

LA RETE CHE CURA



Crolli Quando la stanchezza ti sommerge

STANCHEZZA CRONICA: TERAPIA SU WEB

Una ricerca olandese dimostra che Internet può essere efficace nella cura di tale sindrome: un programma interattivo ha avuto buoni risultati

CRISTIANA PULCINELLI

Internet come mezzo di cura. È una novità importante quella che è stata appena pubblicata su «The Lancet» da un gruppo di ricercatori olandesi. L'idea di Sanne Nijhof, del dipartimento di pediatria dell'università di Utrecht, e dei suoi colleghi è stata quella di offrire un trattamento in Rete ai teenager affetti dalla Sindrome da stanchezza cronica. È stata così messa in piedi una sperimentazione su 135 ragazzi tra il 12 e i 18 anni per valutare l'efficacia di un programma interattivo di terapia cognitivo-comportamentale. I ragazzi sono stati divisi in due

gruppi in modo casuale: al primo gruppo è stata offerta la terapia via Internet, al secondo la psicoterapia tradizionale. I risultati sono stati sorprendenti: il 63% dei ragazzi che sono entrati nel programma di terapia interattiva sono migliorati. Otto volte di più rispetto ai ragazzi curati in modo convenzionale.

La sindrome da stanchezza cronica è sfuggente. La sua definizione è stata perfezionata solo nel 1994: «una sensazione di stanchezza cronica persistente per almeno sei mesi che non è alleviata dal riposo, che si esacerba con piccoli sforzi, e che provoca una sostanziale riduzione dei livelli precedenti delle attività occupazionali, sociali o personali». I suoi sintomi possono essere

confusi con quelli di altre patologie, dalla depressione all'ipotiroidismo. Sulle sue cause ancora non si sa nulla. Si è parlato via via di una risposta anomala del sistema immunitario, di una infezione, di una intossicazione chimica o alimentare.

Nel 2009 uno studio pubblicato su «Science» sembrava aver risolto l'enigma trovando un retrovirus dei topi in due pazienti su tre tra quelli esaminati. Ma pochi mesi fa è arrivata la smentita pubblicata sempre su «Science»: nove laboratori, impegnati nella ricerca del virus nelle persone affette dalla sindrome, non sono riusciti a trovarlo. Si è così arrivati alla conclusione che il risultato del primo studio era dovuto probabilmente a una contaminazione dei campioni di sangue avvenuta in laboratorio.

PSICOTERAPIA BREVE

Tuttavia, si tratta di una malattia diffusa e debilitante. Secondo una ricerca effettuata in Inghilterra e pubblicata nel 2011, è una delle prime cause per le assenze scolastiche. Anche in Italia i casi non sono pochi: si stima tra i 200 e i 300 mila. «I pazienti sono solitamente giovani e donne con una età media di insorgenza intorno ai 30 anni – spiega Umberto Tirelli, direttore del dipartimento di oncologia medica dell'Istituto Nazionale dei Tumori di Aviano dove è sorto un centro dedicato proprio a questa sindrome -. È difficile guarire questa malattia, e sono in atto una serie di ricerche nel mondo per scoprire nuovi trattamenti».

La terapia cognitivo-comportamentale è una psicoterapia breve che ha lo scopo di far acquisire ai pazienti alcune specifiche abilità che gli consentono di affrontare una serie di disturbi psicologici. E alcuni studi indicavano una sua efficacia nella stanchezza cronica, ma d'altra parte è difficile garantire un accesso a questa cura a tutti coloro che ne hanno bisogno. Internet potrebbe essere la soluzione, secondo la sperimentazione olandese. L'editoriale che accompagna l'articolo su Lancet, mette in evidenza che anche in questo caso c'è un problema di accesso: nel mondo solo il 30% della popolazione ha un accesso a Internet, con differenze geografiche importanti. E per poter essere inseriti in un programma di questo genere bisogna avere un certo grado di istruzione e soprattutto superare le barriere linguistiche. Ma su questo, dicono gli esperti, si può lavorare. ●

Una mostra sul mondo di Marsili

PIETRO GRECO

SCRITTORE E GIORNALISTA

Venerdì prossimo, 20 aprile, in occasione dei trecento anni dalla fondazione dell'Istituto delle Scienze e delle Arti, si apre a Bologna «Il Mondo di Luigi Ferdinando Marsili». Si tratta di una mostra inusuale, perché policentrica. È allestita, infatti, nel Museo di Palazzo Poggi, nella Biblioteca Universitaria Bub, presso l'Accademia delle Belle Arti, al Museo Civico Archeologico, al Museo Civico Medievale. Non si tratta di un vezzo. Policentrico negli interessi e nelle attività, infatti, è stato Luigi Ferdinando Marsili. Come si legge nella quarta di copertina del libro di John Stoye, *Vita e tempi di Luigi Ferdinando Marsili, soldato ed erudito*, pubblicato per l'occasione da Pendragon: «Gli interessi di Marsili, membro dell'Académie des sciences di Parigi e della Royal Society di Londra, spaziavano in numerosi ambiti, dalla geologia all'archeologia, dall'idrografia alla geografia, dalla strategia militare all'astronomia».

LA BIBLIOTECA PERSONALE

Marsili aveva allestito una imponente biblioteca personale e, nei suoi innumerevoli viaggi, aveva raccolto moltissimi oggetti. Mise libri e oggetti a disposizione dell'Istituto. Ma sarebbe del tutto errato ritenere che Marsili abbia organizzato una sorta di biblioteca con annessa «camera delle meraviglie» e che oggi la mostra policentrica ce le offra in visione. Marsili organizzò e insediò a Palazzo Poggi un Istituto affatto originale, diverso da quelle Accademie – che pure avevano ospitato la comunità scientifica allo stato nascente, nel XVII secolo – che erano soprattutto luoghi di discussione e di dibattito scientifico. L'Istituto (pubblico) creato da Marsili era anche luogo di formazione, di ricerca e di sperimentazione. Un prototipo di quella università (pubblica) dalla duplice missione che sarebbe nata in Europa solo un secolo dopo.

Quello che ci propone la mostra dal 20 aprile al 4 novembre è, dunque, di entrare nel mondo di un italiano dallo sguardo lungo, capace di concepire e anticipare di decenni un modo di organizzare la scienza destinato a imporsi nei secoli successivi. ●