

MEDICO MEDICO Medico

AGGIORNAMENTO E CULTURA, HOBBIES, STORIE DI MEDICI E PROBLEMI VARI

INSERTO REDAZIONALE GIORNALE DELLA PREVIDENZA DEI MEDICI E DEGLI ODONTOIATRI N. 2/2003

Spulciando qua e là

di Franziska Steno

Curiosità. Franziska Steno è andata a "cercarle" senza pignoleria. Così, tanto per fare qualcosa.

PERCHÉ UN EVENTO IMPOSSIBILE È DETTO "L'ARABA FENICE"?

Secondo una tradizione, ogni cinque secoli nell'antico Egitto faceva capolino un succello dorato che aveva una strana abitudine: si lasciava bruciare su di un fuoco per poi risorgere dalle ceneri. Pare che la legenda abbia preso il via in conseguenza del rarissimo passaggio sopra l'Egitto di qualche fagiano dorato che, per l'appunto, finì per dare vita ad una espressione, l'"araba fenice", che indica proprio un evento rarissimo se non impossibile.

CHE COSA È IL "NODO GORDIANO"?

Tagliare un "Nodo Gordiano" significa oggi giorno la capacità di superare le difficoltà con la tenacia e la forza. L'origine dell'espressione si rifà ai tempi di Alessandro Magno, quando Gordio era re di Frigia. Salito al trono, Gordio offrì agli dei il suo carro con il timone legato da un nodo impossibile da sciogliere. Al punto che secondo la profezia di quei tempi chiunque fosse riuscito a sciogliere il nodo di Gordio sarebbe divenuto l'imperatore dell'intera Asia. Ebbene, Alessandro Magno risolse il problema tagliando il difficile nodo con un colpo di spada e, effettivamente finì per dominare territori sconfinati.

IL DIPLOMA UNIVERSITARIO SI CHIAMA "LAUREA", PERCHÉ?

Una corona di lauro è all'origine della parola "laurea". Infatti, secondo una tradizione italiana e tedesca veniva concessa proprio una corona di lauro a quanti si fossero distinti per le loro composizioni poetiche. Dante, Petrarca e Boccaccio, come noto, sono le tre "corone" italiane.

LA MATTINA SIAMO PIÙ ALTI CHE ALLA SERA. PERCHÉ?

Anche se parliamo di piccole misure è un fatto che quando ci alziamo la mattina siamo più alti di quando la sera andiamo a letto per riposare. Questo dipende dal fatto che la colonna vertebrale è formata da tante vertebre separate da dischi di cartilagine in grado di assorbire il peso esercitato dal nostro corpo. Senza tali dischetti le vertebre dovrebbero sopportare un continuo e logorante sfregamento. Così, quando i dischi si sono riposati nel corso della notte, grazie al fatto che stesi sul letto non graviamo sulla colonna, questi recuperano il loro spessore che in piccola parte perdono durante il giorno a causa del nostro peso e delle varie sollecitazioni, quale il portare un peso. In questo modo, seppur di poco, siamo effettivamente più alti alla mattina che alla sera.

CHE ORIGINE HA LA FRASE "PIOVE GOVERNO LADRO"?

Nel 1861, su un giornale umoristico intitolato "Pasquino", la frase "Piove governo ladro" venne pubblicata sotto la caricatura di tre mazziniani alle prese con un acquazzone. Con quella vignetta il giornale intendeva sottolineare che i mazziniani attribuivano al Governo qualunque accidente capitasse.

COME NASCE L'ESPRESSIONE "PROMESSE DA MARINAIO"?

La forza delle burrasche è tale per cui pare che i marinai, in quelle circostanze, sono pronti a fare voti e promesse di penitenze pur di garantirsi la via del ritorno. Ma una volta a terra dimenticano i momenti difficili e, di conseguenza, le penitenze promesse. Ecco perché si usa l'espressione "promesse da marinaio" per indicare una promessa non mantenuta. In fondo, però, non siamo un po' tutti marinai, quando nei momenti di difficoltà ci raccomandiamo a qualcuno per dimenticare poi, superate le difficoltà, le nostre promesse?

CHI HA DETTO PER PRIMO "CHI TACE ACCONSENTE"?

L'espressione venne per la prima volta usata da Papa Bonifacio VIII che la scrisse in una sua decretale.



"Medici": anche il privato diventa servizio pubblico

di Fabiola Mosciatti

Da febbraio, il sabato pomeriggio alle ore 18.00, è di nuovo in onda su Retequattro "Medici", la rubrica settimanale a cura di Elsie Arfaras.

"Medici" è un rotocalco di informazione medico sanitaria, condotta da Marco Liorni con la collaborazione di Antonella Appiano, che ha al centro storie di pazienti (oltre seicento già realizzate) e storie di medici (circa mille intervistati) che hanno aiutato i malati ad uscire dalle loro patologie.

È alla terza edizione ed è un esempio di vera trasmissione di servizio pubblico all'interno delle Reti Mediaset, non ha sponsor, non ha televendite ed è realizzata da un piccolo gruppo di registi, tre giornalisti ed un produttore, Luigi Perricone che ci tiene a sottolineare che "Medici è un programma che cerca sempre di verificare ciò che manderà in onda ed in particolare ha la pretesa di essere il più possibile socialmente utile. Devo dire che veniamo ripagati da un ottimo ascolto e da continue lettere di telespettatori che ci chiedono di continuare così".

L'autore del programma è Emidio Iattarelli, che alla mia domanda - perché le storie di "Medici", che vengono sempre raccontate con grande attenzione ai particolari e con eleganza di immagini, sono sempre assolutamente a lieto fine - mi risponde: "Non è per essere buoni, è ovvio che anche nel campo della medicina ci sono dei limiti e la scienza non può purtroppo risolvere ogni problema altrimenti si guarirebbe sempre e da ogni malattia, però Medici ci tiene a trasmettere speranza, a dare il più possibile un messaggio positivo: è una rubrica che vuole aiutare il cittadino e che cerca sempre di dare consigli utili. Un'altra caratteristica della trasmissione è di non avere lo studio, le puntate si realizzano nei reparti ospedalieri, a stretto contatto con i medici e con i pazienti. In questi anni siamo andati anche in molti ospedali stranieri, dal Carolinska Hospital di Stoccolma al Staten Island di

New York per approfondire la situazione della radiocirurgia stereotassica che tanto ha interessato il nostro pubblico (centinaia di fax e e-mail in redazione) così come in California, Inghilterra, Spagna. La nostra missione è far conoscere gli ospedali di eccellenza e incontrare medici all'avanguardia nei vari settori, cercando di portare sempre nuove informazioni a chi ne ha certamente bisogno. Abbiamo anche intervistato i grandi luminari italiani e stranieri, cercando di conoscerli anche nel privato, con una particolare attenzione ai cervelli in fuga. Devo dire inoltre che abbiamo anche scoperto, con grande soddisfazione, strutture piccole ma molto ben organizzate e funzionali. Comunque ciò che ci interessa di più è dare informazioni sulle ultime novità, le più recenti scoperte nel mondo della medicina che possano essere di aiuto ai nostri telespettatori".

Marco Liorni conduce Medici ormai da tre anni, ma in contemporanea è anche il conduttore dei set esterni del Grande Fratello: - non temi che questo doppio ruolo possa renderti poco credibile, giornalisticamente parlando? Oppure il Grande Fratello è un modo per distrarti dalla serietà delle storie mediche? - "Conduco certamente due programmi apparentemente molto diversi, ma che hanno alla loro base storie di persone in situazioni particolari. In un caso se lo sono cercato, nell'altro gli è capitato perché la vita le ha messe di fronte alla malattia ed è quindi un'occasione certamente non voluta, che le mette alla prova. Spero comunque che il pubblico abbia capito che faccio il mio lavoro con estrema serietà professionale in entrambi i casi".

Anche il Direttore, Giancarlo Scheri, è molto contento degli ultimi ascolti di Medici (share del 10% con una media di un milione e cinquecentomila ascoltatori).

- Direttore, come mai un programma tanto seguito si esaurirà in dieci puntate? Non ritiene che potrebbe essere un

programma da mandare in onda tutto l'anno?

Il Direttore sorride: "Credo molto nelle trasmissioni di servizio e tra queste ci sono appunto quelle di medicina. Infatti su Retequattro, oltre a Medici, la mattina va in onda "Vivere meglio" con Rita Dalla Chiesa ed il prof. Fabrizio Trecca. Devo ammettere che Medici mi piace molto perché ha un linguaggio moderno, chiaro ed efficace. Ma per rispondere alla sua domanda sulle dieci puntate devo dire che siamo costretti a rispettare le esigenze di palinsesto e di budget. Abbiamo comunque creato un appuntamento settimanale per questi tre mesi primaverili, un appuntamento che speriamo di riaprire al più presto con la quarta edizione e, perché no, poi con la quinta...".

- Avete mai pensato alla possibilità di trasmettere "Medici" in prima o seconda serata? -

"Stiamo pensando di preparare delle puntate speciali di Medici per la messa in onda in seconda serata, quindi verso le 22.40".

- Direttore, Retequattro sta cambiando la sua immagine quest'anno, c'è un'intenzione precisa di rinnovo?

"Certamente sì. Ho una grande passione per i programmi di informazione e di approfondimento, che interessino e che al contempo siano utili, come fa appunto, Medici. Ma sono anche contento dell'appuntamento con la storia e con i nuovi progetti, così come sono soddisfatto della programmazione di film di buon livello, in modo che si possa dare al telespettatore di Retequattro una televisione di miglior qualità rispetto al passato, diciamo che cerchiamo di conquistare un pubblico più colto ed intelligente".

Medici è un programma ben congegnato, è soprattutto un format originale della Rete e non acquistato all'estero a cui manca però quella continuità del palinsesto in grado di farlo diventare popolare e riconoscibile da un pubblico sempre più vasto.

ITINERARI

di Mauro Subrizi

Da Beverly Hills
a San Diego

Sali in ascensore e chi incontri? Jack Palance e vi vengono in mente, osservando questo anziano signore i grandi film del passato. Vi ricordate Santa Monica, Long Beach, Pasadena? Sono, lì dietro l'angolo

Solo a Beverly Hills vi può capitare di prendere un ascensore d'albergo e di riconoscere nel signore che cortese mente chiede a quale piano volete scendere Jack Palance, il vecchio e glorioso interprete di *Duello sulla Sierra Madre* e *I professionisti* e, soprattutto, *Bandiera gialla*.

Beverly Hills è da sempre sinonimo di ricchezza e di fascino. Qui vivono le stelle del cinema che hanno catturato la fantasia degli spettatori di tutto il mondo fin dai tempi del muto. Una visita a Beverly Hills,

esclusiva come un tempo, anche se la gente che in California conta fa sempre qui i suoi acquisti su ordinazione, e gli affitti sono

gigolo nazionale del patri- monio storico. A capodanno in questa città si svolge la Tournament of roses parade, una sfilata di carri

alla Santa Monica State Beach con spettacolari vedute, e al Santa Monica Pier. Sulle spiagge di Santa Monica è stata girata la serie di telefilm che ha mitizzato la figura del guardiaspiaggia soprattutto al femminile: *Baywatches*. La bellissima giostra di fine secolo che potete ammirare al Pier è apparsa nel film *La Stangata*, con Paul Newman e Robert Redford.

I 190 km che separano Los Angeles da San Diego si percorrono per circa la metà seguendo la n. 1, poi la Interstate 5 che fagocita la statale e si snoda lungo la costa fino a Chula Vista, al confine con il Messico. **Long Beach**, la seconda città della contea di Los Angeles, è un porto di pri-

se la *Queen Mary* meriterebbe una visita. La **Queen Mary**, il celebre transatlantico che negli anni quaranta rappresentò il massimo del lusso e della comodità in campo di crociera, nel 1967 è stato ormeggiato nel porto di Long Beach, trasformato in albergo e aperto al pubblico.

Procedendo verso sud si abbandona la contea di Los Angeles e si entra in **Orange County**, così chiamata per i frutteti di aranci che costituiscono la principale coltivazione della zona. La regione, molto ricca ha conosciuto un rapidissimo sviluppo urbano "a griglia": grandi boulevard con tutti i servizi necessari e tranquille strade interne per le residenze.

La costa è un susseguirsi di

Data point con il lussuoso e caratteristico Ritz Carlton Hotel affacciato sull'oceano, o come **Newport Beach**, fino a giungere a **San Juan Crispino**, sede di una delle missioni più interessanti, fondata nel 1775. Immediatamente prima di San Diego si attraversa la ricca **La Jolla**, questa cittadina costiera, con le palme che svettano su residenze in stile ispano-mediterraneo, è davvero un gioiello dell'area di San Diego. Si può scendere una ripida e lunga scalinata e, dalla sua base, si hanno vedute del mare e del litorale con le onde che si infrangono durante l'alta marea. Seconda città della California, **San Diego** ha sempre avuto un ruolo fondamentale nella storia dello Stato, un gruppo di frati vi fondò la prima missione della California. Oltre al clima favorevole, la città vanta diversi motivi di richiamo per il turista, per esempio la città vecchia e lo zoo.

Il recupero del quartiere ottocentesco di San Diego, il **Gaslamp Quarter**, rappresenta uno dei migliori interventi d'America nel campo dell'urbanistica.

Molti edifici, alcuni dei quali in ferro, condannati in un primo tempo alla de-



Beverly Hills

con le sue eleganti vie e la celebre ed elegante zona commerciale di **Rodeo Drive**, consente di farsi un'idea del loro stile di vita.

Come è noto, le star e i produttori del cinema e della televisione non gradiscono molto le intrusioni dei propri fans nella loro vita privata e quindi le dimore più sontuose sono in realtà quelle costruite fuori dai confini cittadini. Negli anni, Aaron Spelling, celebre produttore televisivo, si fece costruire a Holmby Hills una villa con 123 camere, mentre il magnate dei media David Geffen spese per la sua dimora non meno di 50 milioni di dollari.

Iniziate il vostro giro facendo colazione o prendendo semplicemente un drink nella Polo Lounge del **Beverly Hills Hotel** (9641 Sunset Boulevard). L'albergo, inaugurato nel 1912, era di moda ancor prima che Beverly Hills ottenesse la fama di cui gode (vi soggiornarono, tra gli altri, Marilyn Monroe e Charlie Chaplin).

Le boutique più eleganti della California meridionale sono quelle a sud di Sunset, sulla Rodeo Drive. La strada non è più così

tra i più cari del mondo. Frank Lloyd Wright progettò il piccolo centro commerciale di 332 N Rodeo Drive, con rampe che salgono zigzagando ai piani superiori. All'incrocio di Rodeo Drive e Wilshire Boulevard si trova via Rodeo, con le sue note boutique (Armani, Gucci, Versace ed altri) e l'elegante Beverly Wilshire Hotel.

Uscendo da Beverly Hills e prendendo la 134 est vale la pena dare una occhiata a **Pasadena**, cittadina molto caratteristica il cui centro storico, costruito negli anni venti è stato incluso nel re-

completamente decorati di fiori.

Sempre da Beverly Hills, andando verso ovest sulla Santa Monica Boulevard, vi troverete sull'omonima cittadina che si affaccia sul Pacifico. **Santa Monica** è una città affascinante e dallo spirito indipendente. Per alcuni aspetti sembra ferma agli albori degli anni settanta: artisti di strada, senza tetto, giovani alternativi scelgono la spiaggia della 3rd Street Promenade, l'area pedonale della 3rd Street. Proseguite verso ovest sul Wilshire per qualche isolato per arrivare



Rodeo Drive.

l'importanza che non offre molto al turista, anche

cittadine balneari abbastanza care ed esclusive, come

molizione, sono stati trasformati in negozi, ristoranti e nightclub. Il quartiere, le cui vie più animate sono la 4th Avenue e la 5th Avenue, fra Market Street e Harbor Drive, è più divertente di notte che di giorno. È da visitare assolutamente anche la minuscola isola **Coronado**, dove sono da vedere le dimore vittoriane a ridosso del lungomare, i negozi e i giardinetti lungo Orange Avenue. Una visita a parte merita l'Hotel del Coronado, uno degli alberghi più antichi (1878) e famosi (vi fu girato il film *A qualcuno piace caldo*, con Marilyn Monroe, Tony Curtis e Jack Lemmon) d'America.



La Jolla

LIBRI RICEVUTI

di G. F. Barbalace



La fuga di Elisa All'ombra della depressione

Quella raccontata da Lanfranco Luzi è una storia decisamente originale. In essa vi si narra l'intima evoluzione di uno dei più subdoli malanni della mente, la depressione, nell'animo di una giovane donna che lascerà il marito nello sconcerto e nel dolore. "La storia narrata - dice Elisabetta Atzori nella prefazione - parla di una fuga, di un viaggio senza ritorno. Colei che fugge lascia dietro di sé un mondo interno permeato di angoscia, solitudine, senso di colpa e un mondo esterno costituito da chi dopo la fuga rimane. Chi rimane si porta addosso quello stesso senso di colpa, tanto forte nel generare sofferenza depressiva, che lascia impotenti e tristi, costretti a elaborare la separazione". Questa storia è divisa in due

parti. La prima, intitolata "La fuga", prende la forma di un diario che per la frequente ripetizione di alcuni concetti e gli sbalzi temporali degli avvenimenti ricorda le reminiscenze riportate alla memoria sul lettino dello psicanalista. È questa la parte più delicata e poetica del racconto. I piacevoli ricordi della fanciulla intelligente, piena di vita e amante della natura, che cresce e pian piano diventa donna, che scopre il piacere di sedurre e di viaggiare, si intrecciano sempre più inestricabilmente con le prime apprensioni, la paura dell'imbrunire, i repentini cambiamenti di umore, fino alle degenze nelle case di cura. Luzi esprime in questa parte la grande competenza con cui riesce ad addentrarsi nelle recondite profondità della mente opprressa dalla

depressione, ma anche la notevole sensibilità del suo animo. La seconda parte, intitolata "Cara Elisa", è più sentimentale e meditativa. Vi aleggia il mistero della vita, della morte e dell'eternità. Racconta il dolore ed il rimpianto del marito per la donna amata e perduta, ma sempre presente nella sua mente e nel suo cuore. Un ricordo intriso di amore e comprensione ma anche di senso di colpa. Un amore che si sublima nella nostalgia e una colpa che rimarrà a lungo indefinita nell'impotenza di un'espiazione che non trovando, sul momento, soluzioni percorribili si attenua e nobilita nel catartico impegno della narrazione.

Sovera Editore, Roma, Euro 13,50.

Melancolia e musica Creatività e sofferenza mentale

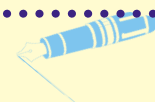


Questo libro curato da Vittorio Volterra, ordinario di psichiatria all'Università di Bologna, riunisce gli scritti monografici di sedici specialisti, per lo più psichiatri e fisiologi, i quali tentano di dare una risposta alla definizione di melancolia (termine scientifico preferito alle altre forme popolari più usate) nel suo alternarsi fra malattia depressiva e travaglio esistenziale che diventa importante stimolo di ispirazione artistica. Come viene affermato anche nell'intervento finale, scritto dal cantautore Gino Paoli, la radice greca "mel" di "melas" (nero) e di "melos" (canto), accomuna la melan-

colia, più alla musica che ad ogni altra forma d'arte. Secondo molti autori, infatti, la melancolia favorisce la creatività musicale e la musica si dimostra la migliore cura di questa afflizione dell'animo. I diversi interventi di cui si compone il libro prendono dunque in esame la melancolia principalmente nel suo rapporto con la musica affrontando la trattazione da diversi punti di vista (e questo è molto interessante) con argomentazioni linguistiche e psicologiche, bibliche e psichiatriche, alchemiche e letterarie. Anche gli atteggiamenti di celebri compositori, e a volte le loro composizioni, vengono presi in conside-

razione. La melancolia, in cui, da un lato, la musica trova uno dei più significativi momenti di ispirazione e che, dall'altro, può presentarsi come estremo limite del baratro della follia, non è vista in questi saggi solamente come una semplice predisposizione individuale, ma anche come un segno della crisi della nostra epoca. Essi fanno il punto dei significati che melancolia e musica hanno avuto nella storia dell'uomo offrendo spunti di riflessione e di ricerca su emozioni e sentimenti percepiti da tutti al di là delle differenze individuali e culturali. Franco Angeli, Milano, Euro 20,50.

B@bylon Apocalypse La guerra globale dei voxx



Giovanni Michele Dalla Valle, medico bassanese trasferitosi a Londra, ha fondato un circolo neofuturista ed è l'inventore delle fantascientifiche avventure dei voxx. Questi discendenti del nostro mondo occidentale in questa storia si trovano a vivere una straordinaria avventura di guerra. I fatti si svolgono intorno alla metà del ventesimo secolo, anni in cui la globalizzazione è ormai compiutamente realizzata e il concetto di nazione definitivamente scomparso. L'autore immagina un mondo diviso in otto confederazioni, sei di carattere religioso, una laica ed una atea. Interessi

economici, religiosi, telematici e bellici si intrecciano inestricabilmente quando il genio del Levante resuscita il mito di Babilonia e vuole sottomettere il pianeta ad un nuovo ordine marziale. Miki e i suoi amici voxx riescono a salvarsi dal tremendo attacco sul fronte saudita che precede l'invasione di tutta l'area del Mediterraneo da parte delle armate azzurre del Genio. Nella loro fuga attraverso deserti, pozzi di petrolio in fiamme, città avveniristiche, vivranno avventure mirabolanti e si troveranno sull'orlo della terza guerra mondiale. Alla fine i satelliti spia di tutte le confede-

razioni verranno distrutti e il mondo potrà tornare a vivere una dimensione più umana. Tranne i nomi di origine etnica, tutte le denominazioni delle istituzioni e delle strumentazioni immaginate sono in inglese (è trendy e fa molto futuro), ma l'italiano del racconto è scorrevole, utilizza molte forme del linguaggio giovanile di oggi e non rifugge da qualche espressione tratta dal mondo della droga. È un romanzo che piacerà ai giovani e agli amanti dei giuochi di ruolo. Alberti & C. Editori, Arezzo, Euro 12,00.



Il piacere estetico e i suoi fondamenti neurobiologici

Con questo originale saggio, Lauro Galzigna, docente di Biochimica Clinica nella facoltà di Medicina dell'università di Padova, si propone di spiegare, alla luce delle nuove acquisizioni della neuroscienza, i fattori dai quali dipende il piacere estetico, ovvero quel senso di soddisfazione e appagamento derivanti dal fare direttamente o dal venire a contatto con l'arte. I fenomeni artistici trattati dall'autore sono la musica, la pittura, la poesia e la letteratura, ma l'autore, che riconosce il germe dell'armonica crea-

zione nelle diverse manifestazioni dell'ingegno umano, prende pure in esame il piacere estetico che può derivare dalla scienza. Un intero capitolo è dedicato al misterioso rapporto intercorrente fra l'emozione estetica e il fenomeno dell'estasi capace di condizionare l'esperienza artistica come quella mistico-religiosa. Questo lavoro si distingue poi per le dotte citazioni, la profondità delle osservazioni e dei concetti relativi alle diverse arti, nonché per gli originali parallelismi fra i risultati raggiunti in campo musi-

cale e pittorico nel ventesimo secolo. Il legame tra creazione artistica e modo di vivere è esemplificato nelle appendici dedicate agli amici Paolo Zanussi, pittore, e Carlo della Corte, poeta, che testimoniano quanto l'arte esiga una dedizione totale e un modo di vivere che diventa esso stesso arte. Il libro si conclude con un saggio del filosofo Giangiorgio Pasqualotto sull'estetica giapponese che illustra una concezione della bellezza alternativa a quella occidentale. Supernova, Venezia, Euro 12,90.



L'arto fantasma e altri racconti



Achille Martorelli, che ha trattato per lunghi anni argomenti di medicina, sindacato e sport su diversi giornali, è passato negli ultimi anni alla narrativa. Questa volta si presenta con un libriccino di racconti, anzi, come egli scrive, di fiabe per tutte le età. "L'arto fantasma" è il primo racconto che dà il titolo al libro. In esso si parla di Saro e dei suoi amichetti, tutti appassionati del giuoco del pallone, i quali formeranno due squadre che finiranno per interessare i mezzi di comunicazione di massa grazie alle prodezze tecniche e stilistiche del pic-

colo protagonista e alla facilità con cui riesce ad insaccare la palla nella rete. A questa storia si intrecciano altri racconti come le favole narrate dal padre e le storie piene di saggezza del nonno di Saro. "Le farfalle dell'isola di Sunny" è il solare racconto di due ragazzi australiani che, aiutati da un aborigeno, costruiscono una mongolfiera dalla quale godranno lo spettacolo di una danza di farfalle variopinte e impareranno a confidare in se stessi. "Mirella e il cenotes" è un racconto fantastico nel quale la protagonista, dopo la maturità, realizza il sogno di im-

mergersi in un lago sotterraneo dove riuscirà a vedere con i propri occhi una cosa straordinaria della quale gli anziani del paese avevano sempre favoleggiato. Si tratta di tre racconti caratterizzati da uno stile contemporaneamente asciutto e fantasioso, adatto a coinvolgere i giovani per l'inventiva delle storie e lo spirito di avventura in essi contenuto e capaci di coinvolgere anche gli adulti per il messaggio di amore per la vita e perché incoraggiano ad acquisire la responsabilità delle proprie azioni. Alberti & C. Editori, Arezzo, Euro 10,30.

Bisogno d'amore

Con quest'opera il prof. Giacomo Dacquino, psicoterapeuta di Torino, si propone di spiegare le carenze affettive delle quali soffre la nostra società contemporanea che ha fatto un mito dell'apparenza, della competitività e del successo a scapito dell'affettività e dell'emotività. Egli si propone perciò di indicare la strada del superamento della crisi d'amore e della riscoperta del cuore e dei sentimenti. D'altronde, dice l'autore, "nessun vissuto emotivo è stato così ambiguamente interpretato come l'amore". Infatti esso è stato sempre soggetto a interpre-

tazioni personali, ma adesso, ai condizionamenti fin troppo rigidi di una volta, si è sostituita una eccessiva libertà e superficialità dei sentimenti. Dacquino ha così preparato una guida che, pur presentando quasi esclusivamente casi clinici reali, non risulta un arido testo scientifico, ma si dimostra una lettura scorrevole e gradita. Ogni storia e ogni argomento vengono offerti in maniera semplice e discorsiva, suscitando in questo modo l'interesse del lettore e divenendo un facile motivo di riflessione, in cui ciascuno potrà riconoscere le problematiche che lo ri-

guardano, meditare sulle possibilità di soluzione indicate ed eventualmente valutare l'opportunità di rivolgersi ad uno specialista. I diversi casi sono raggruppati in cinque capitoli che riguardano la solitudine affettiva, la disistima del corpo, l'infedeltà coniugale, la conflittualità nella coppia e l'amore maturo. Ciò renderà più chiara la lettura e più facile la ricerca degli argomenti.

Mondadori, Milano, Euro 15,60.



"Le interviste im... possibili"

di Carlo Ciocci

Caio Giulio Cesare, una vita intensamente vissuta

Caio Giulio Cesare nasce nel 100 e muore nel 44 a. C.; nel 60 stringe con Pompeo e Crasso il primo triumvirato; nel 59 console; dal 58 al 50 proconsole in Gallia conquista l'intera Gallia; nel 49 passa il Rubicone e marcia su Roma; nel 48 vince Pompeo a Farsalo; giunge in Egitto dove nomina Cleopatra regina; scrive l'*Anticato*, il *De bello gallico* e il *De bello civili*; a seguito di una congiura capeggiata da Bruto e Crasso viene ucciso alle idi di marzo del 44; il suo nome si tramanda ai successori e diviene sinonimo del titolo di imperatore; la sua vita ispira poeti del calibro di Shakespeare (Giulio Cesare), Voltaire (*La morte di Cesare*) Goethe (*Cesare*).

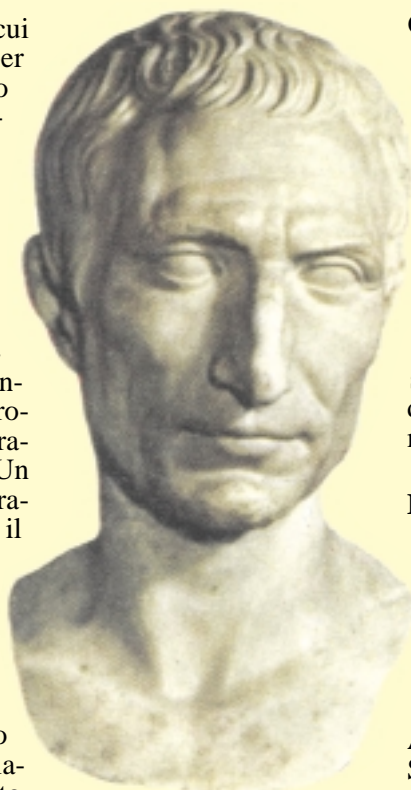
Tra gli uomini il cui nome spicca per aver contribuito a fare la storia c'è sicuramente quello di Caio Giulio Cesare. Generale e uomo politico, preparò il passaggio dalla Repubblica all'Impero, fu Console, conquistò la Gallia, mosse addirittura contro Roma quando passò il Rubicone pronunciando la famosa frase "Il dado è tratto". Un uomo di tali energie a tradimento, allorché il 15 marzo del 44 a.C. venne trafitto da ben 23 pugnalate. Alla congiura prese addirittura parte il figlio adottivo, Bruto, al quale, morente, Giulio Cesare si rivolse esclamando "Anche tu Bruto, figlio mio". Data la statura del personaggio, la sua capacità di stratega militare e resistenza al combattimento, la sua visione del primato dello Stato nell'interesse della collettività, la sua capacità nel cogliere i problemi del suo tempo, noi del Giornale della Previdenza abbiamo pensato di incontrarlo per conoscere dalla sua viva voce come si svolse la sua vita.

Generale, possiamo sapere qualcosa sulle sue origini?

Provengo dall'aristocrazia, sia da parte di mia madre, Aurelia, che da parte di mio padre. Pensi che discendo addirittura dal figlio di Enea, Iulio, e da Venere. Le mie origini sono anche legate al ceto plebeo se è vero, come è vero, che una mia parente aveva sposato un plebeo.

Successivamente, però, lei fece di tutto per far parte della crema della società: se non sbaglio sposò solo donne di altissimo livello.

E' vero, sposai Cornelia,



Busto di Caio Giulio Cesare.

Pompea e Calpurnia, tre donne che appartenevano al ceto più alto della società. In particolare, dall'unione con Cornelia nacque Giulia, che sposò Pompeo Magno.

Dalla relazione con Cleopatra nacque invece Cesario.

Come iniziò la sua brillante carriera?

Con una buona dose di prudenza. Infatti, per non dare nell'occhio a quanti ritenevo possibili avversari, inizialmente mi prodigai nel nascondere il mio talento. Facevo di tutto per apparire come un uomo di mondo, un personaggio frivolo che intendeva dedicarsi esclusivamente ai piaceri della vita.

E riuscì nel suo intento?

Ingannai tutti ad eccezione di uno: Silla. Quest'uomo aveva evidentemente intuito le mie capacità ed aspirazioni al punto che mi condannò all'esilio in Asia. Solo alla morte di Silla, nel 78, potei fare ritorno a Roma e da allora presi il via e non mi fermai più per conquistare il potere assoluto. Unici ostacoli il Senato e Pompeo.

Posso chiederle come li superò?

Con la mia abile propaganda feci leva sulla plebe che era ammaliata dalle mie iniziative come quella dell'autunno del 65, quan-

do per il popolo organizzai a Roma dei giochi che fecero epoca. Ebbene, il favore della popolazione mi portò a scalare una ad una le cariche più prestigiose: questore nel 69, edile curule nel 65, pontefice massimo nel 63, pretore nel 62. Devo anche dire che mi dette una mano consistente il mio amico Crasso, ricchissimo uomo del quale ero divenuto luogotenente.

Veniamo al così detto triumvirato. Come andarono le cose?

Va premesso che nel 61 ero stato nominato propretore nella Spagna Ulteriore: in quell'occasione mi trovai di fronte alla doppia difficoltà di dimostrare abilità nel campo militare e capacità nell'amministrare un vasto territorio tanto distante da Roma. Proprio quando tornai dalla Spagna convocai Crasso e Pompeo ai quali proposi di fare nostro il potere assoluto distribuendoci i compiti relativi all'amministrazione dello Stato. Fu così che, correa l'anno 60, nacque il primo triumvirato. Io mi assicurai l'elezione al con-

solato. Proposi nuovi provvedimenti in favore del popolo ed anche delle genti delle Provincie. Per questi ultimi, ad esempio, feci approvare la Lex Iulia de repetundis, la quale stabiliva che venissero limitate le competenze dei governatori ed imponeva a questi di



Moneta dell'età di Cesare.

rendere conto del loro operato.

Il trinvirato durò a lungo?

Non proprio. Crasso morì nel 53 a Carre. Pompeo,

invece, aveva preso le parti del Senato e dei conservatori e ritenne di imporsi di rientrare dalle Gallie come un semplice cittadino e, come non bastasse, il Senato ebbe l'ardire di sostituirmi nel comando dei territori che avevo conquistato. Di fronte a questi fatti la notte del 10 gennaio del 49 varcai il Rubicone e marciai alla volta di Roma con le milizie. Pompeo fuggì in Grecia e lo sconfissi nel 48 a Farsalo. Lo inseguii sino in Egitto dove Pompeo trovò la morte assassinato da uomini del re egizio Tolomeo Aulete. In Egitto nominai Cleopatra regina, dopo di che tornai a Roma, dove nel settembre del 45 feci ingresso quale sovrano assoluto.

E proprio nel momento di massimo splendore la sua vita venne spezzata da una congiura.

E' vero. Non erano bastate le conquiste e le leggi in favore del popolo. Roma era pur sempre a quei tempi la culla della repubblica e la mia inten-

zione di divenire una specie di monarca fece sì che proprio all'interno del Senato venne organizzata una congiura che ebbe l'esito che sappiamo.

Cosa ricorda di quel giorno?

Era il 15 marzo del 44 ed in pieno Senato venni aggredito e colpito da 23 colpi di pugnale. Oltre al dolore fisico, mi addolorò il fatto che tra i congiurati ci fossero alcuni miei stretti collaboratori ed il prediletto Bruto.

Chiudiamo con cose più allegre. Lo sa che la sua figura ha ispirato numerosi artisti?

Ho saputo che Shakespeare, Voltaire e Goethe hanno scritto di me. Quello che mi dispiace è invece che, a parte la mia immagine sulle monete del mio tempo, non sia pervenuto ai posteri un ritratto inequivocabilmente attribuito a me in grado di far conoscere le mie sembianze.



Territori romani al tempo di Cesare.



Uno dei due bronzi di Riace.

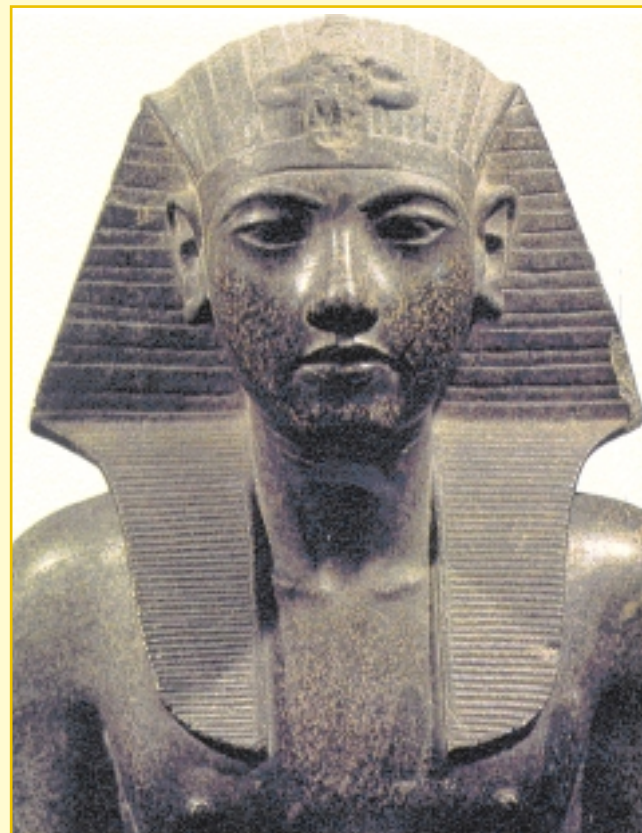
Perché ad alcuni uomini viene in mente di scalare le montagne più alte del mondo? Perché altri si immergono nel mare senza bombole di ossigeno a profondità sempre maggiori? Perché gli astronauti si lasciano proiettare a velocità vertiginosa nell'immenso spazio che circonda il nostro pianeta? A queste domande, come a molte altre dello stesso genere, si potrebbe rispondere che ovunque c'è un limite da superare, come qualcosa da scoprire, lì ci saranno sempre uomini disposti a farlo. Perché è nella nostra natura migliorare il sapere del genere umano. Lo stesso discorso vale in un campo tanto affascinante quale l'archeologia: fino a quando esisterà qualcosa da riportare alla luce ci saranno sempre studiosi disposti a raggiungere i luoghi più impervi della terra per strappare al sottosuolo preziose vestigia del passato. Ci sono stati archeologi che sono riusciti a fare grandi scoperte regalando all'umanità immensi tesori. Parliamo, solo per citarne alcuni, di Howard Carter

che riportò alla luce la tomba del faraone Tutankhamon; di Heinrich Schliemann, l'uomo della scoperta di Troia; di Leonard Woolley, che individuò la città di Ur, l'antica capitale della Caldea. La scoperta della tomba di Tutankhamon, ad opera di Howard Carter, è datata 1922. Nell'ottobre di quell'anno Carter non doveva essere di ottimo umore: il suo finanziere, George Edward Molyneux Harbert, quinto conte di Carnarvon, che da anni lo sosteneva finanziariamente, sembrava aver perso l'entusiasmo iniziale. Carter temeva di trovarsi di fronte alla sua ultima esplorazione del sottosuolo egizio alla ricerca delle tombe dei faraoni. In quelle circostanze apparentemente non fortunate, dalla sabbia fece capolino il gradino di una scala che scende verso il sottosuolo. Carter concentrò in quel punto gli scavi che riportarono alla luce, in fondo alla scala, una porta ancora sigillata. Cosa di non poco conto quest'ultima: infatti il dettaglio poteva significare che gli ambienti che si trovava-

Un mondo tutto da scavare

no dietro la porta non erano stati profanati da millenni. Carter avvisò Carnarvon ed i due aprirono la prima porta, una seconda con i sigilli intatti del faraone Tutankhamon e gli si parò innanzi un tesoro che era stato lì collocato 4mila anni prima. Nonostante la grande emozione una cosa apparì subito chiara: mancava il sarcofago con il corpo del faraone. Carter, allora, ispezionò meglio le stanze della tomba e la sua attenzione venne attirata da una coppia di statue, a grandezza naturale, che sembravano sentinelle a guardia di un passaggio. Ed era proprio così. Le statue si trovavano effettivamente ai lati della porta murata al di là della quale si trovava il sarcofago di Tutankhamon. Tutto il tesoro del faraone, compresa la mummia, venne trasferito al museo del Cairo. Se la scoperta di Carter fu eccezionale quella di Heinrich Schliemann, l'uomo che riportò alla luce la città di Troia, non fu davvero da meno. L'ipotesi di Schliemann era che quanto narrato da Omero nell'Iliade e nell'Odissea non era affatto da addebitarsi alla sola fantasia, ma che vi fosse qualcosa di vero. Con questa convinzione Schliemann partì alla ri-

cerca di Troia. Una volta sul posto ebbe l'intuizione che il sito dove scavare fosse la collina di Hisarlik, allora proprietà del console americano Frank Calvert. D'accordo con Calvert, e chiesti i permessi per scavare al Governo turco, nel 1873 vennero alla luce delle mura possenti subito attribuite alla città di Troia. In realtà, solo successivamente si comprese che Schliemann aveva scavato anche troppo, se è vero, come poi venne accertato, che l'improvvisato archeologo era arrivato a toccare reperti di mille anni antecedenti il periodo che interessava passando effettivamente per gli strati dove erano le mura della città di Troia. Dal terreno emerse anche il famoso tesoro, anch'esso datato qualche antecedente alla guerra troiana, ma non per questo meno affascinante. Si trattava di ben 9mila oggetti tra cui un gran numero di gioielli, quelli che Schliemann ritenne essere i gioielli di Elena di Troia. Se i ritrovamenti della tomba di Tutankhamon e della città di Troia rimasero epici nella storia dell'archeologia, altrettanto può dirsi per l'individuazione della città di Ur, la patria della stirpe di Abramo. L'anno è il 1922, quando



Statua di Tutankhamon.

hanno inizio gli scavi; la località la valle dell'Eufrate, poco a nord del golfo Persico; l'archeologo Leonard Woolley, l'uomo che riportò alla luce una città ricca di templi, palazzi e tombe reali. Proprio queste ultime rappresentano forse il fiore all'occhiello degli spettacolari ritrovamenti effettuati da Woolley. Questi scavi per ben quattro anni, dal 1927 al 1931, per riportare alla luce un intero cimitero di tombe di persone comuni e personaggi illustri. Tra questi ultimi furono individuate le tombe del re Meskalamdug e della regina Puabi. In questa ultima, il corpo della donna era sistemato sopra ad un sarcofago di legno; parte del corpo della donna era ricoperto da grani d'oro e d'argento, da lapislazzuli ed altri minerali preziosi. I capelli della regina erano stati acconciati con nastri ed anelli d'oro e delle mezzelune, sempre d'oro, fungevano da orecchini. Intorno alle tombe dei personaggi di rilievo di Ur si trovarono anche una gran quantità di scheletri di uomini ed animali. Questo dipendeva dal fatto che i Sumeri prevedevano, in occasione del trapasso di persone illustri, sacri-

fici per gli animali ed una sorta di suicidio collettivo da parte di interi gruppi di persone. In cima a tutti questi corpi veniva collocata la tomba vera e propria dell'illustre personalità. Di rinvenimento in rinvenimento, quello dei Bronzi di Riace fu invece casuale. Era, infatti, l'agosto del '72 quando nel tratto di mare di fronte alla cittadina di Riace, in Calabria, un subacqueo per passione scorse le due statue. Data la notizia alle autorità, pochi giorni dopo, il 20 ed il 21 agosto, furono i sommozzatori dei Carabinieri a recuperare le due statue in bronzo. Il viso di una delle due statue si presenta con i denti d'argento e gli occhi d'avorio ed è incorniciato da lunghi riccioli tenuti sulla fronte da un nastro. L'altra statua, che rappresenta un uomo apparentemente meno giovane dell'altro, ha sulla testa un elmo e originariamente doveva reggere in una mano la lancia e nell'altra lo scudo. Dopo il ritrovamento, i Bronzi di Riace sono stati restaurati ed oggi si possono ammirare presso il Museo archeologico nazionale di Reggio Calabria.

Coc



Heinrich Schliemann, l'uomo che scoprì Troia.

SIAMO PRONTI A TUTTO!

Alla Maratona di Boston (Fight to the finish)

Sono un medico specialista in igiene e medicina sportiva, runner per passione, che ha già portato a termine alcune maratone, tra le quali quella di New York, ma corro soprattutto per mantenermi in forma. Quest'anno compio i 50 anni e ho deciso di fare coincidere questa importante scadenza con la partecipazione alla 106° maratona di Boston, la prima e la più vecchia di tutte le maratone, il sogno di ogni maratoneta.

Come tutti gli anni, a partire dal 1897, la maratona si svolge di lunedì nel patriot's day, giorno di festa nazionale e particolarmente sentito nello stato del Massachusset, dal quale è partita la rivoluzione americana.

Che la gara fosse sentita ma anche apprezzata da molti lo avevo capito fino dall'arrivo alla dogana. Il poliziotto che mi ha setacciato la valigia frugando dappertutto, mi ha augurato buona fortuna per la maratona facendomi così subito dimenticare la stizza accumulata in quei minuti.

Ma il rituale più vero e spettacolare è quello del ritiro del pettorale. Anche quelli che come me avevano il pettorale con i numeri più alti (16.623 su poco più di 17.000 iscritti) vengono trattati come degli atleti importanti, gli addetti ti salutano, ti fanno i complimenti, frequenti sono i consigli, numerosi gli auguri. Colpisce il fatto che in quella bolgia di stand, di bancarelle, di spot commerciali, di montagne di scarpe e di magliette, di pacchi di occhiali da sole, di assaggi di integratori e di bevande energetiche, ci sia un'organizzazione perfetta, ognuno riceve il numero, il chip da attaccare alla scarpa per misurare il tempo reale e la maglietta della maratona.

La città, poco più di 500.000 abitanti, è piena di maratoneti che girano con la loro sacca gialla inconfondibile e con un gran sorriso sulle labbra. Il 15 aprile, giorno della gara, mi devo svegliare alle 6.30, l'avventura inizia presto.

Alle 7, ordinati a seconda del pettorale, veniamo caricati sopra scuola bus (quelli gialli, che si vedono nei film) per essere trasportati ad Hopkinton villaggio dal quale, alle ore 12 in punto, parte la maratona. Il villaggio degli atleti dove si devono trascorrere le ore prima della partenza, ricorda un accampamento. Alcune grandi tende ospitano chi vuole riposarsi o rilassarsi fino all'ultimo, accanto due enormi e ordi-

natissime file, una per i servizi igienici e l'altra per i posti di ristoro. Se non fosse per la numerosa polizia presente, 600 di loro fanno anche la gara, l'atmosfera sarebbe "domenicale" con un gruppo di ragazzi sul palco che intona canti patriottici, lo speaker che fornisce le informazioni utili, la musica ad altissimo volume. Mi guardo intorno, i giovani non sono numerosi, ma ci sono moltissime donne, ben il 37% dei partecipanti come ho letto dopo sui giornali.

Il supplemento del Boston Globe passa di mano in mano, ciascuno vuole leggere il proprio nome sul giornale, se non fosse per la sacca gialla che ognuno custodisce gelosamente accanto a sé, non si penserebbe ad una manifestazione sportiva ma ad un picnic, nei lunghi elenchi i nomi degli italiani sono pochissimi, ne trovo solo 9. Prevalde veramente lo spirito molto americano dell'avventura, ciascuno si è preparato bene, la maggior parte per partecipare e per arrivare in fondo, è questo il vero obiettivo, il pubblico ed i tifosi lo sanno e ti aiutano in tal senso. È incredibile vedere come i runner hanno cercato di curare tutti i particolari. Non dico i mille modi con i quali si cerca di attaccare e tenere con sé bottigliette e barrette energetiche, molti si scrivono il nome sulla pelle, così il pubblico sa quale nome gridare, le scritte sulle magliette sono la cosa più caratteristica, chi ricorda di essere madre di tre figli, chi annuncia il proprio compleanno, chi la voglia di arrivare in fondo ad ogni costo.

Ma non ho tempo di seguire questo spettacolo, siamo imbottigliati verso la partenza, ognuno sceglie il corral corrispondente al proprio numero, siamo troppi, ma nessuno spinge. Sento in distanza il colpo di cannone, e non succede nulla, il gruppo non si muove, impiegherò 14 minuti prima di riuscire a transitare sotto lo striscione della partenza. Ognuno di noi è dotato di microchip, ben stretto alla scarpa, quindi oltre al tempo ufficiale che ci penalizza, verrà registrato il tempo reale di percorrenza.

Il percorso della maratona, si snoda attraverso una strada piuttosto stretta che attraversa 6 villaggi prima di entrare in città e terminare ai piedi della Hancock tower, l'edificio più alto della città con i suoi 260 metri. Mi aiuto nello sforzo cercando di convincermi che 26 miglia sono meno di

42 chilometri.

I primi chilometri si fanno bene, si è spinti quasi dagli altri concorrenti, ci sono numerosi posti di ristoro e si corre sopra un tappeto di bicchieri di carta. Il pubblico è scatenato e ti distrae, loro sono qui per vedere noi, ma vale veramente la pena di guardarli. I bambini delle scuole, in fila, aspettano il "give me five" con la mano e li contano facendo a gara chi ne riceve di più. Mi avevano detto, per fortuna, che non bisogna farsi ingannare dalla planimetria apparentemente in discesa della gara, anche se si va dai 300 metri di Hopkinton al livello del mare di Boston. Il percorso è molto ondulato e dopo la metà vi sono alcune salite, tra tutte heartbreak hill (collina spezzacuore, letteralmente) lungo la quale ho incontrato e raggiunto molta gente che camminava. È qui che nel 1990 Gelindo Bordin costruì l'unica vittoria italiana, raggiungendo e superando il battistrada che lo precedeva.

Ho male alle gambe, ma continuo, riesco a superare molta gente, sono partito nel gruppo con pettorale 16.000, guardandomi intorno comincio a vedere pettorali sotto il 10.000. Se continuo ce la faccio a finire sotto le 4 ore come è nel mio obiettivo.

Cominciano a venirmi in mente i consigli di Marco Marchei, direttore della rivista Correre, che qui arrivò secondo nel 1980, "stai attento alle discese", le gambe sono dure, vedo i grattacieli della città, sono in un tratto in discesa, ma non corro come vorrei. Per fortuna in città il tifo è assordante, mi illudo che gridino anche per me e continuo ad andare avanti, sono nell'ultimo rettilineo, un'immagine sognata, riesco anche ad accennare uno sprint con chi mi precede e taglio il traguardo, il cronometro segna 4 ore ed 1 minuto, ma togliendo i 14 minuti persi per la partenza, il mio tempo reale risulta di 3 ore e 47, un buon tempo, meglio del previsto! Un sorso di bevanda, un asciugamano per il sudore, e finalmente la medaglia: sono felice. Solo quando cerco di togliermi dalla scarpa il microchip mi rendo conto che per la fatica e la stanchezza non riesco quasi a piegare le gambe, ma avrò tempo per recuperare, ora devo raggiungere l'albergo che è "solo" a mezzo miglio di distanza.

Ho realizzato un sogno, mi sono fatto un bel regalo di compleanno che ricorderò per la vita.

MOSTRE

MOSTRE ED ESPOSIZIONI IN ITALIA

AOSTA - fino al 13 maggio 2003

L'arte del gioco. Da Klee a Boetti. Duecento opere tra dipinti, sculture, installazioni, fotografie, video e videogiochi, provenienti da alcune delle maggiori collezioni pubbliche e private affrontano il tema del gioco nell'arte del Novecento, dalle avanguardie ai videogiochi. Museo Archeologico Regionale - Piazza Roncas 1 - tel. 0165.275902.

BRESCIA - fino al 29 giugno 2003

Il Coro delle monache. Cori e corali a Brescia. Dopo un lungo intervento di restauro e di adeguamento, viene aperto al pubblico il Coro del Monastero di Santa Giulia ed esposti nelle sale adiacenti il grande leggio ligneo intagliato e intarsiato e una raffinata selezione di codici miniati. Santa Giulia Museo della Città - tel. 030.2977834.

BRESCIA - fino al 29 giugno 2003

Brescia romana. Le domus dell'Ortaglia. Il ricco nucleo di abitazioni di epoca romana scoperto nel sottosuolo di quello che è stato l'orto del Monastero di S. Giulia costituisce uno dei fulcri del percorso espositivo che presenta testimonianze dell'antica Brixia. Santa Giulia Museo della Città - tel. 030.2977834.

CASALMAGGIORE - fino al 15 maggio 2003

Parmigianino e il Manierismo europeo. La pratica dell'alchimia. Nell'ambito delle celebrazioni dedicate al pittore, a Casalmaggiore è presentata una sezione della mostra parmense riguardante gli ultimi mesi di vita dell'artista, periodo nel quale si sarebbe dedicato con grande passione all'alchimia. Centro culturale Santa Chiara - Via Formis, 1 - tel. 0372.31222.

CREMONA - fino al 4 maggio 2003

Picasso, Mirò, Dalì e la pittura catalana del primo Novecento. Allestimento di grande interesse artistico e scientifico perché sottolinea l'importanza del linguaggio plastico, le referenze artistiche di questi autori e stabilisce collegamenti inediti tra le opere selezionate. Museo civico Ala Ponzzone - tel. 0372.31222.

FERRARA - fino al 15 giugno 2003

Shakespeare nell'arte. Ottanta lavori, fra dipinti, disegni ed incisioni dei maggiori pittori europei del Settecento ed Ottocento descrivono, attraverso il cambiamento del gusto, l'opera del grande drammaturgo inglese. Palazzo dei Diamanti - tel. 0532.209988.

FIRENZE - fino al 1° maggio 2003

Domenico Puligo (1492-1527). Un protagonista dimenticato della pittura fiorentina. Il percorso della mostra si snoda attraverso otto dipinti di Domenico Puligo, attivo tra il 1510 al 1527 nell'orbita di Andrea del Sarto, Pontorno e Rosso, e di alcuni suoi contemporanei. Palazzo Pitti - Sala Bianca della Galleria palatina - tel. 055.2388611.

FIRENZE - fino al 2 giugno 2003

150 anni che illustrano il mondo. 1852/2002. La storia della foto-

grafia raccontata attraverso oltre seicento immagini, tra paesaggi, vedute di città, ritratti e nature morte, realizzate dalla famiglia Alinari durante tutta la seconda parte del secolo XIX e nel corso di tutto il XX. Palazzo Strozzi - tel. 055.2645155.

GENOVA - fino al 6 luglio 2003

Metamorfosi del Mito. Dipinti genovesi, napoletani e veneti del Seicento e Settecento. Una mostra che propone un affascinante percorso iconografico attraverso le principali tematiche mitologiche legate alle *Metamorfosi* di Ovidio. Palazzo Ducale - Appartamento del Doge - tel. 010.5574004.

LIVORNO - fino al 4 maggio 2003

Luce e pittura in Italia (1850-1914). Gli artisti italiani a cavallo tra i due secoli affrontano il tema della luce nel tentativo di ribaltare l'antico rapporto tra forma e colore. A favore di quest'ultimo. Una grande mostra illustra i diversi esiti di questa ricerca. Museo Civico Giovanni Fattori - tel. 0586.813595.

MILANO - fino al 4 maggio 2003

Il "Novecento" milanese. Da Sironi ad Arturo Martini. Oltre 90 opere per ricostruire le vicende del nucleo milanese del "Novecento Italiano", il movimento artistico più importante dell'Italia degli anni Venti. Spazio Oberdan - viale Vittorio Veneto, 2 - tel. 02.77406300.

MILANO - fino al 6 luglio 2003

Amedeo Modigliani. La felicità è un angelo dal volto severo. Retrospectiva eccezionale per la quantità e la qualità delle opere esposte, dedicata ad un grande protagonista della figurazione del Novecento, che da troppi anni manca all'appello nel panorama espositivo italiano. Palazzo Reale - Piazzetta Reale, 12 (piazza Duomo) - tel. 02.43911119.

MOGLIANO VENETO (TV) - fino al 16 maggio 2003

Toulouse Lautrec. Lo sguardo e il segno. Oltre a quindici vignette umoristiche, la mostra presenta quarantacinque grafiche, tra cui il *Moulin Rouge* realizzato nel 1891, il primo dei manifesti che Toulouse Lautrec farà nei dieci anni successivi. Centro d'arte e cultura il Brolo.

NAPOLI - fino al 1° giugno 2003

C'era una volta Napoli. Questa mostra è un invito a rileggere la città attraverso uno dei generi più amati nella storia del vedutismo napoletano: le gouaches. Completa l'esposizione una selezione di reperti archeologici: vasi e gemme, rifacimenti neoclassici e porcellane ispirate alle gouaches. Museo Diego D'Aragona Pignatelli Cotres - tel. 848.800288.

PARMA - fino al 15 maggio 2003

Parmigianino e il Manierismo europeo. In occasione del quinto centenario dalla nascita, la città di Parma dedica per la prima volta un'importante retrospettiva a Francesco Mazzola, detto il Parmigianino, artista geniale e precocissimo genio. Galleria nazionale - tel. 0521.218889.

RAVENNA - fino al 30 giugno 2003

Da Renoir a De Stael. Roberto Longhi e il moderno. Oltre centotanta opere e un vasto repertorio di documenti offrono un quadro esaustivo dell'attività di uno dei massimi esponenti della storiografia artistica del Novecento. Museo d'arte della Città - Loggetta Lombardesca - tel. 0544.482356.

SIENA - fino al 1° giugno 2003

Le biccherne di Siena. Arte e finanza all'alba dell'economia moderna. Mostra dedicata agli antichi registri finanziari del Comune di Siena, le biccherne, in uso in epoca medievale fino al Settecento, decorate con illustrazioni dai maggiori artisti dell'epoca, dai Lorenzetti al Vecchietta. Santa Maria della Scala - Sala San Pio - tel. 0577.224811.

MILANO - fino al 4 maggio 2003

Gino Gorza (1923-2001). Mostra dedicata a Gino Gorza, figura eccezionale di pittore e incisore nel panorama torinese dell'avanguardia non figurativa della seconda metà del secolo scorso, allievo negli anni Quaranta di Felice Casorati - Accademia Albertina di Belle Arti - Via Accademia Albertina 6 - tel. 011.889020.

TORINO - fino al 18 maggio 2003

Gli artisti del faraone. Dei El Medina e la Valle dei Re. Mostra spettacolare composta di circa trecentocinquanta reperti che permettono al visitatore, al contrario dei monumenti reali e religiosi della vita ufficiale, di entrare nell'intimità, nell'immaginario e nel quotidiano del popolo egizio. Fondazione Palazzo Bricherasio - tel. 011.5711811

TORINO - fino al 9 giugno 2003

Zoologia fantastica. Un viaggio in compagnia degli esseri più straordinari del pianeta: gli animali fantastici. Museo Regionale di Scienze Naturali.

TORINO - fino al 28 luglio 2003

La donna nella pittura italiana del Sei e Settecento. Il genio e la grazia. La mostra, la prima di questo genere in Italia, indaga il periodo compreso tra il 1580 e il 1760 che ha visto un regresso nel ruolo sociale delle donne, ricco però di fermenti importanti (tra l'altro di grandi pittrici, come Sofonisba Anguissola, Artemisia Gentileschi, Rosalba Carriera). Palazzo Accorsi - tel. 011.8129116.

VENEZIA - fino al 25 maggio 2003

I Faraoni. Straordinario viaggio nel tempo attorno alla figura onnipotente del faraone, attraverso circa trecento pezzi, in parte provenienti dai musei egiziani che per la prima volta hanno acconsentito al loro prestito. Palazzo Grassi - tel. 199.139139.

VENEZIA - fino al 1° giugno 2003

Gaspard Vanvitelli. Monografia dedicata al pittore olandese, naturalizzato italiano, volta a ricostruire attraverso circa novanta dipinti e una ventrina di disegni gli aspetti più importanti della produzione dell'artista, comunemente indicato come il precursore del vedutismo settecentesco. Museo Correr - tel. 041.5225625.

PANORAMA DALLA LETTERATURA SCIENTIFICA

a cura di Maria Rita Montebelli

Epatociti trasformati in ... pancreas

Qualche secolo fa gli alchimisti si affannavano intorno alla pietra filosofale, per trasformare i metalli in oro. E ispirandosi forse a questi misteriosi antenati, alcuni scienziati inglesi dei nostri tempi hanno realizzato qualcosa di simile nel loro laboratorio. Non di metalli si tratta questa volta, ma di cellule; il risultato tuttavia non è meno sensazionale. Marko Horb e colleghi dell'Università di Bath (Gran Bretagna) sono riusciti a trasformare gli epatociti in cellule pancreatiche; l'esperimento per ora è riuscito nel girino e negli epatociti umani *in vitro*, ma i ricercatori inglesi sono più che ottimisti. La speranza, neppure tanto nascosta, è quella di riuscire un giorno ad insegnare agli epatociti a funzionare anche da pancreas, restituendo così ai diabetici la capacità di produrre insulina. Ma si è solo ai primi passi ovviamente. Per adesso è riuscita la 'trasformazione' cellulare; ora bisognerà appurare la funzionalità di queste cellule *in vitro* e in seguito in un modello sperimentale di diabete murino. Superate tutte queste prove si potrà procedere alla sperimentazione nei diabetici. Nel corso dello sviluppo embrionario, pancreas e fegato hanno origine da tessuti simili; è il gene Pdx1 a conferire al pancreas la sua identità, sia nel topo che nell'uomo. Questo avviene grazie alla sintesi di una proteina, che a guisa di direttore d'orchestra, indirizza altre proteine intracellulari verso compiti che specializzano quella cellula in senso pancreatico. La speranza dei ricercatori è di utilizzare questa sorta di interruttore generale per trans-differenziare gli epatociti in cellule pancreatiche. E il 'trucco' sembra funzionare: la somministrazione del gene Pdx1 ad una coltura di epatociti umani li ha fatti trasmutare di cellule pancreatiche, con tanto di produzione di insulina, glucagone e amilasi. Non è detto però che la produzione di queste sostanze avvenga secondo i dettami dei *feed back* fisiologici. C'è infine un lato oscuro della medaglia che è quello della possibilità di controllare questa 'trasformazione', per 'programmare' l'esatto numero di cellule produttrici di insulina, ma anche e soprattutto per scongiurare il pericolo che questa avvenga in senso neoplastico. Come sempre, non è tutto oro quello che luccica.

(*Current Biology* 13, 105-115; 2003)

Sclerosi multipla a dieta

Un nuovo tassello si aggiunge allo studio della sclerosi multipla. La leptina, ormone al centro delle ricerche sull'obesità negli ultimi anni, potrebbe giocare un ruolo anche nella patogenesi della sclerosi multipla. Lo sostengono Giuseppe Matarese e colleghi dell'Università di Napoli Federico II. Nel loro esperimento, alcuni topi con una condizione simile alla sclerosi multipla sono stati tenuti a digiuno per 48 ore. La privazione da cibo non riusciva certo ad impedire lo sviluppo della malattia, ma le lesioni cerebrali tipiche della SM risultavano di minore entità, così come miglioravano le performance in alcuni *test*, quali deambulazione ed equilibrio. Queste osservazioni hanno portato i ricercatori napoletani a ritenere che alcuni componenti della dieta potrebbero avere un qualche impatto sulle malattie autoimmuni. E tra queste appunto sulla sclerosi multipla. Gli adipociti normalmente rilasciano leptina dopo un pasto; questo non solo frena l'appetito, ma produce anche effetti a livello del sistema immunitario. Studi condotti in passato hanno dimostrato che la leptina risulta aumentata durante una condizione infiammatoria o in corso di malattie auto-immuni. In linea con queste ricerche, Matarese e colleghi hanno evidenziato che negli animali da esperimento i livelli di leptina raddoppiavano subito prima dell'esordio della malattia, mentre nei topi tenuti a digiuno per 48 ore (periodo che nell'uomo equivarrebbe a 7-10 giorni di digiuno) la crescita dei livelli di questo ormone risultava decisamente inferiore. E non solo. Gli stessi ricercatori hanno dimostrato che i neuroni presenti nelle lesioni cerebrali del topo producono leptina. Sulla base di questi dati, non è possibile indicare con certezza un ruolo causale della leptina nella sclerosi multipla, ma certo le relazioni tra alimentazione, leptina e SM meritano ulteriori approfondimenti.

(*Journal of Clinical Investigation*, 111, 241-250; 2003)

Addio lingua in salmì!

Forse per qualche tempo, noterete una grande assente dal carrello dei bolliti del vostro ristorante preferito. La lingua dei bovini potrebbe infatti comportare un rischio di infezione da morbo della mucca pazza. E' quanto sostiene un gruppo di ricercatori dell'*Institute for Animal Health* di Edinburgo, che ha di recente pubblicato un lavoro sull'argomento. La lingua, secondo i ricercatori inglesi, conteneva elevati livelli della proteina prionica, causa della variante umana della malattia di Creutzfeldt Jakob. Per ora la presenza massiccia di queste proteine è stata dimostrata solo nella lingua delle cavie, alle quali erano stati iniettati prioni all'interno del cervello. Il prossimo passo sarà dimostrare che il passaggio dei prioni può avvenire anche dal cervello alla lingua dei bovini e che nutrirsi di questa parte possa comportare un rischio di infezione. Alcuni ricercatori americani hanno comunque già chiesto che, in attesa di verifiche, anche la lingua venga bandita dalle nostre tavole. Ma gli appassionati di bollito possono per ora continuare a sperare.

(*Journal of Virology*, 77, 583-591; 2002)

Alitosi da *Helicobacter Piloni*

Se pensavate di aver letto tutto il possibile sull'*Helicobacter pilori*, forse è arrivato il momento di ricredervi. I vostri pazienti soffrono di alitosi e il *check up* dal dentista non ha rivelato segni di carie? Considerate che il loro problema potrebbe derivare dallo stomaco. Secondo i ricercatori della Baskent University, l'alitosi sarebbe infatti uno dei sintomi più comuni nei pazienti con infezione da *HP*. Tanto da suggerire di utilizzare l'imbarazzante sintomo per lo *screening* di questa infezione. La ricerca, realizzata in Turchia, è stata di recente pubblicata su *European Journal of Internal Medicine*. Ender Serin e colleghi hanno studiato 148 persone affette da dispepsia e alitosi e somministrato loro i farmaci standard per l'eradicazione dell'*HP*. A distanza di quattro settimane, i pazienti sono stati tutti rivalutati e per la maggior parte di loro il problema dell'alitosi risultava risolto, insieme a quello dell'infezione da *HP* note di grande scetticismo hanno tuttavia accolto la pubblicazione di questo studio nell'ambito della comunità scientifica internazionale. Sarà forse nella cucina turca, così ricca di cipolla e di spezie, la spiegazione dell'alitosi bizantina?

(*European Journal of Internal Medicine* 2003; 14: 45-48)

Il caffè come i batteri fecali

La prossima volta che vi trovate a gustare una bella tazzina di caffè nero bollente, provate a pensare che state fornendo indizi preziosi allo studio della contaminazione delle falde idriche. Troppo complicato? Al contrario, addirittura elementare per un gruppo di ricercatori svizzeri che hanno adottato la caffeina come tracciante ideale per l'inquinamento da acque nere domestiche. Le informazioni una volta appannaggio dei batteri fecali, oggi sono più esaustivamente fornite dalla vostra tazzina di caffè. Secondo Ignaz Buerge e colleghi della *Swiss Federal Research Station* di Wädenswil la caffeina è infatti l'indicatore chimico ideale per distinguere gli inquinanti ambientali di provenienza domestica da quelli derivanti dalle attività agricole. Pare che la caffeina sia così chimicamente stabile ed abbondante che, sebbene il trattamento delle acque nere provenienti dalle abitazioni ne rimuova il 99,9 per cento, i suoi livelli rimangano tuttavia dosabili. Senza contare la sua esclusività che ha mandato in pensione il 'tracciante' classico dell'inquinamento umano, i batteri fecali, condivisi con gli inquinanti di origine agricola. Una traccia tenace dei nostri rifiuti domestici che finisce nei fiumi, nei laghi e che si può rinvenire addirittura negli oceani. Una spia discreta e inoffensiva di inquinanti ben più insidiosi, quali detergenti e solventi. Speculazioni ad uso e consumo di scienziati in assetti camici bianchi? Niente affatto. Con questo metodo di indagine i ricercatori svizzeri sono riusciti a dimostrare che i livelli di caffeina nel lago di Greifensee, vicino Zurigo, superano di cinque volte i limiti di guardia, rivelando così un'infiltrazione di acque nere non trattate nelle acque del lago. Dana Koplín della *US Geological Survey* di Iowa City (USA) sta invece mettendo in piedi un progetto che la porterà sulle tracce di questa firma indelebile dell'inquinamento domestico nelle acque di scarico di mezza America.

(*Environmental Science and Technology* 36, 1202-11; 2003)

Liquirizia? Meglio andarci piano

La lista dei 'divieti' per le donne che prendono la pillola si arricchisce di un nuovo elemento. Questa volta, sul banco degli imputati è stata messa la profumata liquirizia che, grazie al suo contenuto di acido glicirrizinico, può contribuire alla formazione o al peggioramento degli edemi. La raccomandazione viene dall'Associazione Nazionale dei Farmacisti Tedeschi: le donne in terapia con contraccettivi orali non dovrebbero superare i 10 grammi al giorno di liquirizia. Questo perché l'acido glicirrizinico causerebbe una deplezione di minerali dal corpo, in particolare potassio, zinco e magnesio. Le linee guida del Ministero della Salute tedesco raccomandano di mantenere il consumo di liquirizia al di sotto dei 50 grammi al giorno (pari a 100 mg di acido glicirrizinico) anche nella popolazione generale. Diabetici, ipertesi e donne incinte dovrebbero cedere alle caramelline nere solo una volta ogni tanto. O ancora meglio mai. Una recente ricerca, condotta in Islanda, ha dimostrato che un consumo quotidiano di quantità anche piccole di liquirizia sarebbe in grado di determinare marcati innalzamenti della pressione arteriosa.

(*Reuters*, 31/01/2003)

FIORI E GIARDINI

IL NOSTRO HOBBY

a cura di Diana Geraldini

VOGLIA DI COLORI

Archiviato un altro inverno, caratterizzato da un inizio con temperature insolitamente calde e da una fine "glaciale", con il termometro che al centro-nord è precipitato di parecchi gradi sotto lo zero, torna finalmente la primavera. E nessun mese come quello di marzo fa rinascere la voglia di riappropriarsi dei colori più sgargianti, dopo il grigiore invernale. Le piante, uscendo dal letargo, ricominciano a vivere e nei giardini, sulle terrazze, negli orti e sui davanzali riprende l'attività per renderli sempre più affascinanti. Allora mano alle cesoie per le ultime potature alle piccole piante per ristrutturare le aiuole, alla terra concimata per i rinvasi, alle sementi per dar vita ai prossimi ospiti dell'orto. Ma attenzione! Occorre tener d'occhio le ultime bizzarrie del tempo che, specialmente al settentrione e nelle zone collinari o montane, può dar luogo a gelate tardive capaci di compro-

mettere il lavoro fin qui svolto.

RAGGI DORATI

Uno dei colori predominanti in primavera è il giallo. Marzo coincide con la fioritura superba delle mimose dal profumo intenso, ma non solo. C'è, ad esempio, la Forsizia, un arbusto originario dell'Asia orientale, rustico, facile da coltivare, molto diffuso nei giardini. I suoi fiori si aprono fitti su tutti i rami ancor prima delle foglie. Un altro arbusto che offre i fiori gialli è la Kerria. Viene dalla Cina e la varietà a fiori doppi è la più conosciuta; essi sono di color giallo-arancio e hanno la forma di piccole roselline.

È una pianta robusta, che si adatta a tutti i terreni, purché in posizione soleggiata, e si sviluppa più che in altezza in larghezza, creando un suggestivo cespuglio. Se cercate qualcosa di giallo e di raro indirizzatevi sulla Mahonia, un arbusto sempreverde che vie-

ne coltivato sia per il fogliame ornamentale sia per i suoi fiori color limone, dal forte profumo di mugugno e a forma di pannocchie, riuniti in grappoli penduli. Un'altra pianta dai fiori dorati è l'Hamamelis. La specie Mollis, originaria della Cina centrale, è un arbusto di grandi dimensioni che può diventare anche un piccolo albero. Le sue foglie ovali in autunno diventano gialle ed i fiori, con petali larghi e piatti di un giallo-oro intenso, dolcemente profumati, sbocciano in questo periodo. Per completare la sinfonia dei gialli non può mancare un accenno alla Gaggia (Acacia farnesiana). Originario del Messico, questo arbusto spinoso dà fiori profumatissimi, naturalmente color oro, dalle dimensioni minute ma raccolti in gran numero in modo tale da far loro assumere un aspetto fioccoso.

La Gaggia è assai diffusa nel sud della Francia per la produzione di profumi.

UN'ESOTICA, NOSTRANA

Un lettore di Novara ci scrive per chiedere notizie di una pianta che definisce "incantevole" e che ha notato su molti balconi durante un rapido viaggio fatto in Sicilia lo scorso anno. "Data la brevità del soggiorno - dice - non sono riuscito ad ottenere informazioni in proposito" ed aggiunge una descrizione della pianta stessa. Ci par di capire dai dati forniti che si tratti della plumeria diffusa in tutto il mondo, compresa l'Italia, che se ne è appropriata a tal punto da essere considerata nostrana. È coltivata in particolare modo nel Sud, dove ha trovato un habitat ideale. Essa proviene dall'America centrale e, come si è detto, si è diffusa in ogni angolo del globo. La specie originaria raggiunge dimensioni notevoli, nei luoghi nati non si spoglia mai e fiorisce tutto l'anno. Da noi si è dovuta adattare e quindi in autunno perde le foglie che riappaiono in prima-

vera. In Sicilia, dove l'ha notata il lettore, la plumeria è presente su moltissimi davanzali in quanto può essere agevolmente coltivata in vaso. Le sue foglie sono di un bel verde scuro, carnose, lunghe una trentina di centimetri, raccolte in mazzi al centro dei quali sbocciano i fiori, di un profumo delicato, bianchi, rossi, gialli, rosa o bicolori. In questo periodo è possibile moltiplicare la plumeria per talea, tagliando cioè un rametto da una pianta già grande, facendolo asciugare per un paio di settimane al sole, interrando poi in una fertile composta. Nel giro di un mese la talea metterà le radici e poco dopo spunteranno foglie e fiori.

ARCHITETTI DI AIUOLE

Nell'ultimo numero si è parlato di come organizzare un'aiuola, scegliendo le piante e gli accostamenti di colore.

Ora vogliamo trattare la realizzazione materiale della zona destinata alle aiuole stesse. Esistono vari modi per dividere dal resto del giardino o dal prato un'area che accolga fiori d'ogni genere. L'aiuola che richiede una maggiore manutenzione è quella da creare in mezzo ad un prato o ai suoi bordi, senza alcun elemento divisorio. Ciò perché il

terreno destinato ai fiori tende con le piogge a debordare sull'erba, dando un fastidioso senso di disordine. Ecco perché occorre periodicamente rincalzare la terra e fare molta attenzione quando si passa il tagliaerba per non danneggiare le piante fiorifere. Negli altri casi l'impresa è più facile: basta scegliere un elemento divisorio a seconda dei propri gusti.

Si potranno utilizzare grossi sassi di fiume, pietre grezze di travertino o di tufo, cordoli in legno da comprare a metraggio, mattoni più o meno rustici, o "border" in plastica color cotto di semplice applicazione. Una volta delimitata l'area delle aiuole, si riempirà l'interno di soffice terriccio con un andamento bombato ed infine interreremo le piante che abbiamo prescelto.

CONSIGLI PER L'ORTO

In questo periodo possiamo seminare all'aperto la bietola, la carota, il lattughino da taglio, lattuga cappuccio, il cavolo estivo, prezzemolo, ravanella, spinacio, radicchio. Ed ancora il cipollotto precoce, i piselli se ci siamo dimenticati di seminarli in precedenza, le patate. Ripetiamo il consiglio di sempre: prima di realizzare l'orto, smuoviamo la terra e arricchiamola con un buon concime organico.

SCOPRIRE, RICONOSCERE, USARE LE ERBE di Carolina Bosco Mastromarino

FARFARA

(*Tussilago Farfara*) Fam. Composite

Il nome scientifico deriva dal latino tussis = tosse, ago = portar via e farfara dall'Abbazia di Farfa dove vegeta molto abbondante e rigogliosa; La Farfara cresce spontanea nei luoghi argillosi, calcarei, sabbiosi e umidi in tutta Europa e in Asia settentrionale. È una pianta erbacea provvista di un lungo rizoma carnoso coperto di scaglie e strisciante nel terreno. I fusti che portano i fiori sono rivestiti di squamette e si sviluppano due o tre mesi prima delle foglie, per questo, gli antichi Romani definivano la Farfara: "Filius ante patrem". I fiori sono infiorescenze a capolino, costituiti da numerosi fiori ligulati all'esterno e all'interno tubolosi di colore giallo. Le foglie hanno un lungo picciolo rivestito da peli bianchi hanno lembo cuoriforme superiormente di colore verde intenso inferiormente biancastro. Il margine è dentato. Il frutto è un achenio munito di pappo che facendo presa sul vento ne facilita la disseminazione. In Fitoterapia si usano le foglie e i fiori. I fiori si raccolgono all'inizio della fioritura in febbraio-aprile, le foglie vanno raccolte quando sono ben sviluppate in giugno-luglio, eliminando il picciolo. I capolini e le foglie si essicano all'ombra in luogo ben aerato e si conservano in recipiente di vetro scuro.

Principi attivi: inulina, tannini, mucillagine, triterpeni, steroli, ac fenolici, flavonoidi, zuccheri e sali. Le foglie fresche sono ricche di Vit. C infatti si usavano in insalata per

combattere lo scorbuto, ma poiché contengono anche alcaloidi pirrolizidinici, peraltro presenti anche nella Borragine, molto tossici soprattutto per il fegato se ne sconsiglia l'uso prolungato, questi alcaloidi scompaiono durante l'essiccamento, pertanto l'uso delle foglie secche non è pericoloso.

Proprietà: tossifughe, espettoranti, emollienti, lenitive ed astringenti.

La Farfara ha, per uso interno, proprietà astringenti, leggermente antisettiche, emollienti e lenitive utili nelle dermatiti, nei pruriti, delle desquamazioni e nelle infiammazioni della pelle in genere. In cosmetica la farfara è impiegata sotto forma di impacchi con infuso (50 g di fiori in un litro di acqua bollente) come astringente per pelli grasse e poco toniche.

Questa pianta è usata per combattere la tosse da 2000 anni; Discoride la denominò "bekion" dal greco tosse da cui l'aggettivo bechico riferito alla proprietà di calmare la tosse e le irritazioni delle prime vie aeree. Leclerc raccomanda l'infuso di Farfara per calmare la tosse e per facilitare l'espettorazione quando le espettorazioni cominciano ad essere abbondanti. Ancora oggi alcune popolazioni usano fumare le foglie essiccate per calmare la tosse e gli attacchi di asma.

Preparazioni: Infuso: 30-50 g di fiori e foglie essiccati in un litro di acqua bollente lasciare intiepidire, filtrare bene e addolcire con miele, per migliorare il sapore si può aggiungere un pizzico di menta. 3-5 tazze al dì.

Per accessi e scrofolosi si può

preparare un cataplasma facendo cuocere in poca acqua una manciata di foglie fresche, oppure si frullano e la crema ottenuta si applica sulle parti interessate. Le foglie frullate costituiscono una ottima maschera di bellezza per pelli grasse e acneiche che lascia l'epidermide fresca, tonificata e rosea.

Per la presenza di alcaloidi pirrolizidinici nelle foglie fresche di Farfara, se ne sconsiglia l'uso in gravidanza e allattamento.

ESCOLZIA

(*Escholtzia Californica* Fam. Papaveraceae)

L'Escoltzia o Papavero della California, vegeta spontanea fra le dune costiere, nelle pianure e nelle valli aride, ai bordi del deserto della California. Per i suoi bei fiori, in Italia è coltivata a scopo ornamentale. È una pianta erbacea con fusto di colore verde azzurro, scanalato lateralmente e in parte prostrato; ha foglie tripennate, isolate, alterne e stipolate; ha fiori solitari di colore giallo-rossiccio con quattro petali e numerosi stami. Il frutto è una capsula deiscente a due valve. La pianta, come tutte le Papaveracee, è ricca di canali in cui scorre un lattice ialino. In Fitoterapia si utilizza la parte aerea dell'Escoltzia, che si raccoglie quando sta per fiorire, la pianta fresca ha un'efficacia maggiore, di quella essiccata.

Principi attivi.

La droga contiene fitosteroli, carotenoidi, flavonoidi e molti alcaloidi isochinoleici suddivisi in quattro gruppi: protropine, aporfine, benzofenetrine e pavine.

Proprietà terapeutiche.

La farmacologia dei principi attivi dell'Escoltzia è stata molto studiata. Dalle numerose pubblicazioni in merito risulta che le protropine hanno azione antispastica e in particolare l'allocryptopina, facente parte di questo gruppo, ha azione bradicardizzante, antifibrillante e acceleratrice del flusso coronarico;

Sono stati fatti numerosi studi clinici anche sull'uomo che, hanno evidenziato diminuzione del tempo per addormentarsi e miglioramento della qualità del sonno.

La pianta intera, in Germania, è utilizzata nelle neuropatie infantili; in Francia si usano infusi nel trattamento dell'insonnia, sia dovuta a difficoltà ad addormentarsi, sia che insorga nella seconda parte della notte. L'Escoltzia è utile pure per pazienti ansiosi ed emotivi.

La terapia con questa pianta è consigliata in gravidanza, allattamento, a chi deve guidare e a chi già fa una terapia farmacologica per l'insonnia, inoltre è sconsigliato bere alcolici in concomitanza con la sua detta terapia.

Preparazione
Infuso. Versare una tazzina di caffè di acqua bollente su un cucchiaino da tè di droga essiccata, lasciare in infusione per dieci minuti, filtrare e addolcire con miele. Come sedativo, antispastico e antinevralgico, una tazzina 3-4 volte al giorno.

Per combattere l'insonnia si prepara una tisana con un cucchiaino di droga in una tazza di tè di acqua bollente, si prende mezz'ora prima di coricarsi. Tintura: Macerare per 15 giorni 20 g di droga essiccata in 100 g di alcool a 70°, oppure

20 g di droga fresca in 100 g di alcool 95°; se ne prendono 20-25 gocce 3-4 volte al giorno oppure 50 prima di coricarsi.

FARFARACCIO

(*petasites hybridus* Fam.: Asteraceae)

È una pianta erbacea, comune nei luoghi umidi e sabbiosi, lungo i ruscelli e ai bordi dei fossi, fino ai 2000 m di altitudine, tranne che nelle isole. Ha un grosso rizoma carnoso da cui in primavera si sviluppa il fusto fiorifero alto 50 cm. circa, senza foglie; queste si sviluppano dopo la fioritura.

Le foglie, molto grandi (80x40) con margine irregolarmente dentato, sono reniformi e hanno un lungo picciolo, ricoperto di un pigmento rossiccio; la superficie superiore è verde intenso, quella inferiore è biancastra per la presenza di fitti peli bianchi. L'infiorescenza è a grappolo con numerose brattee rosse, i fiori sono rossicci con corolla tubulare divisa in sottili filamenti. IL frutto è un achenio provvisto di pappo. In fitoterapia è apprezzata tutta la pianta. Il rizoma si raccoglie, prima chela pianta fiorisca, in febbraio-marzo, i fiori si raccolgono in marzo-aprile, le foglie in maggio-giugno.

Il rizoma si lava e si divide in pezzi lunghi 5-6 cm e si lascia asciugare, i fiori e le foglie si seccano in strati sottili in zona ventilata e all'ombra; si conserva il tutto in recipiente di vetro o di porcellana.

Principi attivi: petasina (dal greco potasos cappello a falde larghe, per la forma delle foglie), tannini, mucillagini e zuccheri.

Proprietà

L'azione del Farfaraccio è legata principalmente alla presenza della petasina (estere dell'acido angelico), dotata di proprietà spasmolitiche notevolmente superiori a quelle della papaverina, la sua azione però non è immediata. Secondo uno studio di alcuni ricercatori svizzeri, pubblicato recentemente sul "British Medical Journal", l'estratto di Farfaraccio è un ottimo rimedio contro il raffreddore da fieno con il vantaggio di non dare sonnolenza come gli antistaminici tuttora in uso.

IL Farfaraccio è stato lungamente usato nella medicina popolare come pianta tossifuga, ma trova applicazioni anche come sedativo generale, utile negli stati ansiosi, nell'insonnia e nelle turbe del clima. Il Farfaraccio è utile anche nell'ipertensione, nell'arteriosclerosi e agli asmatici, perché regola la pressione, calma lo stato di eccitazione e di ansia. Per uso esterno, questa pianta, ha azione cicatrizzante e antinfiammatoria.

Preparazioni per uso interno
Come sedativo decotto con rizoma e foglie: Bollire per 10 minuti 20 g di foglie e rizoma in un mezzo litro di acqua. Due-tre tazzine al giorno.

Infuso per la tosse, versare su 10 g di fiori mezzolitro di acqua bollente, due-tre tazzine al giorno. Per uso esterno, per le infiammazioni delle mucose e della pelle preparare un infuso con 50 g di foglie e fiori in un litro di acqua. Fare sciacqui, gargarismi o impacchi.

Le foglie fresche, contuse si possono applicare fra due garze sulle ulcere o sugli ascessi per risolverli rapidamente.