

StarMEGLIO

VOCE DELLO SPORTELLINO PER LA PREVENZIONE



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Bologna



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Imola

Poste Italiane, spedizione in abbonamento postale 70% Aut. DRT/DCB-Bo
ANNO V numero 40



Italiani popolo di donatori

IN QUESTO NUMERO

Italiani popolo
di donatori
Pag. 2

CELIACHIA, a volte
c'è ma non si vede
Pag. 4

Aggiungi un posto
a tavola, se ci riesci
Pag. 6

Non voltare
le spalle all'AIDS
Pag. 7

Italiani popolo di donatori

Il commento di Alessandro Nanni Costa, direttore del Centro Nazionale Trapianti, sulla situazione delle donazioni

di Sara Nanni

"Continua il trend positivo nella donazione di organi e tessuti. Ma 9.000 persone aspettano ancora un trapianto. Sono questi i due aspetti principali che emergono dall'analisi dei dati del 2004 e dei primi nove mesi del 2005." Ecco i dati: 21,1 donatori per milione di persone nel 2004 contro i 18,5 del 2003, con una cre-

tra i grandi paesi europei, dopo la Spagna, per risultati raggiunti in questo campo. Ma il traguardo è ancora lontano. "Le persone in attesa di trapianto sono 9.000. Credo basti questo numero per rendere l'idea dell'ampiezza dei margini di miglioramento che il nostro sistema, e la diffusione della cultura della donazione in generale,

to in una situazione di autosufficienza della regione. Anche per i tessuti, come per gli organi, le procedure previste sono rigorose: per essere trapiantate, le cornee devono essere analizzate, al fine di valutare la vitalità delle loro cellule e alcuni parametri biologici; anche lo stato di salute complessivo del donatore viene accuratamente valutato per garantire la massima sicurezza di chi riceve la cornea. Una volta "superati" questi controlli, le cornee sono disponibili per i chirurghi oftalmologi che eseguono i trapianti: 526 gli interventi nel 2004 in Emilia-Romagna. Da ricordare che tutte le persone comprese nella fascia d'età tra i 3 e i 74 anni sono potenziali donatori e che possono donare anche persone con problemi visivi, come la miopia o la cataratta. Anche per quanto riguarda gli altri tessuti la situazione emiliano-romagnola è buona: la "Banca del Tessuto Muscolo-scheletrico" presso gli Istituti Ortopedici Rizzoli di Bologna, meglio nota come "Banca dell'Osso", garantisce il 95% delle richieste; per quanto riguarda la cute, nel 2004 ne sono stati distribuiti 33.184 centimetri quadrati, con 26 trapianti (su un totale di 29 effettuati in regione) su pazienti affetti da gravi ustioni ricoverati nel Centro Grandi Ustionati dell'Ospedale Bufalini di Cesena; riguardo ai vasi, nel 2004 sono stati eseguiti 28 trapianti vascolari. "E il numero dei donatori emiliano-romagnoli nel 2005, 38,3 per milione di persone, è straordinario, il primo in Italia insieme alla Liguria. Ma non va dimenticato che la situazione italiana non è ovunque così positiva" sottolinea Nanni Costa. "Gli italiani hanno una sorta di vocazione alla donazione. Lo dimostrano i passi avanti che sono stati fatti quando si sono attivate le due leve necessarie allo sviluppo della cultura della donazione: le attività di informazione necessarie a rendere le persone consapevoli e l'organizzazione di un sistema efficiente, trasparente e sicuro di gestione della donazione e dei trapianti. L'obiettivo deve essere quello di rendere omogenea la situazione. Naturalmente verso l'alto."



scita dei donatori del 15%. I dati a settembre 2005 confermano. "Oltre i numeri e le statistiche, questo significa che è stato possibile effettuare più trapianti, esattamente 460 in più, superando la soglia dei tremila, precisamente 3.216 nel 2004 contro i 2.656 del 2003" precisa Nanni Costa. "È importante guardare questo dato, di fianco a quello dei donatori, perché 'completa' il senso del sistema trapianti." Sistema che in Italia sembra funzionare, visto che il nostro è il secondo

hanno ancora." Ci sono ambiti di eccellenza che fanno ben sperare. È il caso delle cornee in Emilia-Romagna. Se parlando di trapianti si pensa di norma a cuore, reni, fegato, da ricordare che il sistema trapianti si occupa anche di tessuti: cornee, ossa, tendini e cartilagine, valvole cardiache e vasi sanguigni, cute. Per quanto riguarda le cornee, in Emilia-Romagna non c'è lista d'attesa, perché la "Banca delle cornee" garantisce la disponibilità del tessu-

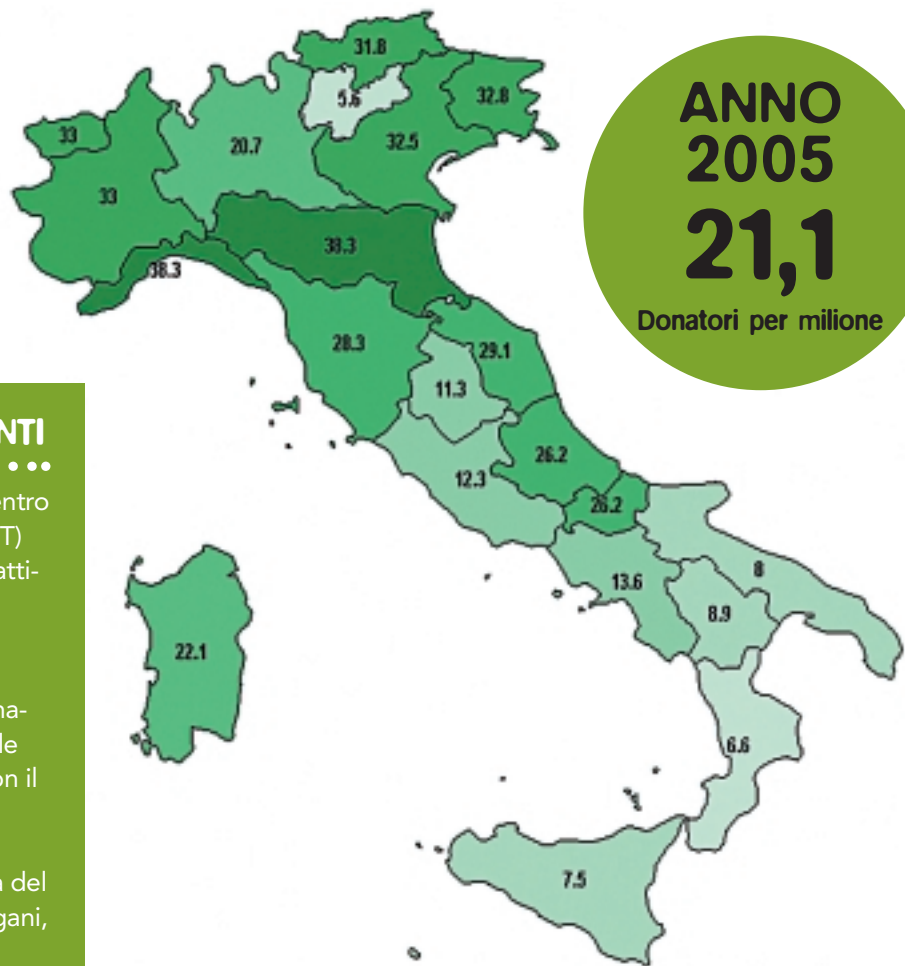
COME SI PUÒ ESPRIMERE LA VOLONTÀ DI DONARE

- attraverso una dichiarazione scritta (che riporti nome e cognome, dati anagrafici, manifestazione di volontà positiva o negativa, data e firma) da portare con sé. Se si possiede la tessera dell'AIDO (Associazione Italiana Donatori di Organi) o di un'altra associazione e sulla tessera sono riportati tutti i dati, la tessera vale come dichiarazione;
- attraverso la registrazione della volontà positiva o negativa presso l'Azienda USL o il medico di famiglia (i dati vengono inseriti in un archivio collocato presso il Centro Nazionale Trapianti e collegato con i Centri Interregionali).

IN OGNI MOMENTO SI PUÒ CAMBIARE IDEA CON UNA NUOVA DICHIARAZIONE

Dichiarare la propria posizione è ad oggi facoltativo: vale il principio del consenso o del dissenso esplicito.

Se il cittadino ha espresso volontà positiva alla donazione i familiari non possono opporsi, se ha espresso volontà negativa non c'è prelievo d'organi, se invece non si è espresso il prelievo è consentito solo se i familiari (coniuge, convivente more uxorio, figli, genitori) non si oppongono.

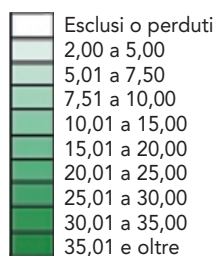


ANNO 2005
21,1
Donatori per milione

LA RETE DEI TRAPIANTI

In ogni Regione esiste un Centro Regionale per i Trapianti (CRT) che organizza e coordina le attività sul territorio regionale. In ogni ospedale sede di Rianimazione c'è poi un Coordinatore Locale alla donazione, cioè un referente locale del prelievo che collabora con il CRT all'organizzazione e alla gestione delle diverse fasi di prelievo. Ha la responsabilità del processo di donazione di organi, che comprende tra l'altro la valutazione dell'idoneità del donatore e degli organi e l'immediata comunicazione dei dati al CRT e al CNT perché gli organi possano essere trapiantati. Il Coordinatore Locale segue anche il rapporto con le famiglie dei donatori.

EFFETTIVI



CELIACHIA, a volte c'è ma non si vede

Una malattia che è come un iceberg di cui vediamo solo la punta

di **Alice Bonoli**

La celiachia è una delle malattie genetiche più frequenti, si stima che 1 persona su 100/200 ne sia affetta. Si tratta di un'intolleranza genetica e permanente al glutine, una sostanza proteica presente in molti cereali, principalmente grano, segale ed orzo.

Quando una persona affetta da questa malattia ingerisce alimenti contenenti glutine, si scatena una reazione autoimmune, che può colpire vari organi e tessuti, dall'intestino, al cervello, alla pelle, alle ossa.

"La celiachia spesso è sottostimata – spiega Sandra Brusa, pediatra dell'Azienda USL di Imola – perché può nascondersi dietro le più svariate patologie. Le manifestazioni gastroenterologiche non sempre sono presenti, mentre sono frequenti i casi in cui l'intolleranza al glutine si cela dietro isolati segni di malassorbimento, malattie autoimmuni o genetiche. È importante una diagnosi precoce per la prevenzione delle complicanze a cui va incontro il celiaco non trattato: la prolungata esposizione al glutine dovuta al mancato riconoscimento della malattia espone infatti al rischio di ulteriori patologie. Per una diagnosi precoce è essenziale far conoscere sempre meglio la malattia, in particolare tra i pediatri ed i medici di famiglia".

Le cause esatte della celiachia sono sconosciute. "Quello che si sa per certo è che si tratta di una malattia autoimmune a cui si è predisposti geneticamente. Il glutine contenuto nei cereali agisce come fattore scatenante per innescare una catena di eventi immunitari che causano problemi a livello di intestino e di altri organi e apparati. A volte intervengono anche fattori ambientali, ad esempio infezioni virali. Può verificarsi a

qualsiasi età, anche se i sintomi non appaiono finché il glutine non è introdotto nella dieta, ovvero nel periodo dello svezzamento".

La celiachia quindi non è solo una malattia pediatrica. "Dalla celiachia non si guarisce e quindi è una malat-

tia che accompagna l'individuo nell'intero arco della propria vita".

Da un'indagine epidemiologica svolta dal Gruppo di Gastroenterologia Pediatrica dell'Emilia Romagna è risultato che al giugno 2004 nella nostra regione i celiaci diagnosticati erano 4376 su una popolazione totale di 4 milioni e 528 persone, con una prevalenza totale di diagnosi di 1 celiaco ogni 914 abitanti. Ben lontani dunque dalla stima di 1 malato ogni 100/200 persone. Ciò significa che esiste ancora una parte di celiaci che non sa di esserlo.

"Come sottolineato anche dalle 'Norme per la protezione dei soggetti malati di celiachia', del luglio 2005 – continua Brusa – la celiachia è una vera e propria malattia sociale ed è necessario attuare interventi che ne favoriscano la diagnosi, soprattutto definendo programmi di formazione ed aggiornamento professionale della classe medica. Le Aziende sanitarie sono da tempo



impegnate in questo senso".
 Una volta che ci si è scoperti celiaci, quale terapia si deve seguire?
 "Attualmente l'unica terapia rimane una rigida dieta senza glutine, che va protratta per tutta la vita per garantire un sano stato di salute. Seguire la dieta spesso costituisce un problema per chi scopre la malattia in età adulta o da adolescente, perché deve cambiare le proprie abitudini alimentari. Se la celiachia, invece, è diagnosticata in età pediatrica il bambino si abitua fin da subito a nutrirsi con gli alimenti permessi.
 Questo tipo di dieta, va detto, pesa meno a chi vive nel nord Europa o in altre aree geografiche che alle persone abituate ad una dieta mediterranea, notoriamente ricca di pane e pasta. In ogni caso non ne va fatta una tragedia, sia perché ci sono molti alimenti in natura come riso, mais, patate, che possono sostituire quelli vietati, sia perché oggi esistono ottimi prodotti senza glutine, comprese particolari farine con cui è possibile cucinare pane, pasta, pizza e dolci.
 Se per altre malattie croniche una persona deve convivere con la consapevolezza di un progressivo peggioramento, per il celiaco il prezzo da pagare è la dieta, con le conseguenti limitazioni sociali, ma non vi è una vera progressione della malattia. È però fondamentale non 'sgarrare': infatti anche la più piccola assunzione di glutine, se ripetuta, può provocare danni in chi soffre di questa malattia".

I PRODOTTI GRATUITI PER CELIACI

Per garantire un'alimentazione equilibrata, alle persone affette da celiachia il Servizio Sanitario Nazionale riconosce il diritto all'erogazione gratuita di prodotti dietoterapeutici senza glutine, che vengono distribuiti in farmacia. Il tetto di spesa mensile concesso a ciascun celiaco varia a seconda del sesso e dell'età, da 44,42 _ per i bimbi da 6 mesi ad 1 anno, fino a 139,44 _ per un maschio adulto. Inoltre, da qualche anno a questa parte, esistono in commercio svariate qualità e tipologie di prodotti senza glutine, regolarmente venduti nei supermercati. Per ottenere le esenzioni è sufficiente che il medico che effettua la diagnosi compili un certificato con il quale il paziente si reca agli Sportelli Unici Distrettuali, dove gli vengono rilasciati i tesserini necessari per il ritiro mensile dei prodotti dietoterapeutici in farmacia e per l'esenzione dal ticket per visite e esami diagnostici inerenti la patologia.

L'Associazione Italiana Celiachia

Importante punto di riferimento per i celiaci, l'Associazione Italiana Celiachia è nata nel 1979 con lo scopo di promuovere l'assistenza ai celiaci e alle loro famiglie, informare la classe medica sulle possibilità diagnostiche e terapeutiche e sensibilizzare a tutti i livelli sulla malattia.

L'Associazione, che in primo luogo offre sostegno ed informazioni ai malati ed alle loro famiglie, pubblica un trimestrale (diffuso in 800 mila copie in Italia) "Celiachia Notizie", in cui sono presentate le attività delle singole regioni, vengono fornite informazioni aggiornate in ambito medico sulla patologia. Viene inoltre realizzato un prontuario di tutti i prodotti e alimenti (con relative marche) idonei alla dieta del gluten free.

Per favorire la massima integrazione sociale delle persone celiache, da alcuni anni, AIC ha inoltre avviato una serie di collaborazioni con alcuni ristoranti del territorio nazionale e locale, che hanno deciso di proporre pizza e menù senza glutine. Una scelta coraggiosa, in quanto per poter offrire questo servizio il locale deve essere dotato di uno spazio completamente privo di contaminazione da altri cibi contenenti glutine. Questo rapporto con i ristoranti e anche con alcuni alberghi, è diventato sempre più fruttuoso, tanto che stanno proliferando corsi di cucina per celiaci.

Per sensibilizzare sul tema della celiachia, AIC organizza anche convegni medici aperti al pubblico, manifestazioni, come le giornate italiane della celiachia (8-9 ottobre), ed occasioni di incontro come fiere, feste, spettacoli.

Divieti e permessi

Alimenti non consentiti (qualsiasi prodotto alimentare preparato con questi cereali non è idoneo al consumo dei celiaci)	Alimenti a rischio perché spesso contaminati da glutine nel corso della lavorazione	Alimenti naturalmente privi di glutine
Frumento (grano) Farro Orzo Segale Criticale Spelta	Avena (spesso contaminata da glutine) Grano saraceno (spesso contaminato da glutine)	Amaranto Castagne Legumi (fagioli, lenticchie, piselli, ecc.) Mais Miglio Patate Riso e riso glutinoso Sesamo Soia Sorgo Tapioca

AIC dove

Bologna
 Piazza della Costituzione 8
 Palazzo degli Affari
 Tel: 051/505884
 e-mail: aicbo@libero.it

Imola
 Piazza Gramsci 21
 Tel: 0542/610854

Aggiungi un posto a tavola, se ci riesci

Mangiare fuori casa per un celiaco è come partecipare ad una corsa ad ostacoli. I risultati di un questionario somministrato a un campione selezionato di 159 celiaci iscritti all'AIC della provincia di Bologna parla chiaro

Il 54% degli intervistati afferma di essere costretto a portarsi il cibo da casa o a rinunciare (2%).

Un problema non da poco se si considera che per scelta o per necessità, impegno lavorativo o scolastico, mangia fuori casa almeno mensilmente il 94% degli intervistati.

Circa il tipo di locale la preferenza viene data al ristorante seguito dalla mensa e dal bar.

Pranza in mensa il 49% degli intervistati, più precisamente da 1 a 10 volte al mese il 18%, da 5 a 20 volte al mese il 23% ed il 17% che mangia più di 20 volte al mese, cioè l'intera settimana lavorativa o scolastica.

Le mense aziendali e pubbliche non forniscono prodotti dietetici senza glutine garantiti invece dalle mense scola-

stiche. Di queste viene lamentata dieta monotona (50%), portate non sufficientemente calde (25%), menù troppo diversi dagli altri commensali (24%), esclusione di prodotti del prontuario AIC (22%) e, nel 20%, errori di contaminazione.

Infine l'8% degli intervistati ha lamentato disturbi gastroenterici, cefalea o eritemi dopo il pasto in mensa. (del 16% indicato solo la metà è riferibile all'intolleranza al glutine).

La situazione non migliora al ristorante anche se raccoglie il maggior numero di preferenze. Infatti ha lamentato disturbi gastroenterici, cefalea o eritemi, dopo un pasto al ristorante il 16% degli intervistati (del 32% indicato solo la metà è riferibile all'intolleranza al glutine).

L'87% degli intervistati frequenta alme-

no mensilmente il ristorante, il 14% almeno 1 volta la settimana, il punto è che lo possono fare solo rivolgendosi a ristoranti di fiducia nella maggioranza dei casi (40%) o addirittura frequentando sempre e solo lo stesso locale (19%). In questo contesto i ristoranti e le pizzerie aderenti al Progetto Ristorazione AIC incontrano la preferenza degli intervistati rispettivamente con il 63% ed il 66% di adesioni nonostante il numero limitato di locali avente queste caratteristiche. A Bologna 5 ristoranti/pizzerie e 1 gelateria.

Pranza al bar solo il 20% degli intervistati (contro il 68% della popolazione generale risultante da una indagine commissionata dall'Associazione Commercianti) e solo il 4% più di 10 volte al mese.

Il bar, infatti, offre pochi cibi adatti per il pranzo ed il classico panino mal si addice a chi è affetto da celiachia.

Il questionario è stato curato da Associazione Italiana Celiachia Sezione Emilia Romagna, unità operativa Alimenti e Nutrizione dell'Azienda USL di Bologna e dal Policlinico S. Orsola Malpighi.

Il questionario è stato curato dall'unità operativa Alimenti e Nutrizione dell'Azienda USL di Bologna in collaborazione con l'Associazione Italiana Celiachia Sezione Emilia Romagna e il Policlinico S. Orsola Malpighi.

fb



FRA 110.000 E 130.000 LA STIMA DEI SIEROPOSITIVI IN ITALIA

Non voltare le spalle all'AIDS

il contatto per via eterosessuale supera il 60% delle nuove diagnosi di infezione da HIV e il trend dell'infezione non tende a diminuire".

"La prevenzione - conclude Caldari - rappresenta ancora oggi l'unica arma vincente per evitare la diffusione del contagio da virus HIV".

Stabili i nuovi casi e i rapporti sessuali, etero e omo, sono il principale fattore di rischio. Diminuisce il numero delle morti ma solo grazie all'efficacia dei farmaci antiretrovirali. La diffusione del virus HIV rimane un problema ancora aperto

di **Francesco Bianchi**

"Non girare le spalle all'AIDS", è questo il messaggio che quest'anno l'OMS lancia a tutti i cittadini. Anche in Emilia Romagna il fenomeno AIDS non accenna a diminuire. A Bologna e provincia viene fornita assistenza extraospedaliera AIDS a 108 persone all'interno di case alloggio, comunità, centri diurni ed al domicilio. Secondo i dati dell'Istituto Superiore di Sanità, dal luglio 2004 al giugno 2005 si sono avuti 160 casi. Nell'anno precedente si erano avuti in Regione 161 casi.

"Sia il calo delle morti, sia dei casi di AIDS conclamato, che in effetti si registra, - dice Elda Caldari responsabile del Progetto Obiettivo AIDS dell'AUSL di Bologna - è dovuto all'efficacia delle terapie antiretrovirali che possono prolungare di diversi anni la speranza di vita di una persona sieropositiva. Inoltre i farmaci antiretrovirali consentono di ritardare il passaggio dalla condizione di sieropositività a quella di AIDS conclamato. A tutt'oggi però i farmaci antiretrovirali non sono in grado di debellare definitivamente il virus HIV.

Il serbatoio di infezione è ancora ampio e si stima che i sieropositivi nel nostro paese siano fra i 110.000-130.000. È fondamentale dunque non abbassare le guardie".

Permane ancora la convinzione che il problema sia solo di alcuni target di persone, in realtà i dati evidenziano che il fenomeno interessa tutta la popolazione.

"Dalla metà degli anni '90 - continua Caldari - il principale fattore di rischio per contrarre l'infezione del virus HIV è la trasmissione per via sessuale, etero e omo.

Più precisamente, a partire dal 2000,



PROFILATTICO, ISTRUZIONI PER L'USO

L'utilizzo del profilattico, benché non possa garantire una protezione al 100%, se usato correttamente, può proteggere da virus HIV o altre infezioni trasmesse sessualmente. Per un uso corretto del profilattico è importante osservare alcune regole semplici, ma fondamentali:

- per indossarlo, attenersi strettamente alle istruzioni che si trovano nella confezione;
- maneggiarli con cura, possono essere danneggiati da unghie e oggetti taglienti come gioielli, cerchieri o fibbie;
- non usare lo stesso profilattico più di una volta;
- usarlo per tutti i tipi di rapporto: vaginale, anale e orale. Molte persone sono convinte che l'infezione da HIV non si trasmette con il rapporto orale. Falso;
- non usarlo dopo la data di scadenza;
- conservarlo in luoghi dove non possono essere danneggiati dal calore, dalla luce diretta del sole o dall'umidità. Se un profilattico è rimasto nella tasca di un jeans o in un portafoglio per un lungo periodo, è bene sostituirlo con uno nuovo;
- attenzione a dove lo si acquista: è importante che il rivenditore dia le garanzie che il prodotto sia conservato correttamente. Le farmacie danno garanzia in questo senso.

Aziende USL e Farmacie insieme per combattere l'AIDS

"Stop AIDS! Vietato distrarsi ... pensiamoci tutto l'anno"

La diffusione dell'infezione da HIV è molto alta e non si può più parlare di alcuni "gruppi a rischio". Il contagio può interessare chiunque in quanto la via di trasmissione più significativa è ormai da anni la via sessuale: sia etero che omo.

Per tenere alta l'attenzione occorre impegnarsi in una continua attività di prevenzione, unico modo per evitare la diffusione del virus HIV.

L'Azienda USL di Bologna insieme a Federfarma Bologna e A.F.M. S.p.A.

Bologna, ha organizzato una serie di interventi di sensibilizzazione in occasione delle feste e sagre che si tengono nel nostro territorio. A questo scopo è stata realizzata una borsina con lo slogan "Stop AIDS! Vietato distrarsi ... pensiamoci tutto l'anno". Un invito a tutta la popolazione a mantenere alta l'attenzione e non solo nella Giornata Mondiale AIDS, ma tutto l'anno. Oltre al materiale informativo, sono stati distribuiti gadget (segnalibri e card) con immagini ideate da studenti della Facoltà di Scienze della Comunicazione nell'ambito dell'attività di tirocinio presso il C.A.S.A. (Centro Attività Servizi AIDS dell'Azienda USL di Bologna).

Il servizio oltre alle informazioni sul Virus HIV e Malattie a Trasmissione Sessuale offre l'opportunità di prenotare il test HIV in forma anonima e gratuita per tutta la regione. La telefonata si può fare sia da telefono fisso che da cellulare a costo zero, ma con un importante ritorno per salvaguardare la propria salute e quella degli altri.



Autorizzazione del Tribunale di Bologna n.7097 del 19.2.2001

Rivista mensile N. 40 anno 5, Novembre 2005 a cura dei Dipartimenti di Sanità Pubblica delle Aziende USL di Bologna e di Imola

Direzione e Redazione

Servizio Comunicazione e Relazioni con il Cittadino, Azienda Unità Sanitaria Locale di Bologna, via Castiglione 29, 40124 Bologna. Tel 051 6584971 fax 051 6584822, e-mail: starmeglio@ausl.bo.it

Proprietà

Azienda Unità Sanitaria Locale di Bologna

Coordinatore Collegio dei Direttori dei Dipartimenti di Sanità Pubblica
Guido Laffi

Direttore Responsabile

Mauro Eufrosini

Caporedattore

Francesco Bianchi

Comitato tecnico scientifico

Patrizia Beltrami, Laura Biagetti (coordinatrice), Giorgio Ghedini, Luigi Gilioli, Serena Lanzarini, Piero Serra, Stefania Turchi.

Redazione

Stefania Aristei, Alice Bonoli, Sara Nanni, Vito Patrono.

Segreteria di redazione

Francesca Pisani

Progetto grafico e illustrazioni originali

Bruno Pegoretti

Foto

Meridiana Immagini

Stampa

Cantelli Rotoweb S.r.L.



Si ringrazia ZANHOTEL

per il contributo alla stampa della rivista. Si ringraziano per la collaborazione AFM, Federfarma.

IN QUESTO NUMERO ABBIAMO PARLATO DI: DONAZIONI

AZIENDA UNITÀ SANITARIA LOCALE DI BOLOGNA	TELEFONO
Sportello per la prevenzione	051.6644711
AZIENDA UNITÀ SANITARIA LOCALE DI IMOLA	TELEFONO
Sportello per la prevenzione	0542.604950

CELIACHIA

AZIENDA UNITÀ SANITARIA LOCALE DI BOLOGNA	TELEFONO
Igiene della nutrizione	051.6079698
AZIENDA UNITÀ SANITARIA LOCALE DI IMOLA	TELEFONO
Sportello per la prevenzione	0542.604950

OPPURE CONTATTACI VIA E-MAIL AL SEGUENTE INDIRIZZO:
starmeglio@ausl.bo.it