

Cuore e Salute

N. 7-8-9 luglio-agosto-settembre 2020

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

RACCOLTA
PACEMAKER

INDIFFERENZIATO

RACCOLTA CARTA

È l'epoca dei pacemaker riciclati?

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



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)

Segno 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

Maria 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



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 XXXVII 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. 7-8-9/2020

- 4 • **Il contagio al cinema** Filippo Stazi

- 6 • **Medicina e Società**
Latte e affini, dopo lo svezzamento
Eligio Piccolo

- 9 • **Lady Mary Montagu**
Protagonista nella lotta contro il vaiolo. Alberto Dolara

- 12 • **Pillole di saggia follia**
Epidemie: corsi e ricorsi della storia. Il monito europeista dell'arte Bruno Domenichelli

- 17 • *La poesia dell'Harrison [F.S.]*

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

- 19 • **Quante morti ha causato veramente il COVID-19?** Filippo Stazi

- Dal sito del CLI**
- 21 • **Ricerca delle placche "low attenuation" con Tac coronarica per prevenire l'infarto miocardico**
Francesco Prati
- 24 • **Anche per i pacemaker è arrivata l'epoca del riciclo?**
Camilla Cavallaro/Filippo Stazi
- 27 • **Ipertensione arteriosa e demenza: un motivo in più per tenere sotto controllo i valori pressori!**
Camilla Cavallaro/Giovambattista Desideri

- 31 • **Vignetta di Cip** Giovanni Ciprotti

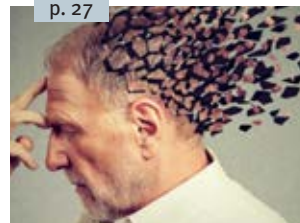
p. 6



p. 12



p. 27



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 XXXVIII
n. 7-8-9 Luglio-Agosto-Settembre
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

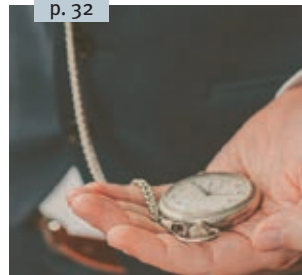
Direzione, Coordinamento Editoriale, Redazione di Cuore e Salute
Tel. 06.6570867
E-mail: cuoreesalute@centrolottainfarto.it

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



- 32 • **Gente allegra il ciel l'aiuta** Eligio Piccolo
- 34 • **Nonnità e vecchiaia** [Cecco Gambizzato]
- 35 • **Lettere a Cuore e Salute**
- Cosa ci lascerà la pandemia?, Eligio Piccolo
- Perché tanti medici scrivono?, Filippo Stazi
- 37 • **Quaderno a Quadretti** Franco Fontanini
- 41 • **'O ccafè suspiso** Salvatore Milito
- 43 • **Messico e nuvole** Eligio Piccolo
- 46 • **Bernard Le Bovier de Fontenelle e la pluralità dei mondi**
Paola Giovetti
- 51 • **Ecologia dello spirito. La fatica di vivere** [B.D.]
- 52 • **Quadri e Salute** Filippo Stazi
- 54 • **Le ondate di calore e le temperature estreme di Roma**
Aldo Di Giulio
- 58 • **Alonnyssos, un paradiso incontaminato** Franca Marani
- 61 • **Il cuore in cucina**
Insalata di farro Marina Andreani
- 62 • **Aforismi**

p. 32



p. 41



p. 58



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.



di Filippo Stazi

Il contagio al cinema

Al momento in cui sto scrivendo la fase peggiore dell'epidemia da COVID-19 sembra essere superata, non sappiamo, però, se stiamo vivendo solo una tregua o se altre fasi di recrudescenza della pandemia ci aspetteranno nei prossimi mesi. Ignoriamo anche quando e se potremo finalmente considerarci del tutto fuori dalla minaccia del virus. Quando questo succederà sono certo che fioriranno libri, film e serie TV sull'argomento e sono curioso di vedere come la storia verrà raccontata. Quello dei contagi, delle epidemie e delle malattie infettive, è un tema che la cinematografia ha già ampiamente affrontato nel corso del suo secolo di storia. Una recente ricerca del sito Internet Movie Database, limitata solo a film che hanno venduto almeno un milione di biglietti o che hanno incassato almeno 10 milioni di dollari o che hanno vinto almeno un premio cinematografico, segnala 80 pellicole in cui la presenza o la minaccia del contagio è parte integrante della storia. Cronologicamente si possono distinguere vari periodi caratterizzati dal diffe-



rente modo con cui il cinema ha trattato l'argomento. Fino agli anni '50 prevale la figura del medico eroe che, quasi da solo, combatte e vince contro il male (*La luce verde, Un popolo muore*). In un secondo momento, una volta cominciata l'avventura dei viaggi spaziali, prevale invece la paura delle malattie portate da microorganismi alieni (*Marte distruggerà la terra, Space Master X-7*). Ciò può forse oggi farci sorridere ma all'epoca il problema era veramente sentito, basti pensare che fino agli anni '70, al ritorno da ogni missione, gli astronauti dovevano osservare un periodo di quarantena di 3 settimane. In una terza fase, a partire dalla fine del sesto decennio dello scorso secolo e in parallelo con la nascita dei movimenti ecologisti, l'attenzione si concentra sui danni ambientali e compaiono rappresentazioni di devastazioni apocalittiche del pianeta (*L'ultimo uomo della terra, 1975: occhi bianchi sul pianeta terra*). Infine, nell'ultimo periodo, il centro della scena è occupato dalla comparsa dell'AIDS e delle sue terribili conseguenze (*Philadelphia, Che mi dici di Willy?*).

Alcuni temi sono però comuni



alla gran parte delle produzioni: la trasformazione dei contagiati in esseri non più umani (ad esempio zombie), temuta dai malati ancor più della morte (29 pellicole); l'origine umana (guerra biologica) delle pandemie (28 film); l'incapacità governativa a gestire l'emergenza o al contrario un eccesso di reazione, lesiva dei diritti individuali (20 titoli); la colpevolizzazione dell'altro e del diverso (19 volte); la sottolineatura di come le differenze sociali si mantengano anche davanti alla malattia, con le classi privilegiate avvantaggiate nell'accesso alle cure (18 produzioni) e, infine, il già citato eroismo del personale sanitario (16 occasioni).

Zombie a parte è molto probabile che una buona parte di

questi temi verrà ripresa dagli sceneggiatori che racconteranno la storia del COVID-19. L'inettitudine di alcuni governanti (basta pensare alla candeggina di Trump o all'immunità di gregge di Johnson), la colpevolizzazione dello straniero (il virus "cinese"), la dietrologia sull'origine del morbo (costruito in laboratorio e poi sfuggito al controllo umano), l'eroismo di medici e infermieri (il cui ricordo sembra purtroppo già scemare) hanno infatti caratterizzato anche quest'ultima epidemia.

Senza dubbio, però, l'immagine simbolo della pandemia, quella dei camion militari carichi di bare che abbandonano Bergamo, sarà inclusa in tutte le future produzioni sull'argomento.



di Eligio Piccolo

Latte e affini, dopo lo svezzamento

Da ragazzo, eravamo sul finire della seconda guerra mondiale, vidi passare le camionette e le jeep degli Alleati, bianchi, neri e olivastri, tutti giovali e in carne, diversi dai nostri soldati dell'Asse, magri e seriosi, in ritirata non più strategica. I nuovi invasori portavano con il sorriso dei vincitori la nuova musica di Glenn Miller e di Louis Armstrong, le sigarette bionde e i bicchieroni di latte. Non era la loro dieta, ma solo una bevanda, quasi come la coca cola, che accompagnava i succulenti cibi in scatola.

Da noi invece il latte, dopo lo svezzamento dei neonati, rimaneva la scodella del mattino nei più giovani o il macchiato del caffè e il cappuccino negli adulti. I medici lo consigliavano nell'ulcera gastro-duodenale, così come gli antiacidi, perché ancora non si conosceva l'*helicobacter pilori*. Inoltre noi, autarchici, eravamo consapevoli che il latte era un alimento a tutto tondo, ricco di grassi, di proteine e di zuccheri, da conteggiare nelle



Glenn Miller e Louis Armstrong

diete. Gli americani lo scopriranno quando in Corea i corpi dei loro giovanottoni mostreranno già i segni dell'arteriosclerosi nelle coronarie. Lo scopriranno ma non ne faranno tesoro perché oggi il loro New England Journal of Medicine (febbraio 2020) deve dedicarvi una lunga revisione dal titolo "Milk and Health", latte e salute. Noi invece siamo già a Cuore e Salute.

Essi, gli americani, cominciano valutando il contenuto di alimento totale con le sue calorie, ma anche del calcio, del potassio, dei fosfati e, in quello di mucca, anche degli estrogeni, che l'uomo, furbo, aveva somministrato alla bestia in vita per aumentarne il peso alla vendita. E a questo punto dobbiamo fare le dovute riflessioni :

1) Se il latte è un alimento va conteggiato non come una bevanda, ma per la sua quantità di grassi, proteine e zuccheri. Per accertarlo si sono fatti dei trial impegnativi quanto superflui onde confermarlo, precisando che solo lo yogurt, uno dei suoi derivati, è quasi privo di "sostanza" e può contribuire al dimagrimento nelle diete consigliate.

2) Il suo grasso, specie nei formaggi che lo contengono in proporzione maggiore, è un grasso animale, comprendente il famigerato LDL, quindi a seconda della quantità è implicato nelle coronarie e in altre arterie.

3) Il calcio, di cui il latte vaccino e i suoi derivati sono più ricchi, è all'ordine del giorno nei salotti, ma anche negli ambulatori, perché l'opinione comune ritiene che se ne ingeriamo poco le ossa diventerebbero fragili. Da cui tutta una serie di esami del sangue e radiologici per documentarlo e di farmaci per integrarlo, ma che purtroppo lasciano ancora in piedi quel congiuntivo poiché nessuno studio sull'alimentazione più o meno ricca di calcio e sulla calcemia alta o bassa,



nonché gli effetti delle terapie, hanno dimostrato con certezza che il femore, l'osso più esposto, si frattura con maggiore o minore frequenza. Nemmeno in Perù, dove si è trovato il più basso apporto di calcio nella dieta. Addirittura qualcuno vi ha trovato dei paradossi, ossia più fratture con calcio normale rispetto a chi lo aveva basso. Evidentemente, e lo pensa anche l'impiegato del catasto, c'è qualcosa che regola l'assorbimento intestinale del calcio e il successivo tasso nel sangue, che nemmeno gli esegeti del metabolismo più ostico hanno ancora completamente sviscerato.

- 4) Il potassio e i fosfati, nobili componenti del nostro organismo, particolarmente elevati nel latte di mucca e affini, non hanno rivelato particolari vantaggi nelle diete.
- 5) Gli estrogeni, che passano dal doping vaccino all'uomo, sono stati stigmatizzati anche dalla letteratura giornalistica condannandoli per gli effetti ormonali di cui non abbiamo assolutamente bisogno.
- 6) Infine, non lo dicono, ma ci sarebbe da considerare anche la lattasi, l'enzima indispensabile a digerire il lattosio, lo zucchero del latte, che interviene alla nascita e può sparire dopo lunga astinenza, determinando spiacevoli reazioni qualora lo si riassuma.

Alla fine della loro accurata messa a punto, gli autori Walter Willet e David Ludwig della Harvard Medical School di Boston mettono a confronto la mortalità di chi segue una dieta ricca di latte e latticini con quella di coloro che preferiscono le altre. Tale raffronto ha confermato ciò che da molti anni gli studiosi della dieta mediterranea vanno predicando inascoltati, ossia che gli amanti dei vegetali, della carne bianca e del pesce raggiungono il fine vita dopo coloro che preferiscono invece le uova o la carne rossa, peggio se lavorata.

“Molto rumore per nulla” verrebbe da concludere scomodando il sempre citato commediografo inglese, perché oramai non ci dovrebbero essere più scuse. Inutili peraltro già prima di quegli studi epidemiologici, attuati con tanta cura e dispendio per dimostrare il dimostrato dalle molte ricerche precedenti. Chissà che *repetita juvant*.

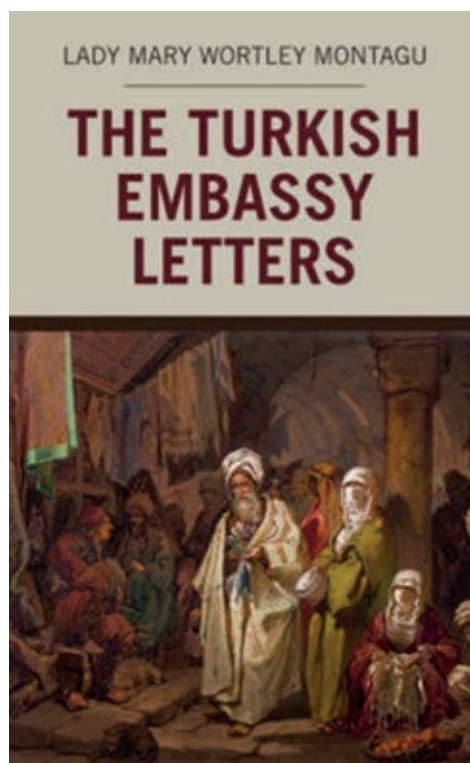


di **Alberto Dolara**

Lady Mary Montagu Protagonista nella lotta contro il vaiolo.

Le grandi scoperte entrano a far parte della storia del progresso umano quando è ormai certa la loro importanza e sono divenute di uso comune. Nello stesso modo sono ricordati i geniali individui che le hanno promosse. Molto spesso però sono precedute da tentativi effettuati da persone che rimangono in ombra. La storia della medicina è ricca di esempi e uno di questi è rappresentato da Lady Mary Wortley Montagu, che invece può essere definita una protagonista nel senso etimologico, da *proto*, primo e *agon* certame, lotta. Nel teatro greco protagonista era l'attore che faceva la prima parte della rappresentazione drammatica: Lady Mary lo è stata nella lotta contro il vaiolo.

Nata nel 1689 a Thoresby Hall, Inghilterra, da famiglia nobile, questa aristocratica inglese, con le sue iniziative, precede di molti anni l'introduzione della vaccinazione che porterà alla definitiva sconfitta della terribile malattia. Durante il diciottesimo secolo il vaiolo uccideva circa 400.000 europei ogni anno ed era responsabile di un terzo di tutti i casi di cecità. Di tutte le persone infettate morivano circa il 20-60% degli adulti e l'80%





Istanbul

dei bambini. Si ritiene che sia stata la causa di 300-500 milioni di decessi durante il ventesimo secolo. Ancora nel 1967, secondo i dati dell'OMS, 15 milioni di persone avevano contratto la malattia e di questi 2 milioni morirono.

Nel 1716 Lady Mary decide di seguire il marito nominato ambasciatore a Istanbul e portare con sé il figlio piccolo, una scelta rara e avventurosa a quel tempo. Studia la lingua e la letteratura ottomana; le sue osservazioni sugli usi e costumi orientali sono narrate nelle Turkish Embassy Letters, vivide descrizioni dei costumi orientali che hanno ispirato le successive scrittrici/viaggiatrici. Visita le *zenane*, zone del palazzo riservate alle donne, intrecciando amicizie e apprendendo i costumi turchi. Durante queste visite è testi-

mone diretta di una procedura nuova, una "*invention*" che chiama "*ingrafting*, innesto", denominata in seguito variolizzazione per distinguerla dalla vaccinazione. L'innesto aveva lo scopo di prevenire il vaiolo. Prima della diffusione in Europa era praticata da molti secoli nei Paesi orientali, in particolare in Cina ed India. Consisteva nel prelievo di materiale dalle pustole dei pazienti con forme lievi della malattia poi introdotto con una scarificazione nella cute di individui non affetti per promuoverne l'immunità. Vi era la possibilità che questo inducesse la malattia in forma grave, e che i soggetti così infettati la diffondessero, ma la percentuale dei decessi in seguito alla variolizzazione era decisamente inferiore a quello che avveniva durante le epidemie di vaiolo. Il fratello

di Lady Mary era morto di vaiolo, lei stessa era stata deturpata dalla malattia a circa 26 anni e quando era ancora ad Istanbul aveva fatto praticare la variolizzazione sul figlio da un chirurgo dell'ambasciata. In una delle sue lettere sottolinea la ferma intenzione, come patriota, di riportarla in Inghilterra: *The small-pox, so fatal, and so general amongst us, is here entirely harmless by the invention of ingrafting, which is the term they give it... There is a set of old women who make it their business to perform the operation every autumn... There is no example of any one that has died in it; and you may believe I am well satisfied of the safety of the experiment... I am patriot enough to take pains to bring this useful invention into fashion in England...*

Al ritorno in patria si prodiga

in favore della variolizzazione, ma incontra notevole resistenza da parte della classe medica inglese contraria ad una procedura proveniente dalla tradizione popolare di un Paese orientale. Nell'aprile 1721 un'epidemia di vaiolo colpì l'Inghilterra e lady Montagu fece variolizzare anche la figlia. Il suo esempio e la sua notorietà negli ambienti intellettuali della società inglese ebbero una notevole importanza e anche la famiglia reale britannica ne venne a conoscenza. Per precauzione fu comunque deciso di praticarla su "volontari", ovvero prigionieri ai quali fu promessa la libertà in caso di esito positivo della sperimentazione. I prigionieri si ammalarono lievemente, recuperarono in poche settimane e nel 1722 due principesse reali furono sottoposte alla variolizzazione. La pratica si diffuse in Inghilterra e nel mondo e risultò un fattore favorente la vaccinazione nel secolo successivo.

Quando Lady Montagu muore nel 1762, Edward Jenner ha solo dodici anni. Divenuto medico, naturalista ed osservatore acuto, nota che le mungitrici di mucche colpite da vaiolo svilupparono una forma ben-



igna di malattia che le rendeva immuni dalla forma mortale. Nel 1798 effettua la storica vaccinazione sul figlio del suo giardiniere: la inoculazione su entrambe le braccia con materiale prelevato da un caso di vaiolo umano effettuata dopo circa due mesi non ha alcun effetto. La notizia non desta molto interesse e nel 1801 invia alla Royal Society di Londra l'articolo *An Inquiry Into Causes and Effects of the Variolæ Vaccinæ* dove sono riportati 23 casi nei quali l'inoculazione del virus vaccinico aveva determinato un'immunizzazione contro il vaiolo umano. In questo documento, per la prima volta, è usato il termine virus che in latino significa veleno. L'articolo viene tradotto in tutte le lingue ed è deci-

sivo per la diffusione successiva della vaccinazione. In onore di Jenner fu proposto da Pasteur nel 1881 l'uso di questo termine per includere l'inoculazione preventiva di ogni specie di agente infettivo.

Dopo la massiccia campagna di vaccinazione del 19mo secolo l'ultimo caso di vaiolo è diagnosticato in Somalia nel 1977. La malattia è dichiarata sradicata nel 1979 da parte dell'OMS ed è l'unica malattia infettiva che scompare dalla scena mondiale. La sua definitiva sconfitta si accompagna a quella dei "no-vax" dell'epoca vittoriana che negli anni 1880-89 avevano costituito in Inghilterra la National Anti-Vaccination League per opporsi alla vaccinazione antivaiolosa resa obbligatoria per legge.



di Bruno Domenichelli

Epidemie: corsi e ricorsi della storia. Il monito europeista dell'Arte

Guerra civile spagnola. Nel sollecitare il bombardamento della cittadina di Guernica, il generalissimo Franco si era arrogato la missione di “difensore della civiltà occidentale”. La tragica vicenda di Guernica, immortalata da Picasso, non è solo uno specifico episodio storico, ma la metafora fuori del tempo della sofferenza dell'Uomo indotta dalla malvagità e dalla tragica aggressività dei suoi simili.

Le immagini strazianti di Picasso, si caricano di valori profetici sul destino dell'Uomo, ammonendoci invano sulle stragi che avrebbero caratterizzato gli eventi della seconda guerra mondiale.

Guernica assume il valore simbolico eterno della miopia storica ed etica che porta l'Uomo, cieco ai richiami dell'Arte, verso i pericoli dell'autodistruzione e crea un Mito ammonitore di morte contro egoismi ed indifferenze e contro le atrocità che da queste possono generarsi.



P. Picasso. *Guernica*. (1937). Madrid.

Guernica assume il valore-simbolico eterno della miopia storica ed etica che porta l'Uomo, cieco ai richiami dell'Arte, verso l'autodistruzione.

Autore ignoto. *Trionfo della Morte (part.)* (metà 1400).
Palermo. Palazzo Abatellis

La composizione costituisce un esorcismo collettivo contro la Morte Trionfante, immagine con la quale nel Medioevo si rappresentavano i nefasti effetti delle periodiche epidemie. Nel particolare si osservano gli effetti mortali del passaggio della Morte, che travolge senza eccezioni e privilegi papi e popolani.

Con Guernica, Picasso esce dal proprio tempo, mediante la visionarietà profetica della grande Arte, l'espressione più alta dell'essenza, della dignità e della sacralità della natura umana. Profezie troppo spesso inascoltate dalla Storia, che ciclicamente si ripresentano.

Il 5 febbraio 2003, il Segretario di Stato USA Colin Powell si apprestava a pronunciare al Congresso Generale dell'ONU il suo discorso sulla dichiarazione di guerra all'Iraq, accusato di colpe che la Storia avrebbe poi dimostrate infondate.

Sulle pareti del corridoio antistante la Sala del Consiglio di Sicurezza dell'ONU era stato esposto da tempo un grande arazzo che riproduceva Guernica di Picasso, implicito monito etico ai delegati, al momento di prendere decisioni che avrebbero potuto avere conseguenze tragiche sull'umanità. Al Palazzo dell'ONU ci fu chi temette che se gli occhi di Powell si fossero soffermati sulle immagini di Guernica, la Storia avrebbe potuto prendere un'altra strada! Ma ciò non accadde. La mente di Powell non potette neppure essere sfiorata da alcun coinvolgimento emotivo nell'osservare gli orrori della guerra raffigurati da Picasso. Qualcuno infatti, ad evitare ogni possibile condizionamento, aveva fatto ricoprire la composizione di Picasso con un grande telo azzurro poco prima del discorso di Powell. Ancora una volta all'Arte era stato impedito di esprimere le sue intuizioni profetiche e di trasmettere all'Uomo il suo messaggio di pace e di salvezza. Senza farsi suggestionare da imbarazzanti spunti di riflessioni, Powell poté così dichiarare guerra all'Iraq!

In Sicilia, sulle pareti di un antico palazzo di Palermo, è ancora ben visibile un affresco del 1400 che rappresenta il Trionfo della Morte. La scena è attraversata dalla Morte che, sotto forma di figura scheletrica, cavalca un impietoso cavallo che calpesta un terreno coperto da cadaveri trafitti da frecce. Immagini ad intento didascalico e nel contempo un esorcismo collettivo contro la Morte trionfante che nel medioevo rappresentava spesso le epidemie



che numerose si susseguivano in quei tempi, decimando intere popolazioni. Calpestati dagli zoccoli del cavallo vediamo corpi senza vita di ogni età e condizione sociale, coinvolti indistintamente da una Morte impazzita ed imparziale che non risparmia nessuno. Vediamo infatti Re e Papi, vescovi e frati giacere l'uno accanto all'altro, insieme a giovani popolani, uccisi dai dardi dell'epidemia.

Nei secoli successivi, feroci pandemie hanno periodicamente messo in ginocchio l'intera umanità, spesso "fermando" il corso della Storia ed umiliando il senso di onnipotenza dell'Uomo. Nell'ultima grande

epidemia, la “spagnola”, sono morti, in tutto il mondo oltre cinquanta milioni di soggetti. Vittime di ogni età e di tutte le classi sociali, come si compiace di mostrarci l'affresco di Palermo, sottolineando il rischio collettivo di rimanerne vittime.

Guernica e la Morte trionfante di Palermo, come i tanti quadri che nel medioevo raffiguravano uno dei tre “cavalieri dell’apocalisse”: guerre, carestie ed epidemie, ci prospettano drammaticamente il loro messaggio sulla tragicità di un evento epidemico dei giorni nostri, i cui esiti sono ancora dolorosamente imprevedibili per l’umanità. Un nemico invisibile che solo un’azione unitaria di tutte le popolazioni europee e il superamento degli egoismi nazionali avrebbe potuto neutralizzare, superando le barriere culturali storiche ed economiche dei singoli Stati.

Il giorno di Pasqua, un uomo vestito di bianco, all’interno di una Basilica di San Pietro drammaticamente deserta, ci ha esortati al superamento dell’indifferenza e degli egoismi che potrebbero – ha detto – portare alla rovina dell’Europa, ormai priva dei propri valori fondanti.

Economisti insigni di ogni paese invitano gli europei all’unità di intenti, per evitare possibili catastrofi economiche collettive. Anche i politici ci mettono in guardia contro le conseguenze sociali di soluzioni asimmetriche del problema.

Priva di punti di riferimento comuni, l’Europa, da sempre culla dell’Arte, travolta dalle sue divisioni e dall’egoismo, sembra insensibile ai richiami profetici proposti dalle immagini della sua Arte. Immagini terribili, come quelle della Guernica di Picasso o quelle dell’autore ignoto della Mor-



Ambrogio Lorenzetti. *Allegoria ed effetti del Buon Governo* (1338 -1340)

Si è purtroppo appannata nel tempo la traccia tranquillizzante delle scene che ricordano gli effetti del Buon Governo sul vivere quotidiano.



G. Della Robbia e coll. (1525 -1527). Fregio dello Spedale del Ceppo. Pistoia.

Le terracotte robbiane rappresentano gli effetti della concordia e della fratellanza fra gli uomini, immagini suggestive purtroppo sempre più trascurate nell'attuale immaginario collettivo.

te Trionfante di Palermo. Immagini di una fine che può coinvolgere ognuno di noi senza preavviso e senza distinzioni e che, nella loro attualissima tragicità, ogni uomo, ogni Nazione, dovrebbe avere sotto gli occhi al momento di ogni grave decisione politica. L'Arte come collante culturale ed etico di una civiltà, strumento identitario cui fare riferimento come spunto di salvezza nel momento del crollo dei valori del vivere collettivo; un ammonimento che, se inascoltato, scava vuoti di valore al di sotto di una Società malata, perché priva dei segni di una condivisione di destini.

Così come, di converso, si è appannato nell'immaginario collettivo il messaggio delle tranquillizzanti scene sugli effetti del Buon Governo di Lorenzetti o delle scene di serena concordia suggerite dalle terracotte rinascimentali dei Della Robbia. La Bellezza dell'Arte è per l'uomo cosa sacra, richiamo etico fin dal tempo dell'antica Grecia. Lasciare senza risposta i suoi profetici ammonimenti non sarebbe solo un laico sacrilegio nei confronti dell'Arte, ma anche contro la dignità e la sacralità dell'uomo sofferente di ogni tempo e luogo. Rimuovere dalla coscienza dell'umanità l'*humus* della *kalocagathia* greca, che

crea risonanze comuni nell'etica e nell'estetica, o disconoscere la visione profetica di Dostoevskij della Bellezza, in grado di salvare il mondo, lascia le porte aperte ad orizzonti tragici sulla fine dell'Uomo sulla terra. Sono ammonimenti alla pace, alla concordia e all'azione comune che in tutte le sue forme l'Arte ci manda affinché la Storia non debba ancora, periodicamente, continuare a contare le sue vittime. Moniti che, in particolare in queste ore di comune sofferenza, dovrebbero richiamare alla fratellanza tutte le nazioni europee consapevoli dell'impronta comune di una cultura millenaria.

Fantapolitica?

L'arte e l'Europa: fra utopia, profezia e suggestione dell'anima

In una giornata di fine primavera del 2020, al culmine della diffusione in Europa della pandemia di coronavirus, in una Sala riservata della Commissione Europea erano riuniti i rappresentanti di tutte le Nazioni della Comunità. Erano sul tappeto decisioni fondamentali sui provvedimenti economici per il supporto dei Paesi che avevano sofferto maggiormente, travolti dalla crisi generale. L'Europa si era spaccata in due su posizioni ideologiche contrapposte. Ad essere messa in crisi era l'idea fondante dell'Unione, che avrebbe dovuto impegnare tutti nei momenti di crisi di qualche Paese.

La situazione era in stallo. Mancavano tre voti per fare passare l'idea di un'azione concordata e nessuno intendeva cedere.

Fu a questo punto che si verificò qualcosa di straordinario. Si vide qualcuno consegnare al rappresentante di uno dei Paesi interessati un foglio con un testo imprevisto per quella seduta. Questi lesse febbrilmente fra sé il testo, ancora a lui sconosciuto. Poi, nel completo silenzio dell'Assemblea chiese di intervenire e lo si vide alzarsi solennemente e cominciare a leggerlo, scandendone ogni parola.

Dopo pochi momenti di stupore generale, per la palese atipicità del gesto, per nulla protocollare per una riunione ufficiale, l'attenzione generale fu presto catturata dalla solennità della lettura, mentre le immagini che illustravano il testo venivano proiettate sullo schermo della sala. Si parlava di Picasso e di dipinti emersi dal medioevo, di carestie e di epidemie epocali, di Bellezza e di fratellanza, di attualità e di radici culturali. Alcuni ricordarono l'episodio del dipinto di Guernica, accaduto anni prima all'ONU, al momento della dichiarazione di guerra all'Iraq da parte di Powell e dell'occasione allora utopicamente perduta dalla Storia per evitare, sull'orlo del baratro, la tragedia di una guerra che avrebbe fatto migliaia di morti e destabilizzato il mondo. Ed ora alla CEE si presentava l'occasione perduta di prestare ascolto alle suggestioni profetiche dall'Arte!

Quello che accadde dopo trapelò a fatica solo successivamente, da fonti non autorizzate e per alcuni inattendibili. Alcune voci riferirono che comunque, dopo la lettura, la votazione era stata ripetuta e che era allora prevalsa a larga maggioranza l'idea della fratellanza e della concordia europea, volta ad unire gli sforzi di tutti nell'aiuto reciproco ai Paesi in crisi.

Le suggestioni profetiche suggerite dall'incantesimo dell'Arte, sia pur inconsuete ed impreviste in un contesto ufficiale, avevano compiuto il miracolo di aprire gli occhi di tutti su decisioni che si sarebbero dimostrate in seguito provvidenziali per l'interesse collettivo.

Arte: utopia, profezia o suggestioni maturate nel cuore degli uomini al richiamo irresistibile della magia dell'Arte, al confine impalpabile del Bello col Giusto?

“ La poesia dell’Harrison



Ho recentemente riletto l'introduzione che Tinsley Harrison scrisse per il suo mitico testo di medicina interna. Sono rimasto ammirato della poesia contenuta in quelle poche righe: *Non può esistere opportunità maggiore per un essere umano che essere un medico. Nella cura della sofferenza egli necessita di abilità tecnica, conoscenza scientifica e comprensione umana. Chi riuscirà ad avvalersi di queste capacità con coraggio, umiltà e saggezza, fornirà un servizio unico ai suoi simili e fortificherà definitivamente il suo carattere. Il medico non può chiedere nulla di più al suo destino e non deve accontentarsi di niente di meno.*

F.S.

”

Qualche secondo di buonumore

Il 6 gennaio girerò con il folletto...non ce la faccio più con la scopa normale.

Le donne sono incredibili: tu non dici niente e loro capiscono tutto, loro dicono tutto e tu non capisci niente.

Ti innamori: bevi per festeggiare

Ti lascia: bevi per dimenticare

Ti manca: bevi per non pensarci

Non sei innamorato, sei alcolizzato.

Mi è arrivata quella pubblicità che dice: da oggi puoi pagare con il pos anche da casa, ho risposto: appena pos ti pago.

Mogli in casa: 1

Percepiti: 4

Questa macelleria rimane aperta la domenica... solo per i polli *(Insegna in un negozio di Roma)*

Si è spento l'uomo che si è dato fuoco *(Giornale di Sicilia, 1998)*

"Carne bovina ovina suina pollina e conigliana" *(Insegna in una macelleria)*

"Se mi cercate sono al cimitero...vivo" *(Insegna di un fioraio)*



di **Filippo Stazi**

Quante morti ha causato veramente il COVID-19?

Sicuramente tante, anche se il numero esatto non lo sa nessuno e forse non si saprà mai. Alle morti direttamente causate dal virus, infatti, vanno aggiunte quelle legate ai problemi indotti dal lockdown. In particolare modo la difficoltà di accesso alle cure sanitarie, che ha portato ad un ritardo di trattamento delle patologie acute, ad un'esacerbazione delle malattie croniche ed alla comparsa o al peggioramento di disturbi psicologici. Uno studio recentemente pubblicato su JAMA ha cercato di stimare quante siano state le morti in più nelle prime settimane di pandemia da COVID-19, in confronto con i periodi analoghi degli anni precedenti e di capire quanto di questo eccesso di mortalità sia stato dovuto al virus e quanto ad altre patologie. Per far questo gli autori hanno raccolto i



dati degli Stati Uniti nel periodo compreso tra il primo marzo ed il 25 aprile 2020 e, con complessi artifici statistici basati sui dati degli anni precedenti, di cui tralasciamo la spiegazione, hanno stimato il numero di morti attese in quel periodo e le hanno confrontate con il numero dei decessi che si sono invece verificati. Sottraendo dalla mortalità effettiva quella attesa si è ottenuto il numero di morti in eccesso legate alla pandemia.

I risultati mostrano che nelle 8 settimane prese in considerazione, negli USA vi sono stati 505.059 decessi, 87.001 di queste dipartenze erano in eccesso rispetto a quanto atteso; solo il 65% di queste morti non previste, ossia 56.246 trapassati, erano attribuiti al COVID. In 14 stati più del 50% della mortalità in eccesso è stata attribuita a cause diverse dal

COVID, tra questi la California (55%) e il Texas (64%). I 5 stati in cui si è avuta la maggiore mortalità legata al COVID hanno sperimentato un ampio e proporzionale aumento delle morti da altre cause comprese, diabete (aumento del 96%), cardiopatia (aumento dell'89%), Alzheimer (aumento del 64%), malattie cerebrovascolari (aumento del 35%).

L'analisi di questi risultati suggerisce quindi che i dati di mortalità fin qui riportati come conseguenza del COVID-19, in realtà catturino solo i 2/3 dell'eccesso di mortalità che si è verificato e che quindi il numero totale di decessi da imputare, direttamente o indirettamente, al virus sia significativamente più alto di quanto fin qui ipotizzato. Le possibili spiegazioni di questa discrepanza includono una mal classificazione delle morti per pro-

blemi polmonari, erroneamente attribuite ad agenti eziologici diversi dal COVID o un aumento delle cause di morte non polmonari che riflettono complicazioni della malattia legata al COVID-19, ad esempio coagulopatie e miocarditi. Indubbiamente lo studio ha delle forti limitazioni: si basa sui certificati di morte che potrebbero essere non accurati, si avvale di dati statistici per ora provvisori e, infine, è supportato da modelli statistici presuntivi. È però indubbio che durante la pandemia da COVID ci sia stato un netto aumento della mortalità per cardiopatia, diabete ed altre malattie. Ulteriori dati sono necessari per determinare se questo aumento rappresenti una conseguenza di manifestazioni non respiratorie della malattia da COVID-19 o effetti secondari della pandemia dovuti alle alterate condizioni di vita che essa ha indotto, in particolar modo il ritardato o mancato accesso alle cure durante il lockdown ma anche gli effetti negativi della perdita di posti di lavoro, dei minori guadagni e dei ridotti controlli sulla sicurezza dei prodotti alimentari.





di Francesco Prati

Ricerca delle placche “low attenuation” con TAC coronarica per prevenire l’infarto miocardico.



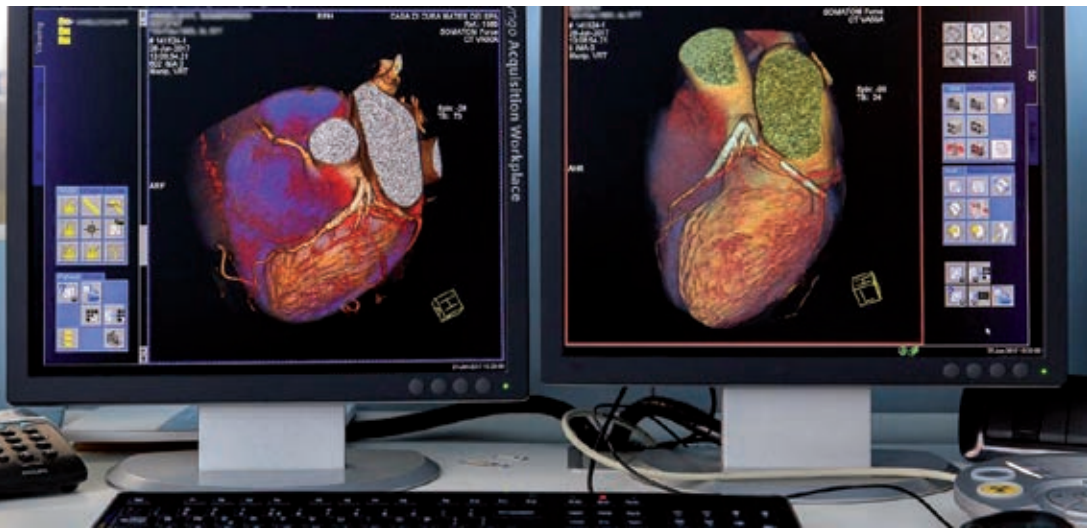
Nell’ultimo numero di *Circulation* Williams et al. affrontano un argomento interessante; il ruolo della TAC coronarica nel predire l’infarto del miocardio.

Lo studio è corposo e viene effettuato su 1.769 pazienti con cardiopatia ischemica cronica. Si impiega una metodologia interessante che prevede la ricerca del “low attenuation plaque burden” che sta ad indicare la percentuale di placca con queste caratteristiche, rapportata al volume del vaso.

I 1.769 soggetti arruolati sono stati seguiti per un periodo di 4,7 anni ed hanno dimostrato come il “low attenuation plaque burden” correlasse debolmente con il rischio cardiovascolare ($R= 0,34$) e presentasse invece una correlazione ben migliore con il “calcium score” coronarico ($R= 0,62$) e con la severità dei restringimenti coronarici ($R= 0,83$).

Il low attenuation plaque burden era il più importante predittore di infarto miocardico (adjusted Hazard Ratio, $HR=1,60$) indipendentemente dal rischio cardiovascolare, dal calcium score coronarico e dalla percentuale di stenosi coronarica.

Infine i pazienti con un “low attenuation plaque burden” $> 4\%$ (ad indicare la diffusione della placca a rischio) avevano un rischio di sviluppare l’infarto 5 volte maggiore rispetto a coloro che non presentavano questa caratteristica (HR di 4.65).



Lo studio è interessante e si presta a più punti di riflessione. Si conferma innanzitutto la validità della TAC coronarica nel predire il rischio di eventi cardiaci importanti. Motoyama et al. avevano dimostrato su 3158 pazienti seguiti a 3,8 anni che la “low attenuation plaque” ed il rimodellamento sono due variabili che insieme stratificano molto bene il rischio di eventi maggiori (HR di 17.2). Lo studio di Williams et al. applica una valutazione semiautomatica della “low attenuation plaque” che sembra rendere la metodica più riproducibile.

È interessante notare come nello studio (che potremmo definire a metà strada tra la prevenzione primaria e quella secondaria), il tasso di eventi cardiaci maggiori riscontrato nei pazienti con placche a rischio sia molto più alto rispetto alla popolazione senza placche a rischio (HR di 4.65). Studi effettuati con imaging intravascolare in pazienti più complessi, ricoverati per sindrome coronarica acuta o per ischemia cronica, non riescono ad individuare i soggetti a rischio di infarto con HR così alti. Ad esempio nello studio LRP, effettuato con tecnica intracoronarica IVUS-NIRS, le formazioni lipidiche, definite come “lipid block” ed espresse come “lipid pool burden index”, erano in grado di predire gli eventi infartuali, ma con contenuto HR, al di sotto di 2. A parte l’osservazione sulle differenze tra le popolazioni arruolate (studi di prevenzione primaria vs secondaria) si può affermare che la valutazione delle componenti lipidiche effettuata con la TAC rimane molto valida e confrontabile con quella più so-

fisticata offerta da metodiche di imaging intravascolare.

Esiste una stretta correlazione tra il "low attenuation plaque burden" ed il "calcium score", che va alla ricerca della componente calcifica, che inevitabilmente si associa all'aterosclerosi. Lo studio di Williams et al. dimostra che il "calcium score" si accompagna alla presenza di placche lipidiche diffuse (plaque attenuation). L'osservata correlazione tra le due variabili giustifica gli ottimi risultati ottenibili dall'impiego del "calcium score" in prevenzione primaria. Il "calcium score" rimane pertanto, a mio modo di vedere, una metodica semplice ed a basso costo da impiegare nello screening del soggetto asintomatico.

Lo studio stressa ancora una volta le limitazioni dei fattori di rischio cardiovascolari. La ricerca dei fattori di rischio rimane ovviamente un approccio consolidato in cardiologia. Non dobbiamo comunque dimenticare, come ad esempio dimostrato da Laclaustra et al. che il 57% dei soggetti considerati LOW risk presenti aterosclerosi periferica e, viceversa, come il 11.8% dei soggetti HIGH risk non abbia aterosclerosi.

Le osservazioni fatte dagli anatomopatologi nel tempo hanno promosso ed incoraggiato l'impiego di tecniche di imaging coronarico invasive. Il compito di queste ultime è di traslare a metodiche non invasive, tra cui la TAC (che al momento è la più attendibile) concetti di fisiopatologia e prevenzione. In attesa dello sviluppo di metodiche non invasive che possano andare oltre la quantificazione della componente lipidica, e che siano in grado di studiare la superficialità di tali componenti (in altri termini assottigliamento del "fibrous cap") oppure di evidenziare la componente infiammatoria, un elemento importante nella instabilizzazione della placca, prendiamo atto di quanto sia importante misurare in modo non invasivo la componente lipidica dell'aterosclerosi.



Camilla Cavallaro intervista Filippo Stazi



Anche per i pacemaker è arrivata l'epoca del riciclo?



Pacemaker (PM) e defibrillatori (ICD) sono terapie spesso salvavita e prive di alternative. Il non trascurabile costo di tali dispositivi non è alla portata di tutti i sistemi sanitari del pianeta e per tale motivo costituisce la principale causa di limitazione del loro impiego nei paesi sottosviluppati con ovvie ricadute peggiorative sulla prognosi dei pazienti di tali regioni.

D'altro canto la vita di un PM o un ICD non si esaurisce con la morte del paziente che lo ospita. Il 50-60% dei dispositivi espianati post-mortem sono ancora normalmente funzionanti e con una longevità di batteria stimabile mediamente sui 7 anni.

Il riutilizzo di PM e ICD espianati da cadaveri, ma ancora ben funzionanti, potrebbe risolvere il problema della scarsa accessibilità a tale cure nei paesi economicamente più deboli. Tale idea non è recente ma è sempre stata frenata dal timore dei rischi, soprattutto infettivi, connessi con tale condotta. I pochi dati disponibili in letteratura al riguardo sono rassicuranti ma provengono da piccoli studi prevalentemente monocentrici e non esenti da importanti limitazioni metodologiche.

Il Montreal Heart Institute ha istituito un programma di espianato da cadavere di PM e ICD in forza del quale i dispositivi ancora ben funzionanti, vengono sottoposti a sterilizzazione ed inviati in paesi sottosviluppati per un nuovo impianto. Il New England Journal of Medicine il 7 maggio ha pubblicato i risultati del registro che ha tenuto traccia clinica dei pazienti trattati in questo modo.

1051 pazienti, in Messico (378), Repubblica Dominicana (295), Guatemala (280) e Honduras (98) sono stati sottoposti ad impianto di PM o ICD riciclato. L'età media dei soggetti trattati era di 63 anni, l'85% ha ricevuto un PM e il rimanente 15% un ICD, 60 dispositivi erano per resincronizzazione cardiaca (7 PM e 53 ICD), il 55,5% degli impianti utilizzava un elettrocatteter, il 38,8% due e, infine, il 5,7% tre. Questi soggetti sono stati poi confrontati, in rapporto 3.1, con 3153 pazienti di analoghe caratteristiche cliniche, impiantati a Montreal con dispositivi nuovi.

L'end point primario dello studio era la combinazione di infezione o morte per problemi del dispositivo (infezione, malfunzionamento o precoce esaurimento) nell'arco di due anni di follow up.

La mortalità totale (4 vs 3,9%) non è risultata differente nei due gruppi e non si sono verificate morti connesse coi dispositivi. Il tasso d'infezione è stato basso e non significativamente differente nei due gruppi: 21 casi (2%) nei pazienti trattati con dispositivi riciclati e 38 (1,2%) nei pazienti che hanno ricevuto dispositivi



nuovi (HR 1,66, 95% CI, 0,97-2,83, $p = 0,06$). Anche il timing di comparsa dell'infezione (66 vs 61 giorni dopo l'impianto) e gli agenti più frequentemente responsabili dell'infezione (stafilococco aureo, 62 vs 60%, epidermidis, 14 vs 24%) sono risultati simili nei due gruppi.

Filippo cosa ne dici: è arrivato il momento dei “pacemaker riciclati”?

L'ipotesi è estremamente interessante perché consentirebbe a intere popolazioni di beneficiare di opzioni terapeutiche imprescindibili, dalle quali al momento sono escluse per motivazioni puramente economiche. Ciò premesso i dati sono incoraggianti, soprattutto dopo la pubblicazione di quest'ultimo studio, ma non ancora definitivi. Ad esempio, sempre restando sui dati del New England Journal of Medicine, l'ampio intervallo dell'indice di confidenza non permette di escludere che, in presenza di una popolazione più numerosa, la differenza del rischio d'infezione tra i due gruppi non sarebbe potuta risultare statisticamente significativa. D'altro canto il basso valore assoluto delle infezioni, 2%, dei soggetti trattati con dispositivi riusati, peraltro analogo a quello degli studi, più piccoli, pubblicati precedentemente, mi sembra comunque ragionevolmente basso e rassicurante. Anche perché bisogna considerare che non è la stessa cosa vivere ed essere curati in un paese sottosviluppato

o nel ricco Canada e che quindi quella differenza (2 vs 1,2%) di infezioni potrebbe in realtà non dipendere solo dal tipo di dispositivo utilizzato.

Normalmente PM e ICD dopo la morte del paziente che fine fanno?

In caso di cremazione del cadavere, poiché tale procedura si associa ad un elevato rischio di esplosione dei dispositivi (sono stati riportati casi di distruzione dei forni crematori con danni anche alle persone), questi vengono espianati. In caso di sepoltura, invece, c'è grande variabilità di comportamento. Uno studio in Michigan, ad esempio, mostra che l'85% dei dispositivi viene tumulato insieme al defunto, in Svezia, al contrario, l'autorità sanitaria ne impone l'espianto. In ogni caso la maggior parte dei dispositivi rimossi viene scartato come rifiuto sanitario.

Un vero sperpero di risorse, quindi, di cui i paesi poveri potrebbero effettivamente giovare.

Non c'è dubbio. La mia opinione personale, infatti, è che il riutilizzo di PM e ICD crescerà progressivamente nel tempo, soprattutto quando saranno superati i timori relativi alla trasmissibilità di patologie tipo Creutzfeldt-Jacob (i prioni che ne sono responsabili non sono sensibili alla sterilizzazione), saranno rimosse alcune difficoltà medico-legali (le aziende produttrici ancora specificano che i loro prodotti sono monouso e quindi non riutilizzabili) e saranno garantiti ovunque rigidi protocolli di sterilizzazione dei dispositivi.

La risposta finale sarà ancora una volta demandata all'esecuzione di uno studio randomizzato appositamente disegnato?

In questo caso forse no. Le criticità etiche coinvolte non ritengo che permetteranno di condurre un tale studio, per lo meno nel modo sviluppato. Probabilmente il processo proseguirà per forza propria, nei paesi del terzo mondo, dove l'alternativa non è tra un dispositivo nuovo o riciclato quanto tra dispositivo riciclato o il nulla.



Camilla Cavallaro intervista Giovambattista Desideri



Iperensione arteriosa e demenza: un motivo in più per tenere sotto controllo i valori pressori!



L'abbassamento dei valori pressori con farmaci antipertensivi si correla significativamente ad una riduzione dei disturbi neurocognitivi. Questo dato è stato confermato da una grossa metanalisi pubblicata in questi giorni da Hughes e colleghi su JAMA. L'analisi ha dimostrato come i pazienti con stretto controllo dei valori pressori abbiano una riduzione del 7% dell'incidenza di demenza e decadimento cognitivo.

Sebbene sia stato dimostrato che l'ipertensione arteriosa è un fattore di rischio per la demenza, fino ad ora i trial clinici disegnati per valutare l'effetto della riduzione dei valori pressori sul rischio di sviluppare demenza e disturbi cognitivi hanno dato risultati contrastanti. Negli ultimi anni sono stati pubblicati due importanti studi randomizzati sull'argomento, il primo SPRINT MIND trial ha riportato una diminuzione dei disturbi cognitivi nel braccio di pazienti con controllo pressorio ottimale (14.6 vs 18.3 casi per 1000 person-years; HR, 0.81; 95% CI, 0.69-0.95). In un altro studio HOPE3 non è stata dimostrata invece una significativa riduzione del rischio di disturbi neurocognitivi o demenza nel gruppo trattato con antipertensivo vs placebo.

Hughes e colleghi hanno pubblicato recentemente su JAMA una revisione sistemica della letteratura, includendo nella metanalisi 14 trial randomizzati controllati (RCT) per un totale di 96.158 partecipanti; la popolazione aveva un'età media di 69 anni ed era costituita per il 42% da donne. I valori di pressione arteriosa (PA) media a livello basa-

le erano 154/83.3 mmHg. Il follow up è durato 4 anni. Il gruppo di controllo prevedeva nella maggior parte dei casi l'impiego del placebo. L'outcome primario era rappresentato da demenza e disturbo cognitivo, gli end-point secondari erano il declino cognitivo ed il cambiamento di performance nei test cognitivi. L'abbassamento dei valori di PA con farmaci antipertensivi rispetto al gruppo di controllo è risultato essere associato ad una significativa riduzione del rischio di sviluppare demenza o disturbo cognitivo (7.0% vs 7.5%) OR 0.93 (95% CI, 0.88-0.98); con una riduzione del rischio assoluto di 0.39% (95% CI, 0.09%-0.68%). Per quanto riguarda invece il cambiamento di punteggio nei test cognitivi non sono state evidenziate differenze significative.

Dai risultati è emerso che un corretto screening e management dell'ipertensione arteriosa può essere utile nel prevenire l'insorgenza di decadimento cognitivo e demenza, che rappresentano un continuum della stessa patologia.

Limiti dello studio:

Un primo limite riguarda la breve durata del follow up, che nella metanalisi è di 4,1 anni. Questa tipologia di studi infatti necessita di lunghi tempi di osservazione (in media 10 anni perché si verifichi un outcome neurocognitivo). Questo aspetto potrebbe aver comportato una sottostima dell'incidenza di demenza.

Trattandosi di una metanalisi, uno dei principali limiti è rappresentato dall'eterogeneità della popolazione studiata e dalle diverse definizioni attribuite agli outcome (demenza, declino cognitivo e disturbo cognitivo).

Inoltre non è stato possibile identificare un range ottimale di valori di PA che prevenga l'insorgenza di disturbi neurocognitivi.

Considerazioni:

Questa metanalisi riveste una grande importanza in termini di salute globale, considerata l'elevata prevalenza della demenza nella popolazione (10 milioni di casi diagnosticati ogni anno), soprattutto nei paesi a basso reddito. Considerando inoltre il

progressivo invecchiamento della popolazione comprendiamo ancora di più l'importanza di intervenire precocemente sull'insorgere dei disturbi neurocognitivi.

In linea con questi risultati la World Health Organization (WHO) nel piano di controllo dei disturbi neurocognitivi raccomanda la terapia dell'ipertensione arteriosa nelle fasce di età intermedia per prevenire la demenza.

Prof. Desideri abbiamo un motivo in più per sensibilizzare la popolazione sul controllo dei valori pressori? Possiamo adesso informare i pazienti che una pressione controllata protegge dall'insorgenza di disturbi cognitivi, oltre che dall'ictus e dal rischio di infarto?

L'ipertensione è attualmente il più importante fattore di rischio modificabile per lo sviluppo di declino cognitivo e demenza, in ragione della sua elevata diffusione e del suo profondo coinvolgimento nei meccanismi fisiopatologici sia della demenza vascolare che della malattia di Alzheimer. I risultati degli studi di intervento, pur non conclusivi per la loro breve durata, forniscono l'inco-



raggiante prospettiva di poter mantenere sufficientemente integre le funzioni cognitive nel corso della senescenza attraverso una precoce ottimizzazione del controllo pressorio. L'interessante metanalisi di Hughes e collaboratori, pur risentendo inevitabilmente delle limitazioni temporali degli studi da cui è stata derivata, rappresenta un ulteriore convincente incoraggiamento a perseguire un ottimale controllo pressorio nella popolazione, in un'ottica non solo di prevenzione delle patologie cardiovascolari e renali ma anche di preservazione delle funzioni cognitive. Questa raccomandazione assume rilevanza ancora maggiore in relazione alla sostanziale inefficacia dei trattamenti attualmente disponibili nel rallentare l'iter evolutivo della demenza.

Prof. Desideri possiamo dire che chi trae maggior beneficio in termini di riduzione dei disturbi neurocognitivi siano i pazienti di mezza età (50-60 anni)?

Il percorso fisiopatologico che porta allo sviluppo di demenza dura generalmente decenni. L'esordio dei disturbi cognitivi, infatti, rappresenta nella generalità dei casi il prodotto della cronica esposizione nel corso della vita ad insulti lesivi che, con meccanismi ora prevalentemente vascolari, ora prevalentemente neurodegenerativi, finiscono per impoverire progressivamente la rete delle connessioni neuronali dal cui perfetto funzionamento dipende una normale cognitivtà. Studi condotti con una tecnica avanzata di risonanza magnetica attraverso

la quale è possibile ricostruire i fasci di sostanza bianca per ogni soggetto e studiare la loro integrità microstrutturale, dimostrano che il danno di queste strutture comincia a delinarsi nel paziente iperteso sin dall'età adulta, quando ancora non è identificabile un deficit cognitivo. È importante, quindi, raggiungere un controllo ottimale della pressione arteriosa sin dal suo esordio al fine di evitare che la persistente esposizione del cervello ad aumentati livelli pressori induca danni irreversibili. Del resto è ben noto come il danno d'organo cardiaco o vascolare o renale nel paziente iperteso, una volta che si è instaurato, difficilmente regredisca e finisca per condizionare una variabile quota del "rischio residuo" del paziente. Traslando questi concetti alla cognitività, potremmo definire il declino cognitivo una forma di danno d'organo cerebrale nel paziente iperteso e la successiva evoluzione verso la demenza una sorta di rischio residuo

che può esitare ad un trattamento tardivo dell'ipertensione. Un naturale corollario di questo assunto è che l'adagio "the earlier the better" trova la sua sublimazione applicativa proprio nella prevenzione della demenza.

Prof. Desideri altre osservazioni mettono in rilievo una relazione tra ipotensione e demenza. Anche l'ipotensione rappresenta un pericolo per lo sviluppo di disturbi neurocognitivi?

Nell'anziano i valori troppo bassi dei parametri biologici, soprattutto se indotti farmacologicamente, finiscono spesso per essere più lesivi di quanto non lo siano i valori aumentati dei corrispondenti parametri. La pericolosità delle ipoglicemie in corso di trattamento ipoglicemizzante è una chiara esemplificazione di ciò. Analogamente, l'impatto degli elevati valori pressori sulla progressione del declino cognitivo tende a farsi progressivamente meno rilevante nel corso della senescenza mentre diventano sempre più importanti le potenzialità lesive dei bassi valori pressori. Le cause di questa associazione tra ipotensione e declino cognitivo vanno principalmente ricercate nella riduzione del flusso ematico cerebrale in un letto vascolare che, in ragione dell'età avanzata e/o della cronica esposizione nel corso della vita ai diversi fattori di rischio cardiovascolare, ha perso molto della sua capacità di autoregolazione. Non sorprendono, quindi, le evidenze di un più rapido declino cognitivo nei pazienti anziani con bassi valori pressori indotti dal trattamento farmacologico ma non in quelli spontaneamente ipotensi. È evidente, quindi, l'importanza di evitare nel soggetto anziano valori pressori eccessivamente bassi e di ricercare routinariamente l'ipotensione ortostatica in quanto questa condizione, molto spesso iatrogena, si associa ad un aumentato rischio di declino cognitivo e demenza.

LA VIGNETTA DI CIP



di Giovanni Ciprotti

LA RIAPERTURA DELLE SCUOLE A SETTEMBRE



**IL MINISTERO NOMINA UN COMMISSARIO
STRAORDINARIO CON AMPI POTERI**

G. 2020



di **Eligio Piccolo**

Gente allegra il ciel l'aiuta

Mi venne incontro una domenica di Pasqua con l'uovo di cioccolato a colori e un ampio sorriso, quel gentile signore sulla cinquantina, alla fine di una mattinata di sole e dopo l'ultima messa, mentre tutti rientravano alle loro case. Ero bimbo e gioioso, mi buttai grato sul suo pancione contornato, ricordo ancora, dalla catenina d'oro per l'orologio a taschino. Da grande seppi che faceva la corte a mia mamma, il ch  non cambi  la simpatia, era il suo modo di vivere e se non andava, come non and , rimaneva una cordiale amicizia. Uomo gioviale, sereno e generoso, che quando la sorte gli tolse i due figli a causa della tisi adott  una nipote povera. Visse fin oltre gli ottanta, traguardo quasi antifisiologico allora, sempre con la speranza di qualche conquista, e lieto di stare a tavola o al gioco di carte con gli amici. Era insomma un ottimista nato. Diverso dai tanti infelici, ipercritici, ansiosi o depressi che mi   capitato di seguire fino alla comparsa di qualche patologia pi  o meno grave. Non voglio dire che la malinconia o altre decadenze psicologiche da sole causino le malattie o le tragedie, ci



mancherebbe, lo contraddice il grande numero di pazienti che, indipendentemente dal loro carattere, quando vengono colpiti da malanni li vivono con fiducia o meno, spesso graziati da un lieto fine. Tuttavia, che quello spleen possa invece predisporre alle malattie è altrettanto vero.

Si tratta di osservazioni statistiche, si capisce, che hanno in sé molte deviazioni ed eccezioni, come si evince da alcuni studi epidemiologici, di tutto rispetto per la loro serietà metodologica. Il gruppo di Alan Rozansky del Department of Cardiology del Mount Sinai Hospital di New York (2019), ad esempio, ha realizzato una metanalisi di ben 15 studi, per complessivi 230.000 soggetti, seguiti durante un periodo medio di 14 anni, osservando che gli ottimisti rispetto ai loro contraltari avevano minore rischio di malattie cardiovascolari e anche di mortalità per qualsiasi causa. Un altro studio nordico pubblicato da Vingaard Christensen e Maddux su Heart nel 2019 ha preso in considerazione un altro aspetto della vita di relazione negli anziani, la soli-

tudine, sia quando vengono o si sono emarginati dal contesto familiare che quando questo isolamento si è realizzato pur vivendo insieme. Dei 13.000 sessantenni analizzati, tutti cardiopatici già ospedalizzati fra il 2013 e il 2014, quelli che si sentivano soli avevano tre volte la probabilità di essere ansiosi o depressi, e quindi anche di avere una qualità di vita inferiore rispetto ai socializzati. Inoltre, indipendentemente da altri fattori di rischio, le donne e gli uomini soli negli anni a seguire lasciavano più precocemente questo mondo tre e due volte in più rispettivamente, sempre rispetto a quelli con migliore vita di relazione.

In tutte queste ricerche poi dobbiamo registrare che nella donna vi è un maggiore coinvolgimento di quegli aspetti psicologici, non solo perché lei vive più dell'uomo e gli anni trascinano dietro maggiori occasioni di malattie, ma anche per altri fattori, tra cui la maggiore solitudine. Nella donna oltretutto grava con maggiore incidenza una patologia cerebrale che la isola, la demenza o l'Alzheimer, così come una cardiomi-

patia dei piccoli vasi, la takotsubo, che le fa rischiare sia la vita che un'invalidità.

La conclusione di tutte queste conoscenze non deve certo indurci al pessimismo e tanto meno all'isolazionismo dagli impegni personali, piuttosto a una maggiore attenzione per questi aspetti della nostra vita sociale e della medicina. Per essi non ci sono bypass o stent, tanto meno pacemaker o ICD, forse qualche medicamento, ma soprattutto c'è la necessità di coltivare con maggiore impegno la vita di relazione, l'empatia e, secondo molti, l'accesso all'arte in tutti i suoi aspetti. Particolarmente la poesia e la musica secondo me sembrano essere un efficace elisir: i "sempre caro mi fu quest'ermo colle", "la nebbia agl'irti colli", "settembre, andiamo", "m'illumino d'immenso", "Meriggiare pallido e assorto", e mille, mille altre sono le stupende sintesi tra la parola e i sentimenti che il genio poetico offre alla nostra solitudine e malinconia; così come i Bach, i Mozart, i canzonieri napoletani e i Lucio Battisti a chi li ascolta con piacere danno uno straordinario reset alle nostre involuzioni.

“

Nonnità e vecchiaia

'A vecchiaia, mamma mia!
nun arriva mai sola,
vene semp' in compagnia
e te fa turna'... a scola;

porta semp' qualche acciaccio,
solo se s' affortunato,
ah si no, pure 'n' attacco
e sarrai... "paralizzato".

E te fa 'mpara' a memoria
'a pacienza e l'umiltà,
mentre pierd' tutta 'a boria
che teniv' in società,

poi te scuord' 'a tracotanza,
nun se gonfia cchiù 'o pietro,
se ritira pure 'a panza
e svanisce ...ogni rispetto

e scompare 'a prepotenza,
'o potere e i denari,
pierd' tutta l'arroganza
e arrivano... i giorni amari.

Te ne accuorge che 'a forza
accumincia a scumpari'
e pierd' tutta chella scorza
che te faceva accumpari'.

Te convinci ch' hai bisogno
'e chi te... pò da' 'na mano
e svanisce ogni sogno
'e viaggia' semp'...cchiù luntano.

Quann' passi 'a settantina
ogni juorno è semp' peggio,
e si te scit' ogni matina
certo è già 'nu privilegio.

Ma si t'aiuta 'a fortuna,
che te volesse accompagna',
pruov' 'o massimo piacer'
che po' da'...'a nonnità,

che te porta 'n'ata vota
a balla' p' 'a contentezza,
e 'a lancetta arreto ruota
pe' torna int' 'a giovinezza

e accussì, ogni nipote
è 'nu pezzo 'e gioventù
che t'allonga l'esistenza
fino a quann' sperì tu.

Simm' già arrivati a sei,
certo bona è stata 'a sorte,
ce sta poco 'a lamenta'
quann' po' arrivasse 'a morte.

Ma chi sta co' 'e piedi 'nterra
nun se mette mai appaura
e s'affida, senza fa' 'a guerra,
a Chi decide ogni misura.

Cecco Gambizzato



”

Lettere a Cuore e Salute

DOMANDA

Cosa ci lascerà la pandemia?

Prof. Piccolo secondo lei, alla luce della sua lunga esperienza di medico e di uomo, cosa ci lascerà in eredità questa pandemia che sta sconvolgendo le nostre vite?

Bruno M., Roma

RISPOSTA

Singolare e tragico periodo quello che stiamo vivendo fin dai primi mesi del 2020, costretti all'isolamento in casa perché minacciati di morte subdola da un virus, il Covid-19. Il quale, come in altre epidemie del passato ci coinvolge in un modo tutto suo, più o meno grave finché non gli contrapponiamo il rimedio specifico, vaccino o antibiotico. In mancanza e in attesa, ci sono solo i palliativi, la separazione fisica l'uno dall'altro e l'assistenza intensiva per chi rischia la vita. Da vecchio medico nonagenario, inabile oramai per ogni azione sul campo, mi rimane l'ammirazione per i tanti bravi e valorosi colleghi & infermieri e l'impegno di consigliare chi mi richiede un parere. Lo faccio volentieri perché mi fa sentire ancora un poco sul campo assieme a loro. Costretto in me stesso, nel mio isolamento culturale per il pestifero coronavirus che sta imprigionando progressivamente l'umanità, ho cercato la

trascendenza in questo guazzabuglio. Da vecchio servitore della scienza e un tantino scettico del nostro mondo, riflettendoci sopra sulle cause, ho trovato solo la realtà, quella di un'umanità che si affannava ad aumentare tanti numeri, che inquinava per ottenerli, che correva da un posto all'altro, spesso senza un motivo serio. Che non pensava all'infinito delle sue azioni e dei suoi sentimenti, perché non lo vedeva, e pensava che tutto fosse risolvibile con il progresso della scienza. Fra qualche mese tutto sarà risolto, il virus sarà domato, come quelli del vaiolo, del morbillo e della poliomielite, il commercio riprenderà e la gente continuerà a girare per necessità o per sfizio. Dimenticherà l'infinito della segregazione, della paura, dei nobili ripensamenti; gli "eroi" del coronavirus torneranno alla routine, ai pronto soccorsi

intasati di querelanti, di liste d'attesa; medici e infermieri saranno adibiti per legge ai superflui controlli di medicina sportiva sul vecchietto che passeggia nei campi di golf o partecipa alle maratone paesane; i burocrati continueranno a intralciare l'operatività medica, per la buona pace del potere politico e della privacy.

Oppure, come sperano molti ed io fra questi, si farà tesoro di questo rivolgimento culturale per "riporre mano all'aratro"?

Io, onestamente, non lo so.

Cordiali saluti

Eligio Piccolo



DOMANDA

Perché tanti medici scrivono?

Scrivere è un'attività che richiede tempo e dedizione, ciò nonostante non pochi tra i medici si dilettono a farlo. Come mai?

Giorgio P., Frosinone

RISPOSTA

Gentile Sig. Giorgio, un aforisma in voga ad Hollywood sostiene che una trama per avere successo deve contenere tre D: desire, drama, danger. Un personaggio desidera qualcosa, un pericolo si frappone tra il personaggio e il suo desiderio, il modo in cui l'ostacolo viene superato o meno costituisce il dramma. In ospedale la storia di ogni paziente contiene le tre D. Il malato desidera guarire, la patologia di cui è affetto contrasta il suo auspicio, l'evoluzione clinica è il dramma. Il medico è testimone e coprotagonista di ognuna di queste storie. Ciò che egli vede ogni giorno ha un forte impatto emotivo. E' di volta in volta scioccato, esaltato, devastato, angosciato dal suo lavoro e l'arido linguaggio medico contenuto nelle cartelle cliniche, nelle lettere di dimissione, nei report informativi è assolutamente inadeguato a dare sollievo e spazio al suo mondo interiore, a ciò che egli vede e vive quotidianamente. E allora scrive, scrive storie, perché le storie, come qualcuno ha detto, sono il libretto d'istruzioni della vita e sono il mezzo attraverso cui cerchiamo di dare un senso alla nostra esistenza.

Filippo Stazi



Quaderno a Quadretti

di Franco Fontanini

Centenari fra noi

Se la tendenza prosegue, bisogna creare specialisti per chi ha superato il secolo di vita.

Non sono più curiosità biologiche, oggi i centenari sono numerosi e si considerano raggiungibili i 120 anni assegnatici dalla Bibbia.

In Gran Bretagna chi raggiunge il secolo riceve le congratulazioni ufficiali della Regina. Nonostante il calo di popolarità della corona, le congratulazioni regali nel giorno del compleanno per molti suoi sudditi sembrano essere diventate uno scopo di vita, al punto che è stato rilevato un calo della mortalità a 99 anni, come se si sforzassero per resistere ancora un anno ed avere l'ambito premio.

Nessuno prende in considerazione chi sentenziò che diventare centenari è segno di cattivo gusto.

Gli ultracentenari non fanno più notizia, come quando il direttore del *Petit Journal* voleva pubblicare ogni settimana l'intervista ad un grande longevo con fotografie, biografia e pettegolezzi. Una volta che per quindici giorni il giornale non ne parlò, convocò i redattori, dicendo perentorio che nel giro di tre giorni voleva il ritratto di un bel vecchio di 103 anni, in buona salute, reduce da due guerre mondiali, con due mogli, sei figli e più di 20 nipoti, in grado di camminare senza bastone, lucido di mente, e che alla sera accendeva il sigaro e non rinunciava mai a due bicchieri di vino.

“Dov'è questo fenomeno?”, chiese con perplessità il capo redattore.

“Trovatelo, da qualche parte deve pur esserci”. Poi, visto il silenzio riprese:



Eubie Blake

“Se non c’è, inventatelo, la gente vuole queste notizie che infondono ottimismo e accrescono la tiratura”.

Oggi non c’è bisogno di inventarli. La regina inglese, amante dei centenari anche per motivi di famiglia, poco più di una decina di anni fa toccò il picco più alto con 399 telegrammi, quest’anno dovrà inviarne quattro volte tanti. Le poste britanniche pensano già ad un servizio di telemessaggi automatizzato.

I francesi centenari all’inizio del secolo scorso erano tre, negli anni ’80 tremila e, secondo gli ultimi dati, sono più di settemila.

In America sono ancora più numerosi, in rapida crescita e in buone condizioni. La metà sono autosufficienti, partecipi e pieni di ottimismo. Qualcuno, riprendendo George Bernard Shaw, insinua che sono sereni perché non gliene frega niente di come andrà a finire il mondo, ma c’è qualche centenario statunitense che ha dichiarato addirittura di vivere felice e di aspettare sempre che gli succeda qualcosa di bello.

Qualche gerontologo ha detto che molti centenari si dimostrano ancora volitivi, prerogativa utile per diventare lon-

gevi, perché un po’ di egoismo non nuoce.

In genere i centenari hanno avuto una vita accettabile: non pochi, alla domanda di cosa provassero, hanno risposto: niente di particolare, solo stupore di esserci arrivati tanto alla svelta. I centenari del Giappone non sembrano molto diversi da quelli occidentali. I gerontologi alle prese col gene Matusalemme, sono ottimisti, convinti che la loro cultura renda meno difficile invecchiare bene rispetto all’occidente.

A Est e a Ovest circa il sessanta per cento dei centenari ha vicino a sé un familiare, in prevalenza una figlia, e tutti gli specialisti concordano nel dire che questo deve essere considerato il più importante fattore favorente la longevità.

Oltre trent’anni fa il Ministro Britannico della Sanità di-

chiarò ufficialmente che le persone anziane vogliono restare a casa loro, fra le loro cose, con i loro ricordi, perché solo lì si sentono tranquilli e a loro agio. Non moltissimi centenari sono igienisti fanatici. Eubie Blake, il popolare pianista pioniere del boogie-woogie che morì a New York appena compiuti i cento anni, agli amici che andavano a trovarlo diceva: “Se avessi saputo di campare così a lungo avrei avuto maggior cura di me stesso”.

Amore per gli animali

I cristiani in generale e i cattolici in particolare sono fra coloro che amano meno gli animali. Gli italiani, in questo, sono buoni cristiani, meno dei francesi che nel Medio Evo e nel Rinascimento bruciarono migliaia di gatti perché si riteneva che fossero incarnazioni del





La pensava così anche Nikita Kruscev che una volta disse: “Se avessero ucciso me al posto di Kennedy, la differenza principale per la storia sarebbe stata che Onassis avrebbe sposato la signora Kruscev”

Storia di un flirt

La voce flirt è in disuso e sta scomparendo anche dai dizionari, i baldi giovanotti che alla sera rimorchiano le ragazze da cuccare, non sanno neppure che cosa voglia dire. Chi conosce il significato non usa più il termine per non far ridere, come le vecchie zie che dicono “vivere more uxorio”. Il flirt è l'amore platonico, spirituale, da salotto: sta ai rapporti attuali come il rosolio alla vodka.

Per i pochi ai quali può interessare raccontiamo un delicato flirt di cui, nonostante la grande riservatezza dei protagonisti, si parlò a lungo in Francia e in Gran Bretagna. Una signorina molto bella, di

maligno. Oggi gli animali sono più rispettati, ma gli animalisti si occupano soprattutto delle specie in via di estinzione, e la società protettrice degli animali fa quello che può.

Fa tristezza pensare alla miriade di cagnetti che la moda più dell'amore per gli animali ha portato nelle nostre case, che in questi mesi sono stati abbandonati nelle strade.

Un vecchio collega è del parere che non tutti coloro che hanno un cane siano stupidi, ma è convinto che tutti gli stupidi abbiano un cane. A molti non gli dovrebbe essere consentito. L'amore degli animali non fa parte della nostra cultura. Il cane, animale che richiede affetto, è prezioso per i ciechi e per chi ha problemi cardiocircolatori: è disponibile, conciliante, comprensivo, il miglior compagno per le passeggiate quotidiane.

Non dovremmo dimenticare gli altri popoli e le altre religioni molto migliori di noi con le bestie.

I giainisti, che in India sono parecchi milioni, andrebbero collocati al primo posto: la loro antica religione ha solamente cinque comandamenti, il terzo dei quali impone di essere vegetariani e di aver cura degli animali.

Sacerdoti e fedeli, quando camminano nei sentieri, pongono grande cura nel non calpestare formiche o altri animaletti e, verso il tramonto, quando l'aria è piena di moscerini, portano mascherine per non inspirarli.

Un sorprendente esempio di amore per gli animali ci è venuto qualche anno fa da un villaggio israeliano alla morte del macellatore; il nuovo destava qualche perplessità.

Gli venne chiesto se trattava bene gli animali che gli venivano affidati per essere uccisi, se prima di ucciderli recitava le preghiere, se affilava bene le lame dei suoi strumenti, se le inumidiva prima dell'uso.

A tutte le domande rispose sì, ma molti abitanti rimanevano titubanti.

“Che cosa c'è che non va?” chiese perplesso.

Un anziano rispose per tutti: “Il nostro vecchio macellatore inumidiva sempre la lama con le sue lacrime”.

Storia

Si dice che spesso piccole cose come il naso di Cleopatra hanno cambiato il corso della storia. Quasi certamente non c'è niente di vero, si tratta di aneddoti inventati da storici per divertimento durante il relax.



Oscar Wilde

scendente da un'antica famiglia del Delfinato, che aveva dato alla Francia consiglieri di Stato, vescovi, cardinali, ammiragli, nonché generali che avevano sconfitto, fra gli altri, i Savoia e Napoleone, nella fase finale della Rivoluzione Francese, per prudenza, emigrò a Londra e andò ad abitare a Richmond in una villa vicina al Tamigi. Il suo piccolo giardino confinava con quello grande e bellissimo di un gentiluomo londinese che, ogni giorno di primo mattino e sul far della sera passeggiava nei prati con aria pensosa.

La signora lo notò e restò colpita dall'eleganza della sua figura e del suo portamento. Con un po' di imbarazzo, quasi ogni giorno restava a guardarlo da lontano per tutto il tempo che passeggiava. Si disapprovò molto quando non seppe resistere alla tentazione di guardarlo, di nascosto, con un binocolo da teatro col quale poté notare, emozionata, il suo volto e la tenerezza del suo sguardo. Il poterlo ammirare a lungo le dava un'emozione mai provata prima di allora. La signora, per opportunità politica, non usciva mai di casa, il gentiluomo, pur consapevole del suo interesse, non osò mai inviarle messaggi.

L'emozione divenne conturbante il mattino in cui notò che anche lui, credendosi non visto dietro le alte camellie, la guardava con un binocolo uguale al suo.

Lei nascose il proprio con destrezza, ma non passò molto tempo prima che entrambi provassero piacere nell'osservarsi lungamente, specialmente a sera, con le ultime luci. Si sentivano vicini, leg-

gevano i loro sguardi anche a cento metri di distanza.

Il loro muto corteggiarsi aumentò durante l'estate grazie ai salotti posti a fronte che restavano illuminati fino a notte inoltrata. Entrambi suonavano il piano in un romantico dialogo notturno celato da grandi tende. Quasi ogni giorno la cancellata che divideva i giardini era adornata da rose, tuberose, viole e soprattutto resede dai grandi fiori gialli.

L'autunno spogliò molti alberi, ma i fiori si rinnovarono finché non cadde la neve.

Nell'inverno la signora tornò a Parigi. Non si incontrarono mai. A primavera le resede biennali non fiorirono e al gentiluomo mancarono i notturni musicali. Madame de la Tour raccontò dopo molti anni la storia del silenzioso flirt ad un amico letterato che lo scrisse per una rivista letteraria.

Dopo alcuni mesi le arrivò una tenera lettera da Londra del riservato gentiluomo del giardino accanto, che essa tenne segreta per sempre.

Ha scritto Oscar Wilde che la differenza fra il flirt e l'amore è che il flirt è più profondo e dura di più.



di **Salvatore Milito**

'O ccafé suspiso

Forse l'arte dell'arrangiarsi non è nata a Napoli ma è lì che si è espressa nelle forme e nei modi più originali. La storia ha portato la città ad incarnare al meglio il detto "La miseria aguzza l'ingegno". E a Napoli la miseria è endemica tra i più emarginati che popolano i vicoli del centro storico e i suoi *vasci*, fonti di ispirazione per il teatro dei Viviani, degli Scarpetta e dei De Filippo e per le macchiette di Totò.

Dall'atavica povertà di molti napoletani è nata anche l'inventiva alla quale si devono molti mestieri insoliti e bizzarri, tipici della città. Tra quelli di una volta, emblematici dell'indomita voglia di sfangarla, c'erano quello dello "sciuscià", scugnizzo lustrascarpe appena uscito dall'infanzia; quello d'O'Guaratellaro (oggi arte vera, svolta da pochi), che fabbricava marionette ("guaratelle" in napoletano) per i saltimbanchi; quello della Aulivara, che girava per le stradine con una bigoncia di olive di cui misurava la quantità da vendere con un "mesuriello"; quello detto 'O Passalave, che portava in spalla, a pagamento, i cittadini che nei giorni di pioggia non volevano bagnarsi i piedi nelle pozze. Tra quelli più popolari c'era anche il mestiere del caffettiere ambulante col suo contenitore pieno di caffè e che nei vicoli esclamava: "'O caffettiere cammina, Genna' ", o Rafé o Ciro o Carmela, a seconda del santo del giorno.

Il caffè è da sempre parte integrante del-



Lustrascarpe

la cultura partenopea. E solo lì poteva nascere un'usanza che sa di estro e fantasia e che sta tra l'opera di buona coscienza e la fedeltà alla tradizione locale di solidarietà. Si tratta del caffè sospeso, consuetudine nata a metà ottocento, con lo scopo di dare un momento di sollievo e di piacere a chi la tazzulella non se la poteva permettere. Bastava a un povero cristo entrare in un bar e chiedere: "C'è nu suspiso?", che era la tazzina già pagata dal precedente avventore ad uso e consumo di chi sarebbe entrato nel locale dopo di lui. La tradizione era in declino ma in occasione del 150° anniversario della sua attività il Gran Caffè Gambrius, tempio in stile liberty dell'espresso napoletano, l'ha rimessa in auge. In una caffettiera gigante con spiegazioni in sei lingue posta all'ingresso del lo-

cale, chiunque, dopo aver consumato al bar, può inserire uno scontrino col prezzo di un caffè pagato a beneficio di un ignoto bisognoso.

Napoli è abituata a mietere elogi ma anche "stroncatore" alle quali risponde con uno sfrontato "fòttetenne!" rivolto a sé stessa e riassunto nei versi della canzone di Peppino Fiorelli: *"Basta ca ce sta 'o sole / Ca c'è rimasto 'o mare / [...] / Chi ha avuto, ha avuto, ha avuto / Chi ha dato, ha dato, ha dato / Scurdammoce 'o passato / Simmo 'e Napule paisa!"*.

Con le sue bellezze naturali e architettoniche, il suo folclore, la sua cultura, le sue splendide opere d'arte (una fra le tante: il Cristo velato di Giuseppe Sammartino, strabiliante per virtuosismo tecnico e sensibilità creativa), Napoli avvince e seduce. Ma non manca di concertare il cronico degrado

urbanistico e sociale di alcuni suoi rioni che hanno ancora "da passa' 'a nuttata".

La trovata benevola del caffè sospeso, ingegnosa, immediata nei suoi effetti, è figlia della commiserazione per l'umano stento; è mano tesa ad un estraneo di cui s'immagina l'esistenza di privazioni; è l'occasione data all'escluso di assaporare quel piacere minimo che senza lo scontrino gentile potrebbe adocchiare la tazzina solo da lontano, come in questo aneddoto, improbabile oggi ma verosimile fino a qualche decennio fa: un papà povero al figlio: "Se fai il bravo stasera passiamo davanti al Gambrius e ti faccio vedere i signori mentre mangiano il gelato!". Il caffè sospeso, simbolo della creatività napoletana ed espressione della sua anima più genuina, è stato anche adottato, per la sua essenza umana e per la sua vocazione globale, da molte città di molti paesi. Il fenomeno si è allargato anche ad altri prodotti di consumo. E così ora esistono la "pizza sospesa", a Napoli ma non solo, in Francia la "baguette sospesa", in Giappone il "sushi sospeso", un po' dappertutto il "libro sospeso", e così via.



Messico e nuvole

Cantava il dottor Jannacci con un fondo di malinconia, ma laggiù rispondono sempre con orgoglio e allegria “de Mexico no hay dos”. In effetti è un paese unico: con oltre 100 milioni di abitanti in crescendo, con lo spagnolo lingua ufficiale, essendo stato colonia dai tempi di chi non vedeva tramontare il sole sul suo regno, Carlo V, fino alla Revolucion e all’Independencia del XIX secolo, ma con 62 idiomi indigeni parlati ancora oggi dal 7% della popolazione con tradizioni indie; una mescolanza razziale, il meticciato, dominante forse per il 70% del totale, che rende ragione della nuova personalità assunta da quei neolatini. Non hanno più solo l’orgoglio di un popolo derivato dall’antica Roma, né quello dei caballeros e hidalgos, spesso non temperati dall’ironia e dall’autocritica, ma sono una nazione affatto nuova, orgogliosa della propria storia, nata dall’assimilazione di tante culture e rinata con una nuova filosofia, senza l’affanno di lotte per avere di più. Non angustiarsi oggi per fare ciò che si può fare domani, non vivere per lavorare bensì l’inverso, lo ripetono scherzosamente, ma lo praticano. Però sono anche vigili che qualche testa ideologica non turbi la loro pace conquistata con i Madero e i Pancho Villa.

Ricordo una vignetta su un loro giornale di molti anni fa: due messicani ac-



covacciati e avvolti nel caratteristico poncho, con il sombrero che copriva il volto e la siesta, l'uno si rivolgeva all'altro: "oje Pedro, que son lo tranquilantes?" (cosa sono i tranquillanti?). L'ansia infatti in quel paese non era ciò che era frequente nello straniero, non solo tra i molti che si accontentavano di poco, tortillas e fagioli, né fra i privilegiati con abitudini copiate dagli europei, e nemmeno tra i molti che guardavano a nord, agli odiati e ammirati gringos. Per tutti la filosofia del "no te apures", non affannarti, era la stessa.

Non so se dagli anni cinquanta, quando c'ero per imparare il mestiere di cardiologo, le cose siano cambiate. La popolazione è triplicata, c'è la maledetta droga dei famigerati "cartelli" e la contestata frontiera con gli USA, ma sono convinto che quello spirito meraviglioso formatosi durante seco-

li di vita nuova, di progressivo incrocio con chi c'era prima, sia rimasto lo stesso e continui a dare quello che i loro confidenti chiamano "new deal", ma che per i messicani è diverso, non arrogante, con la convinzione di avere la verità infusa, ma un differente modo di vivere. Che discende probabilmente da cromosomi di civiltà differenti, che dopo essersi combattuti ad armi impari si sono amati e hanno creato anche un modo nuovo di interpretare il progresso scientifico e di diffonderlo. Come in quell'Istituto di Cardiologia che Ignacio Chavez volle 80 anni fa per curare la cardiopatia reumatica, allora un flagello per il suo popolo e uno dei retaggi involontari trasmesso dagli antichi conquistadores. Diceva il filosofo Martin Heidegger "coloro che creano non sono ancora coloro che fondano", proprio come Chavez e i suoi collaboratori che, dopo

tanti geni creatori, hanno fondato un modo nuovo di curare e di insegnare.

Ho ripensato a tutto ciò mentre in pensione da anni sto leggendo nelle riviste cardiologiche i progressi ottenuti nella conoscenza e nella cura delle cardiopatie, che nel frattempo sono anche aumentate di numero, si diagnosticano e si curano sempre meglio, ma con un peso economico, organizzativo e di impegno psicologico che rendono medici e pazienti più ansiosi e preoccupati. Oggi, rispetto ai tempi del dottor Chavez, che pareva avesse la bacchetta magica, siamo arrivati a traguardi ancora più egregi: alle rianimazioni complesse con defibrillatori e pacemakers, ai trapianti, alle ablazioni e ad affrontare perfino le morti improvvise, che ci sfuggono da tutte le parti per la loro imprevedibilità. La nuova genetica poi ci impone soluzioni ardite, più ricche di speranze che di risultati. Mentre la prevenzione contro i fattori di rischio ci rincorre con fatica per ricondurci sulla retta via. Gli esami del sangue e la tecnologia più sofisticata ci stanno studiando da ogni parte, quasi un'autopsia virtuale. Perfino la troponi-





Istituto di cardiologia Ignacio Chavez (Città del Messico)

na, una sostanza che esce dalle cellule del cuore in sofferenza di ossigeno, come nell'infarto, se aumenta anche di poco nel sangue dopo lunghissime camminate, tipo maratone (da 30 a 55 km), è un indicatore di future cardiopatie e di mortalità precoci secondo uno studio olandese pubblicato su *Circulation* di settembre 2019. Eseguita non nei ragazzi, precisano, e aggiungerei per fortuna, ma negli anziani dai 54 ai 69 anni (media 61). Una ricerca di certo interessante e di alto rigore scientifico, ma a mio nonno agricoltore e di costumi sobri non gli

sarebbe mai passato per la testa di verificare la sua performance fisica con una camminata da giovani alpini, lui addirittura ex bersagliere. Diceva "ogni frutto alla sua stagione", sicché il riscontro di una qualche bacatura in quei 725 partecipanti al dosaggio della troponina dopo una sfaticata del genere gli sarebbe parsa, così come modestamente a suo nipote, la scoperta dell'acqua calda o fredda.

Ma sono certo che anche ai messicani non sarebbe mai venuta in mente, perché loro quell'ansia di scovare in ogni particolare delle nostre reazio-

ni fisiologiche il futuro medico e la durata della vita, quasi un oroscopo, non ce l'hanno. È volata via, direbbe una nemesis storica cara al Carducci, con "la paloma", la canzone che cantarono il giorno in cui con la stessa spensieratezza fecero volare l'anima di un imperatore impostogli da anacronistici colonizzatori, il "puro, forte e bello" Massimiliano d'Asburgo. Scusate il paragone ardito, ma credo che anche nella scienza medica, così come in politica, la ricerca dovrebbe rimanere ancorata e finalizzata il più possibile all'uomo e alle sue "magnifiche sorti e progressive".



di Paola Giovetti

Bernard Le Bovier de Fontenelle e la pluralità dei mondi

Il protagonista di questo articolo, Bernard Le Bovier de Fontenelle, che chiameremo semplicemente Fontenelle, è un personaggio unico nel suo genere. Letterato e poeta, pur non essendo propriamente uno scienziato fu uno straordinario divulgatore scientifico, anzi il primo divulgatore scientifico così come oggi lo intendiamo.

Fontenelle nacque a Rouen nel 1657. Figlio di un avvocato e della sorella del drammaturgo Pierre Corneille, studiò presso i Gesuiti che di lui lasciarono questo giudizio: "Giovane perfetto sotto ogni riguardo". Visse una vita lunghissima e tranquilla, senza ansie e senza problemi. Appena ventenne esordì con poesie e saggi che lo resero presto noto; trasferitosi a Parigi, visse sereno, idolo dei salotti e delle signore, amabile, moderato, pacato. Già a 34 anni, nel 1691, fu accolto nell'Accademia Francese e pochi anni dopo nell'Accademia delle Scienze di cui divenne segretario perpetuo. Da allora fu il personaggio più rilevante della società francese, mediatore fra scienza e letteratura, divulgatore chiaro e piacevole. Il suo libro più importante, *Entretiens sur la pluralité des mondes* (Conversazioni sulla pluralità dei mondi), scritto ad appena 29 anni nel 1686, aveva decretato la sua



Bernard Le Bovier de Fontenelle

fama. Scrisse anche varie altre opere tra cui *Elogi degli Accademici*, una raccolta di ritratti descritti senza enfasi, con pacatezza e piacevolezza letteraria, attraverso i quali si rivive la storia del sapere scientifico della seconda metà del Seicento e della prima del Settecento. Divenne poi membro onorario della Royal Society di Londra, dell'Accademia delle Scienze di Berlino e dell'Accademia Arcadia di Roma.

Col suo garbo, la sua ironia e il suo acume Fontenelle aprì la strada a Voltaire e all'epoca dei Lumi. Chi gli succedette all'Accademia delle Scienze disse di lui: "Fece qualcosa di più che essere felice, abituò i contemporanei alla vista della sua felicità e se la fece perdonare". Perfetto uomo di mondo, raffinato e cordiale, amava piacere e soprattutto non voleva dispiacere. A quasi cento anni rivolse questo complimento a una bella signora: "Ah madame, se soltanto avessi di nuovo i miei ottant'anni!"

Fortunato fino all'ultima ora: si spense infatti un mese prima di compiere cento anni, senza un male, senza una sofferenza, "per la sola necessità di morire".

E adesso l'opera. Apparsa nel



1686, *Conversazioni sulla pluralità dei mondi* rappresentò una novità assoluta: offriva infatti un pensiero scientifico esplorato di recente, ben poco conosciuto e per di più quasi clandestino: la famosa ritrattazione di Galileo Galilei dinanzi al Sant'Uffizio era ancora molto vicina (1633) e influiva sugli animi, sempre attirati da ciò che è proibito. Galileo, come è noto, sosteneva la teoria eliocentrica di Copernico in opposizione alla teoria geocentrica sostenuta dalla Chiesa, asseriva cioè che il Sole è fermo, che la terra e gli altri pianeti ruotano intorno a lui, che l'universo è infinito, che il Sole è una stella tra le più piccole, una tra i milioni e milioni di altre stelle. In base a questa teoria la terra non era più il centro dell'universo, con tutte le conseguenze del caso, e

in questo sterminato universo altri pianeti potevano in teoria essere abitati.

Concetti oggi ovvii, ma non al tempo di Fontenelle. Il quale certamente non fu lo scopritore di tutto questo, ma fu colui che lo spiegò con parole piane, con arguzia e chiarezza ai suoi contemporanei, che ne sapevano poco o niente. Suo il grande merito di avere messo a disposizione di tutti - senza bisogno di calcoli complicati - ciò che fino a quel momento era stato patrimonio solo dei sapienti. Il suo libro si legge con divertimento, i concetti scientifici - oggi spesso superati - sono rivestiti in una forma letteraria e filosofica di prim'ordine che assicurò subito all'opera uno straordinario successo.

Come dice il titolo stesso, il libro è scritto sotto forma di conversazioni tra Fontenel-



Nilo

le e un'immaginaria marchesa, nella cui casa di campagna Fontenelle è ospite. "Nelle conversazioni", leggiamo nella prefazione, "ho messo una donna che impara man mano e che non ha mai sentito parlare di simili cose. Credo che la finzione giovi a incoraggiare le dame con l'esempio di una donna che, non superando mai i limiti di una persona digiuna di qualsiasi infarinatura scientifica, comprende tuttavia quanto le si dice e ordina nella sua mente, senza confusione, i vortici e i mondi. Non vedo perché dovrebbero esserci donne da meno di questa immaginaria marchesa..."

Come si vede, Fontenelle fu un grande estimatore della donna, in qualche modo un femminista *ante litteram*.

Della marchesa Fontenelle non dice molto, ma si capisce che ella è giovane, intelligente e dotata di uno spirito tutto francese che le consente di

tener brillantemente testa al suo galante interlocutore. Le conversazioni si svolgono di sera, nel corso di passeggiate nel parco: insieme, la marchesa e il suo ospite ammirano la luna e il cielo stellato e le riflessioni sull'universo e sui mondi forse abitati vengono come naturale conseguenza. La marchesa si mostra curiosa e chiede al suo ospite di raccontarle di più; e poiché lui esita temendo di annoiarla, lei insiste finché lui acconsente: "Voi, signora, siete così disposta a intendere tutto ciò che voglio dirvi che credo non mi resti altro che alzare il sipario e mostrarvi il mondo".

E comincia raccontando alla signora le origini dell'astronomia e spiegando che le prime nozioni in questo campo si devono "agli antichi pastori della Caldea, i cui grandi ozi generarono le prime osservazioni a fondamento dell'astronomia. L'astronomia è nata quindi in

Caldea e si dice che la geometria nacque in Egitto, dove le inondazioni del Nilo che cancellavano i confini dei campi furono causa che ognuno volle inventare misure esatte per distinguere il campo proprio da quello del vicino. Quindi l'astronomia è figlia dell'ozio, la geometria dell'interesse, e se la poesia fosse in argomento, troveremmo che probabilmente è figlia dell'amore".

E poiché la marchesa aderisce alla teoria in base alla quale la Terra sta, ben ferma e in riposo, al centro dell'universo mentre tutti i corpi celesti, tra cui la Luna e il Sole, "si dan cura di girarle intorno illuminandola", Fontenelle le spiega la teoria di Copernico, al quale si dice grato "per aver umiliato la vanità degli uomini che si eran situati nel punto più bello dell'universo, e son contento di veder presentemente la Terra confusa nella folla degli altri pianeti".

E appunto perché, come osserva la marchesa, il sistema copernicano risulta umiliante per l'uomo, nonché invisibile alla Chiesa, Fontenelle spiega che "Copernico stesso che dubitava molto del successo della sua opinione stette moltissimo tempo incerto se pubblicarla, e quando infine si risolse

fu per le preghiere di persone ragguardevolissime. Ma il giorno che gli portarono il primo esemplare stampato del suo libro, sapete che fece? Morì. Non si sentì di sopportare tutte le prevedibili contraddizioni, e si disimpegnò abilmente”.

Tutta l'opera di Fontenelle è scritta in tono serio e insieme leggero. Parlando della Luna e degli altri corpi celesti conosciuti al tempo suo (Venere, Mercurio, Marte, Giove e Saturno), e della possibilità che essi siano abitati, Fontenelle osserva che non è logico che solo la Terra lo sia, mentre gli altri pianeti che sono della sua

stessa natura non lo sarebbero, e scrive: “Vediamo che tutti i pianeti sono di identica natura, corpi opachi che ricevono luce dal Sole riflettendosi reciprocamente e che hanno tutti gli stessi movimenti. Fin qui tutto è uguale, e nonostante questo bisognerebbe pensare che quei grandi corpi furono fatti per non essere abitati e che tale è la loro naturale condizione; mentre ci sarebbe un'eccezione e a favore della sola Terra. Chi vuol crederlo lo creda; per me, non mi ci so risolvere”.

Con parole ed esempi semplici e chiari Fontenelle spiega

alla marchesa la rotazione della terra su se stessa e intorno al Sole: “Avete mai notato come una palla che rotolasse lungo questo viale avrebbe due movimenti? Essa andrebbe verso il fondo del viale e nello stesso tempo ruoterebbe più volte su se stessa, di modo che la parte della palla che ora è in alto discenderebbe in basso e viceversa. La Terra fa la stessa cosa”. “Questo è molto divertente”, replica la marchesa, “la Terra si affatica e il Sole non fa nulla...” “La marchesa tuttavia”, scrive ancora Fontenelle, “si disse convinta che il sistema dell'immobilità della Terra era buono per chi aveva voglia di crederci, ma non affatto persuasivo, e perciò fu deciso che noi ci saremmo attenuti a quello di Copernico, come al più uniforme e piacevole”; e aggiunge che la mattina dopo, “non appena fu lecito entrare nell'appartamento della marchesa mandai a domandarle se aveva potuto dormire girando. Mi fece rispondere di essersi già assuefatta al moto della Terra e di aver passato tranquillamente la notte quanto nemmeno lo stesso Copernico”.

Non è possibile riportare tutto quanto si dissero Fontenelle e la marchesa nel corso del-





le loro passeggiate serali nel parco, anche se sarebbe divertente e piacevole; vale però la pena di dire qualcosa di ciò che fu detto circa la possibilità che i pianeti siano abitati al pari della Terra: “Non smetto di pensare che sarebbe molto strano ritenere la Terra abitata, come è, e gli altri pianeti del tutto privi di abitanti... “. Abitanti, precisa Fontenelle, che sarebbero naturalmente assai diversi da noi: “Probabilmente le differenze aumentano a misura che ci si allontana; e chi vedesse un abitante della Luna e un abitante della Terra riconoscerebbe che essi appartengono a due mondi più vicini che non un abitante della Terra e un abitan-

te di Saturno. Qui per esempio abbiamo l’uso della parola; altrove si parla per segni, più lontano non si parla affatto... Si dice che a noi potrebbe mancare un sesto senso naturale che ci farebbe conoscere tante cose che ignoriamo; probabilmente questo sesto senso è in un mondo dove manca qualcuno dei sensi che noi possediamo. Fors’anche esiste un gran numero di sensi naturali, ma nella divisione fatta con gli abitanti di altri pianeti a noi ne toccarono soltanto cinque, dei quali ci contentiamo, non conoscendone altri...” Il Sole però non sembra poter ospitare la vita, ed è un peccato, dice Fontenelle, “perché l’abitazione sarebbe bella e situata al

centro del mondo e si vedrebbero i pianeti girare regolarmente intorno, mentre qui noi del loro corso vediamo una infinità di bizzarrie dato che non siamo nel luogo più adatto per ben giudicare, cioè al centro del loro movimento. Non vi par seccante che ci sia un solo luogo al mondo da cui lo studio degli astri può riuscire estremamente facile, e che proprio in quel luogo non ci sia nessuno?”

Con saggezza, da uomo mite e conciliante, Fontenelle propone la sua opinione che altri pianeti possano essere abitati senza farne un dogma: “Per me, quantunque creda abitata la Luna, non interrompo le relazioni di buona armonia con coloro che la credono disabitata e mi governo in modo da potermi onorevolmente schierare con la loro opinione se avesse il sopravvento...”

Nessuna meraviglia che un simile testo abbia incontrato al tempo suo un enorme successo che durò per tutto il Settecento. E vale la pena di ricordarlo oggi. *Conversazioni sulla pluralità dei mondi* esiste in edizione italiana: io ne ho trovata copia attraverso Amazon, Valentino Bompiani Editore 1945.

Ecologia dello spirito

LA FATICA DI VIVERE

Dice la Bibbia: "...maledetto sia il suolo per causa tua... Con fatica ne trarrai nutrimento per tutti i giorni della vita.

Con il sudore del tuo volto mangerai pane".
Ma benedetta sia la fatica del tuo pensiero, quando, guardando verso le stelle, ne leggerai il Mistero.

B.D.



Raffaello Sanzio. Enea fugge da Troia in fiamme, insieme al figlio, con il padre sulle spalle.



Il figlio si riposa dall'immane fatica di trasportare sulle spalle il padre, verso una dimora meno disperata.

di Filippo Stazi

Quadri e Salute



La peste è un dipinto a tempera di 149 x 104 cm eseguito da Arnold Böcklin nel 1898.

Arnold Böcklin, uno dei maggiori esponenti del simbolismo tedesco, nacque il 16 ottobre 1827, a Basilea, in Svizzera. Figlio di un noto mercante di sete, nonostante l'opposizione del padre, a 18 anni, decise di partire per l'Europa mantenendosi esclusivamente con la vendita dei suoi quadri. Nel 1850 si recò a Roma dove trovò l'ispirazione che avrebbe fecondato tutta la sua vita di artista. Nel 1853 sposò Angela Pascucci, un'orfana romana 17enne, di bellezza pari alla devozione e al coraggio, che gli rimase accanto tutta la vita e che gli diede ben 12 figli. Soggiornò a Firenze dal 1874 al 1885 in quello che fu il suo periodo più attivo e nel 1892, colpito da un ictus, tornò in Italia acquistando una villa a Fiesole, dove morì il 16 gennaio 1901. Fu sepolto a Firenze al cimitero evangelico.

Böcklin fu inizialmente un paesaggista ma successivamente concesse spazi sempre più ampi alle suggestioni evocative del proprio inconscio, iniziò ad usare la tempera e altri materiali per ottenere una superficie pittorica priva di pannel-

late e le sue opere si incentrano principalmente sulla rappresentazione di personaggi e luoghi mitologici, con un richiamo ossessivo per la morte. Il suo stile si fece progressivamente più cupo e carico di misticismo, visionario, animato da una fertile vena fantastica. Molte delle sue opere tarde raffigurano incubi di guerra, la peste e la morte. La sua opera maggiore è senz'altro *L'Isola dei Morti*, di cui dipinse 5 versioni, motivo di ispirazione, fra l'altro, per pittori surrealisti come Max Ernst e Salvador Dalí. Adolf Hitler acquistò attraverso un'asta la versione del 1883 e non se ne staccò fino alla fine dei suoi giorni. Alla fine del secolo era considerato il più eminente pittore tedesco ma l'ascesa dell'impressionismo ne minò presto la fama.

La peste è una delle sue opere più oscure e drammatiche e rappresenta il lato crudo e spietato della morte. Un'implacabile creatura delineata in forma di scheletro femminile cavalca un'orrida bestia alata simile a un pipistrello. Le fattezze rimandano a quelle della Sfinge/Peste siracusana, vestita interamente di nero con lunghi capelli aggrovigliati e il volto di-

pinto con tratti scheletrici.

Essa diffonde il morbo mortale sorvolando una città medievale nelle cui vie si distinguono cadaveri e persone ancora vive in fuga. Il riferimento storico è la pandemia della Peste nera che flagellò l'Europa nel XIV secolo. Nel dipinto di Böcklin l'antica iconografia medievale si coniuga alla livida atmosfera generata da una tinta indefinita, un amalgama tra il verde e il grigio da cui scaturisce un aere giallastro. La scelta delle cromie rimanda all'idea di decomposizione e ai miasmi pestilenziali, spicca poi il nero delle ali da chiroterro del mostro che la Morte cavalca nel suo volo micidiale.

L'opera riflette l'ossessione dell'artista per la morte, legata anche alla perdita prematura di otto dei suoi figli ed all'aver personalmente conosciuto, in due diverse occasioni, la tremenda esperienza dell'epidemia: nel 1855 a Roma, dove si era diffuso il colera e l'artista e la moglie si ammalarono e nel 1873, quando il colera aveva infuriato a Monaco e Böcklin era stato costretto ad abbandonare la città con i suoi per cercare rifugio in Italia a Firenze.

La peste è oggi in mostra al Kunstmuseum di Basilea.



Le ondate di calore e le temperature estreme di Roma

L'OMS ha valutato che le ondate di calore hanno rappresentato nel 2015-2019 il pericolo meteorologico più letale determinando nuovi record di temperatura in Europa, Nord America, Australia e il rischio igienico sanitario dato dall'aumento di temperatura è aumentato dal 1980, con circa il 30% della popolazione mondiale esposta a temperature possibilmente mortali almeno per 20 giorni all'anno (1). Il rapporto dell'OMS-UNFCCC e del Ministero della Salute "Climate and Heat Country Profile", stima per l'Italia un incremento delle temperature entro il 2100, fra +5,1°C e 1,6°C a seconda degli scenari previsti. Il Bel Paese nel panorama internazionale, per il caldo registra le mortalità più elevate con una certa variabilità tra le città dovute al clima locale e all'esposizione della popolazione. L'invecchiamento della popolazione, l'aumento del disagio sociale, la mancanza di occupazione o di reddito sufficiente sono fattori che aumentano la percezione del caldo. Le mortalità date dal caldo variano anche in base alla mortalità dell'inverno trascorso. La stessa popolazione che risente dell'aumento del caldo è vulnerabile alle epidemie influenzali, ondate di freddo, picchi di smog (2). Ai fini del rischio da calore, sono utilizzati diversi indicatori in cui la temperatura è associata ad altri parametri: Heat Index (HI), utilizzato in USA considerando temperatura e umidità relativa; Net Effective Temperature (NET) che calcola temperatura, velocità del vento e umidità relativa; Wet-Bulb Globe Temperature (WBGT) che utilizza i dati di temperatura, umidità, velocità del vento e radiazione, impiegato negli ambienti di lavoro.

Uno studio dell'ISS e della Fondazione Meteo Milano svolto per valutare i cambiamenti climatici nelle aree urbane, è stato effettuato nel periodo giugno-agosto 2017 utilizzando l'indice bioclimatico Humidex, considerando il numero di giorni e di ore con Humidex ≥ 40 , temperatura e umidità in un calcolo che considera la temperatura percepita (3). La ricerca evidenzia come il solo parametro della temperatura non è esaustivo della valutazione del rischio.

Città	Giorni con Humidex $\geq 40^{\circ}\text{C}$	N.ore Humidex $\geq 40^{\circ}\text{C}$	Humidex orario max assoluto ($^{\circ}\text{C}$)	Temperatura oraria max assoluta ($^{\circ}\text{C}$)	Umidità relativa oraria max assoluta (%)
Milano Centro	6	22	41,3	37,8	84,7
Milano Bicocca	6	28	41,3	37,8	83,6
Torino	1	6	41,5	35	86,1
Genova	0	0	36,3	32,6	83,3
Venezia	3	16	41,5	34,5	85
Bologna	9	51	43,8	40,2	86,3
Faenza	10	45	44,3	41,1	83,9
Firenze centro	5	15	42,7	40,9	79,5
Firenze est	3	12	42,2	40,2	84,7
Roma Mazzini	3	7	41,7	38,1	86,3
Roma Termini	4	8	42,3	38,2	80,2
Napoli	3	8	41	35,6	87,5
Lecce	6	21	42,5	39,6	81,7
Palermo	4	10	41,4	39,5	80,7

Fonte: Rapporto Istisan 19/13. Cambiamenti climatici in area urbana: casi di studio in alcune città italiane.

Fattori che influenzano il rischio di patologie associate al caldo

Fattori che influenzano il comportamento

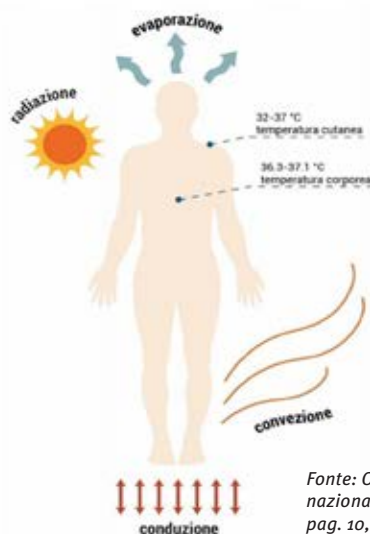
- deficit fisici o cognitivi
- malattie psichiatriche
- età 0-4 anni

Fattori che aumentano la produzione di calore

- attività fisica
- attività all'aperto
- uso di farmaci

Fattori che influiscono sulla gittata cardiaca

- malattie cardiovascolari
- malattie respiratorie
- uso di farmaci



Fattori che riducono il volume plasmatico

- diarrea
- pregresse patologie renali o metaboliche
- uso di farmaci

Fattori che influenzano la sudorazione

- disidratazione
- età avanzata
- diabete, sclerodermia
- fibrosi cistica
- uso di farmaci

Fonte: OMS 2008/2011; ministero della Salute, CMCC piano nazionale di prevenzione degli effetti del caldo sulla salute, pag. 10, Luglio 2019

Temperature estreme di Roma

Le autorità sanitarie rispetto ai cambiamenti climatici, per la relazione fra clima e salute hanno posto particolare attenzione ai centri urbani ove per l'aumento dell'antropizzazione, il consumo del suolo, la crescita della densità di popolazione si registra un'anomalia di temperatura, l'isola di calore, (Urban Heat Island-UHI), per la temperatura spesso superiore al territorio rurale vicino. È stimato che risiedere nelle aree più calde della città sia un fattore di rischio che aumenti la sensibilità alle ondate di calore. Ai fini della prevenzione è utile identificare le aree più calde per conoscere il possibile rischio sanitario dato dalle onde di calore e dai dati di inquinamento atmosferico. Arpa Lazio e il Dipartimento di Epidemiologia della Regione Lazio, con il finanziamento del Ministero della Salute hanno fatto una ricerca dal 1 luglio 2018 al 30 aprile 2019, all'interno del GRA di Roma, con l'impiego dei dati satellitari e delle misure a terra dei dati chimici e fisici per ottenere un sistema integrato di allarme per inquinamento atmosferico e ondate di calore. Il monitoraggio ha previsto 39 aree di osservazione e per lo studio della isola di calore sono stati individuati tre siti, centro storico, rurale e suburbano.

L'isola di calore si caratterizza nel tardo pomeriggio raggiungendo il picco nella notte, con le aree rurali che si raffreddano naturalmente, mentre l'area urbana, a causa della propria temperatura e della rugosità degli edifici, conserva una turbolenza residua. Il sito urbano e suburbano di notte hanno temperature più elevate rispetto a quelle rurali (4). I municipi osservati sono stati 12, con l'utilizzo di 30 sensori termometrici posti sui balconi e 9 sonde multi-parametriche delle stazioni di inquinamento atmosferico.

L'indicatore notti tropicali esprime il numero di giorni con temperatura minima superiore a 20°C. L'indicatore notti estive calde esprime il numero di notti con temperatura minima superiore al 90°percentile della statistica delle minime giornaliere sul periodo climatologico di riferimento. L'indicatore giorni estivi caldi indica il numero di giorni con temperatura massima superiore al 90°percentile della statistica delle massime giornaliere sul periodo climatologico di riferimento (4). L'indice delle notti tropicali varia da un minimo di 23 (XV) a un massimo di 82 (XI), rilevando nel XI municipio che su 92 notti del monitoraggio (1/7-30/9) in ben 82 la temperatura non è mai inferiore a 20°C.

ROMA INDICI ESTREMI DI TEMPERATURA, 2018

Municipio	Notti tropicali	Notti estive calde	Giorni estivi caldi	Municipio	Notti tropicali	Notti estive calde	Giorni estivi caldi
I	62	37	42	VII	72	48	52
I	68	49	33	VII	56	30	43
I	76	58	30	VII	79	56	48
I	76	50	33	VII	54	32	35
I	75	54	46	VIII	72	50	35
II	77	49	43	VIII	56	30	39
II	46	27	18	VIII	59	37	32
II	26	13	46	IX	63	41	29
III	68	42	14	XI	67	43	31
III	61	35	25	XI	60	37	25
III	57	29	30	XI	77	52	24
III	29	11	30	XI	82	64	53
IV	57	31	49	XII	65	41	27
IV	74	47	23	XII	59	36	31
IV	55	30	47	XII	76	54	26
V	65	40	36	XIV	64	39	31
V	72	46	30	XIV	37	19	35
V	75	53	49	XIV	62	38	21
V	73	48	53	XV	47	22	32
				XV	23	11	37

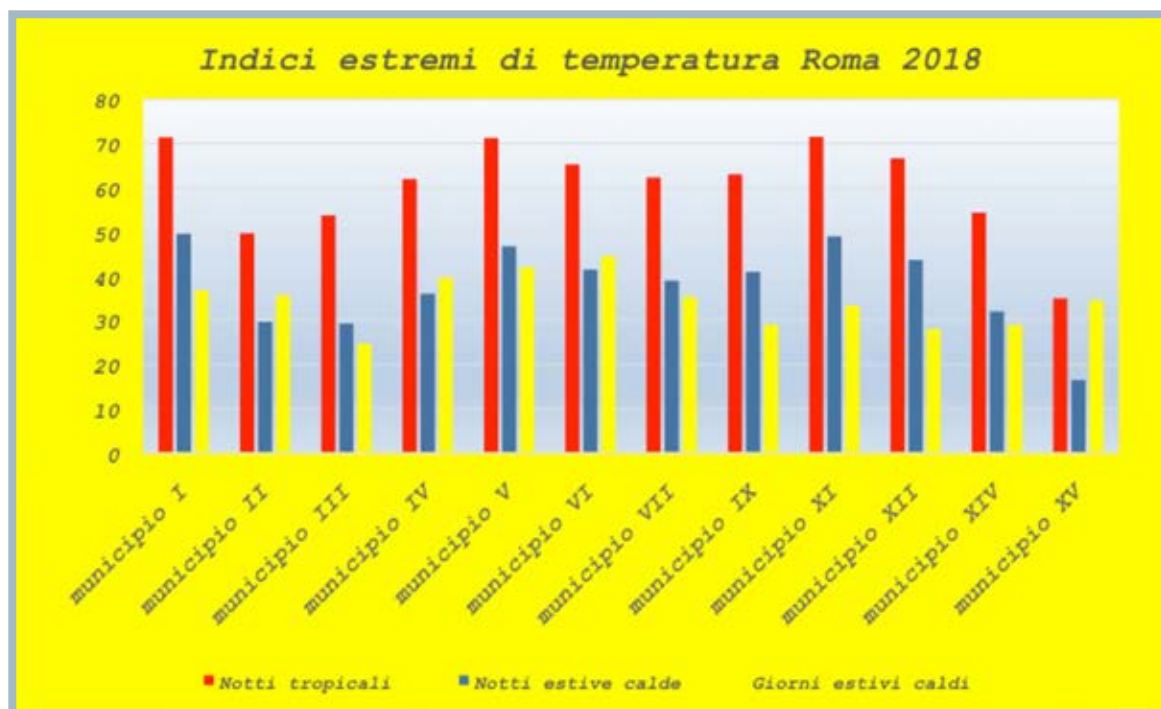
Fonte: BEA 2019/3, D.Occhiuto, S.Barberini, M.Ferrario, A.Di Giosa, F.De Donato, M.Stafoggia.

ROMA, TEMPERATURA, SUOLO CONSUMATO, DENSITÀ ABITATIVA

Municipio Roma	Notti tropicali	Notti estive calde	Giorni estivi caldi	Suolo consumato (%)2017	Densità abitativa (ab.Kmq) 2017
I	71	50	37	74,38	8.991,40
II	50	30	36	68,42	8.567,10
III	54	29	25	18,95	2.095,80
IV	62	36	40	39,17	3.611,70
V	71	47	42	63,11	9.207,40
VI	65	42	45	27,6	2.274,40
VII	62	39	35	52,02	6.714,80
IX	63	41	29	17,58	998,80
XI	72	49	33	27,7	2.183,80
XII	67	44	28	23,14	1.930,80
XIV	54	32	29	12,78	1.449,40
XV	35	17	35	14,34	858,70
Media	61	38	34	37	4074

Fonte: propria elaborazione su dati Arpa Lazio; BEA 2019/3; Comune di Roma, la popolazione 2017.

L'analisi dei dati evidenzia il riscontro significativo del suolo consumato, della densità abitativa con le criticità delle temperature nei municipi I, V e VII. Il monitoraggio rileva una media di 61 notti tropicali, 38 notti estive calde e 34 giorni estivi caldi. Il municipio XI pur con un suolo consumato (27,27%) e una densità abitativa di 2.183,8 ab/kq² registra il più alto numero di notti tropicali (72). Il II municipio con un suolo consumato (68,42%) e una densità abitativa di 8.567,10 ab/kq² consta di un numero inferiore di notti tropicali e notti estive calde rispetto ai municipi, I e V. Il VI municipio esprime il più alto numero di giorni estivi caldi e il municipio XV indica il numero inferiore di notti tropicali e notti estive calde.



Bibliografia:

1 - SNPA 22/4/2020;

2 - Ministero della Salute-CCM Piano Nazionale della Prevenzione degli effetti del caldo sulla salute, pag.6;

3 - Rapporto Istisan 19/13, Cambiamenti climatici in area urbana: casi di studio in alcune città italiane, ISS: Ferrari, Mancini, Avella- Osservatorio Meteo Milano: Lavecchia, Pilati, Turchiarulo, pag.11-13; ;

4 - Arpa Lazio (CRQA, A. Di Giosa, S. Barberini); BEA Bollettino 2019/3 (Temperature estreme ed inquinamento atmosferico: l'area urbana di Roma).



di Franca Marani

Alonyssos, un paradiso incontaminato

Mare, brezza, sole: il traghetto solca le acque blu cobalto in un limpidissimo giorno d'estate in cui il disco fiammante dardeggia senza nubi in un compatto cielo azzurro terso. Mi lascio cullare dal movimento della barca, inebriandomi di luce e respirando profumo di salsedine, quando sento un grido: "I delfini!" Subito tutti ci assiepiamo sulla fiancata del traghetto per ammirare questi straordinari animali del mare che si tuffano e riemergono in un gioco senza fine quasi salutandoci gioiosamente il nostro arrivo, quindi ci accompagnano seguendo la scia come se avessero incontrato dei vecchi amici. Solchiamo il mare della Grecia, quel mare "da cui vergine nacque Venere"¹ in cui affondano le radici affascinanti miti, da quello del vecchio padre Egeo da cui ha desunto il nome dopo averlo accolto suicida a causa del dolore per la morte presunta del figlio a quello del poeta Arione salvato da un delfino dalle grinfie dei pirati². Magica Grecia, culla del mito, dell'arte, della poesia, della filosofia e della democrazia cui tanto deve il nostro presente!



La chiesetta di pietra antica, come incastonata in uno slargo piccolissimo.

¹ Ugo Foscolo, "A Zacinto"

² Atene deve inviare come tributo ogni anno al re di Creta, Minosse, sette fanciulli e sette fanciulle per darli in pasto al Minotauro, mostro mezzo uomo e mezzo toro nato dall'accoppiamento tra la moglie del re Pasifae ed un toro inviato da Poseidone, che si ciba di carne umana. Quell'anno Teseo, figlio del re di Atene, Egeo, volle far parte del gruppo dei giovani per tentare di uccidere il Minotauro. Egeo, trepidante per il figlio, si fece promettere che, se l'impresa fosse riuscita, al ritorno avrebbe sostituito le vele nere che issava la nave in segno di lutto con delle vele bianche. Teseo riuscì nell'impresa, ma, al ritorno, dimenticò di sostituire le vele e mantenne le vele nere. Egeo, scorgendole da lontano, pensò che il figlio fosse morto e per la disperazione si gettò in quel mare che da lui poi prese il nome. Arione, figlio di Poseidone e della ninfa Onea, era un citaredo abilissimo originario di Lesbo. Periandro, re di Corinto, dopo averlo invitato alla sua reggia godendo per parecchio tempo della sua arte, lo mandò in varie città della Sicilia e dell'Italia per far apprezzare la sua bravura. Ricco di denaro e di beni materiali, Arione volle fare ritorno a Corinto e noleggiò una nave e marinai corinzi per fare il viaggio. Durante la navigazione venne però assalito e gettato in mare dai marinai che volevano impadronirsi delle sue ricchezze. Mentre stava per cedere abbandonandosi alla morte providenzialmente un delfino, facendolo salire sul dorso, lo portò in salvo fino alla meta deponendolo sulla spiaggia. In tal modo, quando i marinai giunsero a Corinto fingendo che nulla fosse accaduto, furono smascherati e condannati.



Foca monaca, dal simpatico muso segnato dai caratteristici baffetti.

Ma, mentre sono immersa in questi pensieri, già in lontananza si profila l'isola dell'attesa: Alonyssos. Non è facile raggiungerla e per questo forse è ancora più desiderata; tante sono state altresì le informazioni sulla sua bellezza e particolarità che il cuore un poco teme il disinganno. Invece tutte le aspettative sono esaudite: un mare limpidissimo, di un blu che attraverso il turchese con varie sfumature si stempera nel verde fino a giungere alla trasparenza incolore dell'acqua di fonte là dove onde leggere si frangono con creste bianche di schiuma su due baie raccolte tra le rocce, come in un abbraccio, separate tra loro da una lingua di terra. Siamo a Marpounta, una penisola che ci regala il trionfo della rigogliosa macchia mediterranea rutilante di un uniforme colore variegato a coronare, dall'alto, le due baie: un verde fitto e compatto in cui si mischiano i toni oliva con il salvia opaco e il brillante verde intenso fino al verde cupo brunastro. L'approdo avviene come in un sogno, in mezzo a colori e profumi così intensi da stordire, immersi in un silenzio totalizzante e straniante che fa perdere la percezione dell'*hic et nunc*. Sarà proprio questa la cifra che accompagnerà tutta una vacanza da sogno: colori, profumi e silenzio, a scandire una vita lenta, assaporata istante per istante, vuoi accarezzati dai raggi del sole che giungono limpidi attraverso un'aria purissima, vuoi cullati da un mare d'incanto, di una trasparenza inaudita, che accarezza togliendo peso e consistenza al corpo. È il recupero del *terere tempus* dei latini, quell'assaporare il tempo che la frenetica vita di oggi ha fatto dimenticare in un vortice che sottrae il saper gustare la parte più preziosa della nostra esistenza.

Alonyssos è un'isola magica, un'isola rimasta integra mediante

la creazione di un Parco Marino che ne ha protetto e conservato il prezioso ecosistema. È la più lontana delle Sporadi, le *isole sparse*, le *isole irregolarmente disseminate*, come suggerisce l'etimologia, la più difficile da raggiungere e per questo la più intatta, simbolo della natura incontaminata. È un'isola in cui il tempo sembra essersi fermato, capace di stupirti ogni giorno per un paesaggio sempre uguale e sempre diverso, con improvvisi scorci di mare scoperti attraverso passeggiate solitarie su sentieri impervi, quasi montani, immersi nei profumi dal sapore antico dell'origano, del mirto, del timo e del ginepro. È un ambiente protetto che, oltre ai delfini, conserva nel suo Parco Naturale la presenza della foca monaca, dal simpatico muso segnato dai caratteristici baffetti, sovrastati da due occhi scuri e liquidi che ne fanno un animale curioso e particolare, una specie in



Tramonti spettacolari, in un trionfo di tutte le sfumature, dal rosso all'arancione, fino all'indaco, al violetto.

via di estinzione che qui viene tutelata e protetta. È un angolo di paradiso che offre tramonti spettacolari in un trionfo di tutte le sfumature che vanno dal rosso all'arancione fino all'indaco e al violetto mentre la palla di fuoco s'immerge lentamente nel mare per regalare poi purissime affascinanti notti stellate. Sulla vetta della collina, a sentinella, l'antica Cora distrutta dal terremoto e poi risorta in un'incantevole tarsia di cassette bianche e blu dal tetto piatto e dalle caratteristi-

che scalette, allietate dal viola delle rigogliose bouganvilles, nella cui struttura si mescolano i più svariati materiali: calce, legno, ceramica, ferro, in una fantasiosa sorprendente varietà di reinterpretazioni. Di particolare suggestione la chiesetta di pietra antica dalle sobrie forme, come un castone in uno slargo piccolissimo che si apre tra le strette viuzze in cui si ammassano le case, che ci accoglie all'interno in un'atmosfera raccolta, in un bianco calcinato su cui spiccano i vivi-

di colori delle icone. Il tempo si dilata e insieme scorre veloce qui, nel paradiso di Alonyssos; troppo presto arriva il momento dell'abbandono e del ritorno: nel buio della notte lascio l'isola immersa in un nero compatto in cui mare e cielo si fondono, rischiarato solo dalla luce del disco lunare e delle piccole fiaccole delle stelle lucenti: incanto e paura in un mondo cancellato dove si ode solo il borbottio ritmico del motore e lo sciacquio delle onde create dalla scia.

di Marina Andreani



Insalata di farro

Ingredienti per 4 persone:

300 gr di farro

200 gr. di feta

200 gr di olive taggiasche denocciolate

100 gr di pomodorini secchi

Sale q.b.

Olio evo

Preparazione

Lessare il farro e farlo raffreddare.

Aggiungere la feta, le olive e i pomodorini secchi precedentemente ammollati in acqua (a meno che non siano quelli sott'olio).

Condire il tutto con un pizzico di sale e olio.

Buon Appetito!

aforismi

Come ci sono figli illegittimi, ci sono anche i pensieri bastardi.

> *Luigi Pirandello*

Molti pettegolezzi, quando invecchiano, diventano miti.

> *Stanislaw J. Lec*

Abituato a non averne, quando gli viene un'idea non sa che farsene.

> *Roberto Gervaso*

Tutti i pensieri intelligenti sono già stati pensati: bisogna solo tentare di ripensarli.

> *Johann W. Goethe*

Quando suona il campanello della loro coscienza, fingono di non essere in casa.

> *Leo Longanesi*

La sventura veglia e cerca: nascondete la vostra felicità, siate felici in silenzio.

> *Alphonse Karr*

Le donne oltre i settanta sono sempre state divise in tre classi:

Quella cara vecchietta

Quella vecchia

Quella vecchia strega

> *Samuel Taylor Coleridge*

La consuetudine sminuisce l'ammirazione.

> *Baldasar Gracian*

Per guadagnarsi da vivere bisogna lavorare, ma per diventare ricchi bisogna trovare qualcosa di meglio.

> *Hervé Lauvick*

I veri uomini si vedono nei momenti difficili, Luisa.

A quanto pare noi viviamo in tempi facilissimi.

> *Altan*

Il sesso è la cosa più divertente che ho fatto senza ridere.

> *Woody Allen*

Quante volte si è irritati con gli altri soltanto perché si è irritati con sé stessi.

> *Jean Baptiste Poquelin (Molière)*

Quando un filosofo risponde, non sappiamo più che cosa gli abbiamo chiesto.

> *André Gide*

È più facile spezzare un atomo che un pregiudizio.

> *Marcello Marchesi*

In uno stato rivoluzionario ci sono due classi: i patrioti e i sospetti.

> *Napoleone Bonaparte*

Quando siamo vecchi, tutti i nostri piaceri sono alle nostre spalle, ma quando siamo giovani, tutti i nostri guai sono davanti a noi.

> *Proverbio irlandese*

Anche l'anima, ogni tanto, deve stare a dieta.

> *Stanislaw J. Lec*

La speranza è l'ultima a morire. Ma muore.

> *Flavio Oreglio*

Alle donne piacciono gli uomini taciturni. Credono che ascoltino.

> *Marcel Achard*

I vecchi si ripetono e i giovani non hanno niente da dire. La noia è reciproca.

> *Jacques Beinville*

Sostenete e diffondete

Cuore e Salute

Cuore e 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-MAIL.....CELL.....

(*) nominativo di chi offre Cuore e 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 IT49D0358901600010570300470 c/o ALLIANZ BANK
- 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 conservati e trattati dal Centro per la Lotta contro l'Infarto Fondazione Onlus, in accordo a quanto previsto dal Nuovo Regolamento Privacy (Regolamento UE 679/2016). Sono trattati sia manualmente che elettronicamente per informarla sulle attività della fondazione, istituzionali e connesse, anche altri qualificati soggetti. Le ricordiamo che può in qualunque momento esercitare i suoi diritti di cui agli artt. 15 e ss. del Regolamento UE 2016/679, come ad esempio il diritto di accesso ai dati, il diritto di rettifica, il diritto di cancellazione (c.d. diritto all'Oblio), il diritto di limitazione, etc., scrivendo al nostro Responsabile della Protezione Dati: Centro per la Lotta contro l'Infarto Fondazione Onlus - Via Pontremoli, 26 - e-mail info@centrolottainfarto.it.

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

Capire per prevenire

di Antonella Labellarte



IL PALIO ITALIANO

di Eligio Piccolo

Nel Senatore Mario Monti, "l'uomo della provvidenza" in un momento critico della nostra politica, ognuno ammirò la fronte turricefalica immaginandovi all'interno un cervello multistrato...



EPIDEMIOLOGIA DI GREGGE

di Eligio Piccolo

E' bastato un virus parainfluenzale, duro da domare tuttavia, per dare ancora una volta al mondo impaurito lo spettacolo impietoso degli egoismi più atavici.



"CULONA" NON E' UN' OFFESA, MA QUASI UN COMPLIMENTO (!)

di Eligio Piccolo

Si sa che le signore sono sempre sensibili agli apprezzamenti estetici e contrariate invece dai deprezzamenti.

PER RICEVERE LA NEWSLETTER OGNI MESE CLICCA QUI



INVIA AD UN AMICO



www.centrolottainfarto.org

Congresso

Conoscere e Curare il Cuore

2020



Firenze

Fortezza Da Basso

1 • 2 • 3 • 4 ottobre 2020