

EDITORIALE

Disarmati di fronte all'imprevisto

Scienza, tecnica, economia: secondo il sociologo Edgar Morin, è la nuova trilogia laica a cui la nostra società ha affidato le proprie sorti ricavandone evidenti vantaggi. La longevità, la sanità, la mobilità, l'istruzione, l'informazione, il tempo libero, lo svago: tutto ciò è reso accessibile da strumenti sempre più performanti e sanciti alla stregua di nuovi diritti. Da qui la convizione, radicata nell'opinione pubblica e nei sentimenti individuali, di aver conquistato una sicurezza, addirittura un'immunità, nei confronti di ogni rischio. Proprio la Svizzera detiene il primato nel sottoscrivere polizze assicurative. Ci si mette, insomma, al riparo da ogni imprevisto, compresa la pioggia che potrebbe guastare un soggiorno al mare.

Nell'estate del 2016 Edgar Morin scrive come questa ricerca di sicurezza garantita si scontra con un fattore sempre in agguato che si chiama «mistero» e che comprende eventi inattesi e inspiegabili, con i quali dobbiamo fare i conti.

Queste considerazioni del 2016 dovevano trovare, tre anni dopo, una calzante conferma. Un virus che, come ci si era abituati a pensare, poteva e doveva venir sconfitto in una società attrezzata e protetta e che invece si è rivelato inattaccabile e vincente. Questo virus non soltanto ha messo in difficoltà la scienza medica ma, soprattutto, ha portato alla luce la nostra sostanziale vulnerabilità fisica e psicologica.

Mentre si assiste alla polemica sugli errori e i ritardi, attribuiti alle autorità politiche e sanitarie, si dovrebbe poter accettare l'imprevedibilità della vita alla quale in definitiva non si può sfuggire: pandemie, mali incurabili o catastrofi naturali che cogliendoci di sorpresa ci lasciano senza parole.

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

Coronavirus, ricerca e futuro

Davide Robbiani, Direttore IRB (Istituto di Ricerca in Biomedicina)

L'Istituto di Ricerca in Biomedicina (IRB) a Bellinzona, che da pochi mesi ho l'onore di dirigere, è molto attivo nella ricerca sul Coronavirus, lo è stato sin dalla prima onda epidemica. Questo grazie allo stretto contatto con i medici degli ospedali COVID ticinesi, EOC e Moncucco, e alle collaborazioni con centri di ricerca internazionali, collaborazioni che rappresentano un elemento sempre più importante per la ricerca scientifica competitiva.

La ricerca COVID in istituto è di due tipi: ricerca per capire e ricerca per curare. Per esempio, ricerca per capire la cosiddetta «memoria immunologica»: quanto a lungo ci proteggerà il vaccino? per quanto saremo protetti dopo una prima infezione? Oppure, per capire perché l'infezione si manifesta con un decorso così eterogeneo: alcuni neppure se ne accorgono, mentre altri vengono ospedalizzati, ed altri ancora trascinano sintomi importanti per mesi e mesi. Domande semplici a problemi complessi. Per giungere a risposte ci vuole

Davide Robbiani



sperimentazione scientifica, spesso difficile e costosa, ma anche determinazione e pazienza, qualità queste del ricercatore. Quest'ultima, la pazienza, non è però universale: lo scorso autunno un giornalista mi chiedeva «allora, ci dica professore, cosa avete scoperto questa settimana sul coronavirus»? Tentai di spiegare che la ricerca di laboratorio è un cammino difficile e che le scoperte non avvengono

foto di Antonello Calderoni



FOTOQUIZ:
Ape
o
Vespa?
Risposta a
pagina 3

dall'oggi al domani, ma quel segmento fu tagliato.

L'altra ricerca che avviene in Istituto è quella per curare. Per esempio, nell'ambito di un consorzio europeo, stiamo sviluppando delle molecole (dette anticorpi monoclonali di seconda generazione) che siano in grado di contrastare non solo il coronavirus «originale» ma anche le sue varianti, di cui oggi molto si parla poiché sembrano più trasmissibili e pericolose. Avanziamo queste ricerche anche con l'aiuto della simulazione al computer, ed i risultati sono molto promettenti. E il futuro? Siamo fortunati: non esiste un solo vaccino, ce ne sono diversi, e sono efficaci. Prima o poi saranno a disposizione di tutti. Purtroppo, come per altri virus, il Coronavirus evolve e questi primi vaccini probabilmente dovranno essere aggiornati, come accade annualmente per quelli contro l'influenza. Alcuni dicono che con mascherine, distanze e chiusure dovremo imparare a convivere a lungo. Forse, la verità è che nessuno sa. Ma ci sono buone notizie: questo nemico lo conosciamo sempre meglio e all'orizzonte ci sono nuovi medicinali, alcuni già in fase di sperimentazione clinica, che permetteranno di combatterlo con un arsenale più ampio e diversificato. Tra le nuove armi, anche medicinali utili a coloro che non rispondono bene ai vaccini. Questa è una popolazione ampia ed importante, che comprende per esempio i pazienti oncologici in terapia, i trapiantati e gli immuno-soppressi. C'è poi chi, per motivi personali, esita nei confronti del vaccino. Rimane quindi importante avanzare modalità di prevenzione e trattamento complementari. Cosa imparare dall'anno passato? Esistono al mondo molte malattie infettive «nuove», o cosiddette «emergenti», delle quali si sa poco o nulla ma con potenziale epidemico anche nelle nostre regioni. Questa continuerà ad essere un'area di ricerca importante per l'IRB in futuro. L'idea è di anticipare le possibili epidemie, anziché reagire a posteriori come stiamo facendo ora, quando in molti e per anni avevano previsto l'arrivo del coronavirus.

Massimo Garanzelli

ci ha lasciato il 28 gennaio 2021



Per tanti anni nostro prezioso collaboratore che ha saputo interpretare con entusiasmo, dedizione e grande sensibilità il ruolo di volontario per il paziente oncologico.

In occasione dei nostri eventi «Human Library» del 14 e 19 aprile 2018 Massimo si è presentato come Libro Umano. Lo ricordiamo con alcuni pensieri che ha espresso per quelle giornate.

Da anni mi chiedo se faccio il volontario o se sono un volontario.

*«**Fare il volontario** mi sembra un lavoro, qualcosa che si fa per dovere, per piacere, per passatempo, per avere una coscienza pulita da presentare al Padreterno alla resa dei conti. In pratica ho l'impressione che ci sia l'aspettativa di un riconoscimento da parte di qualcuno o di un'istituzione.*

*Se invece dico **sono un volontario**, significa io lo sono con tutto il mio essere. Un movimento del cuore, un atto d'amore da offrire, senza alcuna motivazione se non quella del donare e di avere la gioia di essere a disposizione, di sacrificare nel senso di rendere sacro l'atto che stiamo compiendo. Fare il volontario sembrerebbe un'attitudine mentale mentre essere volontario è un'attitudine del cuore. In entrambi i casi l'importante è dare spontaneamente e gratuitamente».*

«Per me essere volontario significa mettersi a disposizione, mettersi all'ascolto, lasciando che un discorso emerga secondo il desiderio del paziente. Sapendo che anche il silenzio può avere il significato di una discussione. Solitamente cerco di non parlare della malattia, magari accenno alla situazione sempre in modo generico. Lo stare assieme dovrebbe essere un momento che rompe lo schema della routine giornaliera.

A volte si toccano argomenti molto profondi: la vita, la morte. Personalmente mi è successo raramente. In questo caso bisogna comprendere e rispettare il pensiero, il credo, la verità del paziente senza preconcetti e senza volerlo influenzare.

Il momento diventa più impegnativo quando invece del malato sei con un suo familiare. Ascolti le paure, le angosce, il dolore. Decenni di matrimonio che si stanno sgretolando, la sofferenza per una perdita imminente, la stanchezza fisica del continuo accudire il compagno, la stanchezza morale per essere soli».

«Va detto anche che il volontario non è immune da un coinvolgimento affettivo, perché nel corso del tempo proprio perché si vivono attimi speciali di condivisione, di profondità di pensiero o addirittura di gioia e allegria nasce un legame profondo. È come se un filo sottile ci unisce al malato, una gioia che si attiva ad ogni incontro. Ed è inevitabile che quando poi ci lasciano ne soffriamo: ma la tristezza col tempo diventa un ricordo, una piccola gioia nel cuore per l'esperienza vissuta».

A conclusione dell'evento Human Library, Massimo ha scritto:

«Non stupiamoci, siamo una bella associazione e ben organizzata. Grazie di cuore a tutti per poter vivere queste opportunità di scambio e di crescita interiore».

IL LIBRO

CORONA DI SPINE

Sofferenze e opportunità
ai tempi della pandemia

A cura di Piero Sanna, Edizione Ulivo



«Corona di spine e spunti» è una sorta di cronaca ad ampio spettro di questa esperienza senza precedenti per ciascuno di noi, vista attraverso occhi riflessivi e disillusi del mondo pre-virale, ma anche attraverso un nuovo focus, che apre a prospettive di critica costruttiva, nell'ottica di tentare quella che al momento pare un'impresa disperata: cambiare la nostra mentalità egocentrica e individualistica.

Urge una riflessione di fondo sui nostri limiti come individui e come società che la pandemia ha spudoratamente evidenziato.

L'impellente richiamo a una maggiore assunzione di responsabilità da parte di tutti passa anche attraverso le modalità con le quali si tenta di venire a capo di una calamità globale devastante ma rivelatrice.

È proprio nei momenti più difficili, come quello che stiamo attraversando, che siamo chiamati a uno sforzo comune, il quale nell'immediato ci salverà dal virus e a medio-lungo termine dal tracollo climatico.

Questa sembrerebbe la via. Saremo pronti a coglierla come una vera opportunità?

Questo piccolo gioiello narrativo si conclude con una riflessione di Graziano Martignoni «Siamo come acrobati tra la potenza della Tecnica e l'incertezza della Vita...», riflessione alla quale fa eco una postfazione di Ornella Manzocchi, psicoterapeuta, che testimonia del valore della parola scritta e parlata quando i corpi non si possono incontrare.

LE NEWS

di Antonello Calderoni

Quando il caffè prolunga la vita

«JAMA Oncology» 17.9.20

La ricerca scientifica può riservare sorprese. Partendo dalla constatazione che il caffè contiene sostanze antiossidanti e antinfiammatorie, recenti studi epidemiologici hanno identificato una correlazione fra la popolare bevanda e il carcinoma del colon in fase avanzata e con metastasi. Com'è emerso da un'osservazione, condotta alla Mayo Clinica su 1171 pazienti, proprio il consumo di caffè influirebbe sul decorso della malattia. Infatti, fra quelli, abituati a bere 2-3 tazze al giorno, si è registrato un rallentamento della progressione come pure una diminuzione della mortalità di circa il 20%, rispetto ai non consumatori. Da qui l'ipotesi, ancora da verificare su ampia scala, che il caffè sia in grado di agire su questi rischi.

Alcol e cancro: un impegno anche politico

«Medscope» 25.1.21

Negli ultimi anni, sono comparsi sul mercato, in gran numero e intensamente pubblicizzati, prodotti che vantano proprietà terapeutiche per l'intestino: si tratta di integratori, denominati probiotici e prebiotici. I primi contengono microrganismi, i secondi sostanze che favoriscono la crescita di batteri intestinali. Com'è risaputo, questi batteri sono efficaci per un corretto funzionamento dell'intestino. Con ciò, finora non esiste nessuna prova che possano giovare alla nostra salute in generale. Dati scientifici confermano che i probiotici sono in grado di agire in situazioni specifiche: quali la diarrea da antibiotici e alcuni sintomi da colon irritabile. Non esistono, però, prove che dimostrino un vero e proprio beneficio per la salute in generale. In quest'ambito, sono in corso ulteriori ricerche.

COVID 19: non tutti i mali vengono per nuocere

«Medical News Life Science» 1.2.21

Paradossalmente, la pandemia, che non ha risparmiato neppure l'India, ha avuto proprio quei effetti positivi, sia pure in un ambito limitato. Si tratta di due villaggi, dove un gruppo di ricercatori si è impegnato per modificare le abitudini igieniche degli abitanti nei confronti del rischio di malattie infettive. Agli adulti, come ai bambini, è stata spiegata l'importanza di lavarsi frequentemente le mani: ciò che poi doveva entrare nell'uso quotidiano, anche dopo la campagna di sensibilizzazione.

Da un ulteriore studio risulta che queste misure igieniche non contribuiscono soltanto a diminuire il contagio del Covid, ma agiscono su altre diffuse malattie, quali il tifo, il colera e la difterite. Se n'è concluso che, adottando semplici abitudini igieniche, l'India potrebbe liberarsi da queste secolari minacce. Sempre che si riesca anche a risolvere il problema della mancanza di impianti sanitari adeguati: in molti villaggi non c'è ancora neppure il WC.

POESIA

Antonio Machado è stato un poeta e scrittore spagnolo, tra i maggiori di tutti i tempi

La primavera sorrideva

*Un giorno mi sorprese la primavera
che in tutti i campi intorno sorrideva.
Verdi foglie in germoglio
gialle rigonfie gemme delle fronde,
fiori gialli, bianchi e rossi davano
varietà di toni al paesaggio.
E il sole
sulle fronde tenere
era una pioggia
di raggi d'oro;
nel sonoro scorrere
del fiume ampio
si specchiavano
argentei e sottili i pioppi.*

Risposta FOTOQUIZ: Vespa

(Vespa germanica)

Le vespe hanno un corpo liscio a strisce nere e giallo oro con classico restringimento tra il torace e l'addome, il cosiddetto «vitino da vespa».

Le api sono più pelose e variano di colore dal marrone dorato al quasi nero.



L'INTERVISTA

di *Luciana Caglio*

Franca Martignoni-Frischknecht: quando aiutare diventa professione

Sin da bambina, a scuola se un compagno era punito ingiustamente o, durante i giochi, subiva un atto di violenza, Franca correva subito in suo aiuto. Era una reazione istintiva già rivelatrice. Sarebbe poi maturata a scelta di vita permanente. Prestare aiuto ai più vulnerabili, vittime di soprusi o di avversità, doveva diventare un obiettivo, non soltanto d'ordine morale o ideologico, ma concreto, operativo. Insomma, un vero e proprio mestiere da imparare, impegnandosi in un adeguato percorso formativo e culturale. E, infine, da praticare mettendosi al servizio della collettività. Coerentemente, Franca frequenta la nuova Scuola propedeutica di Lugano, che prepara alle attività sanitarie e sociali. Apprezza, in particolare, le lezioni dell'insegnante di diritto. Si rende conto che ogni conoscenza ne implica un'altra, allargando incessantemente l'orizzonte delle sue curiosità. A Milano ottiene il diploma di assistente sociale alla Scuola superiore di servizio sociale. Poi a Firenze, l'attira un corso di sessuologia, ambito ancora relegato nell'ombra del pregiudizio.

Avverte, strada facendo, la necessità di migliorare in continuazione le proprie competenze per affrontare una quotidianità sempre più complessa e persino contraddittoria. Smaltita l'euforia del boom economico del dopoguerra, ci si trova alle prese con nuove forme di disagio e di paura, che animeranno le piazze nel 68, dove si manifesta per tutto e il contrario di tutto. Più libertà e fantasia e, in pari tempo, una maggiore presenza dello Stato, chiamato a proteggere i cittadini con assicurazioni d'ogni sorta. Un clima rivendicativo che coinvolge anche la Svizzera. Prende corpo, negli anni 70, lo Stato sociale che allarga le sue funzioni, senza però sostituire le tradizionali associazioni private. Si arriva a un buon compromesso, tipicamente elvetico. Tutto ciò appartiene all'esperienza di Franca, prima come studente di scienze sociali, poi per molti anni come assistente sociale al Servizio sociale cantonale e nell'Unità di intervento regionale (Aiuto alle vittime di reato, e soprattutto nei maltrattamenti e abusi sessuali) e anche docente alla SUPSI. Come membro attivo del Comitato della Associazione Alice, di cui è stata anche vicepresidente, si è occupata della problematica della tossicodipendenza sul nostro territorio. E, in seguito e tuttora, come membro permanente dell'«Autorità regionale di protezione 5». Come definirlo: un osservatorio della realtà sociale, un pronto soccorso per interventi immediati, un punto di riferimento per un sostegno continuato?

Diamo la parola a Franca Martignoni-Frischknecht

Secondo la sua esperienza, qual è il fattore che maggiormente incide sul nostro assetto sociale?

«Il cambiamento che, a ritmo sempre più accelerato, con l'avvento di nuove tecnologie, nuove professioni e nuove mentalità, disorienta sia nell'ambito privato sia in quello pubblico e familiare».

Con effetti che esigono il vostro intervento?

«Cito, per cominciare, le ultime ondate d'immigrati, ben diverse dalle precedenti che provenivano da paesi del sud Europa. Oggi arrivano prevalentemente da altri continenti, appartengono a culture e religioni a noi estranee. Il loro processo d'integrazione si rivela più difficile, in particolare quello delle donne, chiuse nel guscio di tradizioni di cui, non di rado, sono vittime».

La donna, e non soltanto l'immigrata musulmana, rimane ancora una figura più vulnerabile?

«Le cronache lo confermano. I casi di mogli o compagne, che subiscono maltrattamenti, sono ancora frequenti. Complice, non da ultimo, il silenzio. Devo però precisare che nelle separazioni di coppia, per quanto riguarda i diritti dei padri nei confronti dei figli spesso volte diventano loro stessi vittime della donna».

Sono situazioni che contrastano con il clima di libertà, che caratterizza la società odierna. Come si spiega?

«L'aspirazione alla libertà è legittima, rischia però di accentuare l'individualismo egoistico e quindi la relazione della coppia. Sta di fatto che aumentano i divorzi, secondo le statistiche in Svizzera un matrimonio su cinque si scioglie. Da qui situazioni di disagio materiale e psicologico. Da parte nostra, ci s'impegna per fare in modo che le separazioni avvengano correttamente, limitando danni e sofferenze. Ne sono vittime le donne e i bambini, ma anche gli uomini. Oggi c'è una crescente fragilità maschile».

Quali altri compiti spettano all'Autorità regionale di protezione?

«Si tratta di una sfera molto diversificata. Ci si trova confrontati con problemi familiari, con i giovani adolescenti, con gli anziani, con le persone con problemi di alcolismo

e di droga, gravi problemi psichiatrici, e situazioni di indebitamento».

Come si riesce in simili momenti a prestare un aiuto adeguato?

«Serve, la capacità di porsi nella posizione dell'altro, d'immedesimarsi e soprattutto il rispetto della sua sofferenza».

Tutto ciò chiede, oltre a senso pratico, forza d'animo. Dove l'attinge?

«Sono per natura disponibile all'ascolto dell'altro, senza però lasciarmi sopraffare. Amo il mio lavoro, e credo nella sua utilità».

Com'è riuscita a conciliare vita professionale e famiglia? Nei confronti di suo marito, figura importante, psichiatra e docente universitario di riconosciuto prestigio, come ha potuto difendere la sua indipendenza?

«Ci siamo impegnati, reciprocamente, per proteggere il proprio spazio di autonomia, al riparo dalla competitività».

In questo spazio c'è posto per svago e hobbies?

«Lo ritengo indispensabile. Amo curare il mio giardino che riempio di fiori. Da anni, mi dedico alla scultura con la pietra, dove esprimo la mia creatività con passione».



Franca Martignoni