

Venerdì 6 giugno 1997

6 l'Unità2

SCIENZA AMBIENTE e INNOVAZIONE

Lettere sul disagio



La doppia faccia della solitudine

di PAOLO CREPET

Caro dottor Crepet, non ho ancora letto il suo ultimo libro ma desidero scriverle ciò che penso e sento a proposito di una «certa solitudine» che un po' mi appartiene: decido di parlarne con lei dopo averla ascoltata proprio qui a Reggio Emilia. Ho 32 anni e per quanto mi riguarda sono stati i dolori vissuti a modificare il mio atteggiamento verso la vita. Sono state le perdite degli affetti più cari a risvegliare l'anima, mi hanno spinto a guardare meglio dentro me stessa, a chiedermi il senso di molte cose, mi hanno lasciato un'infinita voglia di capire anche le sfumature e scendere in profondità. Coltivare la propria interiorità per crescere e migliorare, dare valore aggiunto alle relazioni e alla comunicazione significa per me dare un senso più bello più pieno alla nostra esistenza, alla mia. Il nutrimento di cui disponiamo sono strumenti come la sensibilità e la comprensione, che arricchiscono e scaldano noi e gli altri ma, penso che forse comportano un prezzo da pagare in termini di solitudine, a volte di sconforto. Credo nella bontà, nella forza della bontà, in una maggiore capacità di ascolto tradotti come disponibilità verso il prossimo: applicare questo nel quotidiano significa partire da me per tentare di essere una persona vera fino in fondo, significa mostrarsi levando la maschera, togliere la corazzina provando a vincere le paure che ho. Impegnarmi per vivere camminando su questa strada mi fa sentire spesso sola, sola perché diversa!

Per gli altri, anche per coloro che mi vogliono bene, io sono quella che vive sulla luna, mi viene ricordato che il mondo in cui siamo è troppo lontano dalle mie aspettative, da quello che cerco. Sono cosciente del mondo, di ciò che accade, ma i miei occhi restano comunque quelli della «viandante illusa», che inciampa, cade, si fa male ma continua ad avere fede per quello che sarà e che dipende da noi.

Però nutrire la speranza e aggrapparsi a essa con tutte le forze per riprovare non significa soffrire di meno, sentirsi più in sintonia con gli altri, meglio compresi se si sceglie di abbassare la guardia per aprirsi senza finzioni.

Vengo alla domanda: dare luce e spazio alle qualità racchiuse nella parola «umanità», decidere di vivere applicandola nel nostro piccolo, comporta secondo lei un prezzo, a volte alto? Mi chiedo come sia possibile darsi senza sentirsi come un pesce fuori dall'acqua, distante dal sentire comune? Questo è il prezzo di cui parlo all'inizio, che fatico a comprendere ma che accetto, perché non riuscirei a essere diversa.

Cara Marcella,

la ringrazio per la sua splendida lettera. Ho scritto della solitudine di cui lei parla perché credo di conoscerla, l'ho vissuta, l'ho incontrata tante volte nella mia vita: da bambino, da adolescente ed anche adesso da uomo maturo quando lavoro, quando scrivo come adesso, di notte... Il mio libro si intitola «Solitudini. Memorie di assenze» e raccoglie brevi biografie di persone - soprattutto donne e adolescenti - che ho incontrato nel mio mestiere di psichiatra. Ho imparato molto da queste persone, ho imparato la dignità e la fierezza per la loro anche dolorosa condizione esistenziale, i loro tentativi di sopravvivenza, il loro coraggio di ricominciare dalle loro stesse macerie. Il libro è uscito da poche settimane: non credo chiesia facile decidere di leggerlo, sono storie dure che non concedono compiacimenti né consolazione. Francamente non me lo sarei mai aspettato, ma evidentemente c'è ancora molta gente che non cerca solo storie a lieto fine o rassicurazioni a buon mercato. C'è gente, come lei, che non si rassegna alla disillusione, che non cede alle lusinghe pur di evitare il confronto con se stesso. Mi fa pena questa visione edulcorata della vita per cui è possibile discernere la gioia dal dolore, la spensieratezza dalla tragicità: è uno sforzo inutile, che denuncia solo una cultura irrigidita e manichea. Guardiamo ai grandi talenti che hanno fatto la storia e la cultura di questo secolo: nella loro vita come si può separare la felicità dal dolore? Anzi, potremmo dire che sono stati grandi anche e proprio perché sono state figure tragiche. Ciò che lei afferma con quel «darsi» è il concepimento di un grande coraggio ed una grande fierezza: il coraggio di non illudersi a voler rimuovere il proprio male, la fierezza di poterlo fare in solitudine senza temere di esserne sommersi. Solitudine non è solo isolamento ma anche un luogo dell'anima, un rifugio e una risorsa. Lei lo sa bene.

Cordialmente,
Paolo Crepet

Questa rubrica è in collaborazione con la trasmissione «Zelig, lezioni di emozioni» di Italia Radio che va in onda il lunedì dalle 12 alle 13. 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 allo 06/69996278.

Biotecnologie: Greenpeace contro Nestlé

Cinquanta attivisti di Greenpeace hanno protestato ieri pomeriggio davanti alla sede centrale della Nestlé, a Losanna, dove era in corso l'annuale riunione degli azionisti. Gli ambientalisti, travestiti da cavie, hanno consegnato una lettera ai partecipanti all'assemblea Nestlé in cui denunciavano la responsabilità della maggiore azienda alimentare del mondo nell'utilizzo di prodotti transgenici.

In Italia, intanto, Greenpeace assieme ai gruppi di distribuzione, ai produttori e distributori di alimenti biologici, ha inviato una lettera ai maggiori importatori di sementi per chiedere di separare dai prodotti tradizionali il mais e la soia geneticamente manipolati. Greenpeace, in attesa che venga approvata la proposta di legge di Annamaria Procci, chiede almeno di tenere separate le sementi di soia provenienti da Usa e Argentina da quelle provenienti dal Brasile, paese dove non ci sono coltivazioni di soia transgenica.

A Napoli un convegno internazionale sul problema del cancro in pazienti «vecchi» L'anziano con il tumore al polmone? Ignorato dai medici Poche cure e pochissimi studi per i malati di oltre 70 anni

Europa, nel 2003 sonda su Marte

L'Agenzia spaziale europea conta di inviare una missione senza uomini su Marte nel 2003 e analizzare campioni dal pianeta rosso. Lo ha detto ieri sera la tv inglese Bbc. La sonda, che ha un costo di 200 milioni di dollari, sarà lanciata da un razzo Ariane. Se avrà successo la missione permetterà di effettuare per la prima volta «analisi dettagliate in volo» della composizione del suolo del pianeta, senza che sia necessario riportare i campioni sulla Terra.

La dura esperienza di ricerca ad altissima quota sui mutamenti del corpo umano

Un medico italiano sull'Everest «Così si cambia a 8000 metri»

Il progetto finanziato dal Cnr. Giorni e giorni con poco ossigeno e scarsa pressione per fare da cavie sul tetto del mondo. «Non mi aspettavo condizioni di vita così estreme: ho perso 10 chili».

Volete dimagrire velocemente? Salite a quota 8 mila: lì la perdita di peso, anche se comporta sacrifici, è garantita. Scherzi a parte, l'esperienza di sopravvivere e di vivere a così alte quote l'ha condivisa un gruppo di quindici alpinisti, che ha scalato l'Everest non per passione montanara, ma per essere «studiato».

EAST (Extreme altitude survival test) è il progetto finanziato dal Cnr e iniziato nel '92 al quale ha partecipato il dottor Enrico Rasia in qualità di medico: dalla partenza al ritorno la spedizione è durata complessivamente 51 giorni. L'obiettivo di quest'anno erano gli 8 mila metri dove le «cavie» avrebbero dovuto resistere per 48 ore, permettendo al medico di fare i prelievi e le misurazioni previste dal protocollo. Così dodici italiani, una ragazza di Andorra, un francese, uno svizzero tutti già con esperienza di alta quota, il dottor Rasia e gli sherpa hanno raggiunto il primo campo base a 5400 m, per spostarsi poi nel primo a 6000 m, nel secondo a 6450, e raggiungere il terzo a 7400 m: i prelievi sono stati effettuati a 7600 metri dove il medico è restato per cinque giorni e quattro notti.

La ricerca si propone di studiare le modificazioni del corpo umano in quota, attraverso il controllo dei parametri vitali perché, anche se è possibile riprodurre condizioni molto simili in camera ipobarica, i risultati non sono gli stessi. Il sangue prelevato e congelato è stato spedito a Milano dove verrà analizzato. Le misurazioni riguardano la glicemia, le catecolamine (adrenalina, noradrenalina e dopamina che «calcolano» lo stress) e l'acido lattico per vedere come l'organismo reagisce alla ipossia (insufficiente disponibilità di ossige-

no a livello cellulare). Altre prove sono state la spirometria (misurazione dei volumi dei vari gas inspirati ed espirati attraverso i polmoni in condizioni determinate), il capnigramma (determinazione dell'anidride carbonica nell'aria espirata) e test da sforzo (scendere e salire un gradino a tempo determinato) per misurare il lavoro.

«Questi studi di fisiologia - spiega il dottor Rasia - che osservano il comportamento del corpo umano ben preparato a sforzi estremi sono importanti in prospettiva per la medicina dello Sport, per la medicina aeronautica, per l'alpinismo. Più in generale, per affrontare con maggior cognizioni di causa problemi polmonari e cardiocircolatori».

Ma come e perché un giovane medico di 28 anni, specializzando in ortopedia affronta questa esperienza e cosa ha significato per lui? «Sono un appassionato di montagna - racconta il dottore - ma non avevo mai scalato altezze superiori ai 4 mila metri. Poi ho incontrato Soro Dorotei, guida alpina di Belluno il quale mi ha proposto di partecipare alla spedizione e di lavorare a questo progetto. Mi sono entusiasmato e ho deciso di partire senza pensarci troppo su». Ma il dottor Rasia confessa, ora che è tornato a casa, che l'esperienza è stata traumatica proprio dal punto di vista psicofisico. Lui, abituato alle montagne nostrane, al silenzio e alla solitudine delle arrampicate non si è certo spaventato della grandiosità e dell'imponenza dell'Everest, ma delle sue leggi ferree, sì. Il gigante pretende da chi va a disturbarlo sacrifici estremi, condizioni di vita impossibili che hanno fatto perdere al medico 10 chili.

«Non credevo fosse così duro: sono il continuo sforzo mentale e la volontà a farti resistere. Forse sono anche troppo giovane. Ci vuole più maturità e un metabolismo più lento, ho visto Dorotei a 44 anni con una maggiore resistenza psico-fisica. L'età ideale è forse fra i 35 e i 40. È difficile rendere con il racconto le condizioni in cui mi sono trovato per cinque giorni e 4 notti, dal 19 al 24 maggio, a quota 7600. L'ipossia provoca astenia e inappetenza, si perde una gran quantità di liquidi semplicemente respirando e alla disidratazione e alla perdita di sali minerali si può ovviare solo bevendo molto liquido e assumendo integratori. Naturalmente l'unica possibilità di bere è sciogliere la neve, ma a quell'altezza e con i fornelli a disposizione, ci vogliono ore per ricavare un litro d'acqua. Non riesco a mangiare quasi niente: minestrine liofilizzate, qualche scatoletta e cioccolata. Poi quando arriva la notte e la temperatura scende a 20 gradi sotto zero, comincio a rigirarti nel sacco, con l'impossibilità di prendere sonno. Anche l'insonnia è una caratteristica dell'ambiente».

È un'esperienza che il dottor Rasia ricorderà a lungo e che per ora non ripeterrebbe. «Chissà forse fra qualche anno... Comunque tornare a casa mi è sembrato di stare in America. Ho avuto modo pure di osservare come vivono quelle popolazioni e mi sento un privilegiato: ragazzini di 14 anni per 6-7 dollari al giorno si caricano sulle spalle 40-50 chili e marciano per 12 ore: una vita durissima e solo a contatto con loro ci si rende conto di quante cose superflue abbiamo bisogno».

Anna Morelli

Comandamenti verdi della Banca Mondiale

Eliminazione del piombo nelle benzine entro cinque anni, misure più incisive per la messa al bando dei gas killer dell'ozono, possibilità di «esportare» le misure di riduzione delle emissioni da parte delle aziende attuando investimenti di disinquinamento anche all'estero. Questi alcuni dei «dieci comandamenti» per salvare il pianeta realizzati dalla Banca Mondiale in vista del vertice delle Nazioni Unite sull'Ambiente, in programma per la fine del mese a New York, che farà il punto sul progresso ambientale a cinque anni dal Summit sulla Terra di Rio De Janeiro. Prima misura da applicare - spiega un comunicato della Banca - dovrebbe essere la messa al bando del piombo nelle benzine, così come è già avvenuto in 10 Paesi, per ridurre i problemi di inquinamento ed alla salute causati da questa sostanza. «Questa misura - è precisato - potrebbe essere ripagata da 5 a 10 volte in termini di costi sanitari evitati».

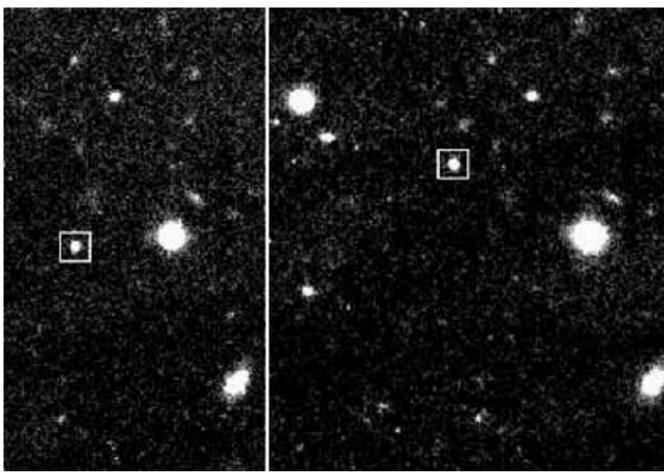
Nano test per scoprire da soli le malattie

Un gruppo di scienziati australiani hanno creato una «nano-macchina», un microscopico congegno destinato a rivoluzionare la diagnostica. Il biosensore, sviluppato da una joint venture tra l'ente australiano di ricerca Csiro, l'Università di Sydney e la Pacific Dunlop di Melbourne, è la macchina più piccola al mondo: la sua parte biologicamente attiva misura un milionesimo di millimetro ed è così minuscola che le parti mobili sono molecole. Il congegno è in grado di individuare in una quantità microscopica di saliva o di sangue, anticorpi, batteri e tracce di insetticidi, farmaci o droghe. Secondo Bruce Cornell del Centro di Ingegneria e tecnologia molecolare di Sydney, il biosensore potrà avere un'ampia gamma di usi in medicina e nell'industria. «È talmente sensibile - ha detto Cornell - da poter individuare l'incremento del contenuto di zucchero nella baia di Sydney, dopo aver gettato una zolletta in acqua». La macchina, della grandezza di un'unghia, incorporata in un apparecchio da tenere in mano, dovrebbe entrare in commercio fra un paio d'anni, quando consentirà ai medici di eseguire test (praticamente in pochi minuti e ad un costo bassissimo. Gli studiosi spiegano di aver realizzato la nano-macchina a partire da una membrana sintetica che funziona come la parete di una cellula vivente, permettendo agli ioni, contenute in una soluzione salina che imita i fluidi organici, di entrare e uscire dalla cellula. La membrana è formata da lipidi, o grassi, ed è imbevuta di grammidina, una molecola ricca di canali di passaggio per gli ioni, che è prodotta da batteri del suolo. La membrana sintetica è inoltre fornita di recettori costituiti da anticorpi, cioè molecole del sistema immunitario in grado di individuare sostanze designate agganciandosi ad esse. Quando un recettore cattura una molecola designata, i canali di passaggio si bloccano, il flusso di ioni attraverso la parete della cellula viene interrotto e la nuova condizione si traduce in un segnale elettrico.

Gabriele Salari

Scoperto un nuovo minipianeta

Questa immagine, scattata da un telescopio dell'Università delle Hawaii, mostra la traiettoria di un nuovo «minipianeta», chiamato 1996TL66 e circondato dal rettangolo bianco. Il piccolo pianeta orbita intorno al sole, ma molto più lontano di Plutone. Il minipianeta si trova nella fascia di Kuiper, ai limiti estremi del sistema solare. E potrebbe essere il primo ad essere scoperto di un'intera classe di nuovi oggetti che popolano i confini del sistema solare. Si tratta di un oggetto davvero piccolo, meno di 500 chilometri di diametro, con un'orbita molto allungata: la sua distanza dal Sole varia da 35 a 130 unità astronomiche. Un'unità astronomica equivale alla distanza tra Terra e Sole.



Ap

L'esame solo al 6% dei soggetti a rischio 1600 donne si salverebbero col controllo mammografico

Sono 1.600 le vite che potrebbero essere salvate ogni anno, attraverso un programma di screening mammografico esteso a tutte le donne italiane tra i 50 e i 69 anni. Circa 27.000 donne ogni anno si ammalano di tumore al seno, un quarto di loro ha meno di 50 anni, la metà è compresa tra i 50 e i 70 anni, il resto dopo i 70. Il cancro alla mammella è, nella donna, la prima causa di morte, e tuttavia è tra le forme di cancro curabili con maggior successo, a patto di intervenire in tempo. Nel 1991 sono morte, per questo tipo di cancro, 11.290 donne su un totale di 153.000 persone morte per altre forme di tumore. Il tasso di mortalità è andato prima crescendo negli anni dal 1970 (21.0) al 1987 (24.7), per decrescere a 24.4 nel 1991 e quindi a 21.2 nel 1992. Al contrario di quanto accade con altre forme di cancro, legate a comportamenti, stili di vita e abitudini (il fumo nel caso del tumore al polmone), non è possibile, per i tumori femminili, intervenire con strumenti di prevenzione primaria che incidano sulle

cause della malattia. Notevoli risultati si ottengono invece attraverso la prevenzione secondaria, ovvero con un'attività di screening ed esami specializzati, che consentono di arrivare ad una diagnosi precoce, decisiva per contrastare i tumori della cervice uterina e della mammella e per ridurre il tasso di mortalità. All'ostacolo attuale la mammografia, l'unico test valido per la prevenzione secondaria, viene effettuata sul solo 6% della popolazione femminile a rischio. Estendere lo screening mammografico permetterebbe di salvare 1.600 vite ogni anno. «Le condizioni che garantiscono l'efficacia del programma di screening - scrive nella sua relazione la sen. Anna Maria Bernasconi, promotrice del convegno - sono: 1) il grado di coinvolgimento della popolazione bersaglio; 2) la qualità delle procedure di screening e dei protocolli di controllo di qualità; 3) un sistema di valutazione attraverso dettagliati indicatori di esito e di processo; 4) l'esistenza di un coordinamento operativo di tutte le risorse professionali».

Liliana Rosi