

La Cultrera racconta la sua esperienza in un libro e vuole aiutare gli altri malati di dappismo

Oltre il panico Il terribile viaggio di Valentina

Li chiamano dappisti (portatori di disturbo da attacchi di panico) e lei è la prima dappista dichiarata, quella che ha aperto gli occhi sull'esistenza della malattia in Italia. Valentina Cultrera, 29 anni, spezzina, sposata, laureata in filosofia è uscita dal tunnel del panico nel quale ha vagato per otto anni e ha raccontato quel viaggio terribile nel libro «L'anima in trappola» edito da Mondadori. «Una battaglia da sconfiggere con la solidarietà».

DAL NOSTRO INVIATO
MARIO FERRARI

LA SPECIE «Un attacco di panico porta fuori dal tempo. La paura di morire o di impazzire nello stesso momento in cui i sintomi compaiono, annienta la razionalità, toglie senso ai minuti che passano e alla realtà dei luoghi». Iniziava così "Panico" il libro di Valentina Cultrera, pubblicato nel 1992, che ha rivelato anche in Italia l'esistenza di un male sottile e nascosto, tanto profondo da segregare chi ne è colpito.

Lei per otto anni ha convissuto con questa malattia, otto anni passati chiusa in casa, lo stesso maglione, lo stesso mestiere, una voce lontana e vicina che guidava verso lo sconosciuto, l'ignoto, il precipizio. Anossia e angoscia erano ormai una cosa sola. L'idea del panico in Valentina è rappresentata da un'immagine drammatica: le sue due gatte che precipitano dalla finestra. Un chiostro fisso, un'ossessione che l'ha tormentata per lungo tempo. Allora Valentina aveva 17 anni, un'età che tutti immaginano felice e spensierata. Sino a manifestarsi dei primi sintomi era una ragazza modello, prima della classe, quasi una madre per le due sorelle, un ottimo rapporto con i genitori, voglia di mare, voglia di viaggi, voglia di baci.

La morte della nonna

Alla scomparsa però della nonna, ecco che in lei quelle certezze si frantumano di colpo: sua madre è medico pediatra, sottoposta a orari infernali, suo padre lavora a Milano e torna a casa, alla Spezia, solo il fine settimana. Il suo panico si chiama vuoto. Pesano i silenzi della casa che rendono evidenti i sussulti, i singhiozzi, il battito del cuore che sale frenetico. Pesano più dei silenzi dell'anima. Nel lungo tunnel della malattia la giovane spezzina si è fatta accompagnare a scuola tutte le mattine e poi all'università in macchina. Ha conosciuto anche l'amore, ammettendo le sue debolezze e i suoi desideri.

Nell'era della televisione, anche la sua «liberazione» inizia dal pic-

colo schermo. Le sorelle la incitano a scrivere a Maurizio Costanzo. Una settimana dopo, era il dicembre 1990, Valentina è a Roma, pallida e smunta, impasticcata di ansiolitici fin sopra i capelli, ricorda oggi. «Per me era una marachella che feci - sottolinea - senza dire nulla al mio terapeuta, nonostante la fiducia che riponevo in lui».

Il presentatore sulle prime non le crede, pensa che sia il solito giochetto per comparire in televisione ma accetta la scommessa. Il giorno seguente la redazione del Costanzo Show è tempestata di telefonate, lettere e fax.

Centinaia di telefonate

Il telefono di casa Cultrera si fa rovente. «Da quel momento - sostiene Valentina - le mie lacrime, la mia tachicardia, gli svenimenti non erano più soltanto miei». Fiumi di parole e di apprensioni le scorrono addosso: è un diluvio di sensazioni, di disagi, di oscuramenti di cui sembrano soffrire migliaia di italiani.

«Tra le tanti voci che ascoltavo - rammenta - una in particolare mi colpì. Divenutami veri amici e cominciammo una terapia a quattro mani. Quello è stato l'inizio di una singolare esperienza che ha portato nel 1991 alla nascita della Lidap (Legittimità per il Disturbo da Attacchi di Panico), 400 aderenti, quattro sedi, una decina di gruppi sparsi in tutta Italia, una amministrazione e una segreteria e soprattutto un telefono amico (0187-738495) al quale rispondono una decina di volontari che, da casa loro, sono reperibili 24 ore su 24. Ogni volontario - dice Valentina - compie turni di 6-7 ore e riceve in media circa 60 telefonate al giorno. Ogni tanto andiamo in tilt anche perché chi telefona ha bisogno di parlare, di essere ascoltato e di ricevere consigli. Nessuno di noi ha un compenso e spesso arrivano anche bollette telefoniche salate. Siamo una associazione senza fini di lucro, come gli Alcolisti Anonimi, ma quando abbiamo chiesto l'iscrizione all'elenco del volontariato della Regione Liguria ci siamo

accorti che nello statuto mancava la clausola della totale gratuità degli interventi. Dovremmo cambiare lo statuto ma come facciamo? È impossibile riunire i nostri soci, alcuni di loro non riescono neppure a fare tre metri fuori di casa. Così speriamo che il nuovo assessore regionale Franco Bertolini ci venga incontro e ci riconosca i nostri diritti».

Oggi Valentina ha 29 anni, si è laureata in filosofia, si è sposata, è diventata presidentessa della Lidap, viaggia in bus, auto e treno, fa riunioni in tutta Italia. Ora ha anche scritto un secondo libro, «L'anima in trappola», edito da Mondadori, che racconta come «ho vinto gli attacchi di panico». È insomma una persona guarita. Ma proprio per il lungo «viaggio» che ha compiuto («viaggio» è la definizione scelta da Gianna Schelotto nella prefazione al volume per descrivere il tormentato percorso dei malati dentro e fuori se stessi), può meglio di ogni altro spiegare quella vaga sensazione di essere sul punto di morire e il tormento di sentirsi o essere considerato un malato immaginario.

Battaglia ancora aperta

Dietro il suo fisico asciutto, la sicurezza dei gesti, la profondità dello sguardo non sembrerebbe celarsi l'ansia del male. Eppure un sottile senso di angoscia si fa sentire ogni tanto riaffacciarsi, un filo di dubbio che ancora le impedisce di essere quello che vorrebbe. La sua è una battaglia aperta anche se, assicura, l'attività di volontariato l'ha rigenerata e la scoperta di un «mondo simile» l'ha confortata. È il mondo dei dappisti (da Dap, disturbo da attacco di panico) e lei è la prima dappista dichiarata. Lo deve alla franchezza, con se stessa e con gli altri: con i genitori - nei confronti dei quali ha avuto un chiarimento - col marito - col quale ha instaurato un ménage regolare, anche se lui non smania proprio per la sua insolita attività - e con lo psicoterapeuta, il dottor Marco Danesi, al quale ha dedicato il suo secondo libro.

Oggi i dappisti sanno di contare su un amico in più, uno di loro, dal volto invisibile, una voce che racconta se stessa e che, sulla parola, costruisce una terapia che è soprattutto una scoperta. «È un viaggio nella solidarietà» dice Valentina - da una latitudine abitata da persone che hanno la stessa identità. Tra queste ci sono figure impensabili, contadini, casalinghe e moltissimi giovani, visto che l'età dell'insorgenza si sta abbassando e raggiunge ormai 16-17 anni. «È un esordio improvviso - ricorda Va-



Valentina Cultrera, autrice del libro «L'anima in trappola»

lentina - che comporta un immediato disagio fisico, quasi un collasso. I medici, sino a poco tempo fa ignari della malattia, prescrivevano soltanto Valium. Adesso, invece, sembra che faccia chic tra gli specialisti occuparsi di panico anche se qualcuno consiglia ancora l'uso di psicofarmaci. Io ne sono uscita senza l'uso di medicinali ma con una terapia. I risultati purtroppo dipendono dallo psicoterapeuta, anche se non tutti sono di ottimo livello e non tutti i malati possono permetterselo. Per questo la formula del gruppo, che siamo sperimentando, mi pare la più corretta e la più economica».

Gli insuccessi ovviamente non mancano: nel labirinto della mente gli sbocchi sono difficili. Un consiglio? Affidarsi a se stessi, ritrovare la fiducia, confidare in persone che conoscono l'atteggiamento

derivante dal panico. È quello che la Cultrera spiega nella sua ultima fatica letteraria. La giovane studiosa spiega prima di tutto il manifestarsi dei sintomi: il languore, l'ansia, il rifiuto, lo svenimento, la paura, l'ombra della morte, la vista che si annebbia. «Dev'essere la sensazione che prova un fantasma, quando in un mondo di vivi e vegeti cerchi di farti sentire, di imporre la sua presenza, anche se nulla o nessuno lo ascolta o lo vede» scrive Valentina.

Catena di solidarietà

Via via nasce la consapevolezza della propria diversità, si fanno i conti con i successivi attacchi, si cerca aiuto nel medico di famiglia, poi nello psichiatra, si ricorre ai farmaci, si cerca lo psicoterapeuta giusto, poi i colleghi dappisti, infine l'associazione, un punto di rife-

ramento parallelo alla famiglia e alle terapie. «Ma nel nostro Paese - ammonisce la Cultrera - il volontariato è lasciato al suo destino, alla volontà dei singoli, alle loro tasche. La nostra catena di solidarietà risulta così una formula desueta e forse un po' stantia: il paradosso è che, in realtà, ciò che sa di "già visto" deve ancora nascere. Per ora, dunque, nei dappisti prevale solo l'uscita senza l'uso di medicinali ma con una terapia. I risultati purtroppo dipendono dallo psicoterapeuta, anche se non tutti sono di ottimo livello e non tutti i malati possono permetterselo. Per questo la formula del gruppo, che siamo sperimentando, mi pare la più corretta e la più economica».

In catene per curare la figlia

CLAUDIO REPER

Ha annunciato che stamani si incatenerà davanti alla Regione Toscana. «Mi lascerò morire di fame. Non ho più mezzi per andare avanti, per poter curare mia figlia. Prima che muoia lei, morirò io». Katuscia Venturini ha una bambina di 10 anni, cerebrolesa. «Elena» racconta - è progressivamente peggiorata nel corso dei suoi primi quattro anni di vita. Era arrivata ad uno stato vegetale. Nel frattempo era stata ricoverata in molti ospedali italiani. «Ma non avevamo ottenuto risultati - racconta la madre. Io lessi poi su un giornale del metodo Doman sperimentato a Filadelfia e andammo negli Stati Uniti. Al ritorno la famiglia Venturini cominciò ad applicare questo metodo su Elena. «E in sei anni - afferma la madre - abbiamo ottenuto risultati eccezionali: adesso Elena vede e sente».

La bambina viene seguita 24 ore su 24. «Il sistema Doman impone un'assistenza continua. Tre persone si alternano vicino ad Elena durante il giorno e la notte. La teniamo continuamente attiva: dal gioco alla lettura. Queste attività costano. «Ogni anno dobbiamo andare tre volte a Filadelfia - dice Katuscia Venturini. È una spesa di 15 milioni che possiamo anche sostenere da noi. Ma non riusciamo più a pagare l'assistenza quotidiana alla bambina. Abbiamo ricevuto qualche aiuto, abbiamo venduto quello che avevamo. Adesso non abbiamo altro. Io non lavoro per stare dietro ad Elena. Mio marito fa l'erbolaria. Alternative al metodo Doman? «Secondo noi sono due e le rifiutiamo entrambe. La prima è quella di ricoverare nostra figlia in un istituto e la seconda è quella di imbottirla di farmaci per tenerla tranquilla in uno stato vegetativo».

E qui nascono i problemi. Il metodo non è stato riconosciuto dal Ministero della sanità. «L'Usi non ci ha mai aiutato». Il sindaco di Castel Focognano, Sergio Bianchini, è categorico: «L'Usi ha commesso un errore madornale. Il riconoscimento del metodo Doman non spetta ovviamente ad lei. Ma la Usi ha competenza in materia sociale. La famiglia Venturini non può essere lasciata sola».

I genitori di Elena non si sono limitati, comunque, agli appelli. Si sono rivolti al Tar ed hanno avuto in parte ragione: l'Usi dovrà coprire una quota delle spese sostenute finora dalla famiglia. Il direttore generale della Usi 8, Giuseppe Ricci, «il metodo Doman non è riconosciuto dal ministero. Ciò non vuol dire che abbiamo abbandonato la famiglia a se stessa. Abbiamo proposto prestazioni sanitarie e assistenza sociale e ausili della riabilitazione». La Usi non avrebbe ricevuto dalla famiglia una risposta ufficiale. «I genitori vorrebbero che la Usi facesse i suoi conti, stabilisse il costo delle prestazioni dovute a Elena e desse alla famiglia il finanziamento equivalente da utilizzare per il metodo Doman - spiega Ricci - Ma è una soluzione che noi non possiamo accettare».

Un medico raccoglie ogni giorno gli strafalcioni dei suoi pazienti Dottore, ho le vene vanitose

DAL NOSTRO INVIATO

VENETA Chissà a quale agenzia si è rivolta Repubblica per inventare gli equivoci termini medici con cui propaganda l'inserto sulla salute. Bastava telefonare al dottor Angelo De Rossi, cinquantaduenne medico di base che da anni si occupa, quotidianamente, gli strafalcioni, i doppi e tripli sensi involontari dei suoi pazienti. Quelli che trasformano una diftosa circolazione sanguigna in «problemi di circonvallazione», che mutano l'artrite in «dolori aromatici» o «dolori romantici», o che si sono feriti al «taglione d'Achille». Un po' mattacchione dev'essere, il dottore. Come altri colleghi venetesi - «venetesi tutti nati», dice il proverbio - dediti alla caccia dello svarione comico. Lui esercita a San Giovanni Lupatoto, un paese dove ha appena smesso di trascinarsi un annoso dibattito: togliere o no quel «Lupatoto» dal nome del comune? Nella vicina Villafraanca un impiegato dell'Usi, Ignazio Bedin, già quattro

anni fa aveva presentato un'analoga esilarante ricerca sugli errori nelle ricette: i pazienti chiedevano «l'unguento contro l'irpele» (l'irpele, l'Amaro Mucidiale Giuliano, la «cintura del dottor Baudouin»). La cintura del dottor Gibaud dev'essere un osso particolarmente duro per i veronesi. Anche gli assistiti del dottor Rossi la storpiano impietosamente: «Cintura del Bon Dio». Vanno per assonanze in parecchi altri casi: c'è chi trova sollievo negli «zoccoli del dottor Zivago» o trasforma, complice la pubblicità, il morbo di Dupuytren in un burlato morbo di Heinecklen, il morbo di Parkinson nel profumatissimo «morbo di Atkinson». L'alluce valgo in «pollice Volvo». Inconscio battaglia contro la sanità burocratica, il malato che si rassegna a far la coda all'Usi, «va bene, andrò all'Urss», quello che ne torna trionfante - «Sono esente da tics» - e quello che probabilmente la impazzire gli impiegati delle prenotazioni: «Vado a farmi misu-

rare le pensionex, arteriosa naturalmente, devo fare la Ringo scopia», «mi serve l'analisi del topazio» (potassio). I più si abbandonano comunque davanti al loro medico - che, deliziato, appunta istantaneamente sottobanco lo svarione. «Mia figlia è in età ovulativa», esordisce la mamma di una adolescente in fase evolutiva, «non uso mai il preventivo», equivoca professionalmente un artigiano parlando dei preservativi, «ho le vene vanitose», dice la signora con la gamba malandata; e la ragazza che si è ustionata dopo una seduta di abbronzaggio: «Mi hanno fatto i raggi ultravioletti». La signora «in stato di gravità» cerca «una brava ostrica». C'è chi chiede al dottore il «certificato anestetico» (l'anamnesi), l'imiezione «indovinosa» o «la puntura sotto Catania», sottocutanea. Chi si lamenta religiosamente di un «dolore santuario», chi si preoccupa così per un neo: «Ho un neon sul viso». E uno ha ringraziato il dottor Rossi: «Dottore, lei ha infelicitamente ragione».

THE FLINTSTONES By Hanna-Barbera

THE FLINTSTONES By Hanna-Barbera

© 1994 Turner Entertainment Co. / distr. EPS / LPA Milano