascere in case più o meno belle, confortevoli se non addirittura di lusso.

Concludendo, il mio giudizio è positivo e, avendo visto in precedenza anche altre realtà, darei al Reparto Femminile di Bollate un bel 7, con l'auspicio che si possa arrivare in un tempo non molto lontano ad un 10!!

La salute dello spirito

ASPETTATIVE

L'uomo sussurrò: "D-o, parlami", e un'allodola cantò.

Ma l'uomo non la sentì, allora gridò: "D-o, parlami!", e un tuono rimbombò nel cielo.

Ma l'uomo non ascoltò; si guardò intorno e disse: "D-o, fatti vedere". Una stella brillò forte.

Ma l'uomo non se ne accorse. Allora urlò: "D-o, fammi vedere un miracolo".

Nacque una vita, ma l'uomo non lo sapeva.

Allora, l'uomo chiamò, disperato: "Toccami D-o, e fammi sapere che ci sei", alché D-o lo raggiunse e lo toccò. Ma l'uomo scostò da se la farfalla e camminò oltre.

Non bisognerebbe rifiutare un miracolo soltanto perché non ci è arrivato nella confezione che ci aspettavamo.

(Dalla rivista di pensiero ebraico Shabbat Shalom, n. 150)

Caratteristiche degli Istituti

IGIENE: REGOLE E NORME

Gli sforzi e le difficoltà affinché siano compiute

Dott.ssa Cosima Buccoliero
Vice Direttore II C.R. Milano -Bollate

Il diritto alla salubrità dell'ambiente, si presenta come una articolazione del più ampio diritto alla salute in quanto posizione soggettiva tutelata erga omnes.
Esso si pone in una posizione strumentale, rispetto alla conservazione del bene salute.
Diversi organismi internazionali si sono occupati di tale diritto. In particolare ricordiamo le Regole Minime Europee in materia penitenziaria che determinano, tra l'altro, con particolare rigore, le caratteristiche dei locali di detenzione e le norme igieniche cui debbono attenersi i detenuti, nella dichiarata convinzione che l'ambiente e le condizioni personali sono determinanti nei progetti trattamentali di rieducazione.
Particolare attenzione viene rivolta alle caratteristiche degli istituti, degli ambienti e dei regimi di vita negli stessi e alla tutela della salute del detenuto attraverso una serie di regole sulla prevenzione, sul servizio sanitario generico e specialistico.

"le celle devono disporre di bagno e doccia da usufruire liberamente"

Il nuovo regolamento di esecuzione varato nel 2000 ha recepito appieno le direttive contenute nelle regole e ha modificato, tra l'altro, gli artt. 6, 7 e 8 introducendo una serie di misure in tema di condizioni igieniche e illuminazione dei locali detentivi. Si tratta di disposizioni cogenti per gli istituti di nuova costruzione, mentre, per quelli già funzionanti, l'adeguamento è previsto secondo le disponibilità di bilancio.
Nonostante l'apertura del carcere di Bollate sia recente (risale a circa nove anni), la sua progettazione e conseguente realizzazione è invece più datata e, pertanto, essa non ha osservato le disposizioni contenute negli artt. 6, 7, 8. Purtroppo l'adeguamento, allo stato, non risulta possibile a causa della esiguità delle risorse finanziarie. Il nuovo padiglione attivo da circa due mesi è invece conforme alle disposizioni previste nel regolamento e così, ad esempio, le celle sono dotate di vano doccia. L'inserimento della doccia nell'ambito del vano dei servizi annesso alle singole camere presenta un indubbio vantaggio nella promozione dell'igiene individuale, indispensabile in comunità numerose e con le caratteristiche degli istituti di pena. Non vanno trascurati anche i vantaggi di gestione di questa modifica: si eliminano, infatti, i problemi e le tensioni connessi alle limitazioni dell'accesso alle docce e alla difficoltà di soddisfare le esigenze di tutti, in sezioni talvolta molto numerose.

"il trattamento dei detenuti deve salvaguadare loro salute e dignità"

I locali doccia costituiscono uno dei più annosi problemi che attengono alla salubrità ambientale all'interno di questo Istituto. Purtroppo, al di là delle disposizioni normative, la fatiscenza degli impianti è strutturale e di difficile soluzione, se non con un ingente investimento economico di competenza ministeriale. Tale situazione è stata, tra l'altro, accertata dalla A.S.L. di competenza, durante le visite periodiche che sono effettuate in istituto in ottemperanza all'ultimo periodo dell'art. 11 della legge penitenziaria.
L'art. 11, infatti, prevede che gli istituti penitenziari siano visitati dal medico provinciale competente almeno due volte l'anno, allo scopo di accertare lo stato igienico sanitario e le condizioni igieniche e sanitarie dei detenuti.
La competente commissione medica effettua regolarmente i controlli presso questa struttura ed ha un particolare riguardo, tra l'altro, per l'area sanitaria, per i locali di confezionamento del vitto e per i servizi igienici di uso comune.
A seguito dei sopralluoghi, la A.S.L. riferisce sui provvedimenti da adottare al Dipartimento Amministrazione Penitenziari a e al Tribunale di Sorveglianza competente sull'istituto.
La struttura nuova e anche la mancanza del sovraffollamento che attanaglia le altre carceri, sicuramente agevolano le condizioni igieniche ambientali, creando delle condizioni, se non altro, accettabili, sia per i detenuti che per gli operatori penitenziari.
Ciò non vuol dire che non vi siano situazioni che vanno costantemente monitorate e controllate, attesa l'importanza della materia.

Come prevenire
BROMIDOSI E MICOSI
Attenzione ed igiene adeguata

Dott. Massimo Morelli
Specialista in Dermatologia e Venereologia

La bromidrosi è caratterizzata da una sudorazione molto intensa e maleodorante determinata da processi fermentativi batterici epidermici. Spesso nelle bromidrosi sono in causa batteri e/o miceti, quindi è utile un esame per escludere la presenza di tali micro organismi. La bromidrosi si risolve spesso con un'accurata pulizia: sono generalmente efficaci i bagni giornalieri con un sapone liquido contenente clorexidina e l'applicazione di preparati (presenti nelle comuni creme antiperspiranti) a base di cloruri di alluminio. Tuttavia, può rendersi necessaria l'associazione di creme o lozioni topiche antibatteriche.

Le micosi dei piedi o piedi d'atleta (tinea pedis) sono generalmente causate da dermatofiti, questi funghi hanno bisogno di un ospite (in questo caso l'essere umano) per svilupparsi. Le micosi si manifestano sui piedi, abitualmente fra le dita dei piedi e sotto le unghie. Le micosi si sviluppano sotto i strati superiori della pelle e in un' ambiente spesso umido e caldo. Le persone diabetiche, le persone che presentano problemi di circolazione, dei soggetti che prendono dei medicamenti a base di cortisone e gli sportivi (spesso in seguito ad un sudore importante) sono persone in generale più sensibili allo sviluppo delle micosi.
Dei pruriti rossi appaiono all'inizio, in seguito, lo pelle diventa più grigia perfino bianca e si spella.
Una sensazione di pizzicamenti e di grattature legate ad un dolore importante è spesso accompagnato nei casi di micosi dei piedi, che sboccano in generale a delle fessure.
Esistono diverse forme di farmaci per curare le micosi dei piedi come dei gel, delle creme, dei spray, delle pillole (spesso sotto prescrizione medica) o delle polveri.
Consigli utili:
- Utilizzate dei vestiti (comprese le scarpe) cha lasciano respirare il piede, in effetti troppo sudore favorisce lo crescita di micosi (dermatofiti). Potete per esempio utilizzare uno spray antifongico per le vostre scarpe.
- Fate dei bagni di piedi, per esempio a base di permanganato di calcium (in vendita in farmacia).
- Curare bene l'igiene e lo qualità della pelle dei piedi utilizzando delle pomate speciali o facendo una pedicure.
Fate attenzione alle ferite e ai calli, in effetti questi possono favorire l'entrata delle dermatofiti e dunque lo sviluppo delle micosi.

a cura di **Marco Macrì**

RIDERE FA BUON SANGUE

I genitori di Pierino vengono convocati a scuola dalla Maestra
Buongiorno, vi ho fatto chiamare perché vostro figlio dice troppe parolacce,onestamente non so più come e cosa fare, se potete intervenire voi? Il padre di Pierino esclamò di tutto punto: "è dove c...o le impara!"

Pierino dal dentista
"Ma lei è sicuro di essere un dentista?" "Ma che domande mi fai: certo che lo sono!"
Pierino: "no perché il dente da levare era quello dietro, non questo!" "Rilassati, che uno alla volta ci arrivo !!!"

Interrogazione
Bitta dimmi due pronomi di persona Chii! Io! Maestra? Bravissimo, ora tocca a...

I difetti
Due amici discutono animatamente sui propri difetti, e uno dice all'altro: "il tuo difetto più grosso è che dai sempre ragione agli imbecilli !!!" E l'amico risponde: "hai ragione".

Pierino e il Vigile
Un vigile di ronda nel parco si accorge che c'è Pierino nascosto in mezzo ai cespugli che fuma una sigaretta, lo avvicina piano, piano e colto sul fatto gli dice: "Vergognati, così piccolo è già fumi !!!"
"E allora tu controbatte Pierino, Sei così grande che giochi ancora col FISCHIETTO !!!"

Strutture difettose

INFILTRAZIONI AL REPARTO FEMMINILE

Si chiedono interventi risanatori a tubature e scarichi

Negli ultimi anni vi è stato un miglioramento su questo tema rispetto al passato, anche se ancora in alcuni Istituti vi è molto da fare. Basti pensare a quanti andrebbero addirittura chiusi poiché sarebbe troppo elevato il costo per ristrutturarli ed anche alcuni troppo vecchi a livello di infrastrutture, impianti idraulici ed elettrici, che non consentirebbero il restauro a norma di legge. Detto questo, possiamo asserire che nella Casa di Reclusione di Bollate la situazione non è analoga ad altre realtà, in quanto l'Istituto è di recente costruzione e risente solo di alcune imperfezioni legate probabilmente all'usura. Chiaramente l'igiene ambientale di un carcere parte innanzitutto da quante infiltrazioni vi sono attraverso tetti, pareti o siti destinati al passaggio di tubature e scarichi che spesso sono lesionati e quindi portatori di umidità, funghi e muffe. Ciò è causa di disagio sia per i detenuti sia per gli operatori penitenziari, che si trovano, durante i turni, a dover evitare lungo i corridoi stracci, secchi o pozze d'acqua che escono da stipiti. A parte questi inconvenienti, presenti in tanti Istituti, si può altresì dire che oggi, rispetto ad ieri, i lavori di risanamento vengono effettuati con scadenze più precise. Vi è una tendenza a dare la priorità all'igiene ed alla sicurezza ambientale. I detenuti, per esempio, qui a Bollate, ricevono una fornitura mensile di prodotti per l'igiene propria e degli ambienti in comune e non. Vi sono poi lavoranti responsabili dei vari settori che provvedono alle pulizie e a raccogliere l'immondizia che viene differenziate in un'apposito sito, portandola in cassonetti. Chiaramente la convivenza nelle celle, che sono di quattro unità, non è sempre facile sotto questo aspetto ed è cura della popolazione detenuta provvedere al mantenimento dei bagni e delle stanze pulite e disinfettate, in quanto è fondamentale per non incorrere in spiacevoli rischi (vedi numero precedente "Malattie Trasmissibili"). Per quanto riguarda i reparti fumatori e non, in questo Istituto vi è particolare attenzione, quando possibile, si cerca di riunire in un'unica stanza le persone che non fumano e in alcuni spazi comuni vi è divieto di fumare.

Per quanto riguarda invece gli ambulatori del Reparto Femminile, abbiamo un'infermiera responsabile che si occupa di mantenere l'Ufficio Medico in ordine, dividendo i rifiuti generali da quelli potenzialmente infetti, provvedendo al cambio del rullo sui lettini delle visite ed assicurandosi della fornitura di tutte le confezioni sterilizzate degli strumenti per visite specialistiche e siringhe, inoltre mantiene il contatto con l'Ufficio Medico Centrale e si occupa dell'archivio. Altri infermieri prestano servizio al Femminile con molta professionalità ed attenzione. Un altro settore dove l'igiene è l'attenzione sono massime è il reparto cucina, dove viene preparato il vitto giornaliero, dopo un'accurata verifica della Commissione di controllo sugli alimenti, le scadenze, la qualità e quantità prevista da apposite Tabelle Ministeriali. La Commissione serve soprattutto ad alleggerire il personale di cucina, sotto il profilo della responsabilità per eventuali anomalie nelle quali le Imprese di mantenimento a volte incorrono; vengono rispettate tutte le norme igieniche ed è cura del personale di Polizia Penitenziaria la verifica che questo avvenga. Concludendo, possiamo dire, a nostro avviso, che qui a Bollate Femminile, siamo sulla strada giusta per poter riuscire a rispettare ed assicurare un miglior risultato rispetto ad altre strutture. Certo qualcosa resta sempre un po' indietro, come ad esempio riuscire a far arrivare l'acqua nei cortili e consentire l'apertura dei bagni che in questo momento non sono ancora funzionanti. Tra le altre cose si consentirebbe alla lavorante di poter lavare la zona dei passeggi, in quanto ne fruiscono tre piani.

Ringraziamo comunque questa Direzione per tutto quello che in realtà funziona e ci permette di vivere in ampi spazi luminosi, ambienti areati e puliti.

Tatiana Mitrean – Monica Rijli

L'IGIENE AMBIENTALE

Dott. Roberto Danese
Dirigente Sanitario

Il controllo dell'Igiene ambientale è deputato alle ASL competenti per territorio.
Nel caso specifico della 2° Casa di Reclusione di Bollate tale controllo è assunto dall'ASL Città di Milano (da parte del Distretto di Via Statuto).
E' previsto, secondo la normativa vigente e secondo gli accordi tra Ministero della Giustizia e Ministero della Salute, una visita di controllo due volte all'anno (normalmente ogni 6 mesì) da parte dell' ASL competente all'interno dell'Istituto.
La visita ispettiva prevede la presenza di numerose figure professionali, che effettuano controlli sull'ambiente complessivo dell'Istituto, effettuando delle visite nei Reparti, visite ispettive nell'Area Sanitaria, visite nei locali destinati a degenza, visite nei locali cucine, visite negli ambienti comuni, rispetto della normativa per le attività lavorative, rispetto della normativa antincendio.
Al termine di questa ispezione viene stilato un verbale in cui vengono contestati eventuali problemi riscontrati e dato un termine per la risoluzione degli stessi.
Tale verbale è un documento di grande importanza e rilevanza e viene inviato in copia per conoscenza e per i dovuti interventi al Provveditorato della Regione Lombardia, al Ministero della Giustizia, alla Magistratura di Sorveglianza.

Rimane scontato che alla successiva visita ispettiva vengono controllate le reali risoluzioni dei problemi riscontrati nella precedente visita ispettiva.
La stessa ASL Città di Milano svolge grossa attività di collaborazione con l'Istituto (da parte del Distretto di Piazzale Accursio) nell'ambito di tutta l'attività vaccinale interna, ad esempio vaccinazioni antitetaniche, somministrazione di test di Mantoux ad ogni anno, in occasione della campagna vaccinale antinfluenzale. Tutti questi vaccini o reagenti vengono direttamente forniti all'Istituto dalla stessa ASL, attraverso i Distretti o la Farmacia centrale ASL.
In collaborazione con i responsabili dell'ASL di P.le Accursio si cerca di riportare all'interno dell'Istituto le normali attività dell' ASL, a livelli di prevenzione e di controllo delle malattie infettive e diffusive, che vengono svolte nei confronti dei cittadini liberi.
A tale proposito è in corso una organizzazione di programmi di prevenzione per malattie, di rilevante importanza sociale come per la popolazione non detenuta, secondo le linee guida della Regione Lombardia. La stessa ASL Città di Milano di P.le Accursio esegue, con l'Istituto e con le strutture sanitarie sul territorio, il monitoraggio delle denunce di malattie infettive e diffusive anche a livello territoriale.

L'ATTENZIONE IDENTIFICA L'UOMO

Salvaguardare l'ambiente è il rispetto di se stessi

Said Kurtesi

La qualità della vita sono sicuro che dipende dall'ambiente che ci circonda, dalle nostre abitudini di vita, dalla negligenza che può avere anche un effetto depressivo. Ci sono tante cose che possiamo fare per migliorare il nostro ambiente; l'igiene e il sistema di vita ad esempio, altrimenti si creeranno sempre più problemi e l'ambiente dove adesso viviamo tenderà a degradarsi. Il vandalismo ne è un chiaro segno: se una cosa riteniamo che non è di nostra proprietà tendiamo a distruggerla, questo è un sistema attraverso il quale cerchiamo di auto-emarginarci.
Per ovviare a ciò, sarebbe il caso che tutti noi facciamo in modo che le nostre richieste e i nostri bisogni siano chiari agli altri.
Ad esempio, una delle cose primarie è la fornitura che riceviamo ogni mese, è di importanza necessaria e vitale.
L'educazione all'igiene, quella personale soprattutto, è fondamentale: per una questione di benessere e di salute, in quanto dobbiamo pensare che veniamo giudicati dagli altri, nell'immediatezza, per la qualità e l'ordine del nostro aspetto esteriore.
Chi non ha nessuno, non deve rinunciare alla cura di se stesso e far degradare il proprio aspetto, sarebbe un sintomo della mancanza di rispetto verso se stessi. Un atteggiamento di questo tipo non aiuta sicuramente la comunicabilità e non dimentichiamoci che tutti noi siamo degli "animali sociali". L'armonia della convivenza ci aiuta a salvaguardare al meglio l'ambiente in cui viviamo e le relazioni umane.

LA SEMI EMERGENZA PULIZIA

"SPORTELLO SALUTE" MASCHILE

La pulizia delle stanze di detenzione è veramente importante e l'Istituto ci da una mano a tenerle pulite .
Ma, per tenerle veramente pulite, servirebbe che la fornitura che ci viene consegnata mediamente ogni 30/40 giorni fosse sempre completa, soprattutto per le persone che sfortunatamente non hanno la possibilità di poter acquistare i prodotti tramite spesa.
Non ci si lamenta per i sacchi della spazzatura che ci vengono consegnati ad ogni chiusura serale, nemmeno per i detersivi che vengono passati puntualmente, come quello per lavare i panni, per i pavimenti e quello per i sanitari.
Però ci sono quelli che vengono passati di rado, come gli stracci per i pavimenti, il detersivo per lavare i piatti e ancora più raramente spugne e saponette.
Gli articoli per l'igiene che non vengono mai passati sono lo spazzolino per lavarsi i denti, il dentifricio, il detersivo per lavare i vetri, coltelli di plastica, lamette e sapone per farsi la barba.
La carta igienica è un problema, considerando che anche questa viene passata ogni venti giorni, ci vengono consegnati soltanto tre rotoli a testa ed in spesa una confezione da quattro rotoli ha un costo non indifferente.
Il quantitativo della fornitura che ci viene distribuito basta a malapena per una stanza singola.
Quando chiediamo secchi e scopini per i wc, ci viene risposto che non ce ne sono.
Per le lavatrici di reparto, hanno messo gli orari per poterne usufruire, così chi lavora ha molte difficoltà nel rispettare l'orario del turno.
Ringraziamo per quello che ci viene dato puntualmente e speriamo ci vengano consegnati gli articoli mancanti allo quanto prima per una vita più sana.

Sportello Salute - 3° Reparto

(da sinistra)
Adel Soltani
Carlo Alberto Garcia
Andrea Tarantola
Oltion Xhika

"SPORTELLO SALUTE" FEMMINILE

ECO-COMPATIBILITÀ

L'ambiente che ci circonda è sempre lo specchio di come, culturalmente, siamo abituati a vivere, quindi dall'igiene personale a quella in cui quotidianamente svolgiamo le nostre attività.
Sicuramente una situazione come quella carceraria, dove le abitudini e i costumi personali devono lasciare spazio al fatto che si condividono e si devono con-vivere gli stessi ambienti, risulta poi essere un contesto in cui il fattore igiene e come questa viene curata, emerge particolarmente.
Gli ambienti comuni, come cucina e docce e i luoghi adibiti alla nettezza, dovrebbero essere sottoposte ad un più accurato e sollecito esame igienico e, questo, non differenzia strutture più o meno recenti.
In questo terzo millennio, per fortuna, l'essere umano sta prendendo coscienza dell'ambiente, delle sue risorse non più inesauribili e della necessità di creare sempre più mezzi per il nostro uso e consumo eco-compatibili: dalle abitazioni, ai trasporti, alle fonti di energia, ad impatto ambientale zero.
In un luogo come il carcere, dove oltre a produrre grandi quantità di rifiuti, si consuma molta energia, il riciclo dovrebbe essere più attento, scrupoloso e coscienzioso, partendo dalla divisione dei materiali che finiscono nella spazzatura, arrivando poi a convertirli in energia.
Non credo sia molto lontano il giorno in cui si rinnoveranno sistemi energetici dai propri rifiuti, garantendo a chi abita in posti come il carcere, ma soprattutto vive su questo meraviglioso pianeta, un notevole miglioramento dell'igiene ambientale.
Entrando nello studio dentistico dell'Istituto, per esempio, si ha l'impressione che sia carente delle attrezzature necessarie e che quelle in uso a volte non funzionino.
In un Istituto trattamentale – sperimentale come questo, si dovrebbe dare più spazio ai rimedi naturali e integrarli a quelli allopatici limitandone il consumo, a volte spropositato. Nel Reparto femminile siamo anche fortunate ad avere un medico Omeopata che sarebbe certo in grado di consigliare rimedi naturali.

Shakti

Salubrità ambientale: SOS!

ECOSISTEMA IN PERICOLO

L'impegno culturale, sociale e politico per preservarlo

L'igiene ambientale studia le forme morbose legate alle variazioni delle caratteristiche dell'ambiente nel quale viviamo, quali l'aria, l'acqua, il suolo, che possono essere fatton di rischio di patologie infettive e non infettive. Tali fattori di rischio sono di ordine chimico, fisico, biologico.

Nel corso degli ultimi cento anni il numero dei composti chimici, prodotti e diffusi nell'ambiente, si è notevolmente moltiplicato, specialmente attraverso la sintesi di nuove molecole. Due enti federali americani, l'EPA (Environmental Protection Agency) e il FDA (Food and Drug Administration) hanno calcolato che mediamente l'uomo nel corso della sua vita è esposto a 63.000 composti di sintesi, diversi dei quali caratterizzati da una tossicità acuta o cronica provata almeno in animali di laboratorio.

I principali effetti patologici dei contaminanti ad azione tossica sono di tipo cancerogeno, di alterazione dei processi di formazione dell'embrione e del feto durante la vita intrauterina, con danni che si possono manifestare durante la gravidanza, alla nascita o più tardivamente, oppure modificano la risposta del sistema immunitario.

Un fattore fisico di rischio ambientale è il rumore. Esso può provocare sia danni uditivi, che vanno dalla rottura del timpano, fino alla diminuzione temporanea o permanente dell'udito, che si manifesta con un innalzamento della soglia uditiva, con effetti non uditivi quali tremori muscolari, nausea, vomito, vertigini, stanchezza, irritabilità, ansia, alterazioni del ritmo del sonno, diminuzione dell'attenzione, interferenza sul rendimento di apprendimento e lavorativo.

Uno dei problemi più attuali è l'inquinamento atmosferico. Esso consiste nella modificazione della composizione dell'aria, per la presenza di sostanze in grado di alterare le normali condizioni ambientali e costituire un pericolo per la salute dell'uomo. Le maggiori sorgenti di inquinamento atmosferico possono essere i processi di combustione determinati dai veicoli, dagli impianti di riscaldamento domestico ed industriale, dagli inceneritori municipali. I soggetti maggiormente colpiti sono i bambini e gli anziani, con aumento delle malattie respiratorie (asma, bronchiti) e cardiocircolatorie. Alcuni contaminanti atmosferici possono essere potenzialmente cancerogeni, quali il benzene, gli idrocarburi policiclici aromatici, l'amianto. Anche l'acqua, che per l'uomo è una necessità primaria, può essere un importante veicolo di infezione, per tutti i microrganismi ad esclusiva o prevalente eliminazione fecale quali, ad esempio, i virus dell'epatite A ed E, gli enterovirus, i rotavirus, le salmonelle, le shigelle, i vibrioni.

Un altro problema ambientale di grande rilevanza è l'allontanamento e lo smaltimento dei rifiuti liquidi e solidi. Le acque di rifiuto si distinguono in acque nere, acque meteoriche o bianche, acque di lavorazione industriale. L'allontanamento di esse avviene con i sistemi di fognatura. In tempi più moderni è stato adottato il sistema doppio che prevede canalizzazioni separate per le acque nere e per quelle bianche. Le acque di lavorazione industriale devono, invece, rispettare dei limiti di concentrazione dei contaminanti, come da norme di legge. In molte situazioni, perciò, si rendono necessari idonei pretrattamenti di depurazione. I rifiuti solidi sono classificati in urbani (di provenienza domestica e stradale), speciali (che provengono da particolari attività industriali ed agricole o da ospedali e case di cura, non assimilabili a quelli urbani) e tossici e nocivi (che contengono o sono contaminati da sostanze tali da presentare un pericolo per la salute e per l'ambiente).

I rifiuti solidi devono essere raccolti in sacchetti di plastica che vengono poi depositati nei cassonetti facendo, inoltre, la raccolta differenziata. Tra i metodi più corretti di smaltimento dei rifiuti solidi vi è la trasformazione in "compost", che è un concime agricolo, l'incenerimento, la discarica controllata, che se correttamente utilizzata non presenta problemi di ordine igienico ed estetico ed offre, rispetto alla trasformazione in compost ed all'incenerimento, sensibili vantaggi economici. Infine, i fattori di rischio biologico (batteri, virus, funghi, parassiti) si manifestano soprattutto con le malattie infettive e parassitarie. In conclusione, per prevenire eventuali danni legati alle variazioni ambientali, è necessario che ci sia un impegno di tipo culturale, sociale e politico che agisca nella stessa direzione, in modo da conservare le condizioni più idonee per la salute e per una migliore qualità di vita.

Dott. Francesco Moavero

I consigli di Enzo

Carissimi amici, questo numero lo voglio dedicare alla verdura, che è la protagonista numero uno di gran parte delle diete che interessano milioni d'italiani.
Nonostante le speculazioni e un'educazione alimentare ancora scarsa, la verdura resta un prodotto ancora a prezzi "civili", in parole povere l'orto a distanza, chi non ha la fortuna di poter coltivare le verdure sotto casa, affitta un pezzetto di terreno a qualche chilometro dalla residenza. Non è il nostro caso, qui a Bollate, dove abbiamo una serra che ci permette di avere verdure fresche sempre. Il " BOOM" del cibo verde è l'attenzione della cucina d'autore.
Ultimamente a Milano si è svolto il più noto congresso italiano "IDENTITÀ GOLOSE" che ha avuto come tema le verdure, (e non la cucina vegetariana), quello che ci arriva dagli orti, dai campi, e una grossa attenzione alle proposte crude; in questo congresso oltre 70 CHEF di tutto il mondo si sono alternati con il tema verdure, realizzando ricette rappresentative, illustrando tecniche, materie prime insolite, che con la loro genialità, fantasia, stanno rivoluzionando un mondo di bontà naturale, tutto da gustare. È cominciata la primavera ed è il momento migliore per prendersi cura di noi stessi con il mangiare sano, genuino che ci offre la verdura.
Per sfruttare le qualità delle verdure crude vi consiglio di non mangiarle mai a fine pasto; molti credono che per problemi intestinali bisogna mangiare verdura cotta, in realtà impigrisce ancora di più l'intestino e perde in questo tipo di preparazione gran parte del suo potere nutritivo. È quindi sempre meglio cibarsi di verdura cruda a piccole dosi, sminuzzata quando si presenta a foglia, oppure frullata. Una porzione di verdura cruda, condita il meno possibile, dovrebbe far parte della dieta quotidiana.
Ricordatevi sempre di mangiarla prima o insieme alle portate principali, mai dopo.

La temperatura cambia e questi sono i momenti in cui bisogna approfittarne, prima che arrivi l'estate dove la verdura la fa da padrona: mettete in tavola tenere insalatine, arricchite con formaggi freschi.
Ciao a tutti e alla prossima uscita.

Enzo Visciglia

L'HABITAT E LO STATO: IL CITTADINO

L'igiene ambientale, non mi fa pensare alla qualità o alla quantità di prodotti che utilizziamo per le pulizie, ma risveglia un concetto che è strettamente connesso all'aspetto del mondo in cui viviamo e col quale interagiamo: il senso della responsabilità collettiva.
Niente di ciò che accade e si presenta ai nostri occhi, può esimerci dalla responsabilità del fatto indiscutibile che esistiamo e facciamo parte dell'umanità. Una posizione a volte difficile da accettare e, per reazione, la rifiutiamo per comodità.
Io provengo da un paesino del profondo sud, dove lo scenario costante era rappresentato da: strade dissestate, discariche abusive di rifiuti, infrastrutture trasandate o semi-demolite; le abitazioni private, invece, tenute con una cura quasi maniacale, perfette.
Un modo di pensare distruttivo, per il concetto di cui sopra: ognuno pensa al suo "angolino" e fuori da questo niente lo riguarda.
Se si dibatte su questo, la colpa del degrado è dello "Stato". Ma chi è lo Stato? Non lo siamo forse noi tutti? Tutto ciò che idealmente e strutturalmente riconduce a questo termine, non sono i connotati della nostra "carta d'identità"? Cosa comunichiamo quando affermiamo che "siamo" italiani?
È per questo che l'ambiente, la sua igiene, la sua cura si riconduce a noi in maniera diretta e ineludibile, nonostante cerchiamo di non rendercene conto. L'ambiente ci rappresenta e descrive chi e cosa siamo, è da lì che si forma l'dea di Stato. È l'embrione che deve diventare un essere fisicamente compiuto.
Quando stiamo criticando aspramente chi sporca, chi degrada, chi si disinteressa, indirettamente stiamo parlando di noi stessi e questo, per convenienza, a volte non lo consideriamo.
La tendenza più accreditata, perchè più facile, è quella di ripararsi sotto l'ombrello delle colpe altrui.

Pasquale Forti Karim

È un pensiero leggero,
fugace
evanescente
un pensiero
invadente.
Un deserto viale
segnato
da esili ombre
dove
il parco
è un erboso silenzio.

Antonino Bartolotta

Associazione di volontariato
GLI AMICI DI ZACCHEO
Lombardia

UN SOSTEGNO PER SALUTE INGRATA

Un modo per sostenere SALUTE inGRATA
Periodico sulla Salute della 2° Casa di Reclusione di Milano – Bollate
è quello di destinare all' Associazione
"Gli amici di Zaccheo-Lombardia" un piccolo contributo...

AIUTACI ANCHE TU!

Utilizza il C/C intestato a
Gli AMICI di ZACCHEO-Lombardia su Banca INTESA SAN PAOLO
IBAN: IT74 F030 6909 4986 1531 5853 985
Solo così potremo continuare a far sentire la voce dei detenuti malati
e delle loro problematiche.
...te ne saranno GRATI !!!

"SPORTELLO SALUTE"

LA NOSTRA MISSIONE È...

- ☐ INFORMARE
- ☐ COMUNICARE
- ☐ MEDIARE

ORARI SPORTELLI

REPARTO MASCHILE: GIOVEDI dalle ore 15:00 alle ore 17:00
REPARTO FEMMINILE: SABATO dalle ore 15:00 alle ore 17:00

Ass.ne GLI AMICI DI ZACCHEO-LOMBARDIA
www.amicidizaccheo-lombardia.it
info@amicidizaccheo-lombardia.it
vivibk@libero.it cell. 3477402524

www.carcerebollate.it

Centralino 2° C.R. Milano-Bollate Tel. 02 38201617