

Cuore e Salute

N. 3-4 marzo aprile 2017

Per leggere
Cuore e Salute online
collegati a
www.cuoreesalute.com

Siete ai partecipanti

CONOSCERE E CURARE IL CUORE 2017

- 3 CASI CLINICI da Voi scelti con il televoto
- 4 PRESENTAZIONI SCIENTIFICHE ORALI selezionate dal comitato scientifico

SARANNO PREMIATE
DOMENICA 26 MARZO ore 11

Non ci si bagna mai due volte nello stesso fiume

Una pubblicazione del:  Centro per la Lotta contro l'Infarto

Ogni mese una *newsletter* sulla salute del tuo *Cuore*

DONA ORA

DIVENTA
SOCIO DEL CLI

LA NOSTRA
RICERCA

SOSTIENI IL CLI
CON IL TUO 5X1000

ARCHIVIO
NEWSLETTER



Centro per la Lotta contro l'Infarto - Fondazione Onlus

NEWSLETTER

N° 2 / 2017



Capire per prevenire

di Antonella Labellarte



**A CHE PUNTO SIAMO CON LA DRASTICA RIDUZIONE
DEL COLESTEROLO: GLI INIBITORI DI PCSK9**
di Antonella Labellarte

Dalla terapia con le statine abbiamo imparato che ridurre i valori del colesterolo nel sangue e, in particolare, quelli del colesterolo "cattivo" LDL, ha delle importanti ricadute prognostiche...



QUEI GIORNI FATIDICI
di Claudio Ferri

Il periodo immediatamente successivo ad un ictus è quello notoriamente peggiore in termini di recidive.



OBESITÀ E DIABETE NEL 2017
di Antonella Labellarte

L'Agenzia Governativa per la Salute del Regno Unito (PHE Public Health England) nel dicembre appena passato, durante le feste di Natale, ha diffuso l'analisi dei dati raccolti sulla salute degli inglesi.

PER RICEVERE LA NEWSLETTER OGNI MESE CLICCA QUI



INVIA AD UN AMICO



www.centrolottainfarto.org



Centro per la Lotta contro l'Infarto - Fondazione Onlus

Presidente
Francesco Prati

Presidente onorario
Mario Motolese

Il Centro per la Lotta contro l'Infarto (CLI), fondato dal Prof. Pier Luigi Prati, nasce nel 1982 come Associazione senza fini di lucro e si trasforma in Fondazione Onlus nel 1999. Riunisce intorno a sé popolazione e medici ed è sostenuto economicamente dalle quote degli iscritti e dai contributi di privati, aziende ed enti, grazie ai quali cura la diffusione nel nostro paese dell'educazione sanitaria, della cultura medica e della ricerca scientifica con l'obiettivo di migliorare la prevenzione delle malattie cardiovascolari, in particolare l'infarto miocardico, principale causa di morte nei paesi occidentali.

EDUCAZIONE SANITARIA

Il CLI promuove l'educazione sanitaria attraverso:

- **"Cuore e Salute"**, rivista bimestrale di cardiologia divulgativa, nata nel 1983 e ora anche online, destinata a medici e pazienti. La rivista stimola l'adozione di un corretto stile di vita, la correzione dei fattori di rischio e dei principali errori di alimentazione, incoraggia l'attività fisica e insegna a riconoscere precocemente i sintomi che possono far sospettare una patologia cardiocircolatoria. **"Cuore e Salute"** aggiorna inoltre i medici sulle principali novità scientifiche. Gli articoli pubblicati sono tutti scritti da specialisti di riconosciuta professionalità.
- Il sito web www.centrolottainfarto.it che, oltre a dare in tempo reale uno spaccato aggiornato di tutte le attività del CLI, invia gratuitamente "Newsletter" mensili a chiunque ne faccia richiesta.
- Manifestazioni come **"Cuorevivo"**, mostra itinerante sul cuore e sulle sue malattie, destinata al pubblico ed in particolare alle scolaresche, allestita in tredici città italiane o la campagna di informazione, sensibilizzazione ed educazione alla prevenzione dell'infarto e delle malattie cardiovascolari, promossa dal CLI con il patrocinio ed il sostegno della Provincia di Roma, rivolta a 353 scuole medie superiori e a 383 centri anziani di Roma e Provincia, con distribuzione di materiale ed incontri di approfondimento.

CULTURA MEDICA

Il CLI organizza il congresso **"Conoscere e Curare il Cuore"** destinato ai medici, in particolare specialisti, che si svolge annualmente a Firenze e che è giunto alla XXXIV edizione. Il congresso rappresenta ormai da molti anni uno dei principali eventi cardiologici nazionali.

RICERCA SCIENTIFICA

Il CLI ha avviato un innovativo programma di ricerche sperimentali rivolte a prevenire ed individuare le cause e i meccanismi dell'infarto. Il programma, che comprende tre filoni: la prevenzione, il riconoscimento delle cause ed il miglioramento delle cure, prevede l'applicazione di strumentazioni d'avanguardia tra cui la Tomografia a Coerenza Ottica (OCT) e l'impiego di markers bioematici. Attualmente è in corso lo studio CLIMA sull'impiego dell'OCT finalizzato all'individuazione delle lesioni coronariche responsabili dell'infarto. Il CLI ha inoltre attivato un accordo di collaborazione con istituti universitari per sostenere stage di perfezionamento nell'ambito delle scuole di specializzazione in cardiologia, rivolti alla ricerca clinica ed alla cura dell'infarto.

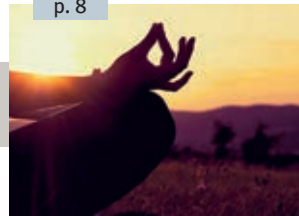
Il CLI ha infine condotto indagini epidemiologiche e studi di prevenzione della cardiopatia ischemica in Italia. In particolare ha partecipato, con il "Gruppo di Ricerca per la Stima del Rischio Cardiovascolare in Italia", alla messa a punto della Carta del Rischio Cardiovascolare e della carta Riskard HDL 2007 e dei relativi software che permettono di ottenere rapidamente una stima del rischio cardiovascolare individuale.

S O M M A R I O

N. 3-4/2017

- 4 • **Conoscere e Curare il Cuore. Non ci si bagna mai due volte nello stesso fiume!** Intervista di Filippo Stazi a Francesco Prati

p. 8



- 8 • **Medicina e Società**
Scompensati di cuore e fibrillanti vanno allo yoga Eligio Piccolo

- 11 • **Alla ricerca di Matusalemme.**
Sfida all'Ok Corral tra medicina e genetica Alberto Dolara

- 15 • **Ludwig van Beethoven: la felicità dell'artista** Paola Giovetti

- 18 • **Qualche secondo di buon umore**

- 19 • **La palla di Tiche**
Attilio Ferraris, campione del mondo Filippo Stazi

p. 19



- 23 • **Nunc est bibendum?** Eligio Piccolo

- 26 • **Stop alla morte improvvisa: le buone notizie [F.S.]**

- 27 • **Ballata tragica dei bambini di Aleppo** Bruno Domenichelli

- 30 • **Una favola per Anna, Alberto e la nascita** Alberto Antinucci

p. 32



- 32 • **Quaderno a Quadretti**
I medici santi Franco Fontanini

- 38 • **Pillole di romanesca saggezza [F.S.]**

www.centrolottainfarto.it - www.cuoreesalute.com - cuoreesalute@centrolottainfarto.it

Direttore Responsabile
Filippo Stazi

Vice Direttori
Eligio Piccolo
Francesco Prati

Coordinamento Editoriale
Marina Andreani

Redazione
Filippo Altilia
Vito Cagli
Bruno Domenichelli
Antonella Labellarte
Salvatore Milito
Mario Motolese
Massimo Pandolfi
GianPietro Sanna

Editore
Centro per la Lotta contro l'Infarto - Srl
Via Pontremoli, 26 - Roma

Ufficio abbonamenti e pubblicità
Maria Teresa Bianchi

Progetto grafico e impaginazione
Valentina Girola

Realizzazione impianti e stampa
Arti grafiche di Cossidente S. e V.
Snc (Roma)

Anno XXXV
n. 3-4 Marzo-Aprile 2017
*Poste Italiane SpA - Spedizione
in abbonamento postale - D.L.
353/2003
(conv. in L. 27/02/2004 n. 46)
art 1, comma 1,
Aut.C/RM/07//2013
Pubblicazione registrata al Tribunale
di Roma il 3 giugno 1983 n. 199*
Associata Unione Stampa Periodica
Italiana



Abbonamento annuale
Italia e 25,00 - Estero e 35,00

**Direzione, Coordinamento
Editoriale, Redazione di Cuore e
Salute**
Tel. 06.6570867
E-mail: cuoreesalute@centrolottainfarto.it

Amministrazione
*Centro per la Lotta contro
l'Infarto - Srl*
Via Pontremoli, 26 - 00182 Roma
Tel. 06.3230178 - 06.3218205
Fax 06.3221068
c/c postale n. 64284003



39 • **Quadri e Salute** Filippo Stazi

41 • *Derek Walcott ci ha lasciati [E.P.]*

42 • **Lettere a Cuore e Salute**

- *Quale apparecchio per l'automisurazione della pressione?; Vito Cagli*
- *Infezione HIV e coronaropatia; Eligio Piccolo*

p. 42



44 • **L'inquietante interrogativo** Antonio Pasquale Potena

47 • *Il topo di città e il topo di campagna [E.P.]*

48 • **Il riciclo degli joni** Eligio Piccolo

51 • **La vignetta di Cip**

p. 48



52 • **Ecologia della mente**

La freccia del tempo Bruno Domenichelli

55 • *Aneddoti romani. Se ci vedessero da vicino! [F.S.]*

56 • **La riforma sanitaria secondo Galep, il creatore di Tex**

Lino Beber

59 • *Il fu Umberto Renzi di Torino [E.P.]*

60 • *And the winner is...Italy!!! [F.S.]*

p. 56



61 • **Il cuore in cucina**

Spaghetti pomodoro, capperi, acciughe e pangrattato Marina Andreani

62 • **Aforismi** Franco Fontanini

Preghiera di Sir Robert Hutchinson

“ *Dalla smania di voler far troppo;
dall'eccessivo entusiasmo per le novità
e dal disprezzo per ciò che è vecchio;
dall'anteporre le nozioni alla saggezza,
la scienza all'arte e l'intelligenza al buon senso;
dal trattare i pazienti come casi
e dal rendere la cura più penosa della stessa malattia,
guardaci, o Signore!* ”

LA COLLABORAZIONE A CUORE E SALUTE È GRADITA E APERTA A TUTTI. LA DIREZIONE SI RISERVA IL DIRITTO DI APPORTARE TAGLI E MODIFICHE CHE VERRANNO CONCORDATE CON L'AUTORE. I TESTI E LE ILLUSTRAZIONI ANCHE NON PUBBLICATI, NON VERRANNO RESTITUITI.

L'Editore si scusa per eventuali omissioni o inesattezze delle fonti delle immagini, dovute a difficoltà di comunicazione con gli autori.

Conoscere e Curare il Cuore. Non ci si bagna mai due volte nello stesso fiume!



Francesco Prati

Francesco buongiorno, lo scorso marzo si è svolta la XXXIV edizione del Congresso annualmente organizzato dalla nostra Fondazione: “Conoscere e Curare il Cuore”. Sebbene non starebbe a noi dirlo anche questa volta l’evento è stato un successo. Quando penso al Congresso mi viene sempre in mente il celebre aforisma attribuito ad Eraclito secondo cui “non ci si bagna mai due volte nello stesso fiume”. Conoscere e Curare il Cuore infatti non si è mai snaturato nel corso degli anni ma ciò nonostante si è costantemente evoluto mantenendosi sempre attuale.

Come inizio della nostra chiacchierata mi piacerebbe che tu ricordassi i numeri di questa edizione.

Molti medici (2.300) ed una importante partecipazione dell’industria con 28 stand e 170 addetti presenti al Congresso. Abbiamo quasi raddoppiato il numero di medici dall’anno 2009, quando il nostro paese era in piena crisi economica.

Qual è la tua idea di Congresso moderno?

Penso debba essere snello, con relazioni non troppo lunghe ed ampio spazio per la discussione. Si devono affrontare argomenti di attualità ma sempre con spirito critico. I nostri ospiti comprendono molto bene se l’e-

vento cui partecipano è commerciale e finalizzato a promuovere nuovi farmaci. E poi bisogna rinnovarlo, come suggerirebbe il filosofo Eraclito.

Quali sono state le principali innovazioni introdotte nel corso degli anni?

- 1) Abbiamo accorciato le relazioni da 20 a 15 minuti per promuovere la discussione.
- 2) Si è introdotta una sessione monotematica a tipo simposio con l'obiettivo di sviscerare un argomento selezionato.
- 3) Si è preparata una versione in lingua inglese degli atti, che viene pubblicata su una rivista con un buon impact factor (*Journal of Cardiovascular Medicine*). Sono certo che lo sforzo degli ultimi anni, di pubblicarli in un supplemento con impact factor sia uno stimolo importante per i giovani che ne contribuiscono alla stesura.
- 4) In aggiunta agli atti abbiamo messo a disposizione dei medici tutte le presentazioni on-line. Attraverso il sito della nostra Fondazione si possono infatti seguire le presentazioni con

tanto di diapositive. Non si può dire che il Congresso Conoscere e Curare il Cuore non lasci traccia.

- 5) Infine abbiamo inaugurato la sessione scientifica di casi clinici e abstract presentati come poster o comunicazioni orali, istituendo dei premi per i lavori giudicati migliori.

Ne abbiamo parlato tante volte e condividiamo entrambi lo sforzo di avvicinare il mondo della ricerca e quello della pratica clinica in modo che il primo induca ricadute pratiche immediate a be-





neficio del secondo. In che modo questo connubio è stato stimolato da Conoscere e Curare il Cuore e cosa verrà ulteriormente proposto nelle prossime edizioni del Congresso di Firenze?

L'edizione n.34 di Conoscere e Curare il Cuore prevede per la prima volta una parte scientifica che raccoglie casi clinici e lavori originali. Credo che la clinica e la ricerca debbano andare avanti assieme e che i lavori originali presentati dai giovani impreziosiscano ulteriormente il Congresso. Il Congresso scientifico è stato organizzato per loro, per i giovani, profondamente convinti che rappre-

sentino il motore della ricerca. È poi fondamentale che la ricerca venga incanalata nei binari della clinica, da qui l'importanza di inserire lavori originali in un Congresso che da sempre è di tipo pratico, orientato alla diagnosi e cura dei pazienti.

La tradizionale abitudine di pubblicare il volume degli atti congressuali sta venendo abbandonata dalla maggior parte dei congressi. Noi invece non solo la manteniamo ma anzi la stiamo implementando, come mai?

Si, direi che siamo l'unico Congresso di cardiologia che continua a pubblicare gli atti, forte-

mente voluti dal nostro affezionato pubblico. Tre anni fa pensai che le presentazioni online da visionare nel sito della nostra Fondazione fossero un ottimo strumento per seguire le relazioni senza perdere nemmeno i più piccoli dettagli. Chiesi il parere del nostro pubblico. Fu un plebiscito. Tutti volevano gli atti in formato cartaceo. I medici più anziani protestarono: "Abbiamo la raccolta di tutte le edizioni congressuali nella libreria. Non ci farete questo torto". Poi, in linea con i tempi, abbiamo deciso di pubblicare le relazioni anche in lingua inglese, su una rivista con impact factor.

Ci dai un'idea del lavoro e della squadra che è dietro l'organizzazione di una macchina congressuale così complessa?

È un gran lavoro. Si inizia 12 mesi prima. Terminato il Congresso, si incomincia a lavorare per l'edizione successiva. La nostra fondazione ha un team fantastico con una segreteria scientifica totalmente dedicata al Congresso e che lavora in sinergia con la parte amministrativa e di fund raising. Al dottor Albertucci il compito non semplice di tradurre in

lingua inglese i lavori scientifici. Dopo 20 anni trascorsi a Chicago come cardiocirurgo, chi meglio di lui. Alla dottoressa Gatto (giovane tra i giovani) il coordinamento della parte scientifica

Per finire una domanda di carattere personale. Diversi anni fa hai dovuto raccogliere la pesante eredità di proseguire l'opera di tuo padre: il Congresso di Firenze era per tutti il Congresso di Pier Luigi Prati. Hai avuto paura di non essere all'altezza del compito? E ora che il Congresso sta marciando speditamente e sta diventando il Congresso di Francesco Prati che sensazioni provi?

Caro Filippo è stato un impegno difficile. Quando mi venne proposto, inizialmente rifiutai. Fu Franco Fontanini a convincermi. Abbiamo avuto il coraggio di rinnovarlo senza modificarne l'impostazione e la consapevolezza che la riuscita di un evento dipende anche dai più piccoli dettagli. Mio padre sarebbe felice di sapere che il **SUO** Congresso è ancora in **buona salute**.



Staff organizzativo



di Eligio Piccolo

Scompensati di cuore e fibrillanti vanno allo yoga

Lo riferisce la rivista *Circulation* interpellando autorevoli esperti che sulla base di alcuni loro risultati hanno unito le conoscenze di base con le osservazioni cliniche. Lo Yoga, come si sa, è un'antica filosofia orientale nella quale si fondono meditazione e pratiche fisiche. Il nome pare abbia una sua radice, lo *yuj*, ripresa poi dai latini nel verbo *iungere*, unire, e nel suo sostantivo *iugum*, che indica appunto una specie di giogo tra il pensiero e il movimento fisico. Aggiungere se stesso, dicono quegli esegeti orientali, come un cavallo disposto ad obbedire.

La meditazione, ossia la parte filosofica legata alla religione buddista, è una componente importante dello yoga perché mette in gioco la psiche mediante il controllo del corpo e dei sensi, che "corrono dietro a quei cavalli" da domare. In modo da liberare l'uomo da certi vincoli e





indirizzare la sua energia vitale lungo canali invisibili, capaci di dare alla vita di ognuno un senso compiuto. Il tutto attraverso astinenze, dieta, osservanza di precetti, dominio dei sensi e della mente, la quale è definita come un'arma pericolosa se non la si sa usare con discrezione. Chi poi vorrà approfondire questa grande avventura del pensiero umano potrà leggere ciò che è stato tramandato in molti opuscoli e trattati specifici. Tenendo presente che questi concetti della meditazione hanno certamente molto di filosofico-religioso e poco di scientifico, inteso secondo i moderni criteri occidentali, ma vengono da una saggezza antica, che è stata sperimentata e perfezionata nei millenni.

In modo analogo sono stati concepiti e studiati lungo molte generazioni gli esercizi fisici, la parte attuativa e pratica dello yoga, in tutte le sue modalità proposte, le quali sono sempre intimamente collegate con la componente meditativa. Essi sono costituiti, da un lato, da varie posizioni statiche e dinamiche del corpo, assunte con tempi e difficoltà differenti secondo i casi, movimenti in genere armoniosi, mai agonisti,

pur avendo talora le caratteristiche dello stretching; e dall'altro, da respirazioni controllate, nelle quali si cerca di far distinguere la componente toracica da quella diaframmatica. Tutte caratteristiche che, per la loro gradualità, il moderato impegno fisico e soprattutto armonizzate con l'equilibrio psicologico, hanno suscitato la curiosità dei cardiologi, impegnati nella riabilitazione dei loro pazienti. Un indirizzo terapeutico questo che viene sempre più spesso proposto per i malati che hanno subito un intervento cardiocirurgico o che sono rimasti a letto per lungo tempo a causa di un infarto o di un'insufficienza cardiaca e in cui uno stretto controllo delle reazioni del cuore malato nei confronti dello sforzo fisico e dei turbamenti psicologici generati dalla malattia è sempre utile.

Bridget M. Kuehn, scrittrice di JAMA News, è rimasta affascinata da alcune esperienze di yoga applicato a pazienti con scompenso cardiaco, con fibrillazione atriale o con pneumopatie croniche in cui la pratica della respirazione controllata, dei movimenti che met-



tono in moto una migliore circolazione capillare e della meditazione, capace di riequilibrare le reazioni del sistema nervoso e psichiche, ha effettivamente prodotto un miglioramento clinico. Sono piccole esperienze, attuate in un numero ristretto di pazienti, ma che consentono di interpretare alcuni possibili adattamenti benefici del nostro organismo, quali una migliore ossigenazione del sangue, un riequilibrio del sistema nervoso simpatico e vagale, a favore di una minore esaltazione del primo e una più efficace azione del secondo, un abbassamento dello stato ansioso e un migliore adeguamento all'attività fisica. In fondo, dice madame Kuehn, la scoper-

ta fatta nel secolo scorso secondo cui i beta-bloccanti, i farmaci meravigliosi che hanno abbassato la nostra pressione, esaltata da tante abitudini e diete sbagliate, e migliorato il cuore scompensato, era stata in un certo senso preannunciata dalle pratiche yoga, dove una "azione betabloccante" veniva risvegliata in modo naturale sia con gli esercizi che con la meditazione. In fondo, aggiungerei, lo yoga riesce ad intervenire anche nella sindrome di adattamento, descritta da Selye come risposta allo stress, regolandola in modo da averne solo gli effetti fisiologici e benefici.

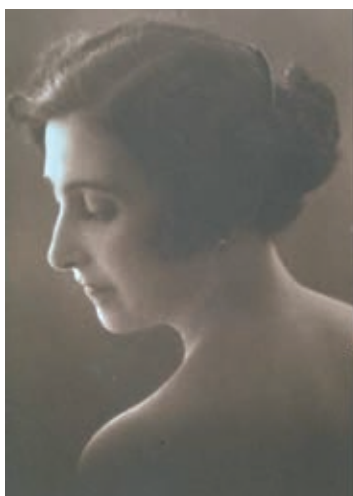
A questo punto, dopo queste esperienze non ancora ben controllate, bisognerà certamente passare dall'osservazione empirica, dalle ipotesi fisiopatologiche e dalle intuizioni filosofiche a una valutazione precisa dei vantaggi che questa pratica millenaria ha sulle risposte dei nostri organi e del cuore in particolare. Sarà compito soprattutto dei cardiologi, che dalla medicina moderna hanno avuto le migliori conoscenze scientifiche e le macchine più sofisticate, studiare la materia assieme ai cultori dello yoga indicandone con dati più precisi i campi di utilizzo. Sono certo che quella gloriosa avventura del pensiero umano, oramai diffusa in tutto il mondo, saprà anche integrarsi meglio con la medicina ufficiale e viceversa.



di Alberto Dolara

Alla ricerca di Matusalemme. Sfida all'OK Corral tra medicina e genetica

Nel linguaggio comune “vecchio come Matusalemme” viene di solito usato per indicare chiunque abbia un'età molto avanzata; secondo la Bibbia Matusalemme avrebbe vissuto ben 969 anni. Anche se molto lontana da questa cifra è comunque una donna che ha il primato di longevità questa volta documentato da certificati di nascita e di morte. È Jeanne Calment, nata ad Arles, cittadina francese già citata come Arelate nel *De bello civili* di Giulio Cesare, divenuta nota per avere dato i natali nel lontano 21 febbraio 1875 a quella che sarebbe divenuta la donna più vecchia del mondo. Jeanne aveva sempre condotto una vita molto attiva, smesso di andare in bicicletta a 100 anni, di fumare a 118, mai rinunciato a vino e cioccolata e affrontato la vita con ironia. Un notaio aveva acquistato la sua abitazione come nuda proprietà e si era messo “in fiduciosa attesa”. A 78 anni era tut-



40 anni



80 anni



120 anni

Jeanne Calment



tavia deceduto, Jeanne gli era sopravvissuta, morì l'anno successivo il 4 agosto 1997, e aveva così commentato l'episodio: "Capita, nella vita si fanno anche cattivi affari". Le avevano dedicato una mezza dozzina di libri, ritratti, una videocassetta sulla longevità, addirittura fatto incidere un disco rap *Padrona del tempo* e, in occasione del suo 119° compleanno, creati distintivi con la sua effigie. Un anno prima della morte una seria crisi depressiva fu attribuita anche al fatto che, passati ormai i record, le dispiaceva essere ignorata dai media che non la cercavano più come una volta. In realtà il suo, 122 anni e 164 giorni, resiste ancora ed è ritenuto fino ad oggi

il limite invalicabile di durata della vita umana.

Nella continua ricerca dei fattori che hanno determinato la lunga vita di "nonna Jeanne," come quella dei sempre più numerosi centenari ed ultracentenari dei Paesi sviluppati, s'intravede una sorta di sfida tra chi sottolinea l'importanza di quelli tradizionali, come i miglioramenti delle condizioni di vita ed i progressi della medicina, e chi spera di raggiungere traguardi ancora maggiori con la ricerca genetica. Una sfida che potrebbe essere paragonabile, ovviamente con differenze tutt'altro che trascurabili, a quella descritta in due film *Sfida infernale* del 1946 e *Sfida all'OK Corral* del 1957. Avvenu-

ta 130 anni fa, appunto all'OK Corral, un recinto di cavalli di Tombstone, in Arizona rimane la più famosa sparatoria della storia del West. Vennero sparati trenta colpi in trenta secondi e i contendenti lasciarono sul terreno tre morti e tre feriti. Per fortuna i contendenti attuali sono ricercatori animati dalle migliori intenzioni, armati solo delle loro conoscenze e il loro obiettivo è quello di prolungare la vita umana.

Gli sfidanti "tradizionali" potrebbero essere Olshansky et al. che, con la loro ricerca pubblicata su Science nel 1990 "In search of Methuselah: estimating the upper limits to human longevity", hanno calcolato quanto potrebbe aumentare l'aspettativa di vita se per ipotesi fossero eliminate tutte le malattie cardiovascolari, il diabete e il cancro. L'aspettativa di vita è un indicatore della salute di una data popolazione mentre il termine longevità indica semplicemente una durata di vita superiore alla media. L'aumento della prima è di solito associato ad un aumento della seconda. La conclusione di Olshansky et al. è la seguente: "Anche ammettendo che le terapie ipotetiche per le maggiori malattie degenerative ri-

ducano la mortalità globale del 75% sembra estremamente improbabile che l'aspettativa di vita alla nascita superi l'età di 85 anni". Dal 1990 al 2013 tuttavia questo indice è aumentato in media nel mondo da 65.3 a 71.5 anni, anche se con forti disuguaglianze nei vari Paesi. In Italia, che si trova ai primi posti nella classifica, è attualmente di 79.6 anni per gli uomini e 84.4 anni per le donne. Un indice strettamente collegato alla longevità e di grande impatto sociale, è quello dell'aspettativa di vita attiva cioè del periodo nel quale è probabile che una persona rimanga attiva senza malattie croniche che implicino disabilità. Alcuni dati ne suggeriscono un aumento, altri studi lo negano, ma rimane comunque, insieme al prolungamento della durata della vita, un difficile banco di prova per le società dei Paesi industrializzati.

Gli sfidanti della ricerca genetica puntano più in alto: Atzmon et al. nel loro studio "Variation in human telomerase is associated with telomere length in Ashkenazi centenarians", comparso su PNAS nel 2010 vent'anni dopo quello di Olshansky et al. riscontrano in questo gruppo etnico,

ritenuto particolarmente ideale per studi genetici, l'associazione tra la lunghezza dei telomeri e la longevità. I telomeri sono una porzione del DNA che si trova all'estremità di ogni cromosoma e la telomerasi, l'enzima che agisce sui telomeri, definito anche "l'elisir di lunga vita", è determinante per mantenere la vita della cellula. È stato dimostrato che nei leucociti umani la lunghezza dei telomeri diminuisce con l'età e l'accorciamento è associato a malattie legate all'età come quelle cardiovascolari e tumoriali e ad una precoce mortalità. Tuttavia il rapporto tra allungamento dei telomeri e longevità è controverso, evidenziato da alcuni studi, ma non da altri. Inoltre i tentativi di prolungarne la lunghezza hanno dato limitati risultati positivi solo sperimentali e poiché l'allungamento della vita cellulare è intrinsecamente correlato ad un'accresciuta vulnerabilità al cancro vi è la possibilità d'indurre in tal modo un aumento del rischio cancerogeno.

Anche la ricerca del "gene della longevità" ha dato risultati contrastanti: Gierman et al. in un articolo del 2014 pubblicato su PLOS ONE, "Whole-genome sequencing of the world's oldest people" riferiscono di aver esplorato l'intero genoma di 17

Alcuni dati ne suggeriscono un aumento, altri studi lo negano, ma rimane comunque, insieme al prolungamento della durata della vita, un difficile banco di prova per le società dei Paesi industrializzati.



I telomeri

ultracentenari (età ≥ 110 anni) senza aver trovato un gene che li potesse distinguere dai gruppi di controllo. Vila et al. in uno studio policentrico, comparso su *Circulation Research* nel 2015, hanno invece riscontrato una prevalenza di una particolare variante del gene che codifica la proteina BPIEFB4 nel DNA dei soggetti con estrema longevità. Questa variante, dagli Autori denominata LAV (Longevity Associated Variant), attiva una serie di funzioni il cui risultato finale è una maggior protezione della funzione vascolare. La sua somministrazione ha indotto nei topi anziani la normalizzazione della funzione vascolare, in quelli ipertesi della pressione arteriosa, riparato i vasi sottoposti a ischemia e potenziata l'angiogenesi. Lo studio apre insomma pro-

spettive future per quanto riguarda la lotta contro le malattie cardiovascolari e potrebbe rappresentare un indiretto fattore favorente la longevità.

Fioriscono comunque le iniziative promozionali come il Palo Alto Longevity Prize di un milione di dollari istituito nel 2014 dall'investitore Joon Yun in California. Col premio, che verrà assegnato nel 2018 si invita a "hack the code", inserirsi cioè nel codice genetico che regola la nostra salute e la durata della vita con lo scopo di prolungarne i limiti attuali. Infine perché non citare la previsione fantascientifica espressa dai protagonisti del romanzo di Kazuo Ishiguro "Non lasciarmi" pubblicato nel 2005. Si tratta di cloni umani creati in laboratorio per donare i propri organi agli umani malati, una sorta di medicina rigenerativa in grado di assicurare una longevità senza limiti.

Lasciando da parte le ipotesi fantascientifiche che pongono il problema dell'immortalità, di competenza di altre sfere del pensiero umano, è indubbio che la sfida attuale tra metodi tradizionali e genetica per l'aumento della durata della vita, non può che avere, a differenza di quella dell'OK Corral sopracitata, un risultato positivo, se accompagnato da misure che ne favoriscano anche la qualità. Nell'attesa dei risultati può essere utile rileggere il libro "Orizzonte perduto" di James Hilton pubblicato nel 1933 nel quale è descritto il mitico Shangri-La, il monastero tibetano che ospita un'antichissima e segreta città dei saggi estremamente longevi. Ai visitatori i saggi del monastero si rivolgono

con queste parole: "Se dovessi dirvelo in breve potrei definire la nostra principale credenza così: moderazione. Inculchiamo la virtù di evitare eccessi di qualunque specie; persino, perdonatemi il paradosso, eccessi di virtù. Questo principio è la fonte di uno speciale grado di felicità. Noi governiamo con moderata severità e siamo soddisfatti di un'obbedienza pure moderata. La nostra gente è moderatamente sobria, moderatamente casta e moderatamente onesta".



Joon Yun



di Paola Giovetti

Ludwig Van Beethoven: la felicità dell'artista

*Gioia, bella scintilla divina,
figlia dell'Eliso,
ebbri del tuo fuoco, o celeste,
noi entrammo nel tuo santuario.
La tua magia unisce
ciò che la moda ha separato,
tutti gli uomini diventano fratelli
là dove si sofferma il tuo volo.
Abbracciatevi, o milioni,
in questo bacio di tutto il creato.
Vi inginocchiate, o milioni?
Intuisce il Creatore, o mondo?*

Così scriveva nel suo *Inno alla gioia* Friedrich Schiller (1759-1805), il grande poeta e drammaturgo tedesco: versi che esprimono il suo ideale di bellezza, libertà e fratellanza. Ludwig van Beethoven, che ne era rimasto ammirato, avrebbe voluto musicarli fin dal 1793: lo farà molti anni dopo (1822-24) nella sua ultima opera, la *Sinfonia n. 9 in re minore opera 125*, dedicata a Federico Guglielmo III re di Prussia, scritta quando era ormai completamente sordo. Schiller



Dem König Friedrich Wilhelm III von Preußen gewidmet
Symphony No. 9 in D Minor
mit Schiller'scher über Schiller's Ode an die Freude
Op. 125

Ludwig van Beethoven
Transcribed by Franz Liszt

Allegro ma non troppo, un poco marcato $\text{♩} = 88$

pp

ppp

non farà in tempo a sentirla, era morto già nel 1805 ad appena 46 anni.

Beethoven non ebbe una vita felice. Nato a Bonn nel 1770 da famiglia modesta, rimase presto orfano di madre. Il padre, piccolo musicista dedito al bere, ebbe il merito di intuire le eccezionali doti del figlio e lo affidò a buoni maestri. In seguito Ludwig riuscì ad andare a Vienna, la città dell'arte per eccellenza, e qui prese lezioni da Mozart e in seguito da Haydn e anche da Antonio Salieri, maestro di cappella a corte e importante compositore. Afflitto per tutta la vita da problemi economici nonostante i grandi successi

artistici, Beethoven iniziò presto la carriera di concertista che lo portò a Dresda, Berlino, Praga, Bratislava. A Vienna frequentò il gran mondo e fu molto apprezzato come concertista e compositore; dimostrò notevole interesse per il gentil sesso, ma le sue scelte si rivolsero sempre a donne sposate o a nobildonne con le quali il matrimonio non era neppure pensabile. Per cui rimase solo, e non è da escludere che si sia trattato di una sorta di autodifesa, nella consapevolezza che il matrimonio sarebbe stato un ostacolo alla propria creatività e alle libere abitudini della sua vita di artista.

Ma la tragedia maggiore per lui fu la sordità, che si presentò già nel 1801, quando aveva appena trent'anni: una forma gravissima di otosclerosi, difficile da curare oggi, praticamente impossibile allora.

Nel 1802, presa coscienza della situazione, su consiglio del medico si trasferisce per sei mesi in campegna, ad Heiligenstadt, per tenere a riposo l'udito e godere dell'aria buona.

Qui, in un momento di sconforto, scrive il famoso *Testamento di Heiligenstadt* destinato ai due fratelli Karl e Johann, dove spiega la sua tragedia e quella tendenza all'isolamento che tanto gli veniva rimproverata:

“Come rivelare la debolezza di un senso che in me avrebbe dovuto essere più perfetto che in ogni altro, un senso che un tempo era in me di grandissima perfezione, quale certamente ben pochi nel mio campo posseggono o hanno posseduto? No, non posso farlo, e dunque perdonatemi se mi vedete vivere in solitudine, mentre vorrei tanto unirmi a voi!”

Situazione che si protrasse per tutta la vita. Tuttavia, nonostante il carattere eccentrico e solitario, i contemporanei lo descrivono, anche nei suoi ultimi difficili anni, come amabile e addirittura fanciullesco. Chi si recava da lui nel timore di essere accolto con toni burberi, si stupiva di trovare invece calore e amicizia. Nonostante le cure, la situazione peggiora inesorabilmente: nel 1814 Beethoven tiene l'ultimo concerto in pubblico, nel 1817 non sente più nulla, chi vuole parlargli deve scrivere. Ciò nonostante non si arrende, continua a comporre e porta a compimento la

maggior parte delle sue opere; sinfonie, concerti, una mole di lavoro di straordinario valore. Ha come allievo l'arciduca Rodolfo, figlio dell'imperatore Franz.

Anche la vita quotidiana è complicata: tanti traslochi, liti con i domestici e i cuochi, menage domestico difficile, incomprensioni con i fratelli e con il nipote Karl di cui è tutore.

Come e dove può esserci felicità per un uomo simile?

“Per te non c'è felicità che in te stesso, nella tua arte. Oh Dio, dammi la forza di vincere me stesso, nulla deve legarmi alla vita”, scrive in una lettera del 13 maggio 1813¹.

La felicità quindi solo nel lavoro, nella creatività, nella consapevolezza delle proprie forze interiori che richiedono totale attenzione, esclusione di ogni altro interesse, dedizione assoluta al grande compito di riuscire a dire tutto quello che sa di dover dire - e quindi solitudine. Nella musica Beethoven, artista eroico, il genio che con la sua straordinaria forza espressiva e la capacità di suscitare emozioni influenzò fortemente tutto il linguaggio musicale successivo, trovò consolazione e felicità. Una sorta di felicità spirituale



offertagli dalla consapevolezza della vastità del suo mondo interiore e dalla propria straordinaria creatività.

Si inserisce qui l'incontro con *l'Inno alla gioia* di Schiller, che Beethoven accolse nell'ultima parte, quella cantata, della *Sinfonia n. 9*, la sua ultima e forse più perfetta creazione. I sentimenti che il poeta esprime nei suoi versi: aspirazione alla pace e all'armonia, libertà, fraternità tra i popoli, senso profondo della storia e dell'intervento del Divino nelle vicende umane, trovarono nelle note di Beethoven la loro più completa e perfetta espressione.

La prima assoluta della *Sinfonia n. 9* avvenne, insieme alla *Mis-*

sa solemnis, il 7 maggio 1824 al Teatro di Carinzia di Vienna, gremito in ogni ordine di posti. Il direttore avvisò coro e orchestra di non far caso al compositore, che stava in piedi tra i musicisti, voltando le pagine della partitura e battendo il tempo; era così sordo, disse, che non riusciva a sentire gli applausi. Beethoven infatti non li sentì, ma vide i fazzoletti bianchi che il pubblico sventolava, decretando il suo trionfo.

l'Inno alla gioia di Friedrich Schiller musicato da Ludwig van Beethoven è stato scelto nel 1972 come inno europeo. Beethoven morì di idropisia e cirrosi epatica nel 1827 a 57 anni.

¹ Citata in: Sandro Cappelletto: *Beethoven, la vita e l'opera*, Newton e Compton, Roma 1986, pag. 39

Qualche secondo di buonumore

Gesù Cristo torna sulla terra, entra in un bar dove ci sono un milanese, un veneto ed un romano. “Sono Gesù Cristo”, dice “se avete un malanno, basta che io vi tocchi e vi passerà”.

Il lombardo tutto curvo si lamenta: “La spalla destra la me fa mal da tri ann, per l’artrosi, de quei dur!!”

Gesù Cristo gli tocca la spalla e l’artrosi guarisce.

Il veneto si lamenta zoppicando: “Mi g’ho ciapà ‘na storta e g’ho male a sta cavaglia”.

Gesù Cristo gli tocca la caviglia e il male passa.

Gesù Cristo vede il romano in perfetta forma e gli chiede: “E tu figliolo, come stai?”

E il romano: “Nun me toccà che c’ho ancora du settimane de malattia!!!”.

Dottore, io e mia moglie abbiamo un figlio con i capelli rossi mentre noi siamo castani, come mai?

“Ma voi, quante volte all’anno fate l’amore?”

“Una dottore!”

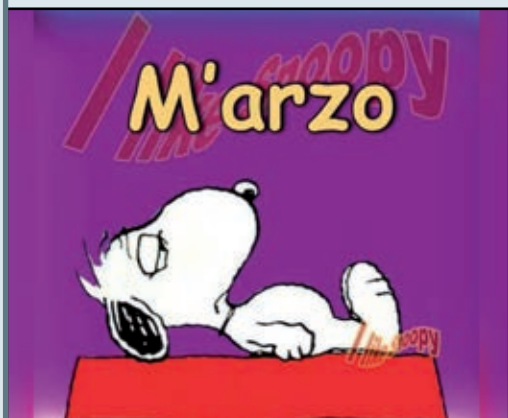
“Allora il problema è risolto: è la ruggine!”....

“Nonna hai visto le mie pillole? C’è scritto sopra LSD”

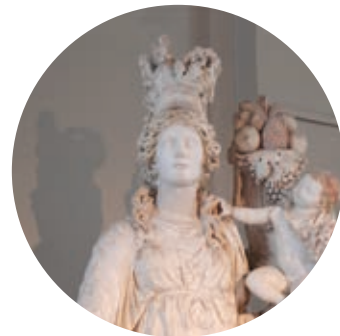
“Fan...lo le pillole, tu hai visto il drago che c’è in cucina?”

Per una dieta bilanciata....tenere i dolci con entrambi le mani!!

Sono in fila alle Poste e ho conosciuto una strafiga che mi ha chiesto di scambiarci il numero. Prima avevo il 4, adesso il 57!!



La palla di Tiche



Tiche, imperscrutabile figlia di Zeus, amava giocare. Chi veniva colpito dalla sua palla moriva perché il suo cuore cessava di battere.

*Nella rubrica **La palla di Tiche** viene ricordato un personaggio del nostro tempo o del passato, illustre o sconosciuto, morto d'infarto. I medici e i lettori sono invitati a segnalarci casi di loro diretta conoscenza che presentino peculiarità meritevoli di essere conosciute.*

Attilio Ferraris, campione del mondo

di **Filippo Stazi**

È il 1934, Mussolini è al potere da 12 anni e il regime fascista, come tutti i sistemi totalitari, punta molto sullo sport per supportare la propria immagine. Questo è il motivo per cui l'Italia sta organizzando la seconda edizione dei campionati mondiali di calcio. È la prima volta che la manifestazione si svolge in Europa. La volta precedente, infatti, è stata organizzata in Sudamerica e vinta dai padroni di casa dell'Uruguay.

In un tiepido pomeriggio d'inverno l'allenatore della nazionale italiana di calcio, Vittorio Pozzo, entra in un bar del rione romano di Borgo, vicino il Vaticano. Ordina un bicchiere di vino bianco e mentre lo degusta cerca con lo sguardo il padrone del locale. Non lo trova. Qualcuno gli indica il locale sul retro. Pozzo sposta la pesante tenda di velluto e vi entra. La stanza è fumosa, un grup-



Pozzo portato in trionfo dopo la vittoria del mondiale del 1934



po di habitu  del locale gioca a poker. Al centro della sala un uomo sui trent'anni gioca, solo, al biliardo.   il proprietario del bar. Pozzo gli si avvicina da dietro. L'uomo non lo vede. Pozzo gli mette una mano sulla spalla e lo chiama: "Attilio", questo infatti   il nome dell'uomo, " vieni con me, ti devo parlare". Pozzo   un uomo rude ma   anche un fine psicologo. I due si appartano, nessuno sapr  mai cosa si siano detti ma alla fine dell'incontro Attilio, ripone la stecca da biliardo nella rastrelliera, getta nel cestino un pacchetto di sigarette dopo averlo appallottolato e stringe la mano all'allenatore. Attilio Ferraris nasce a Roma il

26 marzo del 1904 in una famiglia numerosa, quattro maschi e quattro femmine, di origine piemontese. Comincia ben presto a giocare a calcio, lo sport di famiglia, visto che altri tre fratelli si dedicheranno alla stessa attivit , da cui il nome di Ferraris IV con cui il nostro protagonista   comunemente ricordato. La sua carriera comincia vicino casa, a Castel Sant'Angelo con la Fortitudo e quando, nel 1927, questa si fonde con la Roman e l'Alba Audace per dare origine alla Roma, Attilio diventa il primo capitano della neonata squadra giallorossa.   un centrocampista di buon talento e soprattutto dotato di una grinta e di

una determinazione oltre misura; vero trascinatore in campo e vero leader nello spogliatoio   sempre l'ultimo a gettare la spugna. Molti decenni prima dell'haka dei neozelandesi del rugby, Ferraris inventa una sorta di danza, pallone nelle mani, che lui e i suoi compagni recitano prima di entrare in campo: "chi dalla lotta desiste, fa una fine molto triste, chi desiste dalla lotta,   un gran figlio di una ...". Il pubblico stravede per lui e nella Roma trova valido aiuto nel compagno ed amico Fulvio Bernardini al quale a un certo punto decide di cedere la fascia di capitano riconoscendone la superiore caratura tecnica.

Negli anni migliori della sua carriera la Juventus prova pi  volte a portarlo a Torino, facendo anche leva sulle origini piemontesi della sua famiglia, ma Attilio, prefigurando quanto far  poi Totti pi  di mezzo secolo dopo, sta troppo bene a Roma per accettare il trasferimento, anche se questo significa rinunciare a rendere pi  ricco il suo palmares sportivo che, a livello di club, rimane limitato alla sola Coppa CONI vinta con la Roma nel 1928.

La sua passione per il gioco del calcio   per  pari a quella per

tutto ciò che la vita può offrire di bello: donne, cibo, vestiti, macchine, sigarette e soprattutto il gioco d'azzardo in cui perde quasi tutto quello che guadagna con il calcio. Famosa la sua frase: "se avessi ancora i soldi persi a poker, ai cavalli e ai cani, sai quanti soldi mi giocherei ancora!" il tutto condito con una sonora risata. L'amore per il calcio e per la vita però si conciliano male e perciò gli allenatori si trovano spesso in contrasto con lui. La Roma tollera a lungo il comportamento del giocatore, per aiutarlo a mettere la testa a posto arriva anche a finanziare in parte l'acquisto del bar con biliardo in cui Pozzo lo andrà a recuperare nel 1934 ma, alla fine, quando Attilio ha 30 anni, la società giallorossa, esasperata, lo mette fuori rosa.

È a questo punto che, come abbiamo già visto, entra in scena Vittorio Pozzo. Attilio smette di fumare, si allena con serietà come mai ha fatto fino adesso e riesce a partecipare ai mondiali. In nazionale Ferraris aveva già giocato, esordendo nel 1928 e con la maglia azzurra aveva vinto la medaglia di bronzo alle Olimpiadi di Amsterdam. Ma come con la Roma anche con l'Italia i suoi eccessi gli

erano costati il posto in squadra, nonostante che Pozzo non avesse mai smesso di stimarlo. Quando però arrivano i mondiali Pozzo sente la necessità di avere una squadra valida tecnicamente ma soprattutto moralmente e quindi il suo primo pensiero va a Ferraris. Inizialmente lo manda in panchina ma poi, in occasione del quarto di finale contro la Spagna, lo fa entrare in campo al posto di Pizziolo infortunato. Attilio entra in campo determinato, la sua carica si trasmette a tutta la squadra e diventa elemento insostituibile della formazione che a Roma il 10 giugno si laurea campione del mondo.

Il punto più alto della sua carriera calcistica Attilio lo raggiunge però nel novembre del 1934 in Inghilterra. Gli inglesi, inventori del football, sdegnosamente rifiutavano di partecipare in quegli



anni ai campionati del mondo, riservandosi di incontrare, e regolarmente battere, la squadra vincitrice del torneo. Quell'anno toccò perciò all'Italia recarsi a Highbury a far visita ai maestri anglosassoni. Alla fine del primo tempo l'Inghilterra è in vantaggio 3 a 0 e l'Italia è in dieci per l'infortunio di Monti (all'epoca le sostituzioni non erano previste) ma nel secondo tempo la squadra azzurra si trasforma, trascinata soprattutto da Ferraris e da Meazza. L'Italia arriva fino al 3 a 2 e sfiora il pareggio che

non riesce però a raggiungere solo per sfortuna. Sarà la stessa stampa britannica a rendere testimonianza al valore della squadra azzurra definendone i giocatori i “leoni di Highbury”. L'exploit con la maglia della Nazionale lo rilancia anche in campionato e si concretizza addirittura il clamoroso passaggio da una sponda all'altra del Tevere. Per l'allora stratosferica cifra di 150.000 lire Attilio Ferraris, il primo giocatore romanista ad aver giocato in Nazionale, abbandona le file della Roma dopo aver giocato 198 partite, segnato 3 gol e ricoperto i ruoli di terzino, centromediano e, si direbbe oggi, interno di centrocampo e indossa la casacca biancoceleste dei cugini laziali. Una possibile spiegazione del trasferimento del giocatore alla Lazio, che sconvolse non poco il pub-

blico romanista, è forse da cercare nel malumore che il giocatore nutriva nei confronti della società giallorossa per averlo messo fuori rosa, mettendone a repentaglio il proseguimento della carriera.

Nella nuova squadra però le cose non vanno bene, in due anni gioca solo 39 partite e viene poi venduto al Bari. Dopo altre due stagioni in Puglia, nel 1938 ritorna a casa, nella Roma, in un'annata in cui giocherà solo dodici partite prima di essere venduto, nella sessione autunnale del calciomercato, al Catania dove chiuderà la carriera da giocatore professionista ed inizierà, sia pure solo per un breve periodo, quella da allenatore.

Terminata la vita da giocatore professionista rimangono gli eccessi comportamentali. Con-

tinuano il vizio del gioco, l'amore per le donne, per le macchine veloci. Continuano soprattutto i suoi stravizi alimentari e l'abitudine al fumo. Queste scorrette abitudini di vita, non più mitigate dalla regolare attività fisica cui Ferraris era abituato negli anni della sua carriera professionistica, danneggiano silenziosamente e precocemente le sue coronarie. L'8 maggio 1947 a Montecatini si svolge una partita tra vecchie glorie. Ferraris IV è in campo anche se è molto tempo che non gioca più. Il pubblico è numeroso sebbene i toni agonistici siano bassi. Ferraris si diverte ma improvvisamente, dopo uno scatto, si accascia a terra e muore, colpito da infarto.

Ai funerali partecipa una folla enorme, qualcuno vorrebbe mettere sulla bara una delle maglie che il giocatore ha indossato in nazionale ma non se ne trova neanche una. Attilio infatti era solito regalarle a chi gliene chiedeva, soprattutto se bambino. Sarà l'amico di sempre, Fulvio Bernardini, a prestargliene una per l'ultimo viaggio.

Il giocatore venne sepolto a Roma, nel cimitero del Verano. Sulla sua lapide una sola scritta: “Attilio Ferraris, campione del mondo”.



Un'immagine dei funerali di Ferraris

Nunc est bibendum?

Il punto interrogativo ovviamente non c'era alla fine del famoso verso dell'ode oraziana, anche perché ne seguiva un altro che invitava alla danza con altrettanta certezza. A quei tempi poi non c'erano molti dei dubbi che abbiamo oggi sulle azioni tollerate o quelle tossiche del vino, si conoscevano certamente i rischi dell'ubriacatura e dell'esaltazione violenta, ma la sua azione principale, quella inebriante e gioiosa delle feste, non era oscurata da alcuna nube di malignità. Addirittura il cristianesimo, subito dopo, ne ha fatto uno dei simboli della comunione fra Dio e i fedeli, oltre all'oggetto del primo miracolo di Gesù durante le nozze di Cana. A guastare, si fa per dire, questa trascendentale armonia dietetica, che la Bibbia fa risalire al patriarca Noé, sono arrivati i moderni studiosi del metabolismo e della tossicologia che, con la stessa freddezza con cui altri scienziati avevano scardinato la teoria tolemaica, hanno voluto verificare se questo prodotto dalla fermentazione dell'uva, frutto peraltro innocente, provocasse un qualche effetto dannoso, alla stregua di altre droghe estratte da vegetali. Anche perché nel frattempo oltre al vino di gradazione alcolica moderata, appena sopra i dieci, l'uomo è andato alla ricerca di reazioni più forti con i vini passiti, sui venti gradi, e con





distillazioni varie: della feccia dell'uva con la grappa, dei cereali con la vodka e il whisky e della canna da zucchero con il rum, tutti intorno ai quaranta. Per non parlare di alcune charreuses conventuali che arrivano ai settanta gradi.

Non fu certo un'impresa facile quella dei medici-ricercatori che hanno voluto fin dal secolo scorso scoperchiare questa specie di vaso di Pandora, che era stato custodito gelosamente dalle tradizioni nei confronti di una bevanda, il vino, all'apparenza innocente, che allietta la mensa, fa brindare con champagne o prosecco a

ogni avvenimento importante e si insinua perfino nelle apparenti resistenze degli incontri amorosi. Oltre a sostenere, si capisce, un mercato di coltivatori e di commercio ad altissimo livello. Verso la metà del '900 si conoscevano già alcuni effetti cronici dell'alcolismo come la cirrosi del fegato, che non lasciava scampo quando distruggeva l'organo; la dipendenza psicologica che alterava la personalità, come in certi vagabondi oggetto di impietosi dileggi paesani; mentre era poco nota la sua azione nel mollificare il muscolo del cuore e nell'innescare la fibrillazione atriale. Furono i nordamericani a scoprire quest'ultima mediante un'osservazione quasi letteraria, la "sindrome del cuore in vacanza", che per loro era il week-end, quando dopo una settimana di pasti frettolosi, il venerdì sera si strafogavano con cibo e alcolici, ma nella notte o il mattino seguente erano colti da quella fastidiosa tachicardia. E fu in quel periodo che iniziarono le prime indagini epidemiologiche, condotte secondo gli studiosi attuali usando criteri non molto rigorosi, quali oggi invece si osservano nei trial con la randomizzazione e i gruppi di controllo. Forse perché, ha pensato qualcuno, si cercava di non catalogare una

bevanda così gloriosa e millenaria fra le droghe proibite. Quelle prime indagini infatti produssero risultati che davano più l'impressione di un benevolo compromesso politico che di una dimostrazione matematica. Essi penalizzavano non solo i forti bevitori, che incorrevano più facilmente nelle malattie sopra indicate e anche nelle conseguenze di una rissa o della guida spericolata, ma anche gli astemi. Solo i bevitori lievi o moderati, quelli che si limitavano a un drink settimanale e mezzo litro di vino nelle 24 ore, beneficiavano di minori malattie cardiovascolari e di vita più lunga. Non fu facile però trovarne la spiegazione, capace di soddisfare coloro per i quali se una sostanza è dannosa lo dovrebbe essere sempre, in misura proporzionale alla quantità assunta. Essa fu individuata su una particolare proprietà dell'alcol di far aumentare il colesterolo buono, l'HDL e i polifenoli, di modificare l'intervento delle piastrine e di migliorare il metabolismo dello zucchero. Argomento che lasciarono tuttavia gli ipercritici insoddisfatti quasi come gli oppositori di Giulio Andreotti questi tentava di



Mitridate, re del Mondo

convincerli al conformismo affermando che “era meglio tirare a campà che tirare le cuoia”. I tempi però cambiano, l'uomo e più ancora la donna vivono a lungo, e anche le malattie facilitate o meno dall'alcol hanno maggior tempo per manifestarsi e anche per essere curate. Così Isaac Whitman e il suo gruppo delle Università di San Francisco, di State Island di New York e dell'Oregon (JACC 2017), obbedienti ai nuovi criteri epidemiologici, hanno valutato dal 2005 al 2009 le abitudini alcoliche di quasi 15 milioni di pazienti, 268.000 dei quali (1.8%) erano definiti abusatori dell'alcol o forti bevito-

ri. In questi sia la fibrillazione atriale che lo scompenso cardiaco incidono per oltre il doppio rispetto agli utenti moderati di alcolici, mentre l'infarto aumentava solo di circa il cinquanta per cento. Risultati che collimano perfettamente con le indagini più recenti sugli effetti nocivi dell'alcol nel muscolo del cuore, sia degli atri che dei ventricoli. Per quanto riguarda invece il bevitore lieve o moderato rimangono ancora alcune incertezze, legate ai moltissimi fattori che vi entrano in gioco, sia metabolici che psicologici. Alcuni ritengono ancora che soprattutto negli anziani questa

sobria abitudine riduca la mortalità, altri che dopo i 50 qualsiasi dose non modifichi l'evento fatale.

Nel cercare però di dare una risposta al punto interrogativo che abbiamo posto “abusivamente” all'incitamento di Orazio, si potrebbe concludere che stiamo arrivando a una sintesi, secondo cui da un lato l'alcol non è proprio l'aspirina e che è difficile considerarlo un salvavita in qualsivoglia quantità, ma dall'altro che a basse dosi forse consente all'organismo di difendersi, così come aveva dimostrato molti secoli dopo Noè e molti prima di noi Mitridate, re del Ponto, con i veleni dichiarati.

“

Stop alla morte improvvisa: le buone notizie

A Girifalco è stato installato il primo defibrillatore all'esterno di una farmacia della provincia di Catanzaro. Si tratta del primo passo di un progetto che prevede il posizionamento di tali dispositivi all'esterno di altre 12 farmacie della provincia con l'obiettivo di sfruttare la presenza



Girifalco (CZ)

capillare delle farmacie sul territorio per fornire maggiori garanzie in termini di tutela della salute e qualità della vita.

È confortante rilevare che l'iniziativa pone la provincia di Catanzaro, spesso tristemente detentrica di primati negativi, all'avanguardia a livello nazionale per quanto riguarda la prevenzione della morte improvvisa.

F.S.

”



di **Bruno Domenichelli**

Ballata tragica dei bambini di Aleppo

Giorno dopo giorno, consapevolmente, si compie il sacrilegio collettivo contro l'umanità. Il sacrilegio osceno della violenza cieca contro l'innocente e della vile indifferenza di tutti verso uomini e donne che soffrono, come me o come te, colpevoli solo di esistere e col diritto solo di morire: il sacrilegio di chi volta il capo pur di non sapere. O di chi sa, ma irride alla pietà, di fronte all'orgoglio cieco di non cedere ai piani irremovibili di potenza.

E intanto muoiono bambini. Bambini che sapevano cantare e danzare girotondi sui prati e bambine con ghirlande di fiori fra i capelli. Muoiono senza saperlo, correndo per la città col terrore negli occhi e la bocca piena di polvere delle esplosioni e delle case diroccate. Aleppo muore. Come nel mondo tante città su cui si allunga l'ombra di Caino. Cosa resta delle sue case? Cosa resta delle scuole e delle strade affollate e dei giardini dove fiorivano sorrisi; dove





bambini inconsapevoli di essere felici si scambiavano la loro gioia di vivere?

Muiono bambini, muiono a centinaia; muiono negli ospedali, dove si va per vivere, crollati sotto le bombe. Muiono per l'odio indifferente consumato dall'uomo contro l'uomo, per l'urlo di prepotenza dei potenti, per l'arroganza tragica delle nazioni, o gli interessi maledetti dei pozzi di petrolio o la viltà delle promesse tradite e delle tregue illusorie.

Cosa resta di Aleppo se non un deserto di muri calcinati, testimoni dei denti di lupo di chi comodamente siede nei Parlamenti, ordinando lo sterminio o tacendo?

Si spegnerà anche l'eco di Aleppo. Ma altre piaghe dolenti si apriranno su strade nere di cenere, metastasi orribili del sacrilegio dell'odio e l'ombra di Caino si allungherà funesta ad oscurare il cielo di altre città dai giardini fioriti, ove vivere era dolce e il pianto suscitava carezze ed era semplice pregare insieme e dove altre migliaia di bambini inconsapevoli moriranno illacrimati.

Muiono bambini perché uomini senz'anima che siedono dietro

scranni dorati giocano a dadi con la vita degli innocenti.

Vi colga la maledizione eterna della Storia, la vendetta profetica dell'odio che chiede altro odio, divorati lentamente dai vermi e dal fuoco, col cervello macerato dagli incubi notturni dei vostri figli agonizzanti ad Aleppo.

Muiono bambini, soffocati sotto le macerie delle loro case, perché nessuno osa alzare i pugni verso il cielo.

Chi? Chi pagherà le gole tagliate nel nome di qualsiasi dio? Chi pagherà, di fronte ai singhiozzi della Storia e alle leg-

gi inviolabili del cuore, chi pagherà lo sguardo dei morenti atterriti dall'odore della morte e dall'angoscia dell'animale braccato nella sua tana.

Muiono bambini, muiono senza il conforto delle lacrime delle madri, sepolte senza più urne né nome, sotto la coperta oscura del cielo.

Chi pagherà il silenzio per l'oltraggio impietoso all'anima dell'uomo e alla sacralità dei corpi che si disfano al sole, o la pietà rinnegata, o la barbarie dei nuovi genocidi?

Sono morti anche coloro che conducevano i convogli di pace, perché almeno i bambini non morissero di fame.

Muiono bambini, uccisi dal fumo nero delle bombe respirato prima di cadere nella polvere, senza l'abbraccio dei padri. Sulla strada un braccio carbonizzato addita il cielo percorso dai missili di morte.

Muiono centinaia di bambini, ad Aleppo, muiono senza più piangere, coi loro fiori rossi disegnati dalla morte sul petto.

Bambini ciechi si tengono per

mano, vagando sotto il sole nel disperato buio di una terra disacrata.

Sale ovunque, intollerabile, la sofferenza del mondo e scorre urlando il pianto della Storia.

È utopia vana sperare che ascoltare l'angosciato grido del cuore possa aprire gli occhi dei potenti al linguaggio sacro della pietà che la mente diabolicamente rifiuta?

Nel silenzio muore anche il pianto. E muore la speranza, violentata dall'odio e dalla sorda indifferenza della Storia.



Una favola per Anna, Alberto e la nascita



Ecco la favola: in un'antica casa di campagna, viveva un vecchio gatto grasso grasso di nome Musy.

I padroni, rimasti soli perché avanti con gli anni, gli davano cibo in abbondanza e curavano con amore ogni suo piccolo acciacco.

Musy era molto riconoscente e affettuoso, e teneva loro tanta compagnia.



Ma era pur sempre un gatto e ogni tanto, quando si annoiava, scendeva in cantina a caccia di qualche topo. In una di queste spedizioni, gli capitò un giorno tra le zampe un topino magro magro, che tremava tutto per la paura il quale gli disse: "Non mangiarmi, non vedi quanto sono piccolo e secco? Non ho nemmeno la forza di scappare! Tu hai tutto il cibo che vuoi, e non hai bisogno di un pasto supplementare".



Il gatto cominciò a intenerirsi a quelle parole e, allargando le zampe, se lo pose davanti a sé. Poi, grattandosi la testa con una zampa, gli rispose: "Hai ragione, ma io sono sempre un gatto, ed il mio istinto sarebbe quello di mangiarti!"

Il topino rispose: "Anche il mio istinto sarebbe quello di fuggire, ma non ne ho la forza! Un tempo, anche noi avevamo da mangiare e in abbondanza, perché la gente conservava i cibi, i salumi ed i formaggi, che a noi topi piacciono tanto, nelle dispense. Ma con il progresso, conservano tutto nei frigoriferi e a noi non rimane nulla per sfamarci".





Musy, che con gli anni era diventato anche un po' saggio, gli rispose: "Il progresso ha rovinato anche noi. Stiamo sempre in casa, coccolati e viziati dai nostri padroni.

Ci muoviamo poco e mangiamo troppo e così finiamo per ingrassarci e ammalarci. Ho sentito dai miei padroni, che anche gli umani hanno lo stesso problema. Ci sono popoli, che non hanno cibo a sufficienza e muoiono di fame e di sete.

Altri popoli invece, sono ricchi e hanno cibo in abbondanza. Passano molto tempo in case confortevoli davanti alla Tv e diventano pigri, e con il passare del tempo ingrassano e finiscono per ammalarsi".



Il topino ascoltava, e con la testa faceva segni di assenso, mentre con la zampina dava dei colpetti sulla grande zampa pelosa del gatto.

Il gatto poi proseguì con il suo discorso: "Ho pensato che sarebbe bello e generoso se io dividessi il mio cibo con te, in questo modo potresti ingrassare un po', e pertanto diventare più forte. Io invece, mangiando di meno, dimagirei e diventerei più sano e agile".

Detto questo, prese il topino, lo portò di sopra e lo invitò a mangiare dalla sua ciotola.

I padroni, vedendo questa scena, gridarono al miracolo. Non si era mai visto un gatto dividere il suo pasto con un topo.

Ma poi riflettendo, capirono che le cose nel mondo andrebbero meglio, se le persone che hanno più del necessario, dividessero i loro averi con coloro che sono più bisognosi.



Il gatto ed il topo vissero insieme ancora per qualche anno come vecchi amici, dimostrando così con il loro esempio, che nel mondo non ci sono nemici da combattere, ma fratelli bisognosi da aiutare...e tutti vivrebbero più felici e contenti!

Fine della storia

Quaderno a Quadretti

di **Franco Fontanini**

I medici santi

Il cristianesimo delle origini insegnava ad avere cura degli infermi, ma l'assistenza era un dovere da compiere per carità più che per fiducia nella medicina. I primi cristiani infatti negavano ai medici la capacità di guarire le malattie ed erano convinti che le sole cose utili all'ammalato fossero le preghiere e i digiuni. La guarigione poteva avvenire solo per grazia del cielo: anziché ospedali si edificarono santuari dove si andava ad implorare la guarigione.

I cristiani non osavano rivolgersi al Padre Eterno per le malattie corporali, i sacerdoti suggerivano di ricorrere all'intercessione della Madonna, ma il popolo spontaneamente preferì interpellare direttamente i santi che sentiva vicini, familiari e disponibili. A loro la gente si poteva rivolgere alla buona, senza formalismi, con confidenza.

Di molti santi la gente conosceva la storia terrena, la vita travagliata, piena di guai e sapeva che spesso erano stati afflitti dagli stessi mali. Ai santi si chiedeva una grazia oppure una raccomandazione: se arrivava c'erano gratitudine e omaggi,

in caso contrario insolenze e insulti senza timori e senza paure perché bestemmiare i santi non era considerato peccato grave. Molti santi per non aver accondisceso alle richieste vennero percossi. Il più malmenato è



The ROYAL
SOCIETY *of*
MEDICINE



Santa Barbara

nio da Padova, gran dottore della chiesa, ma invocato assai più per le capacità taumaturgiche che per la sua dottrina, aveva guarito un bel giovane veronese. Ben presto però se ne pentì perché il giovanotto risanato commetteva peccati nei quali non era mai incorso in precedenza. Lo chiamò bonariamente a sé e lo convinse che l'infermità senza colpa era preferibile ad una salute peccaminosa e, sebbene il giovanotto recalcitrasse assai, lo convinse a riammalarsi senza più desiderio di guarire. Ancor più severo fu con una nobile signora padovana imperdonabilmente vanitosa. La nobildonna invidiava gli occhi azzurri della rivale e si rivolse a S. Antonio per avere anche lei occhi azzurri come il cielo, in cambio di una cappella da erigere a Dolo. Infuriato il santo, per punirla della

stato S. Antonio Abate al quale i contadini si rivolgevano in caso di malattia delle loro bestie. Riconoscevano che un altro santo potesse avere le sue buone ragioni per non ridare la salute ad un uomo, magari grave peccatore all'insaputa di tutti, ma non ammettevano che lui tergiversasse su una vacca malata. Non raramente veniva tenuto a testa in giù dentro un pozzo, o anche in posti peggiori, finché l'animale non si fosse rimesso in piedi.

Ai santi stava a cuore la salute dell'anima assai più di quella del corpo: donavano la salute, ma talvolta potevano anche toglierla se questo serviva a tenere lontano dal peccato. S. Anto-

sua fatuità, la rese cieca e ci vollero molti giorni di preghiere, digiuni e penitenze, perché riavesse i suoi occhi neri.

S. Antonio veniva invocato anche per ritrovare gli oggetti smarriti e per trovar marito; in varie regioni d'Italia la sua statua veniva buttata dalla finestra dalla ragazza che lo aveva inutilmente invocato quando si rassegnava a restare zitella. Vale la pena ricordare che S. Antonio è il solo santo morto d'infarto. Ebbe l'attacco improvviso nel convento di Arcella, vicino a Padova. Accasciandosi sul terreno fece appena in tempo a congiungere le braccia in preghiera e morì.

I santi sono stati anche invocati per avere malattie e, se ritenevano che ciò fosse a fin di bene, non le rifiutavano. Erminia, bellissima figlia di un castellano piemontese, volendo rifuggire dalle tentazioni mondane, chiese il dono di un'infermità repellente e divenne lebbrosa.

Si tratta però di eventi rarissimi; quasi senza eccezioni i santi portavano salute e benessere a patto di non venir turlupinati. Sant'Epifanio, dottissimo vescovo di Cipro, si imbatté in due bricconi uno dei quali si fingeva morto mentre l'altro piangente chiedeva ai passanti i soldi per far celebrare una messa all'amico defunto. Sant'Epifanio si avvicinò, ebbe parole di conforto e fece un'of-

ferta assai generosa. Quando si accorse dell'inganno fulminò l'imbroglione mentre stava facendo bisboccia coi suoi soldi in un'osteria.

Per chiedere grazie ai santi non era necessario essere devoti. Santa Margherita guariva dalle febbri "continua, terzana, etica e quartana" senza guardare in faccia. L'ammalato doveva fare delle pillole di carta sulle quali scriveva: "Santa Margherita da Cortona voi che foste una gran puttana guarite dalla febbre quartana quest'anima porca e buggerona". Santa Margherita in gioventù era stata infatti di facili costumi e questo dava

coraggio ai peccatori e alle peccatrici febricitanti.

Essendo stati uomini comuni prima di salire agli onori degli altari, i santi venivano considerati comprensivi ed indulgenti verso le debolezze degli uomini. Quelli che in vita loro avevano sofferto di malattie vennero invocati da coloro che erano colpiti dagli stessi mali: "Tu che fosti uomo e soffristi i miei stessi dolori mi capisci - diceva una preghiera - e puoi essere l'interprete presso Dio perché il mio desiderio di guarigione venga accolto".

La simpatia, sofferenza per lo stesso male, ha creato innume-

revoli santi, taumaturghi specializzati. Sant'Eustorgio, che ebbe il cranio fracassato da un colpo di scure, divenne il guaritore del mal di testa, Sant'Apollonia che si era fatta strappare i denti piuttosto che bestemmiare il suo Dio, venne invocata contro il mal di denti. Sant'Agata alla quale il console Quinziano, non riuscendo a piegarla alle sue voglie fece tagliare il bel seno, venne eletta protettrice delle mammelle.

La nomina di Santa Lucia a protettrice della vista e delle malattie oculari è dovuta ai pittori che si sono rifatti alla tradizione popolare senza meglio documentarsi. In realtà Lucia era una nobile siracusana che avendo fatto voto di verginità per la guarigione della madre, fu vittima della vendetta del giovane al quale era stata promessa sposa; lo spasimante la denunciò come cristiana al prefetto Pascasio che prima la rinchiuso in un postribolo, poi la fece decapitare. Il patrocinio degli occhi è probabilmente legato al suo nome che richiama la luce.

Sant'Aureliano e Sant'Audeno, grazie ai loro nomi, proteggevano l'udito e guarivano le oti; Santa Fara migliorava la vista, San Maturino si prendeva cura dei matti e San Mammardo, in



Santa Margherita da Cortona

sott'ordine a Sant'Agata, guariva le malattie della mammella. San Mammano, sebbene fosse maschio, donava invece il latte alle nutrici. Prima di diventare santo era pastore: trovò un neonato in un cespuglio e, avendo solo pane e formaggio, non sapeva come nutrirlo, perciò si mise a pregare. La grazia divina gli donò due mammelle turgide di latte col quale allevò il trovatello. Santa Cristina, a causa del suo nome, in Romagna finì protettrice dei polli. Santa Liberata toglieva ogni male, Sant'Espedito guariva alla svelta. Molti lo invocavano anche perché favorisse la rapida conclusione degli affari, ma Pio X vietò ai fedeli di rivolgersi a lui per motivi di interesse.

S. Rocco, dopo aver donato tutti i suoi beni ai poveri, si dedicò anima e corpo alla cura degli ammalati. Colpito dalla peste a Piacenza, si ritirò sulla riva del Po per morire in solitudine e preghiera, ma un cane, che sarebbe divenuto il suo inseparabile compagno, gli portò ogni giorno un pezzo di pane e gli leccò il bubbone della gamba fino alla guarigione. La sua opera caritatevole di taumaturgo fu sempre intralciata dagli arresti. Accorreva dove c'era una pestilenza, e quasi sempre, per il suo

aspetto, veniva scambiato per un ladro o un appestato e rinchiuso in galera. In prigione chiese a Dio la grazia di poter salvare gli uomini dal flagello e vuole la leggenda che dal cielo, insieme a un raggio di sole, cadesse nella cella buia un foglio con su scritto: "A coloro che soffrono per la peste, tu sarai patrono, Rocco". Venne arrestato anche a Montpellier, dove era nato da nobile famiglia, e dove era ritornato in occasione di una pestilenza. Morì nella prigione di Angera, sul lago Maggiore, scambiato per spia. La leggenda vuole che, scoperto l'errore, le sue reliquie siano state portate a Venezia.



Rive del Po

Se la biografia dei santi taumaturghi è spesso storicamente vaga e poco verosimile, la loro grande popolarità è testimoniata dagli innumerevoli ex voto che rivestono le pareti di molti santuari. Gli ex voto di ringraziamento sono assai più numerosi di quelli propiziatori: nonostante la fiducia, i fedeli preferivano ringraziare i santi solo a guarigione ottenuta.

Gli ex-voto testimoniano che i santi non solo sapevano guarire aparendo in sogno all'ammalato, ma riuscivano anche a prevenire le malattie mediante sogni premonitori. Hanno così salvato moltissime persone e persino intere città come Cagliari. In questo caso il merito principale va alla Madonna, ma anche Sant'Ef-

sio che era presente ha non poche benemerienze. La Vergine apparve nel cuore della notte al viceré Saint Rémy, uomo devotissimo, insieme al patrono della città e indicò con un dito le orrende pustole che andavano ricoprendo il corpo dell'uomo. Il viceré si svegliò di soprassalto, vide che non aveva pustole, ma colse il messaggio celeste e immediatamente vietò l'accesso all'isola a tutte le navi. Il vascello che stava giungendo in porto al mattino venne respinto con la minaccia dei cannoni e dovette andare a Marsiglia dove portò la grande epidemia di peste del 1720. È presumibile che i marsigliesi non siano stati grati al cielo di questo so-



gno salvifico, ma evidentemente fra loro non c'era un uomo ben voluto alla Madonna e a Sant'Efisio come il viceré Saint Rémy. I santi erano buoni ma severissimi. Esempio l'aneddoto su Santa Barbara descritto in *Prime letture, florilegio di storie educative per i bimbi d'Italia*, stampato nel 1899: la cornacchia di un prete aveva imparato dal suo padrone a dire "Santa Barbara, aiutami tu" e un giorno, mentre era bersagliata dai sassi di un gruppo di monelli, ferita a morte, lanciò l'invocazione alla Santa

che intervenne prontamente: salvò la cornacchia e fece morire tutti i ragazzi cattivi. Si tratta di una leggenda altrimenti ci sarebbe da opinare circa l'inclusione di Santa Barbara nel gruppo dei quattordici Santi Ausiliatori. La poveretta era stata decapitata dal padre perché cristiana e subito il malvagio genitore venne incenerito da un fulmine. Pochi pensarono che la figlia, fresca assunta in cielo, fosse estranea al castigo che tutti ritennero giusto. Se fosse tutto vero, rispetto a Santa Barbara il nostro Rambo è un uomo mite ed indulgente. Per il suo carattere focoso Santa Barbara è la pro-



Porto di Marsiglia nel 1700



Basilica dei Ss. Cosma e Damiano (Roma)

tettrice dai fulmini, è stata nominata patrona degli artiglieri e il suo nome è stato dato ai depositi di munizioni.

Di ben altra pasta fu Sant'Agnese. Per il suo rifiuto a sacrificare agli dei pagani, prima del martirio venne esposta nuda nel lupanare dello stadio di Domiziano, dove verrà costruita una chiesa a lei dedicata. La gente che passava si voltava dall'altra parte, solo un uomo ebbe l'ardire di guardarla e subito dopo un fulmine lo folgorò. Sant'Agnese impietosita resuscitò il cadavere carbonizzato che giaceva ancora fumante.

I medici hanno tre santi protettori, che come i tre re Magi e i tre moschettieri sono in re-

altà quattro: Cosma e Damiano, Luca e Pantaleone.

Cosma e Damiano all'inizio furono accusati di magia, ma dopo che guarirono l'imperatore Carino di una lussazione del collo nessuno ebbe più dubbi sulle loro straordinarie capacità mediche. A Roma, nella basilica di Santa Maria Maggiore, compirono il loro famoso trapianto. Apparendo in sogno all'ammalato che li invocava, gli amputarono la gamba cancerosa e la sostituirono con quella di un etiope morto da poco; il devoto al risveglio era guarito anche se con una gamba di colore. Gli increduli accorsero nel cimitero di San Pietro in Vincoli, aprirono la

bara e videro che il cadavere dell'etiope era senza una gamba. La suggestione della loro fama dette vita a vari imitatori. Durante il Medio Evo in Europa si veneravano almeno tre coppie di santi taumaturghi di nome Cosma e Damiano. Le confraternite sorte sotto il loro patronato non si contano. Ancor oggi sono Cosma e Damiano a sorreggere il blasone della Royal Society of Medicine.

Sull'opera medica di San Luca, terzo evangelista, concittadino di Cosma e Damiano, non si sa niente. C'è solo San Paolo, che in una lettera ai Colossesi, lo chiama "l'amato medico", ciò nonostante è il patrono più considerato dai medici. Conob-

be personalmente la Madonna e fu il primo a farle il ritratto per cui è divenuto patrono anche dei pittori.

Il meno popolare dei santi protettori dei medici è San Pantaleone, patrono di Ravello, che la tradizione agiografica definisce “amico fedele, protettore potente, medico della vita temporale ed eterna”. Era figlio di un senatore turco ricco e potente, ma alla politica preferì la medicina. L'imperatore Massimiano da lui guarito lo volle come medico personale poi, con scarsa gratitudine, lo fece decapitare perché si era convertito al cristianesimo. La conversione avvenne con la sua ultima guarigione: un bambino stava morendo per il morso di una vipera quando Pantaleone, impotente e dispe-

rato, invocò senza avvedersene il nome di Gesù Cristo e immediatamente il bimbo guarì. In attesa della decapitazione venne legato ad un ulivo secco che rinverdì subito dopo la sua morte. La reliquia col suo sangue fu conservata a Costantinopoli fino a quando due commercianti di Ravello lo portarono nella più sicura cattedrale della loro cittadina. Il sangue di San Pantaleone si liquefa ogni anno il 27 luglio, anniversario della morte, e resta fluido fino al giorno della festa di Santa Croce in settembre. Cosma e Damiano, che inventarono un medicamento denominato Opopira, sono patroni anche dei farmacisti. Nelle farmacie sono giunti l'impiastrato di San Pietro, l'antidoto di San Paolo, la pozione febbrifuga di Sant'Ambrogio, le pillole lassative di Santa Fosca. La paternità del santo era una garanzia e dava prestigio ai farmaci anche se non c'è nessuna prova che siano opera dei santi di cui portano il nome.

Basilio da Cesarea fu il primo santo che eresse un ospedale nella seconda metà del '300, ma, ponendo la prima pietra, negò che le malattie fossero di origine naturale e ribadì che venivano mandate da Dio come punizione dei peccati commessi. Per guarire, gli uomini dovevano solo pentirsi e pregare con la speranza che il perdono venisse loro concesso. Le guarigioni ribadì non avvenivano negli ospedali bensì nelle chiese e nei santuari. Checché avesse detto Ippocrate, il solo vero medico era il sacerdote e il solo guaritore il santo intercessore nell'alto dei cieli.

“

Pillole di romanesca saggezza

Regalà è mmorto, e Donato sta ppe'mori
E'mmejo d'affogasse a mmare granne
Li cani grossi fre de loro nun se mozzicheno
Poco e gnente j'è parente
Dove nun c'è er guadambio, la remissione è certa

F.S.

”

di Filippo Stazi

Quadri e Salute



Prima dell'iniezione, di Norman Rockwell, è un olio su tela utilizzato per la copertina del Saturday Evening Post del 15 marzo 1958.

Norman Percevel Rockwell nasce nel 1894 a New York, secondo figlio di un imprenditore con forte predisposizione per la pittura. Non ancora compiuti i 16 anni gli venne commissionato il primo lavoro: la creazione di quattro diversi temi natalizi per cartoline d'auguri e poco dopo ebbe inizio la collaborazione con alcune riviste giovanili, tra cui il Boys'life, l'organo ufficiale dei Boy Scouts americani, di cui diviene il direttore artistico a soli vent'anni.

Nel 1915 si trasferisce a New Rochelle (NY), dove apre uno studio con il vignettista Clyde Forsythe, che lavorava al The Saturday Evening Post. e grazie a questa amicizia il pittore propone al Post un dipinto, un bambino con una carrozzina, che divenne, nel maggio del 1916, la sua prima copertina. La prima delle 321 pubblicate nei 47 anni successivi.

Nel 1939 Rockwell trasloca ad Arlington, in Vermont, dove la sua opera si concentra sulla vita della piccola provincia americana, ancora lontana dalla violenza e dal sangue che ormai sconvolge invece l'Europa.

Durante la seconda guerra mondiale il suo lavoro diventa intriso di patriottismo. Prima con la serie di copertine dedicate al soldato Willie Gillis: undici immagini che descrivono la vita del tipico ragazzino americano, dal giorno dell'arruolamento, fino al ritorno a casa dalla guerra. Poi con la traduzione in immagini dello storico discorso delle Quattro Libertà col quale Roosevelt ricordò al Paese che esistono diritti universali per cui è giusto e doveroso combattere. Illustrazioni di grande impatto che vennero scelte per indurre gli americani ad acquistare le obbligazioni di guerra.

Nel 1953 Rockwell si stabilisce definitivamente a Stockbridge, nel Massachusetts e nel 1964 termina la lunga collaborazione con il Post e avvia una nuova esperienza lavorativa con la rivista Look. Nel 1973 per proteggere la sua eredità artistica fonda il Norman Rockwell Museum a Stockbridge. Nel 1977, l'artista riceve la Medaglia Presidenziale della Libertà, la più prestigiosa onorificenza civile degli Stati Uniti. Muore l'8 novembre 1978 per un enfisema polmonare. Nel 2000, il New York Times ha definito Rockwell "il più grande artista del secolo scorso" e la rivista

d'arte Apollo ha usato una sua immagine per la copertina di fine millennio.

Rockwell con le sue illustrazioni ha descritto per più di cinquant'anni sogni, speranze e ideali degli americani del ventesimo secolo, raffigurando meglio di chiunque altro i sentimenti nei quali gli americani si riconoscono anche nei momenti più duri. Indubbiamente molte sue scene, a dispetto del realismo esteriore, risultano insopportabilmente mielose, false come le fiabe, l'esatto contrario di quel che si chiede a un realismo autentico. Il senso delle sue copertine non era però il rappresentare la vita reale, bensì il raccontare lo spirito con cui gli americani volevano affrontarla.

Prima dell'iniezione è una tra le più umoristiche scene dipinte da Rockwell. Il dottor Campbell, amico di Rockwell e medico a Stockbridge sta per somministrare al piccolo paziente un'iniezione di penicillina per la cura degli streptococchi responsabili della comune tonsillite ma anche della sua terribile sequela reumatica. Sulla sinistra del dipinto vediamo il dottore, ritratto di spalle, che inietta il liquido all'interno della siringa, lasciando

la fialetta da cui lo ho aspirato sopra il mobiletto. Nel frattempo, sulla destra, il bambino si sta preparando esponendo la parte su cui il dottore dovrà intervenire. La rappresentazione del ragazzo mentre scruta con attenzione le credenzia-

li del dottore prima della puntura, indica l'ansia da parte del paziente. L'atteggiamento sbazzino del ragazzo e il disordine con cui sono riposti i vestiti contrastano con l'aspetto curato e ordinato dello studio e con la sua composta professio-

nalità. L'illustrazione si inserisce nell'ambito di una campagna a sostegno della diffusione della profilassi della febbre reumatica e l'immagine è preludio della conquista di un altro traguardo della medicina preventiva su scala mondiale.

“ Derek Walcott ci ha lasciati



Non conosciamo la causa che ha liberato la grande anima di Derek Walcott, il poeta di Santa Lucia del Caribe, il Nobel per la letteratura nel 1992. A 87 anni ogni accidente è possibile, anche un'ischemia del cuore, come quella che descrisse con grande suggestione medica molti anni fa nella poesia *The Fist*, il pugno:

“Il pugno stretto intorno al mio cuore/ si allenta un poco, e io respiro ansioso/ luce, ma già preme/ di nuovo. Quando mai non ho amato/ la pena d'amore? Ma questa si è spinta/ oltre l'amore fino alla mania. Questa/ ha la forte stretta del demente, questa/ si aggrappa alla cornice della non-ragione, prima/ di sprofondare urlando nell'abisso./ Tieni duro allora, cuore. Così almeno vivi.”

Ma forse quella era solo una pena d'amore giovanile del grande cantore, che per alcuni tratti odissei chiamavano l'Omero dei Caraibi.

E.P.

”

Lettere a Cuore e Salute

DOMANDA

Quale apparecchio per l'automisurazione della pressione?

Gentile Cuore e Salute, quale misuratore pressione digitale da braccio omron hem 7322u e m6 comfort it o microlife bp a150 afib screen è più preciso da comprare? Inoltre vorrei comprare anche pic classic stethomed misuratore meccanico da braccio con stetoscopio per ulteriori controlli (sono un tipo ansioso).

Mi è stata riscontrata una lieve ipertensione (140/90) e prescritto Triatec 5 mg (mezza al dì). Ho anche effettuato ecg da sforzo con esito dubbio per sopraslivellamento ST, ma una successiva scintigrafia miocardica da perfusione a riposo e dopo sforzo è risultata negativa. Cordiali saluti.

Salvatore M., Caserta

RISPOSTA

Gentile Sig. Salvatore, l'automisurazione della pressione arteriosa è una procedura altamente raccomandabile al fine di individuare tempestivamente l'insorgere dell'ipertensione, di controllarne il decorso e di seguire gli effetti della terapia.

La diffusione di apparecchi automatici di grande praticità ha notevolmente contribuito a migliorare il controllo della pressione arteriosa. In linea generale tutti gli apparecchi attualmente in commercio sono affidabili e forniscono risultati sufficientemente precisi. In merito ai due apparecchi da lei nominati posso dirle che personalmente adopero da molti anni con soddisfazione l'omron m6. Quanto all'afib screen, lo strumento fornisce automaticamente in sequenza tre misurazioni e poi la media dei valori ottenuti. Inoltre possiede un indicatore che segnala la fibrillazione atriale, qualora l'aritmia sia presente in tutte e tre le misurazioni; ma questa funzione, utile per chi soffre di fibrillazione atriale parossistica recidivante, può, altrimenti, essere eccessiva e confondente. Non vedo, sinceramente, l'utilità di dotarsi anche di uno sfigmomanometro che richieda l'auscultazione dei toni con lo stetoscopio, certamente problematico e, ansiogeno in chi sia per propria natura ansioso, come lei si dichiara.

Quanto poi al quadro clinico che lei molto schematicamente tratteggia mi pare che sotto il profilo del circolo coronarico possa stare tranquillo. Per quanto, infine, riguarda la sua pressione va tenuto conto che, all'automisurazione, si consiglia di mantenere valori di pressione sistolica (o massima che dir si voglia) al disotto di 135 e di diastolica (o minima) al disotto di 85. Poiché lei assume una dose minima di Triatec, sarà certamente facile

al suo medico curante potenziare la terapia in modo di raggiungere i valori sopra indicati.

Mi permetta di aggiungere che attenzioni eccessive al proprio stato di salute sono quasi altrettanto nocive della più completa trascuratezza. Una volta effettuati i debiti controlli e assunti i farmaci prescritti dovrebbe ricordarsi del suo corpo soltanto per impegnarsi in attività fisiche moderate ma frequenti e in qualcosa che l'appassioni e la diverta.

Vito Cagli



DOMANDA

Infezione HIV e coronaropatia

Gentile Cuore e Salute, scrivo dal Veneto e vorrei sapere se nel territorio nazionale si può trovare un cardiologo che abbia anche specifica competenza con problematiche e terapia HIV per paziente con concomitante coronaropatia. Il problema riguarda il sottoscritto essendo affetto da coronaropatia precoce (infarto nel 2009 a 47 anni, trattato con due stent), ed ora con questa nuova patologia da gestire, che per fortuna ha ormai un decorso proprio di una malattia cronica. Faccio un mestiere abbastanza esposto nel settore scolastico e mediatico, e un qualsiasi pettegolezzo circa il mio stato sarebbe per me una catastrofe, considerato lo stigma verso il tipo di patologia e le etichette conseguenti. Il cardiologo ospedaliero che mi ha più o meno seguito in questi anni è rimasto di sasso quando ha appreso la cosa, con commenti sul fatto che lui comunque "...ha un amico gay" (peraltro io non lo sono). Non giudico e cerco di comprendere. Quindi la mia richiesta è finalizzata anche alla ricerca di un cardiologo che comunque abbia a che fare serenamente con sieropositivi, considerati non come eccezione saltuaria e ansiogena. Mi scusino la prolissità e saluto cordialmente.

Mario R., Mestre

RISPOSTA

Caro Sig. Mario, rimango sorpreso della sua richiesta di un cardiologo con competenza di infezione HIV. Il problema non dovrebbe esistere perché un cardiopatico sieropositivo è un paziente come gli altri e va trattato nello stesso modo. L'infezione HIV è un problema che riguarda chi maneggia il sangue del malato durante prelievi, infusioni o interventi invasivi (coronarografia, applicazione di stent o intervento chirurgico) e che comunque conosce perfettamente i mezzi per cautelarsi. Non riguarda certamente il medico o lo specialista che lo segue in corsia o ambulatorialmente, per il quale la terapia e qualsiasi altra valutazione sono le stesse di chi non ha quell'infezione. Questa, come lei sa, è di competenza dell'infettivologo e dell'immunologo. Non è nemmeno un problema nell'ambito del suo lavoro di insegnante. Trovo strana la reazione del suo cardiologo, che mi pare tuttavia più una mancanza di tatto che di competenza. Per rispondere alla sua richiesta credo che in Italia sia difficile trovare un cardiologo impreparato, quindi non ha che l'imbarazzo della scelta, sulla base, si capisce, anche dell'umanità e dell'empatia di chi fa questo difficile mestiere. Con i migliori auguri e saluti.

Eligio Piccolo





di Antonio Pasquale Potena

L'Inquietante interrogativo

Sono forse io, Signore? Sono forse io, Signore? Sono forse io, Signore?...

L'inquietante interrogativo riecheggia sul sacro desco nel convento domenicano Santa Maria delle Grazie a Milano. Gesù e gli Apostoli stanno festeggiando la Pasqua "L'Ultima Cena-Eucarestia".

Gli Evangelisti ne narrano versioni diversificate. Delle quattro, sembra che Leonardo faccia riferimento a quella di Matteo, 26, 20-23:

"Venuta la sera Egli arrivò con i dodici. Mentre mangiavano disse *In verità vi dico: uno di voi mi tradirà*. Ed essi profondamente rattristati cominciarono ciascuno a domandargli: *sono forse io, Signore?*"

Non dissimile la versione di Marco, 14, 17-20:

"Venuta la sera Egli arrivò con i dodici. Ora mentre erano a tavola e man-



Santa Maria delle Grazie a Milano

giavano, Gesù disse *Uno di voi, colui che mangia con me, mi tradirà*. Cominciarono a rattristarsi e a dirsi l'un con l'altro: *sono forse io, Signore?*"

Siamo nell'anno 1495. Leonardo, "architetto, cortigiano, pittore, scenografo, genio creativo e dispersivo che osserva ed annota ogni cosa sui suoi taccuini, con la sua scrittura a specchio ribaltata per il suo mancinismo", è alla corte del duca Ludovico il Moro a Milano, inviato da Lorenzo il Magnifico, per eseguire un monumento equestre, bronzo, mai realizzato, al duca Francesco, capostipite della dinastia. La Milano rinascimentale, ove fervono i lavori di ristrutturazione del complesso conventuale di Santa Maria delle Grazie, poco distante dal castello. Il duca intende farne un grandioso mausoleo di famiglia. All'uopo affida al Bramante la costruzione di un maestoso coro nella chiesa, a Leonardo il compito di affrescare una parete, la meno illumina-



ta, del refettorio conventuale. Occasione unica. L'Ultima Cena-Eucarestia, il tema, forse suggerito dagli stessi domenicani. Come rappresentarla?

Lo dice lo stesso Leonardo nel suo *Trattato sulla Pittura*. "Lo bono pittore ha da dipingere due cose principali. Cioè l'omo e il concetto della mente sua. Il primo è facile, il secondo difficile perché s'ha a figurare con i gesti ed i movimenti delle membra, i moti dell'animo", come lui li chiama, rappresentati con la gestualità e gli atteggiamenti delle figure. Il linguaggio delle mani e dei corpi. È il momento culminante della cena. All'annuncio di Gesù, sorpresa, incredulità, stupore, smarrimento. Tanti gli stati d'animo, tanti gli at-

teggiamenti reattivi.

L'impulsività di Bartolomeo, con il corpo proteso in avanti e le mani poggiate sulla tavola, sembra chiedere spiegazioni.

Lo smarrimento di Giacomo Minore, una mano sul braccio di Andrea e l'altra sulla spalla di Pietro.

La pacatezza di Andrea, le mani alzate con le palme in avanti a fugare ogni dubbio.

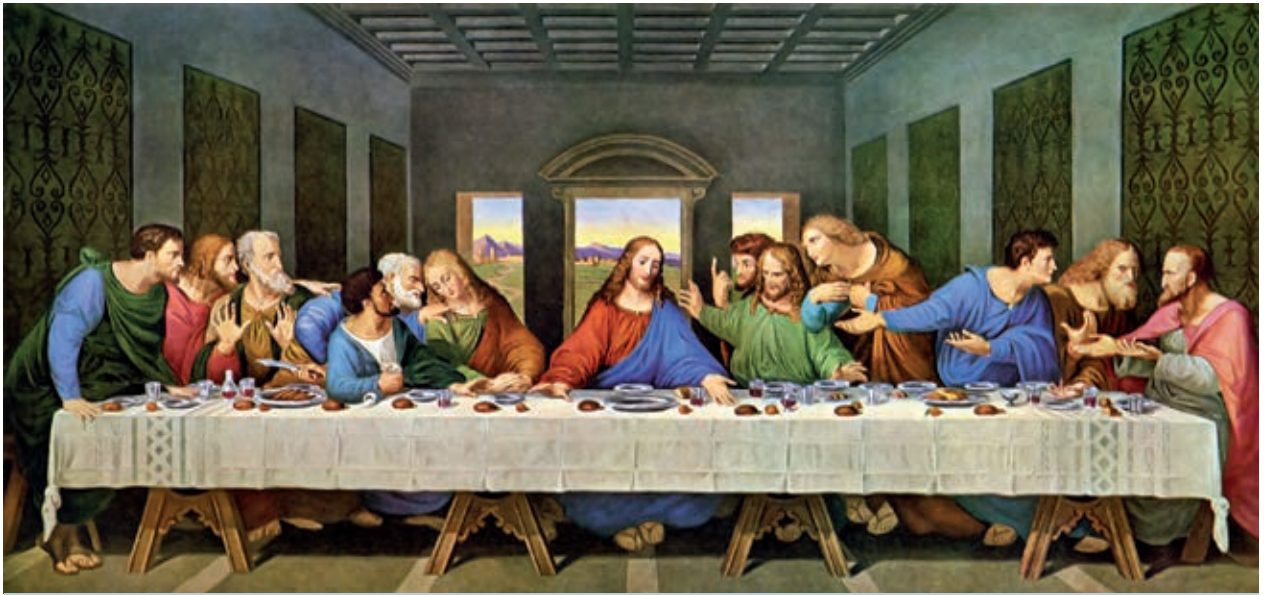
La serenità di Giovanni con le mani intrecciate.

L'iracondia di Pietro che, con il coltello nella mano destra, reagisce con rabbia alle parole del Maestro.

L'isolamento di Giuda che, in atteggiamento scostante, stringe la borsa dei denari con la mano destra.

L'innocenza di Giacomo, le braccia allargate a significare che non ha nulla da nascondere.

L'incredulità di Tommaso, il dito alzato rappresenta il dubbio verso gli altri.



L'Ultima cena

La costernazione di Filippo espressa dalla posizione eretta e le mani sul petto.

L'angoscia di Matteo che tende le mani verso Gesù e si rivolge a Simone e Taddeo.

Lo sbigottimento di Simone con una mano poggiata sul tavolo e l'altra sul petto.

La meraviglia di Taddeo con le mani aperte verso l'alto.

Un dinamismo figurativo e gestuale straordinario. Un'assonanza di toni drammatica.

Un'innovazione geniale. Un'opera sublime. E Gesù?

Illuminato dalla luce della finestra centrale, a mo' di aureola, indossa il mantello celeste e la tunica rossa, i colori che simboleggiano la sua duplice natura, divina ed umana. La testa leggermente reclinata, non coinvolto dalla tempesta emozionale che lo circonda, sembra assente. Allunga le braccia sulla tavola, con le mani in pose di-

scordanti, gesto non usuale, di non facile ed univoca interpretazione. La destra che sporge dalla tunica rossa, la natura terrena, col palmo rivolto verso il basso, sembra benedicente, la sinistra che continua il manto celeste, la natura divina, è rivolta verso l'alto come a dire: ecco il mio Corpo, ecco il mio Sangue. È il Gesù conscio di essere all'inizio del suo ultimo atto terreno. Il Cammino alla croce. Il cammino al consummatum est. (Giov. 19, 29-30.)

“

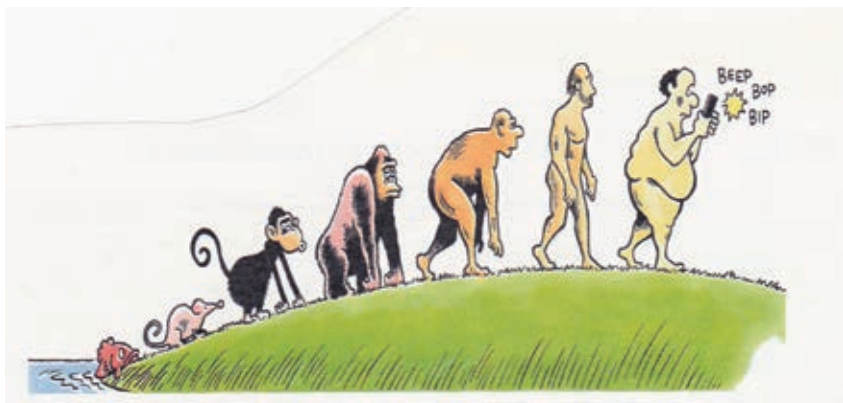
Il topo di città e il topo di campagna

Con il racconto immaginario dei due roditori Esopo ci insegnava a scuola che era meglio accontentarsi delle parche abitudini nella serena campagna che delle ricche ma insidiose mense di città. Non sappiamo come oggi se la cavino le sozze pantegane dei rii veneziani rispetto ai ruspanti sorci campagnoli, ma sappiamo che trasferendo il problema all'uomo, così come intendeva la parafrasi del favolista greco, i rapporti forse sono cambiati. Queste almeno sono le conclusioni alle quali ci portano i ricercatori nordamericani, che hanno valutato con un'indagine in molti degli stati che compongono gli USA l'incidenza di mortalità, prima degli 80 anni, fra i 46 milioni di persone che nel 2014 vivevano nel contado (15%) e l'altro 85% che viveva in città. L'analisi ci informa prima di tutto quali sono le malattie più frequenti da quelle parti, sostanzialmente le stesse che incidono dalle nostre, ossia le cardiache, il cancro, gli

incidenti non intenzionali, le malattie respiratorie croniche e l'ictus. Questi epidemiologi poi si sono anche preoccupati di precisare che l'incidenza di povertà, possibile fattore aggravante, non era molto diversa fra gli abitanti non metropolitani (campagna) e i metropolitani (città): 18% e 15% rispettivamente. Mentre, ecco il dato principale, la

mortalità per cardiopatie, per incidenti non voluti e per malattie respiratorie croniche gravavano molto di più nel contado (42.6%, 57.5% e 54.3% rispettivamente) che in città (27.8%, 39.2% e 30.9% rispettivamente). Anche il cancro e l'ictus mostravano questa differenza fra i due compartimenti.

Nel cercare di dare una spiegazione al diverso destino fra quelle due entità sociali, che non solo sconfessava lo scrittore della Grecia illuminata, accolto nei secoli come un filosofo di vita, ma, modestamente, anche il nostro Adriano Celentano con il *Ragazzo della via Gluck*; gli autori la riferiscono alle minori risorse socio-economiche e alla peggiore assistenza sanitaria dei non metropolitani rispetto ai cittadini. Considerazioni che sono certamente giustificate in quell'immenso paese (31 volte l'Italia), dove le distanze devono essere spesso coperte con l'aereo, ma per nulla trasferibili a quelle nostre, dove i medici di base si raggiungono a piedi e gli ospedali entro 15-30 minuti di automobile. Inoltre quegli stessi analisti del "National Vital Statistics System" hanno anche cercato altre spiegazioni basate sulla differente alimentazione e attività fisica nelle loro due realtà, che a noi tuttavia paiono difficilmente quantificabili in quella nazione dove le taglie XXXL sono spesso strette e la dieta mediterranea viene vista come una specie di Ramadan. O forse i nordamericani hanno preso alla lettera la dieta del topo campagnolo, riferita da Esopo a base di lardo e fagioli, ossia ricca dei dannosi acidi grassi saturi, diversa da quella del topo di città a base di dolci e marmellata.



E. P.

”

Il riciclo degli joni

Il professore di biochimica era un signore distinto, verso i sessanta, di sobria eleganza, in cui si notava la camicia sempre beige e la cravatta in tono. Amava la sua materia, ma, a differenza di altri colleghi e di qualche giovane collaboratore, cercava di rendere la sua materia meno immanente spaziando verso altre discipline scientifiche e anche nella filosofia. Quando egli rientrò in aula, dopo le vacanze di fine anno, per riprendere la lezione sulla jonologia che aveva lasciato a metà, guardò gli studenti con un mezzo sorriso per la facezia che gli veniva irresistibile, e iniziò: “cari ragazzi, con gli joni ci eravamo lasciati e con gli joni riprendiamo”. E, dopo la risata collettiva, continuò: “scusate la battuta, forse un po’ sconveniente, che però non vuole essere irrispettosa del tema, che secondo me è più importante di altri, bensì



Demetrio Sodi Pallares

alla curiosità che si è venuta verificando negli anni sullo scambio di quegli importanti elementi fra intestino e sangue, e fra questo e le cellule in attività. E, come avrete notato da certe propagande spicchiole della TV e dei giornali, gli joni sodio, potassio e magnesio sono già entrati anche nell'immaginario collettivo come integratori essenziali della prestanza fisica, del controllo della pressione arteriosa e nella prevenzione delle aritmie. Tutto vero senza dubbio se non vogliamo essere scientificamente troppo severi, ma il tutto deve essere però opportunamente integrato con la conoscenza del loro meccanismo d'azione, di come si è arrivati a certe attuali gestioni di farmaci da banco, della loro effettiva utilità e dei limiti nell'abuso o nella carenza di queste sostanze." Quindi il professore riprese la dissertazione didattica e noi riprendiamo la storia di questo suggestivo capitolo sul ruolo degli joni in medicina. Sembra che i primi consigli di usare il potassio per ridurre

la pressione siano stati pubblicati già nel 1920, ma si dovranno aspettare gli studi più accurati del francese Laborit e del messicano Sodi Pallares degli anni '50 e '60 per iniziare quel percorso che porterà ad alcune conclusioni interessanti e terapeuticamente utili. Il francese era un biologo e anche filosofo, che rimaneva ancorato solo ai principi della tematica, mentre il cardiologo messicano sperimentava sul campo le proprie convinzioni e, osservando con alcuni clinici europei che una dieta sciapa di sale (sodio) migliorava lo scompenso cardiaco, la propose associata ai cibi ricchi di potassio e, successivamente, alle fleboclisi di soluzioni zuc-



Umberto Veronesi

cherate, integrate con insulina e cloruro di potassio. Le definì soluzioni polarizzanti perché secondo certe estrapolazioni di elettrofisiologia avrebbero avuto la capacità di migliorare lo scambio jonico del sodio e del potassio nelle cellule del cuore e anche di altri organi. In fondo gli esperimenti di base informavano che gli joni, elementi chimici carichi di elettricità, si giocavano la vita delle cellule nello scambio da dentro a fuori le stesse. Quelle infusioni in vena ebbero in effetti una grande diffusione anche dopo l'invenzione dei diuretici che eliminavano in modo rapido l'eccesso di sale delle nostre diete, con alcuni di loro capaci perfino di



risparmiare un'eccessiva perdita di potassio. Evidentemente, come è stato dimostrato in molte ricerche successive, quel cocktail concepito su basi prevalentemente teoriche un qualche aiuto effettivamente lo dava alle cellule malate, specie quelle del cuore colpito da infarto. Oggi a distanza di oltre mezzo secolo da quei pionieri e dopo ripetute valutazioni cliniche molto accurate siamo in grado di enunciare alcuni precisi consigli terapeutici, nei quali più che la scoperta possiamo vedere la conferma di altre sagge

conclusioni dietetiche. L'ultimo consiglio ci arriva da una meta-analisi di ben 22 studi del CHEP (Canadian Hypertension Education Program), secondo la quale la somministrazione di un supplemento di potassio agli ipertesi riduce loro la pressione, specie la sistolica. Naturalmente in aggiunta di quanto si ottiene eliminando il sodio con dieta e diuretici, nonché con i farmaci antiipertensivi. Ma non è tutto, poiché come hanno finalmente appreso gli studiosi delle abitudini mediterranee, è spesso sufficiente una dieta ricca di

potassio e magnesio, ma povera di sodio per ottenere una riduzione della pressione di oltre 5 mm nella colonna di mercurio. La dieta prende appunto il nome di mediterranea e ricordiamo, con il vegetariano Umberto Veronesi scomparso a 90 anni, che quella dieta si compone soprattutto di frutta e verdura, in particolare banane, albicocche, uva, fagioli, pomodori, spinaci, broccoli, pesce, arachidi, mandorle, agrumi, patate, asparagi, fichi, carciofi, ecc.. E che a differenza del potassio iniettato con le fleboclisi non necessita del controllo della funzione renale.

Qualcuno a questo punto, a proposito della conclusione mediterranea, ci dirà che ripetiamo sempre le stesse cose, ma, come diceva Voltaire, "sono le cose ad essere sempre le stesse" e, se fosse vissuto oggi, avrebbe anche aggiunto che siamo noi sempre gli stessi incalliti nelle abitudini sbagliate.

LA VIGNETTA DI CIP



di Giovanni Ciprotti

**TIZIANO RENZI INDAGATO
PER TRAFFICO DI INFLUENZE**



**OGGI PIU' CHE MAI E'
IMPORTANTE VACCINARSI**



G. 10/3/2017

di Bruno Domenichelli

La freccia del tempo

A Orvieto vediamo la freccia del tempo invertire il suo corso sotto i nostri occhi. La freccia inesorabile del tempo, che procede dalla nascita alla morte, questa parabola che costituisce il primo parametro del nostro immaginario esistenziale, la vediamo miracolosamente invertire il suo verso sulle pareti della cappella di san Brizio, nella cattedrale di Orvieto. Negli affreschi della “Resurrezione della carne”, Luca Signorelli alimenta la speranza di immortalità che segretamente abita nella nostra anima e la riveste di suggestioni di possibile realtà. Vediamo alcuni scheletri emergere a poco a poco dalla superficie gelata dell’infinito del tempo, ricoprendosi ognuno della propria carne, per mostrare alla nostra incredulità la loro letizia di “risorti”.

Inutilmente le leggi dell’entropia, che condizionano la logica della nostra mente, cercano di limitare le nostre segrete illusioni di immortalità, pretendendo il rispetto della loro presunta immodificabilità. Il realismo e



Luca Signorelli. *Resurrezione della carne*.
Cappella di San Brizio, Cattedrale di Orvieto, (1499 -1504)

Negli affreschi della “Resurrezione della carne”, Luca Signorelli alimenta la speranza di immortalità che segretamente abita nella nostra anima e la riveste di suggestioni di possibile realtà.

la suggestione delle immagini di Signorelli ci trascinano in una fascinazione di plausibilità.

Il processo di “incarnazione” degli scheletri emergenti dalla morte fisica è graduale: dai primi faticosi tentativi di sollevarsi sui gomiti, fino all’abbraccio di ritrovata fratellanza di uomini vivi.

Il gusto del Rinascimento nell’esaltare la concretezza della carne dell’uomo, dopo secoli di gotica evanescenza corporea delle figure umane, prorompe qui in tutta la sua pienezza e ci coinvolge nel suo tentativo di conciliare l’oltre col tempo della realtà. Prima ancora di Michelangelo, Signorelli sacralizza la dignità del corpo nudo dell’uomo, come dimora e rappresentazione visiva della sua spiritualità.

Alcune delle figure umane reincarnate hanno gli occhi rivolti verso l’alto, come per un ringraziamento a lungo trattenuto. Dopo questo sguardo, gli occhi dei risorti cercano quello dei fratelli, perché l’amore è tale solo se condiviso.

Se un giorno sentirai nell’anima la pesantezza della carne o la precarietà insostenibile dell’essere, entra nella cattedrale di Orvieto e cerca di lasciare alle tue spalle le leggi della fisica e l’involucro condizionante del quotidiano, dai quali è tanto difficile liberarci. Entra anche tu nella scena raffigurata da Signorelli e dialoga con i suoi personaggi che stanno recuperando la loro sacra corporeità. Potranno insegnarti, almeno, a guardare



Luca Signorelli. *Resurrezione della carne*.
Cappella di San Brizio, Cattedrale di Orvieto, (1499 -1504). Particolare

Alcuni scheletri emergono a poco a poco dalla superficie gelata dell’infinito del tempo, ricoprendosi ognuno della propria carne, per mostrare alla nostra incredulità la loro letizia di “risorti”.

verso l’alto. Insieme a loro potrai valicare, sia pur per qualche istante, i confini dell’eternità. Potranno forse suggerire alle nostre menti, condizionate da leggi naturali ritenute inva-

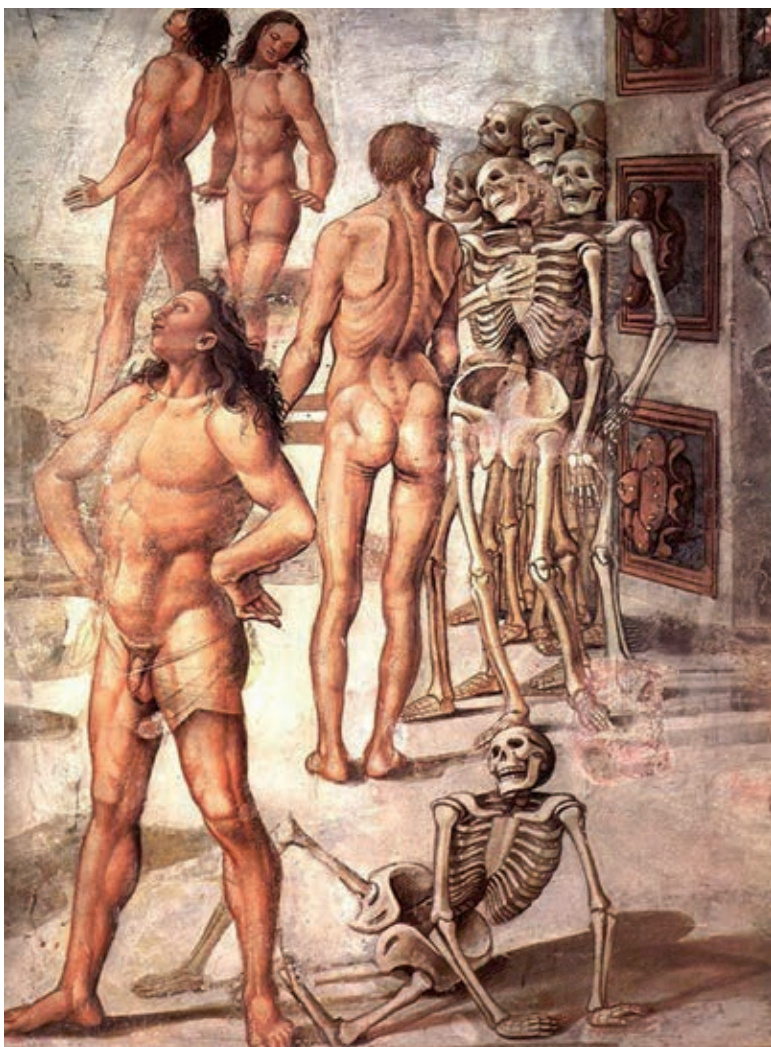
licabili, l'esistenza di dimensioni inesplorate dove alleggerire il peso di anime talora disperate.

La tua anima potrà forse allora cantare con loro canti di felicità. Confonditi con quei corpi, dialogando sul possibile senso di "rinnovare" ogni giorno al nuovo. Di fronte a noi si snoda il miracolo

lo insperato dell'inversione antitropica del senso della freccia del tempo, appiglio di salvezza di un'anima altrimenti dolente per la sua finitezza.

Compensazioni di nostalgie di immortalità. Esorcismi forse del pensiero, analoghi alle "cicche speranze" accese illusoriamente nel Mito da Prometeo nell'anima dell'uomo, ma che possono suggestivamente alimentare illuminazioni istantanee di eterno, perché capaci di distogliere dal pensiero incombente della morte. Dono forse più importante di quello prometeico del fuoco, che pure, nel lungo corso della storia ha protetto infinite volte la sopravvivenza del corpo negli ambienti ostili. Anche la Fede, talora, tende le sue mani all'ecologia della nostra mente, accompagnandoci nei momenti della disperazione.

Attraverso le sue figure, con la suggestione della grande arte, Signorelli ci fa baluginare l'esistenza del trascendente nello scenario immanente della natura, offrendoci, mediante un personale racconto della storia sacra, un'epifania di immortalità che apre spiragli di riflessione nel panorama sempre più arido in cui è costretta, oggi, la nostra ecologia dell'anima.



Luca Signorelli. *Resurrezione della carne*.

Cappella di San Brizio, Cattedrale di Orvieto, (1499 -1504). Particolare

Alcune delle figure umane reincarnate hanno gli occhi rivolti verso l'alto, come per un ringraziamento a lungo trattenuto. Dopo questo sguardo, gli occhi dei risorti cercano quello dei fratelli, perché l'amore è tale solo se condiviso. Attraverso le sue figure, Signorelli ci fa baluginare l'esistenza del trascendente, offrendoci un'epifania di immortalità che apre spiragli di riflessione nel panorama sempre più arido in cui è costretta, oggi, la nostra ecologia dell'anima.

“

ANEDDOTI ROMANI

Se ci vedessero da vicino!

La Basilica di San Pietro è sovrastata da una balaustra abbellita da gigantesche statue, alte anche quasi 6 metri, opera degli allievi del Bernini che raffigurano Gesù, Giovanni Battista e undici dei dodici apostoli (manca San Pietro cui è dedicato l'intero complesso).



Viste dalla piazza sottostante queste statue sembrano di grandezza naturale e rifinite con cura ma se uno si prende la briga di salire i 142 gradini della scala a chiocciola che conduce alla sommità della basilica scopre che invece questi massi enormi sembrano più scogli informi che opere intagliate dallo scalpello.

Si racconta che Prospero Lorenzo Lambertini, eletto Papa nel 1740 col nome di Benedetto XIV, un giorno, mentre passeggiava sul sagrato della basilica, abbia confidato al suo seguito: “Noi siamo come quelle statue lassù, da lontano sembrano belle e magnifiche, da vicino sono si brutte...!”

F.S.

”



di Lino Beber

La riforma sanitaria secondo Galep, il creatore di Tex

Aurelio Galleppini, noto con lo pseudonimo di Galep, nato a Casale di Pari (Grosseto) il 28 agosto 1917 e deceduto a Chiavari (Genova) il 10 marzo 1994, è stato il celebre disegnatore del personaggio di Tex Willer. Fin da bambino era appassionato del disegno, in particolare dei cavalli. Iniziò la sua attività collaborando a produzioni animate per il mercato tedesco. Il suo primo lavoro in ambito fumettistico fu pubblicato nel 1936



Galep nella realizzazione del murale. Foto fornita dal signor Saverio Fedrizzi.



sulla rivista *Mondo Fanciullo*. Passò poi alla Arnoldo Mondadori Editore per la quale disegnò due storie scritte da Federico Pedrocchi: *Pino il Mozzo* e *La perla del mar d'Oman*. Nel 1940 si trasferì a Firenze iniziando a collaborare con *L'Avventuroso* della Casa Editrice Nerbini per cui realizzò diverse storie occupandosi in alcuni casi anche della sceneggiatura (*La leggenda dei Rugi*, *La conquista dell'Atlantico*, *I conquistatori di oceani*).

Interruppe per alcuni anni l'attività dedicandosi alla pittura, per poi riprenderla nel 1947, quando iniziò a collaborare con gli *Albi dell'Intrepido* della Casa Editrice Universo. Realizzò contemporaneamente anche

le illustrazioni per alcuni classici della letteratura: *I Tre Moschettieri*, *La maschera di ferro*, *Le Mille e una Notte*, *Le avventure del barone di Münchhausen* e *I Promessi Sposi*. Sempre nello stesso anno tornò alla Casa Editrice Nerbini per disegnare una versione a fumetti del *Pinocchio* di Carlo Collodi. Nel 1948 fu chiamato da Tea Bonelli, delle Edizioni Audace (la casa editrice che in seguito diverrà la Sergio Bonelli Editore), per realizzare due nuovi personaggi creati da suo marito Gian Luigi Bonelli: *Occhio Cupo* e *Tex Willer*. Mentre il primo fu rapidamente dimenticato dai lettori sparendo dalle edicole dopo appena 6 uscite, il secondo gli regalerà la con-

sacrazione definitiva e consentirà a Galep di esprimere il meglio di sé attraverso un disegno dinamicissimo ed estremamente accurato. A proposito delle fattezze del viso di Tex, Galep sembra che si ispirò inizialmente a quelle dell'attore Gary Cooper, per poi prendere a modello se stesso. Negli anni successivi Galep venne affiancato sulle pagine di Tex da altri disegnatori come Guglielmo Letteri, Giovanni Ticci ed Erio Nicolò, che dedicheranno tutta la loro vita artistica al personaggio. Negli anni cinquanta realizzò le copertine della serie *Le Avventure del West* sempre per le Edizioni Audace. Nel 1989, incaricato dalla casa editrice, disegnò le tavole e la co-

pertina destinate al terzo albo speciale di Tex, *Il segno del serpente*, pubblicato nell'estate del 1990.

Galleppini ha realizzato moltissime storie di Tex, parecchie delle quali ormai considerate dei classici, e dato un volto non solo al protagonista, ma anche a quasi tutti i principali comprimari. Nel luglio del 1985 Galep era in ferie a Levico Terme e una domenica mattina, lamentando mal di denti, si recò a Pergine Valsugana nello studio dentistico del dottor Luciano Beber, l'unico dentista che ha sem-

pre lavorato anche la domenica mattina.

Da quell'incontro nacque l'idea di realizzare un murale sulla facciata della casa, che si trova in via dei Graberi, subito prima del passaggio a livello della ferrovia e il tema proposto da mio cugino fu una parodia della Riforma Sanitaria.

Nel murale si vedono al centro di una struttura sostenuta da colonne tre ministri della sanità: il socialista Luigi Mariotti (1912-2004), la democristiana Tina Anselmi (1927-2016) e il liberale Renato Altissimo (1940-

2015) che stanno ballando e con delle lunghe piume fanno il solletico a Giuseppe Zamberletti (1933) ministro della protezione civile e ad Arsenio Lupin, principe dei ladri e quindi, secondo il dentista Beber, protettore dei dentisti. Dalla finestrella in alto a destra osserva divertito la scena lo stesso dentista Luciano Beber e in basso a sinistra c'è la scritta: "Se Lupin Arsenio tiene e non molla Zamberletti a quei tre non ci (sic!) conviene l'insistenza nei dispetti". A destra in basso la firma Galep 31 luglio 1985.

La *Fondazione* ringrazia per i contributi inviati a sostegno della ricerca cardiologica:

- *in ricordo di Celestina Colnaghi:*
i dipendenti IPA, Industria Porcellane SpA, Usmate Velate (MB)

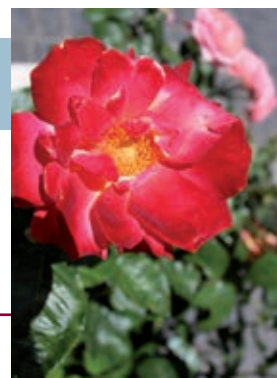


Foto di Giorgia Magnoni

“

Il fu Umberto Renzi di Torino

Sembravano quasi un monumento quei chioschi, tutti uguali, costruiti con ferro o con un impasto color ardesia, simile a quello delle paratie a difesa dei percorsi ferroviari, ubicati in punti strategici delle nostre città ai tempi del Duce, a beneficio degli uomini per i loro bisogni più leggeri.

Le signore venivano tacitamente ignorate, sia perché la loro soluzione complicava l'architettura della riservatezza e sia perché fisiologicamente i medici sostenevano che esse erano avvantaggiate da ritenzioni più lunghe. E poi a quel tempo le donne, come dicevano in Toscana, erano atte a casa. Li chiamavano “vespasiani” ad esaltazione, in quel periodo celebrativo, dell'iniziativa che ebbe proprio l'imperatore Tito Flavio Vespasiano nel primo secolo d.C.

A guerra finita e perduta, si abatterono i busti dalla mascella prominente, i littori ed altri simulacri del regime, e in pochi anni assistemmo anche alla demolizione di quelle costruzioni, quasi ne fossero una rimembranza acerba. I motivi di quella decisione nazionale non furono mai ben capiti, anche perché nel frattempo la ricerca medica andava dimostrando che l'uomo viveva più a lungo e più numerosi erano gli anziani con la necessità di evitare lo schizzetto nei pantaloni. L'uomo, si sa, si adatta facilmente ai disagi e senza perdersi d'animo ha cercato di non rimanere esposto per troppe ore allo sbaraglio vescicale, ha localizzato come i gatti l'ubicazione della toilette laddove si recava, oppure è ricorso al caffè nei bar più vicini. Anche perché egli un

po' si vergogna di quel decadimento senile, come ci mostra lo sketch pubblicitario di un farmaco che allenterebbe la castagna prostatica, nel quale un marito si alza la notte e cerca un pretesto per sviare la moglie preoccupata, la quale invece ha capito tutto e corre in farmacia. Benedetti furono quei chioschi, costruiti in serie a Torino dalla ditta Umberto Renzi, e più benedetti sarebbero oggi nuovi presidi, meglio organizzati a soccorrere signori e signore, non solo a causa della prostata, ma anche degli sfinteri che non reggono più bene, delle cistiti così frequenti, dei malati affetti da diabete insipido o di quelli che devono bere molto, ma soprattutto dei molti cardiopatici e ipertesi in trattamento con diuretici. Poi verrebbero anche in aiuto agli extracomunitari, senza fissa dimora, costretti a cercarsi un angolino o un albero, come i cani. Recentemente ci è giunta notizia della confezione di uno spray nasale, a base di un ormone ipofisario già noto, che ridurrebbe la frequenza delle minzioni; peccato che i suoi effetti secondari rischino il “pezo el tacòn del buso” (la toppa peggio del buco). Non ci resta quindi che sperare in un nuovo Renzi (absit injuria verbis) capace di risolvere anche questo problema, di minima se vogliamo, ma di massimo impatto con la quotidianità.



E.P.

”

“ And the winner is... Italy!!!

L'Italia è prima nella classifica stilata annualmente dal Bloomberg Global Health Index secondo un indicatore che tiene conto di una serie di fattori quali durata media della vita, nutrizione, salute mentale e fattori di rischio come tabagismo o pressione sanguigna. Il nostro Paese grazie al punteggio di 93,11 su 100 è risultato infatti quello con la miglior salute del pianeta. La penisola è prima in classifica non solo per l'aspettativa di vita alla nascita (un neonato italiano può aspettarsi di vivere oltre gli 80 anni) ma anche per la sua qualità. Tra i fattori su cui il nostro Paese eccelle c'è la dieta, ricca di verdure e di olio extravergine di oliva, che ha determinato molta parte dell'alta classifica italiana. Il nostro stile di vita ci permette di sopravvivere paesi ben più ricchi di noi come Stati Uniti (34° posto, penalizzati dall'eccessiva percentuale di soggetti sovrappeso) e Germania (sedicesima). La ricchezza comunque conta visto che tra le prime venti classificate dell'Indice di Bloomberg solo Cipro e Singapore non fanno parte del gruppo Ocse, quello che comprende le nazioni con le economie più sviluppate.

F. S.

Bloomberg 2017 Healthiest Country Index

Rank	Country	Health grade	Health score	Health risk penalties	Rank	Country	Health grade	Health score	Health risk penalties
1	Italy	93.11	97.44	-4.33	26	Belgium	80.96	86.03	-5.07
2	Iceland	91.21	96.20	-4.99	27	Slovenia	80.81	86.65	-5.83
3	Switzerland	90.75	94.96	-4.21	28	Denmark	80.36	85.02	-4.66
4	Singapore	90.23	94.11	-3.88	29	Chile	77.18	82.53	-5.35
5	Australia	89.24	93.88	-4.64	30	Czech Rep.	75.76	81.82	-6.06
6	Spain	89.19	94.14	-4.95	31	Cuba	74.23	79.13	-4.90
7	Japan	89.15	93.69	-4.54	32	Lebanon	74.03	79.55	-5.51
8	Sweden	88.92	93.78	-4.85	33	Costa Rica	73.14	77.16	-4.01
9	Israel	88.14	92.47	-4.33	34	U.S.	73.05	78.25	-5.21
10	Luxembourg	87.87	92.90	-5.03	35	Croatia	72.88	78.16	-5.28
11	Norway	86.81	91.61	-4.81	36	Qatar	71.78	77.33	-5.55
12	Austria	86.34	90.78	-4.44	37	Brunei	70.21	75.14	-4.92
13	Netherlands	85.83	89.94	-4.11	38	Estonia	69.24	75.67	-6.43
14	France	85.59	90.93	-5.34	39	Poland	68.92	75.34	-6.42
15	Finland	84.80	89.58	-4.78	40	Bahrain	68.73	74.20	-5.46
16	Germany	84.78	89.40	-4.62	41	Maldives	67.90	71.82	-3.92
17	Canada	84.57	89.53	-4.96	42	Bosnia & H.	67.83	72.91	-5.08
18	Cyprus	84.52	89.17	-4.65	43	U.A.E.	67.30	73.56	-6.26
19	New Zealand	84.48	89.95	-5.47	44	Macedonia	65.64	69.96	-4.32
20	Greece	84.28	88.17	-3.89	45	Uruguay	65.40	70.86	-5.45
21	Portugal	82.97	88.24	-5.27	46	Slovakia	65.10	70.54	-5.44
22	Ireland	82.52	88.53	-6.01	47	Barbados	64.14	68.55	-4.41
23	U.K.	82.28	87.21	-4.94	48	Oman	62.89	67.79	-4.90
24	S. Korea	82.06	87.67	-5.61	49	Panama	62.39	67.13	-4.73
25	Malta	81.27	86.42	-5.15	50	Albania	62.01	66.72	-4.71

Sources: World Health Organization, United Nations Population Division, World Bank

di Marina Andreani



Spaghetti pomodoro, capperi, acciughe e pangrattato

Ingredienti per 4 persone:

400 gr di spaghetti
1 cucchiaio di capperi sotto sale
3 cucchiai di olio extra vergine d'oliva
400 gr pomodori pelati a pezzetti (o pomodori pachino)
1 cucchiaio di origano tritato
2 spicchi d'aglio
50 gr di pangrattato
8 filetti di acciughe

Preparazione

Sbucciare gli spicchi d'aglio, schiacciarli leggermente e farli imbiondire in una padella nell'olio extravergine d'oliva, dopodiché eliminarli. Aggiungere i filetti di acciughe spezzettati e farli sciogliere a fuoco dolce, schiacciandoli con una forchetta. Unire i pomodori pelati a pezzetti e farli cuocere per 20 minuti a fuoco vivo, aggiungere l'origano e i capperi tritati e mescolare di tanto in tanto. Nel frattempo lessare gli spaghetti e scolarli al dente, quindi farli saltare nella padella per amalgamarli con il composto spolverandoli in ultimo con il pane grattugiato.

Buon Appetito!

aforismi

Nella vita come in tram, quando ti siedi è il capolinea.

> *Camillo Sbarbaro*

La vecchiaia è una catastrofe estetica, virile, creativa, temperamentale e, considerando l'egoismo dei vecchi, pure affettiva.

> *Pier Luigi Prati*

Il sonno è di destra, il sogno di sinistra. Votate per una lucida insonnia.

> *Gesualdo Bufalino*

Quando hai ottant'anni hai probabilmente imparato tutto nella vita. Il problema è ricordarlo.

> *George Burns*

I filosofi, come i cani, vanno sempre con chi dà loro da mangiare.

> *Castruccio Castracani*

Promettiamo secondo le nostre speranze e manteniamo secondo i nostri timori.

> *Francois La Rochefoucauld*

Ci sono molti uomini che leggono per non dover pensare.

> *Georg Christoph Lichtenberg*

Non si può essere reazionari perché non c'è dove tornare; non si può essere progressisti perché non c'è dove andare.

> *Manlio Sgalambro*

Il nichilismo l'abbiamo già alle spalle, di fronte abbiamo il nulla.

> *Sergio Quinzio*

Si tradisce più spesso per debolezza che per deliberato disegno di tradire.

> *Francois La Rochefoucauld*

Non lo sopporto, non capisce quello che dico e mi dà ragione.

> *Franco Fontanini*

Amo molto parlare di me perché sono l'uomo che ho più sottomano.

> *Woody Allen*

Lo scetticismo è un buon cane da guardia, se sai quando levargli il guinzaglio.

> *Rex Stout*

Nobel prima inventò la dinamite, poi, col suo premio, fece esplodere tutte le ambizioni.

> *Giovanni Mosca*

Il mondo si divide in buoni e cattivi. I buoni dormono meglio, ma i cattivi, da svegli, si divertono di più.

> *Woody Allen*

Quando ti morde un lupo, pazienza. Quel che secca è quando ti morde una pecora.

> *Arthur Bloch*

Morire a me non piace per niente. Qualunque cosa accada, sarà l'ultima cosa che farò.

> *Roberto Benigni*

Io del giornale leggo i necrologi e il cinema. Se è morto qualcuno che conosco vado al funerale, se no, vado al cinema.

> *Walter Valdi*

Non fidarti degli altri: mentono meglio di te.

> *Ambrose Bierce*

Spesso la gelosia non è che un presentimento.

> *Roberto Gervaso*

Sostenete e diffondete **Cuore e Salute**

Cuore & Salute viene inviata gratuitamente agli iscritti al **Centro per la Lotta contro l'Infarto - Fondazione Onlus**.

- La quota minima annuale di iscrizione alla Fondazione in qualità di Aderente è di € 25.00.
- Con un contributo di € 30.00 gli Aderenti alla Fondazione, possono richiedere il volume degli Atti del *Congresso Conoscere e Curare il Cuore* o gli Atti online.
- Coloro che desiderano offrire **Cuore e Salute** ai loro amici, debbono fornire l'indirizzo del destinatario unitamente al versamento della quota d'iscrizione. Sarà cura della segreteria informare dell'avvenuto omaggio (*).



MODULO PER ISCRIVERSI ALLA FONDAZIONE O PER ISCRIVERE UN AMICO

DESIDERO: ISCRIVERMI RINNOVARE L'ISCRIZIONE ISCRIVERE UN AMICO AL
CENTRO PER LA LOTTA CONTRO L'INFARTO - FONDAZIONE ONLUS

COGNOME NOME.....

CODICE FISCALE

VIA.....CAP.....CITTÀ

PROV. NATO A..... IL.....

E-MAILCELL.....

(*) nominativo di chi offre Cuore & Salute

IL VERSAMENTO DELLA QUOTA DEVE ESSERE INTESTATO AL "CENTRO PER LA LOTTA CONTRO L'INFARTO - FONDAZIONE ONLUS" E PUÒ ESSERE INVIATO TRAMITE:

- VERSAMENTO SU C/C POSTALE N°64284003
- BONIFICO BANCARIO IBAN IT 56 Y 01005 03213 000000012506
C/O BANCA NAZIONALE DEL LAVORO - AG.13 - V.LE BRUNO BUOZZI 54, ROMA
- ASSEGNO NON TRASFERIBILE
- CARTA DI CREDITO CIRCUITO VISA (COMUNICANDO NUMERO E SCADENZA)
- ON-LINE CON **DONA ORA** DIRETTAMENTE DAL SITO **WWW.CENTROLOTTAINFARTO.IT**
- DIRETTAMENTE PRESSO LA NOSTRA SEDE

AI NOSTRI LETTORI

Il **Centro per la Lotta contro l'Infarto** è una **Fondazione Onlus**, pertanto ogni erogazione liberale costituisce onere detraibile fiscalmente da parte di chi effettua il versamento ai sensi dell'Art. 15 DPR 917/1986.

Tutela della Privacy: I suoi dati personali sono presenti nel database del Centro per la Lotta contro l'Infarto - Fondazione Onlus. Sono stati raccolti, gestiti manualmente ed elettronicamente con la massima riservatezza ai sensi del D.Lgs n. 196/2003 per informarla sulle attività della Fondazione, istituzionali e connesse, anche attraverso altri qualificati soggetti. In ogni momento lei potrà chiederne la modifica e l'eventuale cancellazione scrivendo al nostro responsabile dati: Centro per la Lotta contro l'Infarto Fondazione Onlus - Via Pontremoli, 26 - 00182 Roma.



Centro per la Lotta contro l'Infarto
Fondazione Onlus

Capire per prevenire

5X1000

LA NOSTRA RICERCA HA BISOGNO DEL TUO AIUTO!

Una scelta che fa bene al cuore

Scegli il CLI e, senza versare un euro in più di tasse, dai continuità alla prevenzione dell'infarto e alla ricerca scientifica contro le malattie cardiologiche.

COME DESTINARE IL TUO 5 X1000

Basta la tua firma e il codice fiscale 97020090581 del Centro per la Lotta contro l'Infarto - Fondazione Onlus. *(In caso di scelta firmare in UNA sola delle caselle)*

Firma per la prevenzione

oppure

Firma per la ricerca

SCELTA PER LA DESTINAZIONE DEL CINQUE PER MILLE DELL'IRPEF (in caso di scelta FIRMARE in UNO degli spazi sottostanti)

Sostegno del volontariato e delle altre organizzazioni non lucrative di utilità sociale, delle associazioni di promozione sociale e delle associazioni e fondazioni riconosciute che operano nei settori di cui all'art. 10, c. 1, lett a), del D.Lgs. n. 460 del 1997

FIRMA

Mario Rossi

Codice fiscale del beneficiario (eventuale)

97020090581

Finanziamento della ricerca scientifica e della università

FIRMA

Mario Rossi

Codice fiscale del beneficiario (eventuale)

97020090581

SEGUICI SU: www.centrolottainfarto.it



I giovani ricercatori premiati alla XXXIV edizione di CCC 2017