

EDITORIALE

Domande nella stagione dell'incertezza

Siamo sinceri: la normalità, associata alla «Fase 3» è soltanto apparente. Certo, negozi e ritrovi si sono riaperti, il turismo vacanziero è decollato, e soprattutto l'anno scolastico è ripartito. Con ciò, sull'opinione pubblica, come sui sentimenti privati, grava un'incertezza disarmante nei confronti del domani. Paradossalmente, non si temono più incognite di un futuro cambiamento, bensì la continuità del presente, con i suoi risaputi guai. Si sta prolungando, chissà fino a quando, un'emergenza che dovrebbe rappresentare una situazione straordinaria e invece perdura.

Conclusa la vera e propria stagione del lockdown, si è aperta quella delle sue conseguenze, meno aggressive e preoccupanti. Non insignificanti, però. Sono le cicatrici di ferite mentali e affettive profonde, provocate da situazioni anomale: il forzato isolamento, la mancanza di stimoli esterni di svago e di cultura, la privazione di affetti, amicizie, amori. Un vuoto che, per mesi, è stato sostituito dalla presenza, in forma virtuale, di altri interlocutori: politici, medici ufficiali, virologi, divulgatori vari, impegnati nel compito ingrato di comunicare notizie allarmanti in termini spesso imprecisi e contraddittori: sempre più vittime e sempre meno libertà individuali. È il risultato del clima di confusione e diffidenza in cui ci si trova immersi, alle prese con timori persistenti, allargati e sfuggenti.

Lo confermano gli interrogativi tipici del momento. Dovremo continuare a rispettare la distanza dall'altro, possibile untore? Meritano fiducia le autorità sanitarie, OMS compresa, e i ricercatori del vaccino, futura panacea per tutti? A chi la priorità: salute o economia? L'Homeworking, prezioso nella pandemia è destinato a generalizzarsi? E via enumerando domande che rimangono sospese, in un vuoto privo di punti saldi. Tutti da ricreare pur continuando forzatamente a navigare malgrado l'incertezza.

dr. med. Marco Varini
presidente
Associazione Triangolo
Sez. Sottoceneri

La fiducia ai tempi del Covid

di Mosè Cometta, filosofo, ricercatore presso l'Università di Torino

In questi mesi di pandemia sono emerse numerose questioni. In quest'occasione vorrei concentrarmi sull'aspetto della fiducia. Il parere degli esperti non è sempre piacevole o semplice da seguire, come probabilmente mostrano le manifestazioni contro le limitazioni imposte o consigliate dalle autorità non solo negli Stati Uniti ma anche in tutt'Europa. Una parte della popolazione, mostrando poca fiducia nella scienza medica e nei rappresentanti politici, sembra infatti temere che le raccomandazioni – uso di mascherine, distanziamento, limitazioni agli esercizi pubblici – non siano pensate in vista del bene comune. Nei casi più estremi, alcune persone tendono a immaginare che questa pandemia sia in realtà un'invenzione, un complotto ordito a fini politici o economici. Questi fenomeni manifestano un malessere sociale diffuso. Se le persone non si fidano delle autorità né rispetto al potere (istituzioni pubbliche) né rispetto alla conoscenza (precetti medici e ricerca scientifica), è perché esse non si sentono prese sufficientemente in consi-

derazione, soprattutto rispetto ai propri dubbi e paure. Quando una persona ha la sensazione che «il potere» non consideri le sue necessità e non vegli al suo benessere, ecco che ai suoi occhi questo inizia a perdere legittimità. La pandemia, colpendo duramente tutti noi, ha spinto al limite questi fenomeni. Per coloro che già si sentivano esclusi e nutrivano poca fiducia nelle istituzioni, il vedersi imporre una serie di limiti è facilmente interpretabile come un attacco alla propria libertà personale. Ciò mostra come la fiducia sia un elemento fondamentale della medicina. C'è infatti chi considera la medicina come una disciplina quasi puramente teorica, che osserva i corpi e il loro buon funzionamento. Altri, invece, insistono sull'importanza del lavoro concreto e sulla capacità del medico di adattare le proprie conoscenze al singolo caso. Forse ancora troppo pochi però considerano l'aspetto 'politico' della professione: il fatto che la medicina si fonda anche sulla relazione umana fra medico e paziente. La relazione, in quanto tale, ha le sue regole.

Val Colla e i Denti della Vecchia

Foto di Giuseppe Piffaretti



Per funzionare essa non può privare di libertà una delle parti. Il medico non può infatti obbligare il paziente ad adottare il comportamento migliore per la propria salute: egli deve invece metterlo nella condizione di comprenderne il significato e la necessità. Dunque, specialmente laddove occorre che l'intera popolazione adotti determinate misure in modo solidale, la fiducia nei medici e nelle autorità dev'essere forte. Non si tratta certo di una questione semplice. Per costruire un legame di fiducia

occorre infatti dimostrare le proprie buone intenzioni, mostrare buoni risultati e non abusare della propria funzione. Una mancanza di fiducia porta alla sterilità delle relazioni, all'impossibilità di comunicare, di stabilire ponti. Sul piano medico, si tramuta in una difficoltà maggiore nel correggere i comportamenti sbagliati e nell'arginare la diffusione dei virus. Anche un eccesso di fiducia, però, può capovolgere in cecità e abuso. La fiducia, per essere funzionale, deve dunque nutrirsi continuamente degli

scambi, degli stimoli delle due parti in gioco. Si tratta di un equilibrio dinamico difficile da mantenere.

Complessivamente, possiamo dire che la pandemia si impone come un'esperienza nella quale medici, autorità e popolazione dovrebbero riuscire a costruire un sistema fondato sulla fiducia e sul rispetto reciproco, sulla collaborazione e sulla condivisione degli obiettivi. Dal buon risultato di questo esercizio dipenderà il modo in cui la nostra società uscirà da questa situazione.

INCONTRI PER PAZIENTI E FAMILIARI: riprendono nel rigoroso rispetto delle norme anti-COVID

Informazioni e iscrizione: Priska Deluigi, Triangolo Sottoceneri Tel. 076 543 24 49 sottoceneri@triangolo.ch

YOGA DOLCE: incontri settimanali

quando

lunedì 15.30-16.30

Inizio: 5 ottobre 2020

cosa

Ristabilire un rapporto armonico con il proprio corpo. Momenti di movimento dolce si alternano a momenti di riposo accompagnati da semplici meditazioni.

Verena Sommer, docente di yoga

dove

Centro Inequilibrio
via Molinazzo 4A
900 Lugano

costi e condizioni

Gratuito
Iscrizione obbligatoria

ARTETERAPIA: incontri settimanali

quando

venerdì 13.45-14.45

Inizio: 25 settembre 2020

cosa

Un percorso dove ci si esprime liberamente attraverso l'uso dei colori, in uno spazio accogliente che facilita la condivisione in gruppo, permettendo di lasciare una traccia unica e personale di sé.

Federica Dubbini, arteterapeuta

dove

Clinica Sant'Anna
Saletta della Sala
Conferenze
via Sant'Anna
6924 Sorengo

costi e condizioni

Gratuito
Iscrizione obbligatoria

Consulenza d'immagine individualizzata

Lo sapevi che in base al colore della tua pelle e dei tuoi occhi hai dei «colori amici» che ti valorizzano, altri che non dovresti avere nel tuo guardaroba?

Antonella Marzo Cantarelli, consulente d'immagine e comunicazione ti aiuterà a sceglierli.

Consulenza di trucco

Vuoi imparare a disegnarti le sopracciglia e valorizzare i tuoi occhi?

Vuoi scoprire quali sono i colori che ti donano?

Leila Fedulov, estetista e make-up artist ti darà utili consigli.

Consulenza individualizzata
gratuita su appuntamento
annunciarsi a Priska Deluigi

SFORTUNATAMENTE non siamo in grado di riprendere
il CICLO DI FILM CON GINO BUSCAGLIA
al Cinema Iride fino al ritorno della normalità.

Ci scusiamo con i nostri affezionati partecipanti che informeremo
appena riprenderemo questa attività.

IL LIBRO

FELICI BASTA ESSERLO

di Christian Paglia,
Edizioni Casagrande



Monica ha 13 anni e una bella famiglia: papà Christian, mamma Barbara e una sorella maggiore, Vanessa. Le piace correre, fare capriole nell'acqua, andare a scuola, viaggiare e stare con i suoi amici. Ma un giorno la vita si capovolge: a Monica viene diagnosticato un tumore osseo maligno. È una malattia rara e la strada da fare è lunga: operazioni, chemioterapie, esami, tante rinunce. Tra dolore, speranze e desideri Monica non perde mai il suo sorriso: è lei che infonde ottimismo nei suoi cari e li incoraggia a guardare «fino all'infinito e oltre». Ma questa non è soltanto la storia di Monica, è la storia di tutta la sua famiglia – qui raccontata dal papà –, la storia di relazioni fatte di amore e solidarietà, che nel momento più doloroso si rafforzano e fanno scudo per proteggere chi è più fragile. Al legame con i genitori e la sorella, si aggiunge quello con Sabrina (LaSabri di YouTube, tanto amata dai giovanissimi e che qui firma la nota a chiusura del libro), che diventa l'amica del cuore di Monica. Anche lei, con generosità e affetto, le resta accanto fino all'inevitabile epilogo, che giunge tre anni dopo la scoperta della malattia. Monica ci insegna a guardare le cose in un modo nuovo e lo fa attraverso le parole di chi l'ha amata moltissimo. Ci insegna l'amore per le piccole cose, la solidarietà incondizionata, la bellezza di saper guardare oltre le difficoltà, perché, in fondo, felici basta esserlo.

LE NEWS

di Antonello Calderoni

Sclerosi multipla: una ricerca promettente?

«News Medical life science 24.8.2020»

Com'è scientificamente accertato, la sclerosi multipla dipende da una degenerazione della mielina, sostanza in grado di creare una parete protettiva intorno ai nervi. Ora è possibile rigenerare la mielina, quando perde efficacia? L'interrogativo ha mobilitato studiosi dell'università di Mainz e dell'università di Friburgo che, congiuntamente, hanno condotto una ricerca dai risultati incoraggianti. Somministrando su topi, per quattro giorni consecutivi, Teofillina, si è registrata una significativa rigenerazione di tessuti: però soltanto nella fase precoce del deterioramento. Quindi è prematuro cantare vittoria. Si è, comunque, aperta una prospettiva promettente da verificare.

Fegato rigenerato: anche in animali grossi

«News Medical life science 24.8.20»

È un fatto risaputo: le cellule del fegato possono rigenerarsi dopo un intervento chirurgico. A condizione, però, che quest'organo non sia gravemente malato e compromesso dall'ambiente tossico circostante. Con ciò, proseguono, ormai da una decina d'anni, le ricerche sulla possibilità di ricreare un cosiddetto fegato accessorio, iniettando cellule epatiche nei linfonodi dei topi. Sulla scorta di queste osservazioni positive, i ricercatori hanno allargato la sperimentazione ad animali di grossa taglia. Il procedimento è stato applicato su sei maiali. Esaminando i loro nodi linfatici è stato possibile ritrovare non soltanto cellule epatiche in buona salute ma persino vie biliari e vascolari rigenerate. Una procedura che potrebbe concernere anche l'essere umano? Sarebbe una tappa veramente rivoluzionaria nei trattamenti di malattie epatiche croniche.

Raffreddore e tosse: il miele serve?

«Live science 21.8.2020»

Come vuole la tradizione, in caso di raffreddore e tosse si raccomanda il miele, da consumare regolarmente, come misura preventiva o curativa. In vari modi, sciolto nel latte, (magari con un po' di grappa). Nell'ultimo decennio, caratterizzato dalla riscoperta dei prodotti naturali, il miele è consigliato soprattutto per i bambini influenzati, rivelandosi efficace al pari di farmaci antitussivi. Ma lo stesso vale per gli adulti? La risposta è affermativa, stando a una recente pubblicazione in cui si confrontavano gli effetti di antitussivi e antinfiammatori, con o senza miele. In realtà, il miele diminuisce il periodo e l'intensità della tosse. E migliora il benessere generale. Un'efficacia dovuta, a quanto pare, da sostanze antimicrobiche e dalla viscosità che mitiga l'irritazione della gola e lo stimolo della tosse.

30 ottobre

Giornata intercantonale dei familiari curanti

Iniziativa sostenuta da 7 cantoni alla quale aderisce dal 2019 anche il Canton Ticino con enti cantonali interessati.

L'Associazione Triangolo, all'interno della «Piattaforma familiari curanti», collabora con gli enti attivi sul territorio per l'organizzazione di questa giornata.

Sono previsti interventi informativi nei nostri media e l'attivazione di una Infoline per tutti coloro che si trovano nella situazione di dover prestare regolarmente a titolo non professionale delle cure a persone a loro vicine.

Per due settimane familiari curanti, persone interessate o toccate dal tema, possono chiamare l'**Infoline** per porre domande e cercare informazioni a persone formate specificatamente per questo progetto.

Tel. 0800 210 310 dalle 09.00 alle 18.00, dal 30.10 al 13.11.2020

23° Seminario Fondazione di Ricerca Psicooncologica Associazione Triangolo

“La parte degli angeli. Spiritualità e cura”

Rinviato ulteriormente a

Giovedì 4 febbraio 2021,

9.00 - 16.00 - Palacongressi Lugano

Riteniamo valide tutte le iscrizioni pervenute finora.

Chi volesse rinunciare alla partecipazione del 4.2.2021 può chiedere il rimborso della quota già pagata mandando una e-mail a chiara@swissoncology.com

L'INTERVISTA

di Luciana Caglio

Lisetta Lucchini: «Rinnovare conservando si può»

Difficile, nell'euforia del dopoguerra, resistere al contagio del cambiamento che stava trasformando Lugano in un centro finanziario promettente e persino spregiudicato. Si demoliva e si costruiva frettolosamente, cancellando i segni di un passato da dimenticare, alla stregua di scorie insignificanti. Ma non è stato un episodio temporaneo, tipico del boom economico: è diventato, invece, un fenomeno permanente. Con effetti evidenti sul piano urbanistico e sociale. Cadono, in continuazione, le case cosiddette vecchie, comprese ville d'epoca circondate da giardini e parchi, e sorgono palazzi pretenziosi dagli affitti impossibili. Gli abitanti emigrano e il centro si svuota. Lo spirito d'iniziativa arranca. In una situazione che suscita malumori popolari e inascoltate reazioni di uomini di cultura, come furono quelle di Mario Agliati, e di architetti e urbanisti, spicca la vicenda del Moncucchetto: un caso a parte, esemplare e rassicurante. Una vera e propria avventura, la definiscono Lisetta e Niccolò Lucchini-Riva. Eredi della secolare tenuta di famiglia, un podere in collina, con vigneti, masseria, roccolo, decidono di farlo rivivere. Per questi due giovani, appena usciti dall'università di Zurigo, non si tratta di un'operazione nostalgica, il recupero di un cimelio. La vecchia fattoria è, invece, destinata a trasformarsi in un'azienda moderna, efficiente, condotta con criteri professionali redditizi, ispirata, però, ai principi ambientali che stanno modificando la mentalità delle nuove generazioni. Il luogo, del resto, si presta a un intervento che ne rispetta la fisionomia naturale e consente uno sviluppo coerente: nasce così l'azienda vinicola del Moncucchetto. Nel 2009, il progetto viene affidato a Mario Botta, che accetta con entusiasmo e competenza. Ha già firmato cantine in Toscana e si sente in sintonia con un'operazione in cui innovazione e conservazione si abbinano. «È stata una scommessa, racconta, mi sono adeguato a una diversa situazione. Niente mattoni. Ho lavorato con il granito costruendo una cantina ipogea, sotto il tetto della fattoria settecentesca». L'iniziativa ha successo. Puntando sulla qualità, i vini prodotti al Moncucchetto, e in seguito ad Agra, Bioggio, Morchino, contribuiscono al prestigio di un "made in Ticino" in grado di affermarsi sul piano nazionale e internazionale. In quest'obiettivo, Lisetta Lucchini ha avuto il coraggio e la perseveranza di credere. Diamole la parola.

Questo progetto imprenditoriale è diventato, per lei, un progetto di vita: frutto di una maturata riflessione o di un'improvvisa intuizione? «È stata una conseguenza logica, favorita dalle circo-

stanze. Niccolò, pronipote della contessa Maraini aveva ereditato un luogo privilegiato dal paesaggio e, dalla sua stessa storia. Da parte mia, amante della natura e animata da una spontanea esigenza di fare, mi sono messa alla prova, trovando proprio qui le condizioni ideali per esprimermi. È partita così l'idea dell'azienda vinicola».

Si trattava, però, di affrontare un'esperienza professionale nuova: insomma, un mestiere da imparare. Come ci è riuscita? «Ne ero consapevole. Ho compiuto un percorso di avvicinamento alla coltivazione della vigna e all'enologia affidandomi agli addetti ai lavori. I primi insegnamenti li ho ricevuti da Fra Corrado, che curava il piccolo vigneto del convento, a Lugano. In seguito, mentre prendeva corpo la cantina del Moncucchetto, ci siamo rivolti a enologi diplomati. La mia passione non bastava più. Era indispensabile una competenza anche scientifica».

L'edificio, firmato Botta ha introdotto un rapporto d'ordine estetico: una cantina che, con l'efficienza, esaltava la bellezza degli strumenti di produzione. Un risultato che l'ha sorpresa? «Certo, mi ha sorpreso la capacità dell'architetto di far coincidere le esigenze produttive e commerciali di un'azienda con l'ambiente circostante. La collina del Moncucchetto è stata valorizzata da una costruzione in piena sintonia con la sua identità. Da qui si apre uno scorcio straordinario sul lago e la corona di monti, creando una sorta di lontananza dalla città, in realtà vicinissima».

In questa sede, l'azienda ha potuto realizzare, innanzitutto, l'obiettivo di migliorare la qualità dei vini locali portandoli a un livello in grado di competere su un grande mercato. Lei si è trovata a svolgere un ruolo di imprenditrice insolito per una donna. Come l'ha vissuto? «Agli inizi, non sono mancate le ostilità, le ironie da parte dei colleghi. Forse mi consideravano un'originale, magari una cafoncella. Poi, queste diffidenze sono rientrate ed è prevalsa la consapevolezza di un impegno condiviso: difendere la causa del "made in Ticino" nel settore vinicolo. E ci stiamo riuscendo».

Dal profilo commerciale, il prodotto locale, e svizzero in generale, deve affrontare la concorrenza estera, che offre prezzi più bassi. «In proposito, occorre precisare che la buona qualità comporta costi più elevati, rispetto al prodotto corrente. Anche i vini italiani pregiati sono cari. Si tratta di una questione di educa-

zione, in definitiva, di cultura: imparare ad apprezzare un prodotto del nostro territorio, frutto di competenza scientifica e di manualità. I grappoli si colgono sempre a mano».

C'è, tuttavia, un aspetto del vino che si presta a considerazioni di tipo morale: le ubriacature frequenti fra i giovani.

«Devo subito smentire un malinteso. Nelle movide, che vanno di moda, i giovani non bevono vino ma birra e cocktail a base di superalcolici. Malgrado ciò, come avviene alla Scuola di viticoltura di Losanna, molti giovani imparano ad apprezzare il vino».

Intanto il Moncucchetto ha ampliato l'ambito delle sue attività: all'enologia si è aggiunta la gastronomia. Con quali esiti? «Sono due settori congiunti, oggi più che mai attuali. Quel che ci sta a cuore è difendere la qualità e la genuinità dei prodotti del nostro territorio, facendone un simbolo affidabile che è riuscito a imporsi. Ha ottenuto riconoscimenti, in particolare oltre Gottardo».

Sul piano personale, come affronta un impegno tanto esigente? «La nostra è un'impresa familiare, che difende una tradizione, che condivide gli sforzi. Se mi domandano qual è il suo hobby? Ho la fortuna di vivere il lavoro come un piacere: irrinunciabile».



Lisetta Lucchini
Foto di Alain Intraina