

LETTERE SUL DISAGIO

DI PAOLO CREPET



E se il suicidio fosse frutto di una libera scelta?

Su l'Unità 2 del 30 novembre leggo il secondo, più esteso intervento di Paolo Crepet sul tema del suicidio. Francamente, per quanto mi riguarda, mi sembra perfino parzialmente mettere in risalto solo l'aspetto «vendicativo» e «ricattatorio» della decisione del suicidio. Una tale interpretazione sembra muoversi dal naturale senso di colpa, inadeguatezza e impotenza che invade «chi resta», ma risulta inaccettabile in una riflessione teorica e pacata. Sbisordisce che un tale sentimento informatore venga poi in modo inconsapevole, ma non per questo più voluto, da questo scritto. L'assoluto bisogno, ogni volta frustrato, di intervenire in tempo per «salvare» l'altro, impedendogli di portare a termine «tecnicamente» il progetto, potrebbe a mio parere meglio misurarsi con l'esigenza di comprendere in modo più completo e profondo le motivazioni e le implicazioni psicologiche di tale atto, nell'ambito delle quali l'intento ricattatorio e vendicativo nei confronti degli altri rappresenta, credo, una percentuale minima e, forse, un aspetto inevitabile. Credo che in questo modo non si riesce a affrontare la «piaga sociale» del suicidio, ma, al più, per dimostrare gli effetti psicologici che tali tragici eventi producono nelle persone che erano vicine a chi non c'è più, così, concludere. Lo stesso dr. Crepet, d'altro canto, si è in altri casi espresso in modo più equilibrato su questo tema: ricordo un articolo intitolato «Ragazzi, aiutatevi da soli». Per cui, ripeto, non comprendo l'angosciosa parzialità e, d'altra parte, di questi suoi ultimi contributi. Ho forse torto? Maria Grazia

Cara signora Maria Grazia,

la sua lettera è datata ben prima delle feste della fine dell'anno, dunque non è stata influenzata da quanto accaduto in occasione di quest'ultimo strano ed inquietante Natale. Tra enfasi e falsa meraviglia, sembra che gli italiani abbiano scoperto che solitudine e disperazione non vanno in vacanza, non danno requie nemmeno davanti alla Natività; al contrario si esasperano nel confronto con quel mondo che così frettolosamente e superficialmente si ricopre di doni e di affettività a comando. Temo però - come spesso accade quando l'eco dei fatti di cronaca sovrasta il ragionamento e l'approfondimento - che l'argomento sia stato oggetto di un'eccessiva enfaticizzazione: l'andamento dei suicidi, per quanto effetto possano fare sull'opinione pubblica quando avvengono alla vigilia di Natale, non segue le scadenze delle festività (se così fosse, cosa ci dovremmo aspettare per la fine del millennio?). I dati reali sono molto più spietati e meno correlati all'emozionalità: in Italia si compie un suicidio ogni due ore e altre otto persone lo tentano nello stesso arco di tempo. Si tratta di una statistica che negli ultimi vent'anni ha subito un lento aggravamento anche se non ha mai raggiunto il massimo livello storico toccato a cavallo tra la fine degli anni 20 e l'inizio della decade successiva. Fin qui il ragionamento sui numeri che non aiutano però a interpretare il fenomeno. Fenomeno che, dopo più di quindici anni che me ne interessavo, continua a coinvolgermi proprio per la sua impossibile riduzione a semplicistici nessi causali, siano essi di natura biologica, che psicologica o sociologica. Non ho dunque alcuna difficoltà a concordare con lei sulla parzialità della natura vendicativa e ricattatoria del suicidio. Mi sono spesso battuto contro quegli psichiatri che si sono accaniti a negare ogni matrice di razionalità: continuo a condividere quanto afferma Henry Romilly Fedden: «l'unica cosa che non si può fare riguardo al suicidio è del moralismo». Ciò detto, credo che debba essere ripristinato il ruolo che ciascuno ha nella società e io faccio lo psichiatra, dunque devo aiutare chi si rivolge a me per un aiuto alla propria disperazione esistenziale e al proprio dolore psichico. Devo farlo, non sono qui per essere spettatore passivo di un progetto di morte. Il che non implica il ben che minimo convincimento riguardo all'onnipotenza della classe medica, né di un suo mandato sociale a «prevenire» le condotte soggettive in nome di una normalità che non conosco e non amo affatto conoscere. Con i miei più cordiali saluti.

Questa rubrica è in collaborazione con la trasmissione «Zelig» di Italia Radio che va in onda il lunedì dalle 17 alle 18. Le lettere, non più lunghe di venti righe, vanno inviate a: Paolo Crepet, c/o l'Unità, via Due Macelli 23, 00187 Roma, o spedite via fax alla 06/6996278.

ALIMENTAZIONE. Le ultime novità sul versante del cibo che non dovrebbe far ingrassare

Usa, lo Stato contro il Grasso

Il governo americano ha annunciato le «linee guida dietetiche nazionali», ovvero cosa e quanto mangiare per restare in buona salute. Anche le autorità politiche entrano in scena nella campagna contro il grasso. Del resto, negli States un terzo degli abitanti (e un quarto dei bambini) sono obesi, mentre l'alimentazione è un'industria da miliardi. E così le indicazioni governative già sono oggetto di polemica tra i nemici del burro e gli allevatori.

ANNA DI LELLIO

NEW YORK. Per un governo che si picca di essere così poco interventista, quello americano ha battuto tutti i record questa settimana, annunciando le «linee guida dietetiche nazionali». In una tradizione iniziata nel 1980, all'inizio del nuovo anno, quando tutti si sentono un po' più colpevoli dopo i bagordi delle feste, il ministero della Sanità ha detto agli americani cosa e quanto mangiare per restare in buona salute. Entrano in scena dunque le autorità politiche in una campagna contro il grasso che non è nuova, ma che sta raggiungendo livelli di sofisticazione - e confusione - mai visti prima.

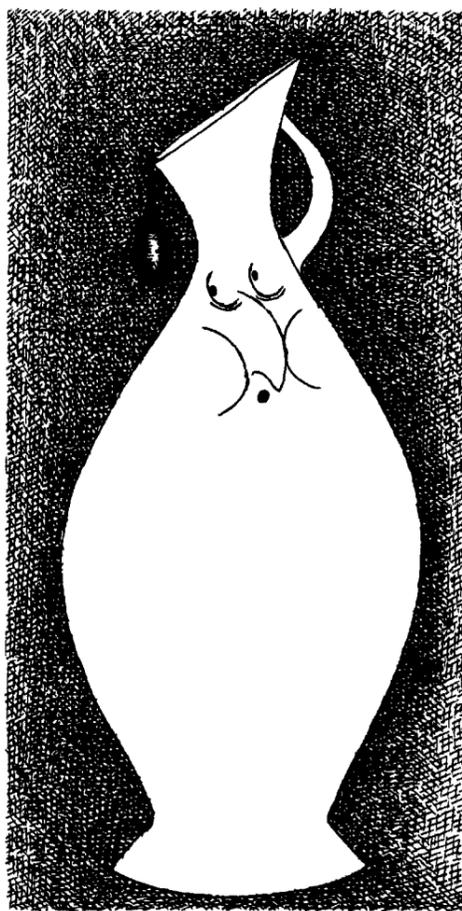
Per stare bene occorre una dieta diversificata e bilanciata, e soprattutto moderazione. Così ha parlato lo Stato nella persona di Donna Shalala, ministro della Sanità e non proprio un modellista seguire per gli americani sovrappeso. E va bene anche essere vegetariani, purché si completi l'alimentazione con zinco, ferro, calcio e vitamina B. Il vino, con moderazione, è benvenuto. E i sostituti? Dolcificanti senza zucchero, olio senza grasso, e così via? Su questo il governo tace. Si limita a controllare che non siano dannosi alla salute.

Ma siamo in America, dove un terzo di tutti gli adulti e un quarto dei bambini sono troppo grassi e nessuno ha voglia di rinunciare al cibo. L'alimentazione è un'industria di miliardi, e la produzione dei sostituti una bonanza per gli investitori. Le azioni della Conagra, che con le sue scatole verdi - furbo richiamo ecologico - di vari prodotti chiamati «Scelta salutare» ha invaso il mercato, sono costantemente in salita. Per non parlare dell'enorme successo dei biscotti «Snackwell», della Nabisco. In entrambi questi esempi, la parola magica è «poco o niente grasso».

Peccato che invece il contenuto calorico sia altissimo e le controindicazioni proibitive per chi non produce abbastanza colesterolo ad alta densità, quello buono, per intenderci. È un disastro, per chi soffre di malattie cardiache.

Le linee guida nazionali intanto sono già oggetto di interpretazione e polemica. I nemici del burro, lobbies di consumatori preoccupati di contenere i livelli di grasso e colesterolo, hanno protestato, perché vogliono indicazioni più precise sui prodotti da evitare del tutto. I nemici della carne, rappresentanti del Comitato per una Medicina responsabile, hanno cantato vittoria, aggiungendo che la carne dovrebbe diventare per la dieta alimentare quello che il sigaro è per il fumatore: «qualcosa di cui non tutti hanno bisogno e quindi non si dovrebbero avere affatto». Ma gli allevatori hanno esultato anch'essi, perché alla vigilia della pubblicazione delle linee guida temevano una condanna molto più forte e netta e invece hanno ottenuto una sorta di generica benedizione dal rapporto: «il 99% degli americani che amano la carne possono mangiarla».

Schiacciati come sono tra campagne pubblicitarie contrastanti e ricerche mediche e statistiche spesso finanziate dall'industria alimentare, si ha l'impressione che gli americani presteranno scarsa attenzione alle linee guida nazionali. Nonostante soprattutto nelle aree urbane si stia imponendo la dieta mediterranea, con un crescente consumo di verdure e frutta, obiettivo minimo e massimo resta quello di mangiare il più possibile spendendo di non ingrassare troppo. E cosa c'è di meglio di un dolce senza zucchero, senza calorie e senza grasso?



E dal '69 c'è anche il bacon finto

La passione degli americani per il cibo «virtuale» ha una lunga tradizione. Il settimanale «Time» che riunisce alcune delle più importanti (e sorprendenti) invenzioni dell'industria alimentare made in Usa per quietare i sensi di colpa dei suoi grassati clienti. Coffe-free coffee (il caffè decaffeinato) viene messo sul mercato nel lontano 1895. Sugar-free sugar (il dolcificante senza zucchero) fa la sua comparsa nel 1967. Cream-free cream (la panna non panna) arriva qualche anno dopo, nel 1963. Bacon-free bacon (il bacon senza bacon) è del 1969.

Scoperta proteina «regola-appetito»

Un altro passo in avanti nella comprensione dei meccanismi biochimici che preiedono alla regolazione dell'appetito. La rivista Nature pubblica dati di una ricerca condotta dall'équipe del professor Steve Bloom della Royal Postgraduate Medical School di Londra sulla proteina GLP-1 che si pensava da tempo essere coinvolta nella regolazione dell'appetito. Gli scienziati hanno constatato che i topi iniettati con GLP-1 rifiutavano il cibo anche dopo un periodo di digiuno prolungato. Questo fa pensare che la funzione di questa proteina sia indurre una sensazione di sazietà anche quando è piena. GLP-1 sembra dunque un importante regolatore dell'appetito, anche se non l'unico. L'anno scorso, ad esempio, si scoprì che un'altra proteina, la leptina, aveva una funzione simile.

Arriva l'olio privo di olio Ma i nutrizionisti sono perplessi

EDOARDO ALTOMARE

Per chi vive con l'ossessione della bilancia e del colesterolo, è tempo di grandi speranze. Risale al dicembre del '94 la clonazione del gene dell'obesità, seguita a ruota (luglio '95) dalla leptina, l'ormone del rapido ed agevole calo ponderale. Ed ecco irrompere «Olestra» sull'ultima copertina del settimanale americano «Time»: è arrivato l'olio sintetico per eccellenza, il grasso privo di grassi realizzato nei laboratori statunitensi della «Procter & Gamble».

La molecola che fa sognare i fautori del dimagrimento facile è composta da 6-8 acidi grassi attaccati ad uno zucchero, ed è di dimensioni tali da non poter essere digerita né assorbita. Il gergo chimico, Olestra è un poliestere di saccarosio termine che puzza di lubrificante, anche se il prodotto promette di conservare le proprietà fisiche e gastronomiche del grasso convenzionale. Con la differenza, di tutto rilievo dal punto di vista dietetico, che il suo passaggio attraverso la lunghezza del tubo gastroenterico umano avviene per così dire «clandestinamente», senza dar luogo a fenomeni di digestione ed assorbimento. E senza perciò appesantire l'introito calorico di quelli che le calorie sono costretti quotidianamente a contare. E sono tanti. L'obesità dilaga, lo sanno tutti, affliggendo sempre più le popolazioni «ricche» del

planeta, in Europa così come negli States: dove si calcola che ogni anno il numero degli individui obesi aumenti di circa l'1 per cento.

Tanto che già nel maggio del 1987 la società produttrice di Olestra aveva sottoposto il suo rivoluzionario grasso-non grasso all'approvazione della Food and Drug Administration, proponendolo come surrogato alimentare. Gli obesi, sottolineavano quelli della Procter & Gamble, perdono peso grazie ad Olestra anche quando vengono loro consentiti degli «spuntini» contenenti grassi convenzionali. E alla fine l'autorizzazione da parte dell'FDA sembra che arriverà, coronando gli sforzi (e gli investimenti: 200 milioni di dollari) della P & G.

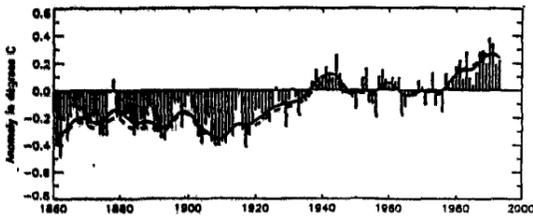
L'olio sintetico non avrà comunque vita facile. Gli esperti nutrizionisti non risparmiarono infatti critiche e perplessità: come quelle di Antonio Capurso (direttore del Centro per lo studio delle malattie metaboliche e dell'arteriosclerosi dell'Università di Bari), che evidenzia i rischi legati ad un'assunzione a lungo termine di un prodotto dietetico con queste caratteristiche: «Avrebbe gli effetti di un purgante, provocando una diarrea cronica e compromettendo di conseguenza l'assorbimento intestinale di vitamine (A, D, E e K), carotenoidi anti-ossidanti e micronutrienti; come accade ad esempio in quei grandi obesi che si sottopongono ad interventi di by-pass intestinale». C'è insomma il rischio di squilibri anche gravi, non quantificabili né prevedibili. Tali comunque da scongiurare la libera vendita del prodotto o di suggerire l'acquisizione solo dietro presentazione di ricetta medica.

C'è anche chi da un eventuale uso clinico di Olestra non esclude possibili vantaggi: «Potrebbe rivelarsi utile nei grossi obesi con problemi di stipsi», sostiene Emanuele Altomare, associato di medicina dell'ateneo barese ed esperto in problemi di alimentazione. Che lancia una proposta: «Prima di condannarlo senza appello, valutiamone gli effetti. Magari misurandoli in uno studio clinico in doppio cieco con quelli dell'alimento principe della dieta mediterranea: l'olio di oliva, che quanto a vitamine e sostanze anti-ossidanti non teme confronti».

Nuove verifiche attendono dunque il grasso senza grassi, quello che promette la realizzazione di sogni ritenuti impossibili, forzando i limiti dell'artificiale in un'escalation quasi disneyana: «Può mai esistere un contatto con la realtà - si chiedeva Benjamin Woolley riferendosi proprio a Olestra nell'introduzione al suo saggio sui «Mondi virtuali» (Bollati Boringhieri, 1993) - quando è possibile confezionare un grasso che non è grasso, quando un falso diventa indistinguibile dall'originale (anzi ancor più autentico dell'originale), quando i computer sono in grado di creare mondi sintetici più realistici del mondo reale?».

DALLA PRIMA PAGINA

Anno 1995, nuovo record per la febbre del pianeta



Il grafico mostra come sia variata la temperatura media del pianeta dal 1860 ad oggi, rispetto ad un valore teorico, considerato normale, di 15 gradi. Come si vede l'ultimo periodo, quello iniziato nel 1980, è di gran lunga quello più caldo.

La serie è questa: negli anni '60 la temperatura media del pianeta è stata di 14,94 gradi; negli anni '70 è salita a 15,01; negli anni '80 a 15,23 e nella prima metà degli anni '90 a 15,30 gradi. E il processo è quello dell'inasprimento dell'effetto serra naturale. Dal 1860 in poi la temperatura è aumentata di circa un grado. Raggiungendo, nell'Emisfero Nord, il valore assoluto più elevato degli ultimi 800 anni. E toccando una velocità di cambiamento che, pare, non ha precedenti negli ultimi 100mila anni.

Questo rapido e ormai costante aumento della temperatura, ha sostenuto nel recente incontro di Roma l'Ippc, il pool di scienziati organizzati dalle Nazioni Unite, non può essere attribuito interamente a cause naturali. Anzi, la causa di gran lunga maggiore ri-

siede nelle attività umane. In particolare nelle attività industriali che immettono nell'atmosfera anidride carbonica, attraverso il consumo di combustibili fossili, e altri cosiddetti «gas serra».

L'aumento di temperatura anche nel 1995 è, dunque, l'ulteriore indizio di un processo in atto che, secondo le stime dell'Ippc, farà aumentare entro il prossimo secolo la temperatura media del pianeta tra 1,4 e 2,8 gradi.

Il caldo farà sciogliere i ghiacci. Così il livello dei mari crescerà di un valore compreso tra 30 centimetri e 1 metro. Molte coste, comprese Venezia, saranno a rischio.

Non sappiamo, con esattezza, quanti e quali danni sociali ed economici provocherà l'inasprimento dell'effetto serra. Sappiamo solo che saranno rilevanti.

Come invece cambierà il clima locale nessuno è in grado di dirlo con sufficiente certezza. Pertanto non sappiamo cosa l'inasprimento dell'effetto serra riserverà all'Italia. In base agli studi dell'Enea, non è inverosimile lo scenario che vede una diminuzione delle precipitazioni medie nel Mezzogiorno.

Intanto sappiamo qual è stato il clima in Italia nel 1995. Un estate piovosa e un inverno mite. Tipica di latitudini più meridionali. Tipico di latitudini più meridionali è anche il fatto che negli ultimi cinque anni sul nostro paese le piogge sono state più rare, ma più intense. «Tutti sintomi che si possono collegare ai mutamenti climatici globali già in atto», come dichiara all'Agenzia Ansa Vincenzo Ferrara, dell'Enea.

(Pietro Greco)

BIOLOGIA

Le locuste che amano il gruppo

La vicinanza eccita le locuste che, sentendosi circondate da tante altre cavallette, tendono a formare gruppi sempre più compatti, numerosi e famelici fino a costituire torme inarrestabili e portatrici di distruzione. Un gruppo di scienziati della Oxford University, si legge nell'ultimo numero della rivista scientifica britannica «New Scientist» da oggi in edicola, ha scoperto che all'origine della logica di massa che a tratti governa il comportamento delle locuste c'è un segnale chimico. Questo segnale viene innescato dallo sfregamento degli arti superiori delle cavallette quando vengono a contatto fra di loro e sembra che con il ripetere del segnale, causato dalla vicinanza di molti individui, le locuste assumano un comportamento sempre più gregario. La prova, sostiene il dottor Stephen Simpson che ha guidato le ricerche, sta nella reazione mostrata da un gruppo di locuste che, messe a contatto con masse di semplici palline di carta contro le quali finivano per sfregare gli arti superiori, improvvisamente assumevano un comportamento gregario.

Radio Torino Popolare 97.7 FM
I FATTI DEL GIORNO LA MUSICA INTORNO
C.so Lecce 92 - 10143 Torino
Tel. redazione 011/7711166 - Diretta 74.72.72 - Pubblicità 77.12.518