

**aido**



**A UN PASSO  
DAL PERDERE TUTTO**  
Daniele Sironi: «Ho scoperto  
sulla mia pelle cosa  
significa attendere un dono  
che dipende da altri»



Gusto e genetica  
**SIAMO CIÒ  
CHE MANGIAMO?**



**DOVE NON  
SI MANGIA  
IL PANETTONE**  
Le tradizioni extraeuropee  
per le feste



**DIETA?  
NE RIPARIAMO  
DOPO LE FESTE**



Periodico di cultura sanitaria del Consiglio Regionale  
Aido Lombardia - ODV

ANNO XXXIII N. 296 - NOVEMBRE/DICEMBRE 2024

#### EDITORE

Consiglio Regionale Aido Lombardia - ODV  
24125 Bergamo, Via Borgo Palazzo 90  
Tel. 035.235.327 - lombardia@aido.it

#### DIRETTORE RESPONSABILE

Leonio Callioni

#### DIRETTORE EDITORIALE

Antonio Sartor

#### Segretaria di redazione

Marzia Taiocchi

#### COLLABORAZIONI SCIENTIFICHE

Dott.ssa Cristina Grande

#### Regione Lombardia - Sanità

Dott. Giuseppe Piccolo  
Coordinatore regionale prelievo/trapianto

#### ASST Papa Giovanni XXIII di Bergamo

Dott. Michele Colledan  
Direttore Chirurgia Generale III  
Direttore Centro Trapianti di fegato e di polmoni

Dott. Giuseppe Locatelli  
Primario Onorario Chirurgia Pediatrica

#### Asst Grande Ospedale Metropolitano Niguarda

Prof. Luciano De Carlis  
Direttore Dipartimento Chirurgia  
e S. C. Chirurgia Generale e dei Trapianti  
Professore Straordinario Università Milano Bicocca

Dott. Luca Belli  
Direttore Epatologia e Gastroenterologia

#### CNT - Centro Nazionale Trapianti

Dott. Massimo Cardillo

#### Istituto Mediterraneo Trapianti e Terapie di alta specializzazione - ISMeTT di Palermo

Prof. Bruno Gridelli  
Direttore Medico Scientifico  
Professore di Chirurgia Università di Pittsburgh

#### Istituto Ricerche Farmacologiche «Mario Negri»

Prof. Giuseppe Remuzzi  
Direttore

#### Yale University School of Medicine

Prof. Mario Strazzabosco  
Professor of Medicine, Director of Transplant Hepatology  
Dep. of Internal Medicine Section of Digestive Diseases

#### REDAZIONE ESTERNA

Clelia Epis, Fernanda Snaiderbaur

#### REDAZIONE TECNICA

Paolo Seminati

#### SEGRETERIA

24125 Bergamo, Via Borgo Palazzo 90  
Tel. 035.235.327 - lombardia@aido.it  
C/C postale 36074276  
Marzia Taiocchi

SOTTOSCRIZIONI			
Socio Aido	Simpatizzante	Sostenitore	Benemerito
€ 40,00	€ 50,00	€ 80,00	€ 100,00

C/C postale 36074276 Aido Cons.Reg.Lombardia ONLUS  
Prevenzione Oggi - C/C BPER Banca  
IT 16 C 05387 11106 000 042 565 618  
Riservato ai Soci

Il socio sostenitore ha diritto ad omaggiare un'altra persona  
previa segnalazione all'atto della sottoscrizione

**STAMPA**  
ALGIGRAF s.r.l.

CARTE UTILIZZATE DI PURA CELLULOSA ECOLOGICA  
CON ELEVATO CONTENUTO DI RICICLO SELEZIONATO

Reg. Trib. di Milano n. 139 del 3/3/90

Le informazioni contenute in questo periodico  
vengono trattate con liceità, correttezza e trasparenza  
conformemente al D.lgs. n. 196 del 30 giugno 2003  
Codice in materia di protezione dei dati personali  
Riservato ai soci

## SOMMARIO

**2 A UN PASSO DAL PERDERE TUTTO**  
Daniele Sironi: «Ho scoperto sulla mia pelle  
cosa significa attendere un dono che dipende da altri»

**6 Gusto e genetica**  
**SIAMO CIÒ CHE MANGIAMO?**

**10 COME CAMBIANO**  
**I FABBISOGNI ALIMENTARI**

**12 DOVE NON SI MANGIA**  
**IL PANETTONE**  
Le tradizioni extraeuropee per le feste

**16 IL CIBO È VERAMENTE**  
**UN AGGREGATORE SOCIALE?**

**19 DIETA? NE RIPARIAMO**  
**DOPO LE FESTE**

**22 A MILANO SALGONO LE COLAZIONI**  
**E SCENDONO LE CENE**

**23 CELEBRARE LA VOLONTÀ**  
**DI DONARE**  
Giornata speciale per il NiguarDAY

**25 NOTIZIE DALLE SEZIONI**

### È POSSIBILE DEVOLVERE L'EROGAZIONE LIBERALE TRAMITE

**Contatto diretto telefonico con un nostro collaboratore**

**Bollettino cartaceo** di conto corrente n. 36074276  
Intestazione: Aido Consiglio Regionale Lombardia  
Causale: erogazione liberale detraibile o deducibile  
ai sensi dei commi 1 e 2 dell'art. 83 del d.lgs. n. 117/2017 c.d. «Codice del Terzo Settore»

**Carta di credito** direttamente online da uno dei seguenti siti:  
[www.aidolombardia.it](http://www.aidolombardia.it)  
[www.prevenzioneoggi.org](http://www.prevenzioneoggi.org)

**Bonifico bancario** alle coordinate: BPER Banca  
IBAN IT 16 C 05387 11106 0000 4256 5618  
Intestazione: Aido Consiglio Regionale Lombardia  
Causale: erogazione liberale detraibile o deducibile  
ai sensi dei commi 1 e 2 dell'art. 83 del d.lgs. n. 117/2017 c.d. «Codice del Terzo Settore»  
+ Codice Fiscale intestatario del bonifico



Antonio Sartor

## È UN PERIODO MOLTO INTENSO PER AIDO LOMBARDIA

**L**a fine di settembre e la prima quindicina di ottobre è un periodo da sempre caratterizzato, per noi di Aido, dalla «Giornata del Sì». Oltre 150 Gruppi comunali si sono impegnati, oltre 400 iniziative sono state organizzate.

Il numero dei gadget offerti, ben 12.000, tra confezioni di riso e piante di Anthurium, da solo dà il senso dell'interesse che ha riscontrato il nostro impegno.

In questo numero di Prevenzione Oggi continua il nostro viaggio nel mondo dell'alimentazione e della convivialità, con particolare attenzione alla salute, unita ad altre curiosità.

Tra gli altri articoli, un breve cenno è stato riservato all'iniziativa del Consiglio Regionale tenutasi ad Airuno, in provincia di Lecco. Nel solco della tradizione di Aido abbiamo iniziato a parlare del ruolo degli anziani nella donazione degli organi, un tema che approfondiremo anche in futuro, sempre nell'interesse della donazione stessa.

Auguro a tutti voi, che con il vostro prezioso contributo ci sostenete nella diffusione del messaggio del Dono, un Buon Natale e un nuovo anno pieno di serenità e felicità.

### SPAZIO AI LETTORI

Per gli interventi dei lettori  
[lombardia@aido.it](mailto:lombardia@aido.it)

Prevenzione Oggi on line  
[www.prevenzioneoggi.org](http://www.prevenzioneoggi.org)



Aido Regione Lombardia  
[www.aidolombardia.it](http://www.aidolombardia.it)



Per un trapianto ci vuole una donazione.  
Per una donazione ci vuole un semplice **Sì**.



L'obiettivo di AIDO è il **Sì** alla **Donazione di Organi, Tessuti e Cellule**, che oltre con i tradizionali moduli cartacei si può esprimere sull'**App Aido** disponibile su **App Store e Google Play** e sul sito **web aido.it** attraverso SPID e firma digitale.



News ed Eventi



Iscrizione



Area Riservata

Scarica la nostra App,  
rimani in contatto con noi  
e quando lo desideri  
esprimi il tuo *Sì*



[aido.it](http://aido.it)



*buonefeste*

INSIEME SOSTENIAMO



per sensibilizzare  
alla **Donazione di Organi,  
Tessuti e Cellule**

