



NUMERO  
SPECIALE  
2023

*Buon  
Natale*



# DEPAGROUP

Prevenzione,  
Riabilitazione, Salute  
e Benessere. Insieme.

**Tre aziende, un unico obiettivo:**  
aiutare ogni persona ad amare se  
stessa prendendosi cura di sé, per  
creare, curare e proteggere la salute  
e il benessere, tutti i giorni.

## ANALYSIS CENTER

Laboratorio di analisi cliniche e biologiche  
dotato di uno staff di professionisti esperti e  
di attrezzature moderne ed efficienti.  
Mezzo secolo di esperienza, correttezza,  
affidabilità.

## MEDICAL CENTER UMBERTO I

Un centro medico multidisciplinare modernissimo e  
completo, con un'organizzazione in grado di seguire ogni  
paziente nella prevenzione e cura di patologie di diversa  
natura, a costi sostenibili e senza tempi di attesa.

## ATMOSPHERE WELLNESS & SPA CENTER

Il luogo in cui la cura del corpo, la riabilitazione e il benessere  
trovano una sinergia assoluta: piscina con acqua di mare, palestra,  
spa e hammam, beauty center, massaggi.



NUMERO  
SPECIALE 2023

MANDATO IN STAMPA  
IL 28 NOVEMBRE 2023

MESSINA  
MEDICA

editore  
Ordine dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri  
della Provincia di Messina

direttore editoriale  
Giacomo Caudo

direttore responsabile  
Carmelo Salpietro

vice direttore responsabile  
Stefano Leonardi

redattore capo  
Giuseppe Ruggieri

comitato di redazione  
Paquale Aragona, Luisa Rita Barbaro, Antonino Fiumanò,  
Giuseppe Giannetto, Rita La Paglia, Giovanni Pulitanò,  
Rosalba Ristagno, Salvatore Rotondo,  
Carmelo Staropoli, Michele Tedesco

funzionario  
Giuseppe Ingegnere

segreteria di redazione  
Ordine Medici Chirurghi e Odontoiatri  
via Bergamo is. 47/A Messina  
tel. 090.691089 fax 090.694555  
www.omceo.me.it messinamedica@omceo.me.it

impaginazione  
Massimiliano Cavaleri - Europa Due Media & Congress  
via Boner, 56 - 98121 Messina mob 336.887224  
europadue@gmail.com www.europadue.com

stampa  
Di Nicolò Edizioni  
Via Saponara, Viale Annunziata 7 - 98168 Messina  
dinicolloedizioni@libero.it

spedizione  
Envelope Società Cooperativa  
Via XXIV Maggio, 35/A - 98121 Messina

tiratura 7.000 copie  
Spedito gratuitamente ai medici e odontoiatri  
iscritti all'ente, a tutti gli Ordini  
dei medici italiani e a un target di autorità

Unione Stampa Periodica Italiana



Publicazione mensile registrata al tribunale di Messina al n° 13/1971

# sommario

- 2 L'editoriale: **morire da italiani** o morire da inglesi...
- 3 **Odontoiatri**: analisi di una professione...
- 4 L'**intelligenza artificiale** tra scienza ed etica
- 7 Approfondimento: **patologie femminili**
- 8 **Ricerca**: impatto degli alimenti nel sistema...
- 10 Speciale: un anno di **medicina e sanità**
- 12 **Civiltà medica**: i Buoni e i Cattivi
- 13 Personaggi illustri a Messina: **Santa Eustochia**
- 14 Accrescere la fiducia nella **vaccinazioni...**
- 15 Riflessioni: l'**IACP** vende!
- 16 **Riflessioni**: lettera a un giovane collega
- 17 Tempo libero, **Associazionismo**: gioia di vivere
- 18 **Cultura**: un'inedita raffigurazione ottocentesca...
- 20 Attualità: **fisioterapisti** dal 2023 al 2024
- 22 Speciale: la Salute tra **pensieri e aforismi**
- 54 Cultura: **Costantino Lascaris**
- 56 Angolo della **posta**

Manda i tuoi articoli a  
[messinamedica@omceo.me.it](mailto:messinamedica@omceo.me.it)

## CONSIGLIO dell'ORDINE

### PRESIDENTI ONORARI

SANTO FAZIO, ANTONINO TRIFIRÒ, FRANCESCO TRIMARCHI

### CONSIGLIO DIRETTIVO

PRESIDENTE

DOTT. GIACOMO CAUDO

VICE PRESIDENTE

PROF.SSA FRANCESCA GRANATA

CONSIGLIERE SEGRETARIO

DOTT. SALVATORE ROTONDO

CONSIGLIERE TESORIERE

DOTT. FABRIZIO SOTTILE

CONSIGLIERI

PROF. SALVATORE CARDALI

DOTT.SSA GIOVANNA GENITORI

DOTT. SANTI INFERRERA

DOTT. AURELIO LEMBO

DOTT. STEFANO LEONARDI

PROF. GIUSEPPE LO GIUDICE

DOTT. MARIO POLLICITA

DOTT. GIUSEPPE RENZO

DOTT. PLACIDO ROMEO

PROF. CARMELO SALPIETRO DAMIANO

DOTT.SSA ANGELA SILVESTRO

DOTT. CARMELO STAROPOLI

DOTT. GIUSEPPE ZAGAMI

### COMMISSIONE ODONTOIATRI

PRESIDENTE

DOTT. GIUSEPPE RENZO

COMPONENTI

PROF. GIUSEPPE LO GIUDICE

DOTT. DAVID RIZZO

DOTT. ANTONIO SPATARI

DOTT. MICHELE TEDESCO

### COLLEGIO DEI REVISORI DEI CONTI

EFFETTIVI

DOTT. ANTONINO CAMPISI

DOTT. ALBERTO NOTO

SUPPLENTE

DOTT. GAETANO CINCOTTA



## Morire da ITALIANI o morire da INGLESII: cosa cambia?



Una bambina britannica di 8 mesi, Indi Gregory, era affetta da una grave malattia genetica mitocondriale, una patologia particolarmente rara che impedisce lo sviluppo dei tessuti con progressivi danni cerebrali e muscolari, per cui era tenuta in vita solo dalle macchine.

I giudici inglesi, accertata l'incurabilità della malattia sulla base delle conoscenze scientifiche, hanno deciso per la sospensione dell'assistenza artificiale.

A seguito di questa decisione giuridica inglese supportata dalle dolorose evidenze scientifiche si è assistito all'opposizione dei genitori che non sapevano, comprensibilmente, rassegnarsi alla morte della figlia. Per tale motivo sono partiti degli appelli internazionali che sono stati raccolti dal Governo Italiano che, con una riunione urgente, ha accolto la richiesta accorata dei genitori e assegnato a Indi la cittadinanza italiana per cercare di consentire un trasferimento per proseguire l'assistenza medica alla paziente nel nostro Paese. L'Alta Corte inglese però non ha concesso il trasferimento in Italia e ha decretato la sospensione delle cure che ha prodotto, dopo poche ore, la morte della bambina.

Dobbiamo ipotizzare che il tentativo di trasferire la piccola in Italia sia stato attuato perché esisteva la volontà del Governo Italiano di continuare l'assistenza artificiale per aumentare la sopravvivenza della piccola (nonostante anche in Italia non sia ammes-

so l'accanimento terapeutico).

Quindi il quesito che ci siamo posti lo possiamo trasformare in: scelta etica o scelta economica?

Se il quesito fosse realmente questo, credo che la risposta sia facile e conseguenziale ed immagino che gli Italiani lo abbiano interpretato in questa maniera.

Ma è veramente così? Quanti hanno la consapevolezza che il Servizio Sanitario Nazionale ha risorse definite che non consentono di garantire tutto a tutti ma che, al contrario, garantisce solamente le prestazioni essenziali (Lea)?

Avere risorse definite significa che a qualunque spesa aggiuntiva per nuove prestazioni deve necessariamente seguire una riduzione di pari valore di altre prestazioni.

Allora la vera domanda è: garantire assistenza omologabile ad accanimento terapeutico o garantire assistenza sanitaria a malattie curabili? In questo caso forse la risposta, anche se a primo impatto possa apparire eticamente non corretta, può giustificare la scelta inglese.

Tenere in vita una bambina affetta da una incurabile patologia genetica avrebbe rappresentato un accanimento terapeutico che avrebbe generato solo ulteriori sofferenze alla piccola paziente e gravato di ulteriore strazio gli stessi genitori. E del resto, anche se doloroso, è ragionevole!

In una società dove l'assistenza sanitaria ha la necessità di ottimizzare i costi (sic!) a causa delle risorse sempre più limitate, assumersi le spese di una cura particolarmente costosa, pur se per una bimba di 8 mesi senza alcuna possibilità di sopravvivenza, significherebbe sottrarre ad altri assistiti i mezzi economici che invece potrebbero essere indirizzati verso una cura capace di garantire loro la sopravvivenza se non la guarigione.

Ecco perché la legge non consente una assistenza fine a sé stessa in Inghilterra come in Italia, come anche nella maggior parte dei paesi civili.

È certamente deviante, anche se umanamente comprensibile, che su questi argomenti si esprimano alcuni movimenti, cosiddetti per la vita (come se opinioni diverse possano essere etichettate contro la vita), sulla base di convinzioni ideologiche che non hanno alcuna correlazione scientifica. Ma è ancor più deviante che vengano espresse, senza gli approfondimenti necessari, opinioni che appaiono basate fondamentalmente solo sull'aspetto emotivo.

Quindi, con l'angoscia nel cuore, non ci resta che porci la domanda iniziale... morire in Italia o morire in Inghilterra: cosa cambia?

A Voi la risposta. ■



Si è svolto con successo l'evento formativo ECM "Lo studio odontoiatrico: ieri, oggi e domani". Oltre 80 persone impegnate nella riflessione sull'apertura e la gestione degli studi odontoiatrici, un dialogo intenso si è sviluppato dopo gli interventi dei relatori, che hanno trovato favorevole e reattiva la platea degli intervenuti.

Mai come oggi è stato necessario chiedersi come amministrare economicamente e gestire il passaggio di consegne tra i dentisti uscenti ed i giovani odontoiatri che vorranno raccogliere e portare avanti questa importante eredità: un patrimonio di saperi e pratiche che meritano di essere conservati e ancor più giornalmente innovati.

L'evento formativo, svoltosi sabato 11 novembre presso l'Auditorium della Sede dell'Ordine di Messina, ha avuto l'obiettivo di analizzare gli argomenti inerenti l'apertura degli studi odontoiatrici, nonché dei requisiti strutturali, tecnologici ed organizzativi generali e specifici fissati dalle vigenti norme legislative e deontologiche, integrate con i requisiti stabiliti dalla normativa regionale in vigore.

L'evento, come ha sottolineato anche il Presidente della CAO Giuseppe RENZO, è stato "un momento straordinario" per tutta la professione, a cui hanno partecipato oltre 80 odontoiatri che hanno dato vita ad un momento di riflessione su tematiche di grande rilievo, creando una occasione di vero confronto ed aggiornamento con tutte le realtà operanti all'interno dell'odontoiatria.

Il filo logico che ha guidato il razionale dell'evento è stato rappresentato da una visione poliedrica delle problematiche connesse alla materia.

In esso hanno coesistito diversi punti di vista, necessari, ma spesso non valutati a sufficienza.

Nel giro di pochi anni, infatti, un consistente numero di odontoiatri uscirà dal mercato del lavoro per fine carriera. Il passaggio generazionale nello studio odontoiatrico è un momento delicato, complesso e problematico, che va gestito in modo adeguato, mentre invece spesso, paradossalmente, viene ignorato.

Lo si considera, infatti, un fatto naturale o non lo si considera affatto. Eppure, è un processo, dai tratti specifici che bisogna studiare per evitare future criticità o sapere come gestire.

Gli interventi dei vari relatori - rappresentanti "l'opinion leader" delle principali categorie coinvolte nel problema - hanno sviluppato gli aspetti fondamentali e fornito alcune risposte alle domande che gli odontoiatri giovani e senior hanno opportunamente posto per affrontare questo momento storico, presentando strumenti pratici ed operativi per gestire questa delicata fase della vita professionale, anche in funzione di una eventuale ed opportuna preparazione alla trasformazione del proprio studio professionale in società e nello specifico in STP Odontoiatrica.

Un pensiero che ha trovato favorevole e reattiva la platea, in quanto spinge verso un cambiamento generazionale della professione, un cambiamento che passa da un'alleanza tra mondo dei professionisti, dei consulenti e dei pazienti, affinché il sistema nella sua complessità ed omogeneità sappia trovare soluzioni innovative ed appropriate.

E' doveroso esprimere un particolare ringraziamento ai Componenti della Commissione Albo Odontoiatri che ha reso possibile lo svolgimento dell'evento formativo. Un particolare ringraziamento, infine, va espresso ai Funzionari amministrativi dell'Ordine, che con il loro entusiasmo e le loro capacità organizzative hanno reso possibile la realizzazione e il successo di questo incontro. ■

## Analisi di una **PROFESSIONE** in continuo **CAMBIAMENTO**



giacobello\*

\*Associata di Filosofia Morale, Dicam,  
Università degli Studi di Messina

# L'INTELLIGENZA ARTIFICIALE tra scienza ed etica



L'emergenza dell'intelligenza artificiale investe nel suo complesso quella che, con Hannah Arendt, possiamo definire la condizione umana. Secondo Arendt, infatti, l'esistenza umana è un'esistenza *condizionata* da tutte le cose con cui viene a contatto. Così, il mondo in cui si svolge «consiste di cose prodotte dalle attività umane, ma proprio le cose che devono la loro esistenza solo agli uomini condizionano costantemente i loro artefici». Gli uomini stessi, allora, creano e rinnovano autonomamente le proprie condizioni di esistenza, determinate da tutto ciò con cui si mantengono in prolungato contatto. La nostra realtà è quindi scolpita dall'incessante interazione con l'ambiente in cui siamo situati, e l'esperienza si alimenta della relazione attiva con i dati. È questo, dunque, il senso della stagione tecnologica incombente, «che ha trasformato gli utensili in un nuovo spazio culturale».

L'attuale condizione umana comporta perciò l'esigenza di imparare a pensarci «dentro un nuovo spazio di comunicazioni e di relazioni, all'interno di quel nuovo ambiente esperienziale che è stato definito *infosfera*. Come scrive, con efficacia, Luciano Floridi, si tratta di quello spazio informazionale, creato dalle Tecnologie dell'informazione e della comunicazione [...] che di fatto condiziona la nostra esistenza».

La tecnologia digitale inaugura realmente un nuovo capitolo della storia umana. Si volta pagina, e la nuova condizione umana ci pone ora di fronte a imprevedibili sfide. Infatti, «l'attuale "macchina calcolatrice" non si limita a far di calcolo, non ci assegna soltanto risultati attendibili, ma disegna ambienti, costruisce spazi di relazione e ci porta altrove, creando nuove condizioni esistenziali».

La rivoluzione digitale, evidentemente, ha carattere principalmente ontologico, non tanto epistemologico o comunicativo, in quanto, spiega Luciano Floridi, scrive nuove pagine dell'universo in codice binario. In tal senso, il digitale *re-ontologizza* il reale, poiché genera sistemi che modificano la struttura intrinseca, l'ontologia, di ciò che toccano. Pertanto, occorre domandarsi, in definitiva, quale siano le conseguenze per l'agire morale che si trova a operare in una realtà costruita dal digitale. La principale preoccupazione è quella che l'accelerazione della tecno-scienza, che connota la nostra epoca, possa compromettere con i suoi effetti negativi il destino della specie umana. Così, soprattutto quando si parla di intelligenza artificiale, il pensiero si volge inevitabilmente al futuro dell'uomo.

Il tema della minacciosità delle tecnologie del virtuale in generale, e dell'intelligenza artificiale in particolare, può essere declinato, nel complesso, in due direzioni, che si incrociano fra di loro. Da una parte, infatti, occorre preliminarmente interrogarsi sulla natura e sulle radici di ciò che chiamiamo intelligenza artificiale; dall'altra parte, poi, diventa inevitabile riflettere sulla incoraggiante prospettiva che siano i valori dell'uomo a orientare l'uso delle conquiste tecnologiche, restando l'intelligenza umana padrona di ogni processo: se anche l'intelligenza artificiale, in effetti, è un prodotto umano, allora, come tale, può essere guidata. La connotazione straordinariamente pervasiva dei più recenti dispositivi tecnologici, tuttavia, ci interpella senza sosta intorno alla necessità di vigilare sul loro uso: il momento storico in cui viviamo esige, a tale scopo, un supplemento di intelligenza umana, perché si riveli all'altezza dei suoi artefatti tecnologici.

La questione è, a ben vedere, di carattere eminentemente morale.

In relazione al primo punto, ovvero la natura dell'intelligenza artificiale, come osserva Federico Cabitza, si tratta di «capire cosa sia meglio guardare quando chi usa questa espressione indica l'orizzonte con la mano: non la luna, ma piuttosto il dito del nostro interlocutore». In effetti, la tentazione tipicamente antropomorfa di animare le manifestazioni della tecnologia digitale, fino a conferire loro identità e soggettività autonoma, ci distoglie dall'evidente considerazione che esse restano sempre e comunque modalità del fare umano, e non hanno pertanto una stabilità ontologica, né una propria capacità di azione autonoma. Attraverso i mezzi tecnologici, insomma, gli esseri umani realizzano efficacemente i loro scopi imparando a trascendere i limiti del proprio corpo.

L'IA, l'intelligenza artificiale, è in sostanza una specifica manifestazione della tecnologia digitale, intesa come una rete complessa di meccanismi computazionali, distri-

buita in maniera penetrante su scala planetaria. Proprio la straordinaria complessità ed efficacia in svariati ambiti lavorativi delle macchine che costituiscono l'IA comporta la loro associazione al concetto di intelligenza. Tuttavia, si tratta piuttosto di un fenomeno di automazione, ovvero dell'esecuzione automatica di compiti ripetitivi, sia pur via via più complessi - che implica anche la capacità di classificare, valutare, identificare, pianificare, prevedere - ma che esclude ogni possibile riferimento a concetti quali identità, coscienza, autonomia: «Insomma la AI riguarda attività - automatizzabili in parte e interamente - di "scelta" tra un numero limitato di opzioni, categorie, parole, valori; attività che sono, a loro volta, parti integranti di processi volti a raggiungere obiettivi complessi in contesti reali, caratterizzati da un alto contenuto di conoscenza, autonomia, giudizio, incertezza». In realtà l'intelligenza artificiale è un «*agere sine intelligere*». Ovvero, non si tratta di nuova forma di intelligenza, ma piuttosto di una nuova forma di capacità di agire, frutto di quello specifico orientamento della ricerca in questo campo connotato dall'approccio ingegneristico: si parla, a tal proposito, di IA riproduttiva, con riferimento all'aspirazione a realizzare con mezzi non biologici i risultati o l'esito positivo del nostro comportamento intelligente. Viceversa, l'approccio cognitivo è quello che ambisce a produrre l'equivalente non biologico della nostra intelligenza, quindi la fonte del comportamento intelligente, e finora è risultato del tutto fallimentare.

In ogni caso, l'IA riproduttiva, che celebra il divorzio tra intelligenza e azione, può avere successo solo se si trasforma il mondo, avvolgendolo in un ambiente sempre più adatto al suo funzionamento: si verifica, insomma, una sorta di addomesticamento tecnologico, che porta l'essere umano a progettare l'architettura della sua esistenza in modo da renderla compatibile con le capacità del tutto limitate dell'intelligenza artificiale. In sostanza, l'IA è efficace perché l'ambiente viene modificato in maniera da consentirne il funzionamento. Così, tecnologie come la lavastoviglie o la lavatrice «assolvono i loro compiti perché i loro ambienti sono strutturati (avvolti) attorno alle capacità elementari del robot al loro interno». Pertanto, la specificità della IA, che la rende un'espressione certamente peculiare della tecnologia, in quanto ad articolazione e risultati, non può indurci a ignorare lo scarto fondamentale che corre fra l'esecuzione automatica del compito, da una parte, e la sua individuazione - nonché il governo dello stesso - dall'altra: è quest'ultima l'attività che richiede intelligenza. Pensare il *telos* non può mai essere competenza della IA.

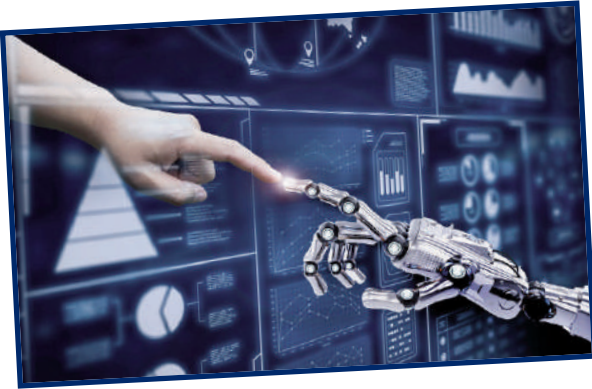


Così, a meno che non si cada nell'errore di alienare l'IA da se stessa, portandola fuori dai propri codici, per riconoscerla in compiti che non le appartengono, allo stato attuale il progetto di un'intelligenza artificiale capace di uguagliare, e anche superare, quella umana resta un impegno di ingegneria informatica di frontiera: un obiettivo, per definizione, irraggiungibile. L'organo deputato tradizionalmente alla conoscenza, nell'uomo, è infatti il cervello: ma si tratta di un cervello situato, ovvero integrato con un corpo dal quale si avvia ogni conoscenza, innescata dall'interazione con l'ambiente. La nostra conoscenza, quindi, come argomenta Miguel Benasayag a tal proposito, è sempre l'esito di una integrazione dinamica tra corpo e cervello: «Gli stimoli che arrivano al cervello dipendono in gran parte dal movimento del corpo, dove il cervello esiste». L'importanza di comprendere che il cervello funziona sempre in modo situato è determinante per chiarire che esso pensa sempre tramite un corpo: si tratta di un cervello incarnato, il che rende l'intelligenza umana di fatto irriproducibile. Il computer, con la sua ineguagliabile capacità computazionale, può tutt'al più essere un cervello sradicato, che funziona in modo del tutto autoreferenziale: ciò lo rende avulso dal contesto, ovvero privo anche della sola idea di limite, di conseguenza incapace di generare quel significato la cui produzione esprime sinteticamente l'intenzione umana di stare al mondo. In definitiva, spiega Adriano Pessina, «le intelligenze umane esprimono la complessità dell'esistenza corporea, che deve confrontarsi con la contingenza che si annuncia sempre dentro la temporalità di tutte le esperienze personali, individuali; l'intelligenza artificiale, invece, esprime la possibilità della semplificazione e dell'individuazione delle risposte univoche a tutte le domande e le esigenze che possono essere tradotte in una universalità formale».

La consapevolezza che l'aspirazione della tecnologia a conseguire l'equivalente non biologico della nostra intelligenza, piuttosto che l'esito di un comportamento intelligente, sembra destinata a restare frustrata, tuttavia, non ci emancipa affatto dall'onere di interrogarsi costantemente su una questione dirimente: le macchine possono avere un'etica? La debbono avere? E, in tal caso, come bisogna dargliela?

In verità, non si può negare che ogni macchina abbia un programma di azione, che in ogni caso veicola un valore impresso dall'uomo nel definirne lo scopo: l'essere umano, infatti, individua una serie di obiettivi da perseguire con le macchine che progetta. Quindi, il dispositivo tecnologico non può mai essere eticamente neutro, in quanto progettato per uno scopo. Pertanto, considerata l'inestricabilità del rapporto tra il fare e l'etica, l'azione iscritta nel programma della macchina esprime sempre una finalità, che è comunque pensata dall'uomo. Le cose sono infatti costruite per mediare il nostro rapporto con l'ambiente.

Nella relazione fra l'uomo e la macchina, pertanto, l'unico conoscitore e portatore di valore è l'essere umano. La questione assume una valenza ben diversa, tuttavia, se ci si interroga sulla possibilità di iscrivere comportamenti etici negli algoritmi delle macchine. Si tratterebbe allora di ascrivere alle macchine un ruolo moralizzatore, attraverso i loro algoritmi. In effetti, alla luce anche delle considerazioni appena svolte, quella di pensare ai sistemi di IA come agenti morali è una strada difficilmente percorribile. Si tratta pertanto di una prospettiva altamente improbabile, mentre sarebbe certamente più corretto pensare a un approccio diverso, volto ad approfondire la dimensione valoriale dei tecnici



umani, i progettisti della IA, che dovrebbero mantenere un atteggiamento responsabile, di costante sorveglianza, anche nelle fasi di analisi e validazione dei risultati. Bisognerebbe, in tal senso, chiedersi quali forme di potere siano promosse e abilitate attraverso questi strumenti, chi siano i loro controllori e proprietari, ponendosi in un'ottica consequenzialista. Non si tratta, allora, di ragionare tanto in termini di intenzioni, eventualmente insite negli algoritmi, quanto di preoccuparsi delle conseguenze della loro applicazione, praticando un criterio di responsabilità.

Con riferimento alla eventualità di declinare insieme numeri e valori, per coniugare il rapporto tra una macchina di intelligenza artificiale e l'ambito dei fini, si è parlato recentemente di algoretica; così scrive Paolo Benanti: «La macchina dotata di intelligenza artificiale lavora su dati, dei valori di numeri, mentre la persona che fa una scelta etica lavora su dei valori che

non sono numerici. Qui si apre una frontiera. Se vogliamo dare alla macchina un certo grado di indipendenza rispetto a un controllore umano, si apre la questione di come conciliare valori numerici con valori etici. Questo è il motivo per cui ho proposto di scrivere questo nuovo grande capitolo dell'etica, che si chiama "algoretica". Ma cosa deve essere l'algoretica? Non certo una consapevolezza etica della macchina, perché la macchina non è un qualcuno, altrimenti saremmo allo stesso problema di cui sopra. Possiamo intenderla come una sorta di guardrail etico, che tiene la macchina all'interno di una strada e, per quanto possibile, evita alcuni eventi infausti». Si apre così un'ulteriore questione, su come gestire la necessità di descrivere una soglia di attenzione etica per la macchina. A tal proposito, è ovvio che qui non si tratta di praticare un modello di etica delle professioni, per il quale è sufficiente che si formi eticamente l'ingegnere o il progettista, per conseguire il risultato auspicato. Di fronte a un cambiamento del paradigma antropologico, che vede l'emergere di una diversa condizione umana, decretata dall'effetto re-ontologizzante della rivoluzione digitale, è necessario maturare una maggiore sensibilità e consapevolezza sul ruolo svolto dagli algoritmi nell'infosfera: «Quindi non si tratta solo di dotare la macchina di una capacità di giudizio, cosa che è impossibile, e nemmeno solo di surrogarla con questi guardrail etici. Si tratta anche di creare uno spazio di critica sociale in cui sia possibile chiederci cosa facciano gli algoritmi, che funzione abbiano».

Resta il fatto, tuttavia, che la "macchina sapiens", in qualità di nuovo strumento capace di raggiungere un determinato grado di autonomia, un algoritmo che a tratti riesce a gestire le possibilità delle persone, è qualcosa che rischia di mettere in seria crisi l'identità dell'*Homo Sapiens*, interpellandolo su quali siano le decisioni che non possono essere mai delegate.

In tal senso, un'etica del futuro, che ragioni sul possibile impatto di queste tecnologie su ambienti, cose e persone, deve necessariamente radicarsi sui principi di responsabilità e precauzione, per mantenere un'attitudine conservativa, nei termini in cui la discute Hans Jonas.

Sebbene si parli di principi etici che dovrebbero sembrare scontati in questo ambito, in realtà il loro sistematico rispetto introdurrebbe un atteggiamento rivoluzionario nell'agenda di ricerca dell'IA. Infatti, per esempio, è costantemente sottovaluto il problema delle conseguenze del massiccio uso dell'automazione per la risoluzione di compiti cognitivamente complessi, sia sulle nostre specifiche capacità cognitive, sia sulla qualità delle nostre decisioni nei casi più complessi. Quindi, l'imporsi di una megamacchina digitale elaborata allo scopo di potenziare le capacità umane finisce per porre, viceversa, l'opposto problema dell'eventuale depotenziamento di alcune specifiche attitudini dell'uomo, come la capacità di giudizio. Inoltre, affidare alle macchine anche sofisticate funzioni intellettuali pone l'ulteriore problema dell'impatto dell'IA sul mondo dell'occupazione, con la questione della ricollocazione e della riqualificazione della forza lavoro. I casi problematici emergenti dalla crescente integrazione delle funzionalità dell'IA in sempre più numerosi sistemi sociali e tecnici destano dunque legittima preoccupazione, imponendo una costante strategia di cura e attenzione nell'applicazione delle nuove tecnologie.

Dunque, man mano che l'IA viene impiegata sempre di più in settori nevralgici del funzionamento della nostra società, occorre di pari passo interrogarci sul «rischio di perdere l'abitudine all'esplorazione dell'ignoto e alla gestione, anche intesa in termini di consapevolezza, tolleranza e apprezzamento, dell'incertezza che interessa ogni nostra valutazione, stima e previsione».

Pertanto, a fronte della inevitabile tentazione di esorcizzare la nostra vulnerabilità, cancellando l'incertezza attraverso sistemi di organizzazione ideale delle cose mediante l'utilizzo sempre più pervasivo della tecnologia, pur senza demonizzarla, occorre tuttavia decolonizzare l'immaginario collettivo dalla missione salvifica dell'IA. Se è vero che le tecnologie non sono né buone né cattive, è comunque sicuro che il loro impatto non è affatto moralmente neutro, e bisogna vigilare affinché la collaborazione tra intelligenza umana e intelligenza artificiale non sfoci in vere e proprie sindromi da "demenza digitale". ■





barbaro

La prevenzione è salute. L'obiettivo, nei confronti della nostra comunità è quello di promozione e conoscenza della salute con la prevenzione, la diagnosi precoce ed uno stile di vita sano. Prevenire significa conoscere il proprio corpo, per essere sicuri di star bene; la salute della donna è un "bene prezioso" per tutti. Tutelarla ha una portata più ampia che travalica il singolo, in quanto si tutela una intera famiglia e dunque, più in generale tutta la collettività.

Il primo passo per una corretta prevenzione riguarda l'attenzione ai fattori di rischio modificabili, ovvero influenzati dalle nostre scelte quotidiane e dal nostro stile di vita, il tutto contestualizzato in base all'età.

Fino a 24 anni è importante eseguire mensilmente l'autopalpazione al seno, effettuare la prima visita ginecologica e monitorare la salute generale. Tra i 25 e i 45 anni, continua l'autopalpazione del seno, aggiungendo visite otorinolaringoiatriche e spirometrie per le fumatrici, visite oculistiche ogni due anni, visite dermatologiche per il controllo dei nei ogni due anni. Occorre inoltre effettuare controlli ginecologici regolari compreso il pap test, per preservare la fertilità, evitare la malattia infiammatoria pelvica, prevenire l'Endometriosi e i disordini del ciclo mestruale, la Sindrome dell'ovaio policistico. Contestualmente, è necessario un counselling contraccettivo, per evitare gravidanze indesiderate e MST (doppia protezione).

A partire dai 30 anni, ecografia mammaria ogni due anni.

Dai 40, Mammografie bilaterali ogni due anni, esami ematologici e delle urine ogni tre anni, controllo della pressione arteriosa ogni sei mesi e visita cardiologica con ECG ogni cinque anni.

Relativamente alla donna adulta in età fertile, occorre affiancare la gravida che va incontro a notevoli modificazioni dell'organismo, per adattarsi alle richieste del feto in crescita. Nel puerperio consigliare l'allattamento al seno, che porta grossi benefici per il bambino e per la mamma; è inoltre necessario salvaguardare la salute della coppia in vista dell'arrivo del bebè.

Dai 45 ai 60 anni, è necessario mantenere le stesse prassi precedentemente indicate.

Nella donna matura, oltre i 65 anni, si consiglia di continuare con l'autopalpazione mensile del seno, effettuare annualmente una ricerca del sangue occulto nelle feci e analisi ematologiche complete, oltre a visite oculistiche.

La Menopausa è un evento fisiologico e non una malattia, anche se spesso se ne parla con difficoltà, quasi fosse un tabù. Per prevenirne i sintomi, bisogna attuare terapie personalizzate, per attenuare le vampate di calore, l'insonnia, la tachicardia, la secchezza delle mucose, l'atrofia urogenitale, l'aumento ponderale, i disturbi dell'umore, la depressione, l'alterazione dell'assetto lipidico, i vuoti di memoria accompagnati da difficoltà di concentrazione, l'incontinenza. La causa di tutti questi sintomi è legata alla fluttuazione dei livelli degli estrogeni da parte dell'ipotalamo, che regola tutti i nostri bioritmi.

È importante effettuare una diagnosi corretta e una conseguente terapia mirata, parlando della sessualità in post menopausa e della prevenzione dell'Osteoporosi, caratterizzata dalla riduzione della massa ossea e dal deterioramento della microarchitettura.

Riguardo la prevenzione oncologica, bisogna attenzionare il tumore della cervice con la relativa vaccinazione e i test di screening per l'HPV; la prevenzione del tumore dell'Endometrio e dell'ovaio con l'ecografia transvaginale; il Carcinoma della mammella con l'ecografia, la mammografia e markers tumorali per la ricerca dei geni BRCA 1 e 2 e la Risonanza magnetica.

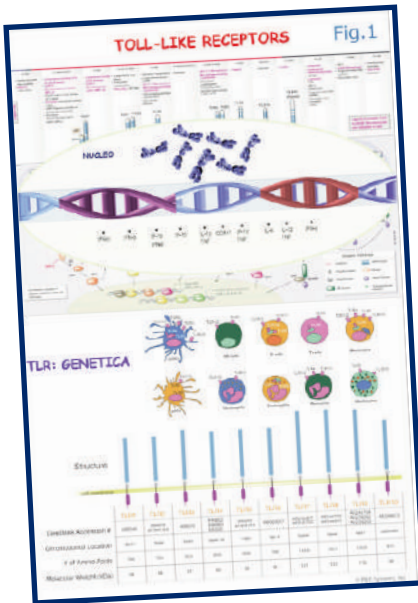
In conclusione, l'obiettivo dei Medici delle donne, è quello di ricordare che la salute si costruisce anche ogni giorno con la prevenzione, con la diagnosi precoce, per una maggiore consapevolezza di sé e del proprio benessere. Non ultimo l'aspetto economico della questione, che dovrebbe far riflettere: per ogni Euro speso in Prevenzione, se ne possono risparmiare 47 spesi in cure! ■

## La prevenzione delle patologie femminili per una nuova medicina di genere



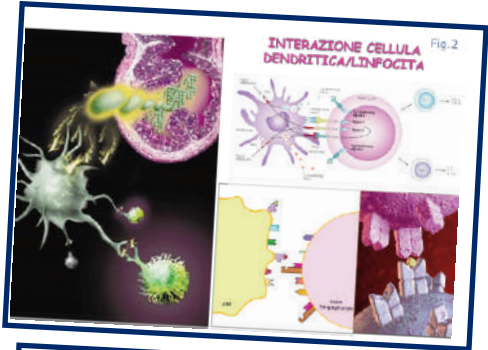


# Impatto degli alimenti con il nostro sistema IMMUNITARIO



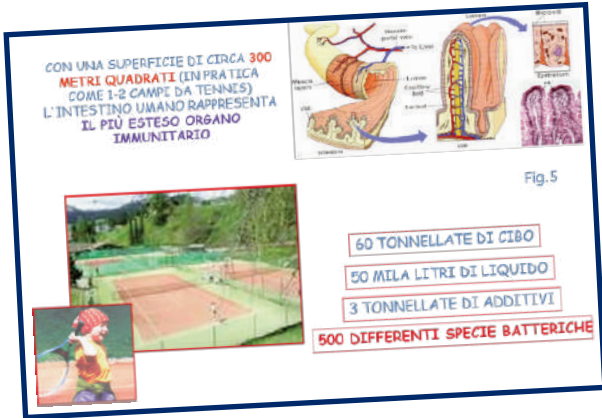
Al pari dei germi i componenti della nostra alimentazione impattano continuamente con il nostro identikit genetico-immunologico. Le prime sentinelle che, come il codice a barre del supermercato, sono in grado di riconoscere i vari componenti della nostra dieta sono i toll-like receptor, dei recettori intracellulari controllati da geni che mappano in cromosomi diversi (Fig. 1).

Dopo il riconoscimento, l'informazione, attraverso una miriade di trasduttori di segnali, arriva al nucleo delle cellule dove, in risposta al tipo di germe o di alimento "magicamente" alcuni geni vengono silenziati ed altri attivati. Il risultato di questo complesso e meraviglioso processo comporta il trasferimento del segnale ad una cellula che possiamo definire la regista del sistema immunitario: la cellula dendritica.



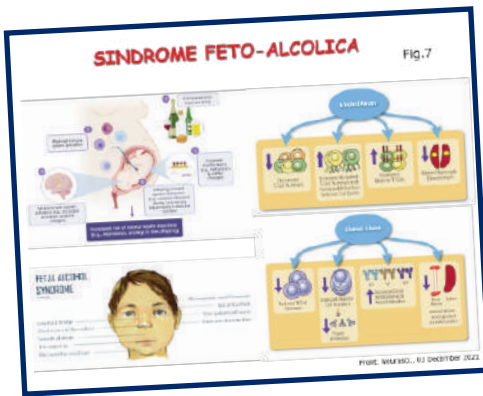
La cellula dendritica così "selettivamente attivata", attraverso un complesso network (Fig.2), interagisce con i T linfociti nive condizionando il profilo e l'intensità di attivazione delle varie sottopopolazioni linfocitarie (Fig. 3). Il condizionamento dipende dai componenti della dieta e dalle peculiarità genetiche ereditate dal soggetto. Il risultato può determinare la "omeostasi immunocitochinica" e quindi la normalità o una "disregolazione immunocitochinica" e quindi la malattia.

Per traslare subito le suddette nozioni alla pratica clinica vediamo un adolescente con una sindrome allergica orale subito dopo il contatto labiale con una fragola (fig. 4).



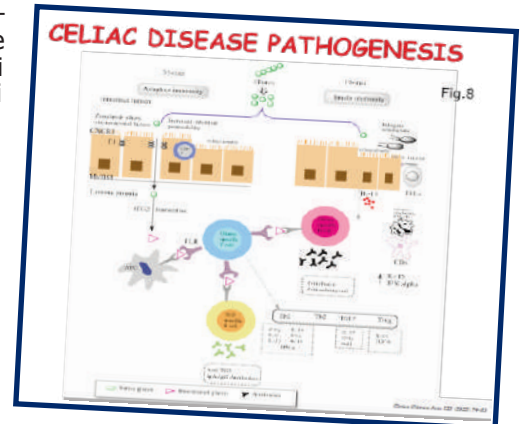
Il processo di interazione tra alimenti e sistema immunitario avviene prevalentemente a livello intestinale. L'intestino è il più esteso organo immunitario, circa 300 metri quadri, ed ha l'arduo compito, nell'arco di una vita, di scrennare ed avviare i processi di





riconoscimento e tolleranza per circa 60 tonnellate di cibo, 50 mila litri di liquido, 3 tonnellate di additivi e almeno 500 specie differenti di batteri (Fig. 5).

La dieta può comportare problemi in soggetti con specifiche malattie genetiche come la fenilchetonuria (Fig. 6), la sindrome fetoalcolica (Fig. 7), la celiachia (Fig. 8), il favismo (Fig. 9).



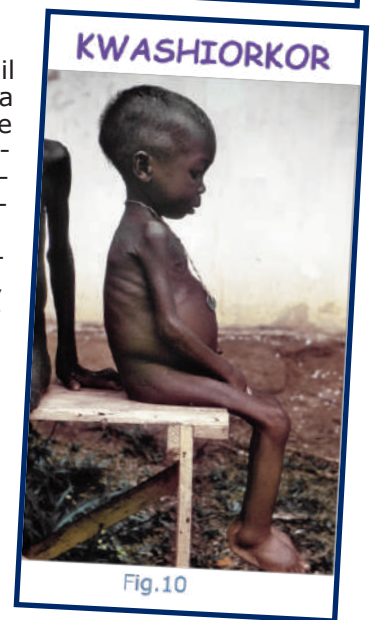
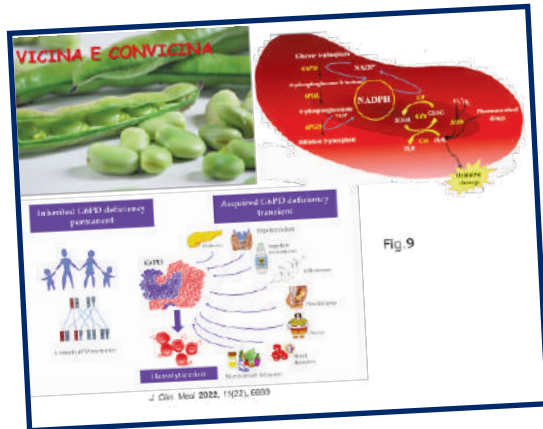
Ma anche nei soggetti che non hanno tare genetiche specifiche la dieta può determinare problematiche specifiche per:

1) Carenze nutrizionali globali. Il prototipo è, nei paesi in via di sviluppo, il kwashiorkor (Fig. 10) dove le carenze nutrizionali globali comportano una

drastica compromissione di tutte le componenti del sistema immunitario per cui l'impatto con un banale germe può comportare l'esito.

2) Un eccesso di nutrizione, problematica amplificata dal Covid, che porta all'obesità e, nel tempo, a numerose patologie metaboliche e infiammatorie. Di particolare interesse sono le evidenze che correlano il BMI con il grado di incremento di citochine proinfiammatorie e la riduzione di quelle omeostatiche come la IL 10.

3) Le carenze nutrizionali selettive di vitamine e di altri



MALNUTRIZIONI SELETTIVE			
<b>Vit A</b>	Xerofthalmia	Rispetto all'occhio ↓ T infetti	↑ Suscettibilità infettiva
<b>Vit E</b>	Anemia emolitica ritard. miocardica DNC	↓ Risposta anticorpale ↓ T infetti	
<b>Vit C</b>	Scorbuto	↓ Mucosa PMN	
<b>Paridossina</b>	Convulsioni, demenza	Atrofia timica ↓ Partori sani ↓ T infetti	È deficitario nei pazienti in malattia maligna, soprattutto del midollo
<b>Ac. Folico</b>	Anemia	↓ T infetti	È deficitario nei pazienti in malattia maligna, soprattutto del midollo
<b>Vit B12</b>	Dermite, anemia megaloblastica	Spongiosmieloma neuropatia	Malassorbimento in Acrodermatite enteropatica
<b>Zinco</b>	Affezioni cute ed ossa	Atrofia timica Dipropionilbutilammina ↓ Cholestasi	La carenza di zinco provoca un'alterazione della risposta immunitaria e della crescita
<b>Ferro</b>	Anemia	↓ Battericide ↓ T infetti ↓ Infiamme	
<b>Selenio</b>	Anemia, infezioni virali	Risposta anticorpale ↓ T infetti	

Fig.11

componenti (Fig. 11). Nella Fig. 12 vediamo un lattante con acrodermatite enteropatica da deficit di zinco.

Un'altra rilevante problematica è emersa per l'utilizzo nella dieta di insetti, codificata da recenti norme europee e già utilizzati in molti paesi (Fig. 13). L'utilizzo nella dieta di insetti, oltre alla ripugnanza in base alle nostre radicate tradizioni alimentari

**ACRODERMATITE ENTEROPATICA DA DEFICIT DI ZINCO** Fig.12

Manca 6 mesi  
ricco da parte cutanea ed alterato nutrizionale fino all'età di 3 mesi.

Fondamentale per: DA e asma allergica (moderata)

Da 4 mesi: IGR  
Da 2 mesi: dermatite diagnosticata come DA per la quale è stato trattato con CS topici ed antistaminici senza alcun giovamento.

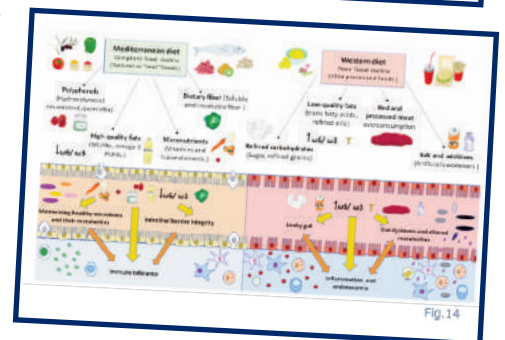
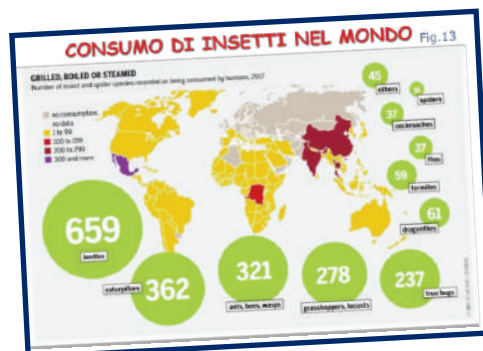
EO: buone condizioni generali, presenza di bolle ed erosioni (sotto alle bolle), scagolate e porfiriformi, pruriginose, non tese. Assenza di capelli, ciglia e sopracciglia nelle aree colpite.

Zincherina 10mg/dl (VN 30-125)  
Zinco non dosabile

**TERAPIA:**  
Supplementazione di zinco (100 mg/die) con risoluzione pronta dei sintomi e delle lesioni nell'arco di pochi giorni

può, verosimilmente, favorire nuove allergopatie e nuove spinte alla disregolazione immunocinetica.

In conclusione possiamo concludere che l'utilizzo continuativo nella dieta di alcune sostanze antiossidanti può favorire la tolleranza immunitaria e l'omeostasi e che la dieta mediterranea resta il riferimento ottimale per i soggetti in età evolutiva e i loro genitori (Fig. 14).



a cura di  
massimiliano cavaleri

# Un anno tra MEDICINA e SANITÀ

**Ripercorriamo alcune  
tra le notizie  
più importanti  
del 2023  
mese dopo mese**



## **Gennaio: Federazioni e Ordini incontrano il ministro**

Federazioni e Consigli nazionali degli Ordini delle professioni socio-sanitarie (medici e odontoiatri, infermieri, farmacisti, tecnici sanitari e professionisti della riabilitazione e della prevenzione, fisioterapisti, chimici e fisici, medici veterinari, psicologi, assistenti sociali, ostetriche, biologi) incontrano il Ministro della Salute Orazio Schillaci per affrontare diversi temi generali, che saranno successivamente oggetto di approfondimento in incontri ad hoc con le singole professioni. Tra gli argomenti prioritari: la regolamentazione degli incontri del Tavolo permanente delle Federazioni e Consigli sanitari e socio-sanitari, perché possa avere un ruolo non solo propositivo, ma anche di programmazione strutturale degli interventi necessari al miglioramento e alla garanzia dell'assistenza ai cittadini.

## **Febbraio: Intergruppo parlamentare per donazioni**

Anche se nel 2022 i trapianti in Italia sono aumentati del 2% rispetto all'anno precedente, va detto che a fronte di un numero complessivo di 3.887 pazienti che hanno visto accolta la loro domanda lo scorso anno, si contrapponeva ancora una lista di attesa che, nello stesso periodo, è stata di oltre 8.000 pazienti. Dati che confermano il molto che in Italia resta da fare per quanto riguarda donazione e trapianto organi, tessuti e cellule. Per questa ragione è stato costituito l'Intergruppo Parlamentare Donazione e Trapianto Organi, Tessuti e Cellule.

## **Marzo: Fuga di medici all'estero: 1000 ogni anno**

Mille all'anno: sono i medici italiani che richiedono i certificati per trasferirsi all'estero. A comunicare il dato, che conferma il trend reso noto dal Ministro della Salute Orazio Schillaci, il Presidente della FNOMCeO, la Federazione nazionale degli Ordini dei Medici Filippo Anelli. Tra le cause di questa "fuga", che la Federazione denuncia da tempo – ricordiamo la campagna "Offre l'Italia", del 2019 – la scarsa qualità di lavoro e di vita, gli stipendi non adeguati, la mancanza di sicurezza che mette gli operatori a rischio anche di aggressioni.

## **Aprile: 85% delle controversie finisce con assoluzione**

"Le controversie in medicina sono tante, ma l'85% delle presunte denunce per casi di malasanità finisce in una assoluzione per il medico. In questo modo si intasano solo le aule di tribunale, ma soprattutto si distrugge la vita privata e lavorativa del professionista, che dopo l'arrivo di un avviso di garanzia dovrà attendere anche 10 anni per arrivare ad un giudizio definitivo del tribunale". Così l'Ordine dei Medici di Roma a proposito della conciliazione in ambito sanitario, in occasione della presentazione a Roma del 'Rapporto 2021 sui Conflitti e sulla Conciliazione'.

## **Maggio: Messina, il successo della Festa del medico**

Palacultura gremito di gente per la Cerimonia di Giuramento unita alla III edizione della "Festa del medico", eventi promossi dall'Ordine dei medici e odontoiatri di Messina: in apertura il solenne appuntamento che ha segnato l'ingresso delle nuove leve con la lettura delle parole di Ippocrate, padre della medicina, pronunciate da 77 giurandi, la consegna delle medaglie d'oro a 45 medici che hanno compiuto 50 anni di laurea e delle pergamene ai 19 neo specializzandi che hanno raggiunto i primi posti nelle graduatorie nazionali. Nella seconda parte la premiazione del concorso che ha messo in luce i professionisti con una spiccata capacità di ascolto.



## Giugno: Malattie cardiovascolari: -170 mln

In Italia sono 800mila i pazienti in cura a seguito di un evento aterosclerotico-cardiovascolare e sottoposti quindi a 'rischio residuo', ovvero alla probabilità di sviluppare un evento cardiovascolare maggiore anche se in cura con le terapie standard raccomandate. Un nuovo approccio terapeutico per abbattere il 5% dei ricoveri nella cura del rischio cardiovascolare residuo potrebbe assicurare al Servizio Sanitario Nazionale un risparmio di 170 milioni di euro (considerando una remunerazione teorica delle prestazioni di ricovero ospedaliero pari a 3 miliardi di euro).



## Luglio: Aggressioni, medici sempre più a rischio

Negli ultimi anni il personale sanitario ha affrontato un aumento preoccupante di aggressioni, sia verbali che fisiche, da parte dei pazienti o dei loro familiari i quali arrivano spesso stremati da lunghe attese e difficoltà organizzative. Questi fattori possono contribuire ad un elevato livello di stress emotivo, che può sfociare in episodi di aggressione. Il dott. Zagami, vicesegretario vicario nazionale FIMMG settore Continuità Assistenziale, ha personalmente sperimentato frequenti episodi di aggressioni verbali, pur avendo evitato aggressioni fisiche. La pandemia ha aggravato il fenomeno con la diffusione di informazioni errate, come i siti "no vax", che hanno alimentato l'incertezza e hanno contribuito a creare 'sfiducia' nei confronti del personale sanitario.

## Agosto: Farmaci, la spesa aumenta a 34,1 mld

Nel 2022 la spesa farmaceutica nazionale totale (pubblica e privata) è stata pari a 34,1 miliardi di euro, in aumento del 6,0% rispetto al 2021. Più di 6 cittadini su 10 hanno ricevuto almeno una prescrizione di farmaci, con una crescita della spesa pro capite e dei consumi all'aumentare dell'età. In particolare, la popolazione con più di 64 anni ha assorbito oltre il 60% della spesa e delle dosi. Le Regioni del Nord hanno registrato una prevalenza inferiore (63,1%) rispetto al Centro (68,4%) e al Sud Italia (69,5%).



## Settembre: 8 medici su 10 in Italia stressati e insoddisfatti

Univadis Medscape ha condotto un'indagine per analizzare la soddisfazione della classe medica rispetto al proprio lavoro e al proprio guadagno. Hanno partecipato alla ricerca circa 1.200 professionisti, prevalentemente ospedalieri. Turni di lavoro lunghissimi, carenza di personale, scarsa sicurezza negli ospedali, compensi considerati troppo bassi: questi i principali risultati. Per quanto i medici apprezzino ancora il loro lavoro, solo il 60% dei partecipanti sceglierebbe nuovamente questa professione ed è sempre più diffusa la tendenza a cercare opportunità lavorative all'estero, soprattutto tra i giovani medici.

## Ottobre: Gaza, Ordini dei Medici: "Serve sicurezza per sanitari"

Consentire ai medici e al personale sanitario dell'area interessata dal conflitto tra Hamas e Israele di poter operare in sicurezza: è questo l'appello lanciato dal presidente della Fnomceo Filippo Anelli in un video. Disperata, secondo le fonti locali la condizione degli ospedali, con servizi sanitari vicini al collasso e quasi privi di energia elettrica. Una situazione - osserva Anelli - destinata ad aggravarsi, nella quale sarà sempre più difficile per medici e operatori sanitari prestare la loro opera di soccorso e assistenza.

## Novembre: Emergenza urgenza: "Investire sui professionisti"

Valorizzare l'operato e la professionalità di tutti i colleghi che lavorano in prima linea, non solo migliorandone le condizioni di lavoro, ma anche con incentivi, oltre che economici, volti a migliorarne la qualità della vita. A chiederlo, la Fnomceo ascoltata in audizione presso la Commissione Affari sociali della Camera dei Deputati, nell'ambito dell'Indagine conoscitiva sulla situazione della medicina dell'emergenza-urgenza e di pronto soccorso in Italia. ■



# I BUONI e i CATTIVI



Chi sono i buoni e i cattivi? La domanda irrompe - spietata come la violenza che la sottende - dal palcoscenico di Gaza per rimbalzare, a più riprese, sugli scenari del cosiddetto "mondo civile". Già porsi, questa domanda, è un passo in avanti rispetto alla paurosa retrocessione umana cui da mesi, forse anni, c'è dato di assistere. Se poi, ponendosela, si corre il rischio di essere proiettati in una spirale repressivo-mediatica senza precedenti, pazienza. Importante, per quanto almeno mi riguarda, è avere il coraggio delle proprie azioni e, nella fattispecie, del proprio pensiero critico.

Nessuno sfugge alla spirale di cui sopra. Persino il segretario generale dell'ONU Antonio Guterres, nonostante tutta la sua autorevolezza e la valenza della sua storia politica e umana, non è stato risparmiato dal ciclone che, grazie anche alla mirata conduzione di opinionisti di spicco italiani ed esteri, infuria oggi sul palcoscenico insanguinato di un mondo travolto dal virus della guerra. Spettatori di questa guerra, i febbrili sostenitori di una specie di videogame senza fine, non più autoregolato ma spinto all'inverosimile verso l'escalation globale.

I buoni e i cattivi di che si dice ci ricordano l'apodittico assunto rea-

ganiano il quale, alla vigilia della caduta di un certo Muro, contrapponeva i distinti regni del Bene e del Male rappresentati, nell'ordine, dagli USA e dall'URSS (e relativi satelliti). Sa di Vecchio Testamento questa divaricazione tanto estrema quanto pericolosa in termini di potenziali sviluppi sotto il profilo bellico. Parliamo, per intenderci, del cosiddetto "scontro di civiltà" le cui radici restano forti in un sottosuolo che non ha ancora dimenticato l'eco del galoppo delle orde crociate partite dal cuore d'Europa per difendere dagli islamici il Santo Sepolcro di Gerusalemme.

Un contesto - quello veterotestamentario - cui ci riportano, filo per segno, le parole del leader israeliano Netanyahu il quale, annunciando l'imminente rappresaglia anti-palestinese del suo esercito, sostiene essere, quello israeliano, "il popolo della luce" contrapposto a quello dei palestinesi, bollato invece come "il popolo delle tenebre".

Nessuna differenza, almeno per quanto io possa scorgere, tra la succitata e la visione dei propugnatori della Jihad islamica, i quali, com'è noto, affidano alle armi e allo sterminio di massa il compito di eradicare il mondo dagli "infedeli" che ostacolano il loro desiderio di dominio incontrastato, e non solo territoriale.

Di tanto, si erge oggi alfiere incontrastato l'ex-ambasciatore israeliano Dror Eydar il quale, dagli studi televisivi di "Stasera Italia", ha pubblicamente affermato che unico obiettivo di Israele rimane "distruggere Gaza", da lui considerato il "male assoluto".

Ogni odio, si sa, è figlio del suo tempo, ma la madre di tutti gli odi resta, sempre e comunque, la cieca persuasione di quanti perseverano a ignorare la presenza degli altri, del proprio prossimo, e i relativi diritti che ne scaturiscono.

Nessuna guerra, per sua stessa natura, potrà mai essere santa. Il problema, casomai, nasce quando è necessario essere dei santi per avere la forza di opporvisi. ■



pulitanò

Come la chiamava Giovanni Paolo II perché il suo corpo è conservato in una teca di vetro in posizione eretta.

Nel mese di Giugno si sono tenute a Messina le celebrazioni della visita di papa GIOVANNI PAOLO II, avvenuta nel 1988, in occasione della canonizzazione di Santa Eustochia con la presenza del vescovo di Cracovia mon. Stanislaw Dziwisz, allora segretario del pontefice.

La santa nacque a Messina nel 1434 agli argini del torrente Annunziata, dove esiste ancora la casa natale, e morì nel Santuario di Montevergine da lei fondato in via 24 Maggio nel 1485.

La sua famiglia agiata, figlia di un ricco mercante, bellissima, si dice che servì da modella ad Antonello da Messina per dipingere la celebre "Annunziata", ma saranno solo leggende.



A 15 anni entrò nelle Clarisse nel convento di Basicò, dopo l'improvvisa morte del padre che era in giro d'affari in Sardegna ed anche dopo aver vinto le resistenze delle monache spaventate dai fratelli che minacciavano d'incendiare il convento stesso in caso di accoglimento della congiunta.

In clausura viveva sempre in penitenza animata da amore profondo alla povertà del vivere portandola a scontri con le altre consorelle figlie di aristocratici del tempo vincolate ai privilegi.

In quel luogo ebbe grosse disillusioni perché Lei pretendeva una vita intensa spirituale in contrasto con la poco disci-

plina morale vigente.

Allora cominciò a chiedere soldi ad uno zio ricco per fondare a Messina il Monastero di Montevergine che alla sua morte contava 50 suore.

Un fatto importante che avviene da allora è che ogni anno nel giorno dedicato a Lei vengono tagliati le unghie ed i capelli che crescono normalmente.

Si racconta che lo spirito della Santa avvertiva le suore della prossima morte della stessa, parecchie settimane prima dell'avvento.

Da secoli è stata considerata la Santa dei messinesi che Le hanno manifestato grossa devozione. ■

## Santa EUSTOCHIA

**Nacque a Messina nel 1434, si dice che servì da modella per Antonello da Messina**





## Accrescere la fiducia nelle **VACCINAZIONI** parliamo di **esitazione**



Tra i motivi di scarsa adesione alle vaccinazioni gioca un ruolo determinante l'esitazione vaccinale, che viene definita come "un comportamento, influenzato da una serie di fattori che includono problemi di fiducia (es. uno scarso livello di fiducia nei vaccini o in chi li somministra), noncuranza (es. una mancata percezione del rischio o del valore dei vaccini), e accessibilità (es. mancanza

di un facile accesso alle vaccinazioni). Le persone che esitano a vaccinarsi costituiscono una popolazione eterogenea che presenta vari gradi di indecisione rispetto a specifici vaccini o alla vaccinazione in generale. Secondo statistiche italiane l'80- 90% della popolazione risulta accettare tutte le vaccinazioni, contro 5-10% che ritarda o rifiuta specificatamente solo alcune vaccinazioni, la restante percentuale invece, rifiuta completamente tutte le vaccinazioni.

L' European Centre for Disease Prevention and Control (ECDC) fornisce consigli pratici su come affrontare ed identificare l'esitazione vaccinale per i responsabili dei programmi di sanità pubblica (RPSP) e dei comunicatori che operano nei servizi vaccinali. I determinanti di esitazione vaccinale possono essere: Determinanti contestuali che includono i fattori storici, sociali, culturali, ambientali, economici, politici e istituzionali e che influiscono sulle scelte vaccinali nella popolazione (ad esempio la paura che i vaccini siano introdotti per contribuire agli interessi economici e/o politici delle case farmaceutiche, e dei governi). Determinanti individuali e di gruppo includono percezioni personali o convinzioni riguardo i vaccini e influenze derivanti dall'ambiente sociale. Il determinante più comune è la convinzione che i vaccini non siano sicuri, che possano causare malattie ed effetti collaterali gravi, che il loro effetto a lungo termine sia sconosciuto, che i rischi siano maggiori dei

benefici, e che contengano componenti pericolosi. Anche il livello di istruzione materna risulta essere associato alla vaccinazione, infatti maggiore è il grado di istruzione della madre, maggiore è la probabilità che i figli non siano vaccinati. Dai dati italiani, l'adesione a forme di medicina alternativa e omeopatia risulta essere tra le più importanti motivazioni di rifiuto delle vaccinazioni.

Suggerimenti e raccomandazioni per i responsabili dei programmi di sanità pubblica su come affrontare l'esitazione vaccinale e rafforzare la fiducia nella vaccinazione

Migliorare la comunicazione e l'informazione, ascoltare, acquisire conoscenze sui determinanti dell'esitazione vaccinale nel proprio contesto professionale. Sono necessari interventi a livello individuale, infatti i responsabili dei programmi di sanità pubblica possono acquisire informazioni riguardo percezioni, attitudini, conoscenze e comportamenti nonché condurre ricerche formative attraverso focus o interviste ai rappresentanti delle comunità esitanti. Può risultare anche utile monitorare social media e siti di gruppi e comunità che rappresentano il punto di vista di esitanti o scettici rispetto alla vaccinazione. Quest'ultimo approccio permette di monitorare costantemente e identificare precocemente potenziali cambiamenti nelle convinzioni e l'eventuale sviluppo di nuovi determinanti del rifiuto vaccinale. Adattare gli interventi ai determinanti di esitazione come: \*la chiamata attiva, nella cui lettera, informativa, sia già presente la data in cui effettuare la vaccinazione; \*campagne informative avviate nelle scuole; \*interventi logistici come ridurre i costi o migliorare l'accesso estendendo gli orari di apertura o organizzando sedute vaccinali in punti strategici in grado di venire incontro alle esigenze dei genitori. Coinvolgere le popolazioni esitanti nella pianificazione e nella definizione degli interventi.

Affrontare l'esitazione vaccinale tra gli operatori sanitari Lo studio qualitativo sull'esitazione mostra che ci sono operatori sanitari che sono loro stessi esitanti e nutrono preoccupazioni nei confronti della vaccinazione. Le interviste condotte in Croazia, Francia, Grecia e Romania hanno mostrato che sebbene gli operatori intervistati fossero consapevoli dei benefici della vaccinazione molti di loro nutrivano alcune preoccupazioni sui rischi derivati da questa. Pertanto risulta determinante nel programma di implementazione delle vaccinazioni:

- A) Essere trasparenti: assicurarsi che l'informazione sulle politiche vaccinali, le autorizzazioni e i controlli di qualità siano disponibili al pubblico;
- B) Supportare gli operatori sanitari tramite programmi di formazione sulla comunicazione e strumenti specificatamente mirati all'esitazione;
- C) Strutturare gli interventi attorno all'empowerment (Responsabilizzazione e coinvolgimento). Gli esperti consigliano di non criticare gli esitanti, ma piuttosto di coinvolgerli e renderli in grado di porre domande ai propri operatori sanitari di riferimento e di fornire loro informazioni chiare e facili da comprendere per una scelta consapevole e partecipata
- D) Ammettere errori ed effetti collaterali.

L'European Centre for Disease Prevention and Control Risulta invita ad identificare i determinanti di esitazione nei programmi nazionali di vaccinazione, sia nei pazienti che negli operatori sanitari, cercando di sviluppare strategie che si adattino ad affrontare tali determinanti nello specifico contesto sociale, culturale, politico ed economico.





## di blasi

# L'IACP vende!



La LAM (Lega Antidroga Messinese) nasce nel 1983, sull'onda emotiva che il fenomeno della tossicodipendenza suscitava in Città, con le sue tragedie correlate, i decessi per overdose, le famiglie rovinare, l' AIDS, con l'intento di recuperare alla vita i giovani con problemi di dipendenza e fare attività di prevenzione fra i ragazzi delle scuole. A fondarla un gruppo di volontari composto da Franco Providenti, primo presidente, Aldo Di Blasi, Carmelo Di Pietro, Annamaria Garufi, Enzo Colavecchio, Marisa Genovese, Gianni Majolino, Salvo Bertolami, Lalla Lombardi, Gabriella Oliveri, padre Francesco Giofrè, Attilio Camaioni, Ninni Stillone Valentini, Angela Seminara, Onofrio Cucinotta, Concettina Saitta, Angelo Ruggeri, Pino Panta, Peppino Trifiletti, Marco Bertolani, Mario Albano, Angelo Libetti Giovinazzi, Maria Concetta Barbaro, Agata Bertuccio, Nicola Fazio, Cettina Bozzo, Graziella Squeri e tanti altri che, nel tempo, si sono avvicinati all'associazione. Persone direttamente o indirettamente coinvolte nella dipendenza, talvolta in situazioni di disagio acuto o che lo avevano già affrontato e superato. Un patrimonio di esperienze, alla ricerca di un minimo comune denominatore di solidarietà che potesse valorizzare le potenzialità di ciascuno nell'affrancarsi. La prima sede fu presso il Consiglio del IX Quartiere S. Leone all'ex Gasometro, poi nel 1984 l'Istituto Case Popolari, presieduto allora dal dott. Antonio D'Arrigo, persona molto sensibile ai problemi sociali, concesse in affitto i locali sul Viale Giostra, isolato 483, ove era ubicato il dismesso Centro Antitracomatoso della Provincia. Nel 1985 sorse la Cooperativa Sociale LAM 85, per gestire un Centro Diurno convenzionato con l'USL, su terreno donato dall'Ing. Marino a Faro Superiore, ove i ragazzi presi in carico praticavano sport, attività colloquiali e l'ergoterapia, seguivano corsi per conseguire un diploma, coordinati da operatori, assistenti sociali, psicologi, insegnanti. Purtroppo si è stati costretti a chiudere il Centro per impossibilità a sostenere le spese e gli oneri sociali sempre più gravosi. Dal 1994 è presidente della LAM il dott.

Aldo Di Blasi, già componente della Consulta Regionale per le Tossicodipendenze dell'Assessorato Regionale alla Sanità e presidente dell'Istituzione dei Servizi sociali del Comune di Messina. Tra le varie attività realizzate negli anni, oltre a iniziative di sensibilizzazione e corsi di formazione per volontari e sulla sicurezza del lavoro, conferenze e seminari pubblici sulla legalità, assieme alle Forze dell'Ordine, interventi nelle scuole per informazione e prevenzione, interventi di ascolto mobile con camper nei luoghi cittadini più a rischio di spaccio, attività di consulenza e sostegno nel Carcere di Messina con propri operatori, di promozione di attività di salvaguardia dell'ambiente e di ecologia. La LAM accoglie tuttora in affidamento persone inviate dall'Ufficio Esecuzione Penale Esterna per attività riparativa in favore della collettività. All'interno della LAM operano il gruppo CAT - Centro Alcolisti in Trattamento e anti ludopatie, condotto dal dott. Salvo Bertolami e gli operatori coordinati da Antonio Farinella, che si occupano dell'attività di accoglienza a persone con problemi di dipendenza (droghe, alcool, ludopatie, internet, cyberbullismo e patologie correlate) e dei colloqui di orientamento ad un programma comunitario e di supporto alle famiglie con incontri settimanali per guidarle e sostenerle prima, durante e dopo la comunità; di collaborazione con ASP, SerD, DSM. Ancora, di attività di segretariato sociale, attività di progettazione e ricerca sociale, formazione per addetti a primo soccorso, percorsi di formazione e progetti di reinserimento lavorativo. Nei locali della Lega è funzionante una biblioteca, intitolata alla prof.ssa "Ninni Stillone Valentini", riconosciuta dalla Regione Siciliana, aperta alla pubblica fruizione, con numerosi volumi sia specialistici che di saggistica e letteratura, consultabili da operatori, studenti, docenti, studiosi, ecc. In Lega sono offerte consulenze e assistenza di medicina legale previdenziale, assicurativa, del lavoro, di Patronato. La LAM è presente attivamente con propri rappresentanti nei Comitati Consultivi dell'ASP, dell'Azienda Ospedaliera Papardo, dell'IRCCS Neurolesi, del Policlinico, per dare voce ai bisogni e alle lamentele dei Cittadini. Aderisce al CESV di Messina e alla Rete Civica per la Salute istituita dalla Regione. La LAM ha un proprio sito web, realizzato in collaborazione col CESV: Lega antidroga e Disagi Messinese-Odv-ETS.

Il prossimo obiettivo prefissato è quello di sensibilizzare l'ASP, il Comune, la Città Metropolitana, la Regione, per la concessione di Villa Greco, oggi in colpevole abbandono, che molti anni fa la LAM aveva ottenuto per affidarla alla gestione della Comunità Incontro di Don Gelmini, al fine di ricrearvi una nuova Comunità, di cui la Città Metropolitana ha impellente bisogno. La gestione della LAM è basata tutta sul volontariato ed economicamente si regge, per le spese di affitto, luce, acqua, Tari, ecc, sulle donazioni volontarie dei Soci, con enormi difficoltà. Ora una brutta tegola rischia di abbattersi sul futuro della Lega: L'IACP ha pubblicato un bando con cui mette in vendita circa un centinaio di botteghe in tutta Messina, fra cui anche quella di Viale Giostra che ospita la LAM. La sensibilità che la Presidenza dell'Istituto ha dimostrato nel 1984 è venuta meno: oggi bisogna fare cassa a tutti i costi, ignorando qualsiasi motivazione sociale, umanitaria, civica. La stessa logica per cui l'AUSL di Messina ha sfrattato dopo 25 anni di attività Don Gelmini da Villa Greco; la stessa logica per cui il nostro servizio sanitario nazionale si sta dissolvendo: gli amministratori aziendali non hanno cuore né sentimenti, devono tagliare, risparmiare, recuperare soldi e dimostrare di essere efficaci nel raggiungere gli obiettivi. Che senso ha, a un'Associazione di Volontariato, che non percepisce contributi da nessun Ente, pubblico o privato, che non è messa nelle condizioni di attingere a finanziamenti con progetti a fini sociali, che non è mai stata presa in considerazione in occasione di affidamenti di beni sottratti alla mafia, comunicare, quasi a voler ridimensionare il danno che si sta perpetrando, che ha il diritto di prelazione? Dove dovrebbe trovare la LAM i 69.000,00 euro che l'IACP richiede come base d'asta? Ma chi ritengono di prendere in giro? Non si rendono conto che stanno prendendo in giro i Cittadini di Messina, in particolare quelli che dell'opera della LAM hanno fruito o potrebbero fruire, le persone disagiate che ricorrono ai servizi di volontariato sociale. ■



## LETTERA a un giovane COLLEGA

"Curare Amando Amare Curando"



Caro giovane collega,

da tempo volevo scriverti.

Ti penso spesso. Nei tuoi affanni, nelle tue speranze, nella tua voglia di emergere. Mi rivedo. Con la barba nera. Ora, lei, la barba si è imbiancata. Sono diverso eppure uguale. Giovane eppure anziano. La stessa voglia di essere medico, di aiutare gli altri. Ma...il nostro lavoro spesso non è carità, anzi...

Carrierismo, budget da sostenere, burocrazia onnipotente. Fino a divenire amministrativi, operatori finanziari, merce allo stato puro. Perdiamo la capacità di vivere la nostra professione in libertà. Fino a non vivere il paziente, a non guardarlo... Convinti dell'onnipotenza di una TAC di ultima generazione, di un ecografo stellare che fanno diagnosi senza noi... Le mani inoperose, i fondi poco più che ferraglia, gli occhi, spenti, spenti come non mai. Forse saprai di me e della mia Associazione: la Terra di Gesù.

L'incontro con il Signore, un pellegrinaggio a Gerusalemme e... un cambio di

passo. Io, cardiologo, spesso ritenuto gentile, garbato divento motore di carità. Nasce un ospedale in Africa e uno studio alla Stazione che prima cura i senzatetto, poi i messinesi poveri, poi i loro figli. Dando loro cure specialistiche, farmaci, beni per la prima infanzia, cibo...

E poi una casa famiglia dedicata agli ammalati di strada, agli ultimi.. Da solo, mi dirai? No, il cuore della città mi gira intorno. Prima centinaia, ora migliaia. Amano Terra di Gesù. Il bene che semina bene. Contagioso come solo il Bene sa essere. Perché siamo del Bene.

E noi medici obbediamo alla stessa legge... Anzi, forse... Amo dire che il medico della stazione, il medico dei poveri è medico due volte. Perché ama del suo lavoro l'idea di bellezza, del dono, della gratuità assoluta.

Ho visto colleghi cambiare dalla povertà in poi... I loro occhi, il loro sentire... Amano, e come tutti coloro che amano, non chiedono niente in cambio. Questa, caro giovane collega, è l'anima del nostro lavoro. Non chiedere al paziente quanti soldi ha in tasca, se ha un'assicurazione, se ha una tessera sanitaria.

Curare amando.  
Amare curando.

Cresci, matura, imbianca la tua barba ma tieniti bello, puro, speranzoso... Ama la medicina, ma ama di più le persone che curerai...

Un abbraccio forte

Francesco Certo ■

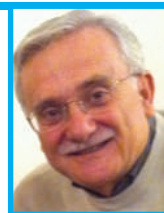


aricò

L'articolo 32 della Costituzione Italiana recita "La tutela della salute è un diritto fondamentale dell'individuo e interesse della collettività" "Il Legislatore sensibile ai reali bisogni dell'individuo con la legge 3 agosto 2001, n. 317 modifica la denominazione da Ministero della Sanità a Ministero della "Salute". La nuova denominazione rispecchia la nuova missione svolta dal ministero in linea con il concetto espresso dall'Organizzazione mondiale della sanità che definisce la salute: " Una condizione non più di assenza di malattia ma di completo benessere fisico, mentale e sociale". Il benessere è considerato un diritto e, come tale, si pone alla base di tutti gli altri diritti fondamentali che spettano agli esseri umani. Non solo, il benessere psicofisico è anche un obiettivo che ognuno di noi cerca di raggiungere in molti ambiti della propria vita: quello lavorativo, familiare, domestico, alimentare, sanitario, e non ultimo quello individuale. Le relazioni tra gli individui, insieme ad una buona alimentazione (Omega 3, Fibre e carni bianche), attività fisica e pensiero positivo contribuiscono ad un regolare equilibrio psico-fisico. Ruolo importante in questa prospettiva possono assumere quelle aggregazioni sane (circoli, associazioni, società sportive, gruppi di spiritualità e gruppi d'interesse) che permettono all'individuo di dialogare con sé stesso, con il mondo e con il trascendente. Nelle mie esperienze associative (educativa, sportiva e culturale) ho sempre dialogato con le persone e con loro ho sempre cercato di vivere esperienze positive che hanno forgiato il mio carattere e che mi hanno fatto diventare l'uomo che ora sono (padre di famiglia, professionista, buon amico e organizzatore di eventi). La mia associazione si è sempre caratterizzata dalla vita all'aria aperta con l'obiettivo di avvicinare il maggior numero di persone alla pratica del camminare come strumento di benessere psicofisico e di conoscenza del territorio, sia dal punto di vista naturalistico che culturale. Anche i corsi di introduzione alla montagna hanno rivestito un ruolo importante specialmente per gli ambienti naturali diversi dal solito, definiti ambienti "inospitali" come canyon, grotte, vulcani, pareti, scogliere, foreste. Escursioni in ambiente innevato con valenza anche didattica visti come rispetto della natura soprattutto in aree estremamente fragili che vanno conosciuti e protetti, il tutto con l'obiettivo della sicurezza che diventa prioritario per non mettere a rischio la propria incolumità. In questa attività all'aria aperta ho cercato un quindi novità che potesse coinvolgere persone diverse con interessi diversi. E così oltre la scoperta del territorio montano con i classici trekking di montagna abbiamo messo su iniziative che, pur nel solco della tradizione, si sono rivelate nel tempo elemento di curiosità. Trekking Notturmi che non sono altro che passeggiate sotto la luna o alla luce delle torce alla ricerca dei colori del buio o dei suoni della notte. Oppure la scoperta dei Casali di Messina, (Castanea, Gesso, Cumia, San Filippo, Salice ecc) che ci hanno permesso di approfondire le nostre radici storiche. Anche la storia della città è stata vissuta con un piglio dinamico con la realizzazione di trekking urbani. Uno dei temi è stato la ricerca di donne famose che nel corso dei secoli hanno lasciato un'impronta e con il progetto "Orma" abbiamo rivissuto le storie e camminato sulle strade non più esistenti che probabilmente hanno calcato personaggi come Costanza D'Altavilla, Eleonora D'Angiò, Dina e Clarenza, Jacopa Pollicino, Francesca Cybo, Annamaria Arduino fino alla poetessa Maria Costa. Altri temi sono stati gli Omicidi Eccellenti o gli Attentati che nel corso della storia di Messina hanno lasciato nel tessuto urbano una flebile traccia. E ancora l'invenzione del "Cu c'è c'è" occasioni di incontri fugaci dove si sperimentano dal punto organolettico momenti di aggregazione. In pratica ogni componente del gruppo tramite Whats App può lanciare un messaggio con la formula: "La Compagnia del Cu C'è C'è alla ricerca degli usi e delle tradizioni ormai dimenticate ti invita alle ore tot presso tot a.." È stata l'occasione per sperimentare e fare classifiche di gradevolezza delle diverse Granite caffè con panna, riassaggiare la mitica Limonata al sale, piluccare le Mostarde nel periodo autunnale, riscaldarsi le mani con le Caldarroste, assaggiare il "fumoso" Tajone, raccogliere i Corbezzoli (Briacheddri), vedersi al Muricello per le Panelle o al panificio Masino per la Colomba con i capperi, assaggiare l'Arancino all'Anduja, la Carne di Cavallo a Catania, i Biscotti di S. Martino, la ricotta Salentina e il riso con il Melograno. Tutte occasioni che ci hanno fatto incontrare per lo spazio necessario per celebrare il "rito" pagano che da soli forse non avremmo fatto. È diventato un gioco che a cadenza quindicinale o mensile ci vede protagonisti nella ricerca di qualcosa di nuovo, originale o dimenticato che ci permette di trascorrere in armonia e serenità momenti conviviali. Non sono mancati i Tour enogastronomici e culturali (Seminara, Mammola, Forza d'Agrò, San Marco d'Alunzio, Noto...). Non mancano gli incontri in sede dal nome estroso, HappyRecola: momenti di intrattenimento culturale con temi che spaziano dalla musica all'attualità, dalla recensione di libri alle passioni delle attività artigianali, da racconti di vita ai misteri della storia. Il tutto che culmina con happening culinari ogni volta diversi. E ancora tanto altro. Attività che suggellano rapporti di amicizia con la condivisione di esperienze e che cercano in taluni casi di dare risposte ai tanti che vivono il male del secolo, lo Spleen (il male di vivere) sono quelle persone che lamentano umore depresso, perdita di interesse ed incapacità di provare piacere. ■

## Associazionismo: gioia di VIVERE





## Un'inedita raffigurazione OTTOCENTESCA della Chiesa di Santa Maria di Gesù Superiore

Una carta topografica, anteriore al sisma del 1908, con la raffigurazione della chiesa di Santa Maria di Gesù superiore di contrada Ritiro, è un rinvenimento importante, forse un *unicum*. Si tratta di un disegno a inchiostro di china ed acquerello giunto dal mercato antiquario, datato 1895 e firmato dall'ingegnere Giuseppe Pugliatti (1875-1957). La carta misura cm. 33 X 26 e delinea, in scala 1:3000, il territorio in cui le fiumare Badiazza e San Michele convergono nella fiumara Giostra con il dettaglio delle alture, delle valli, delle strade e del reticolo dei sentieri che si snodano sulle pendici collinari. La mappa, che raffigura l'impianto della chiesa e il convento con i caseggiati dipendenti prima del sisma del 1908, si pone come significativo riferimento allorché si procederà agli scavi per portare alla luce le tracce delle fondazioni del monastero dei frati dell'Osservanza francescana e del più antico impianto dei cosiddetti Bagnicelli, fondati su preesistenti *publica balnearia* di epoca romana: indagini archeologiche, auspicate da decenni, anche dalle Istituzioni, ma mai realizzate.

La pianta delinea la villa Arenaprimo, la villa Sterio, i caseggiati delle contrade Cavaliere e San Paolo, il ponte sulla fiumara Giostra, il ponticello sulla fiumara Badiazza, la fornace Gentiluomo, la *gebbia* ad uso dell'ospedale di vasti accumuli di terra, rappresentativi della scarsa cura dell'alveo, che certamente hanno favorito le esondazioni. Si nota, a sinistra, presso il margine della strada, una cappelletta e una piccola area cimiteriale di cui si è persa la memoria e che potrebbe rimandare ai seppellimenti fatti durante l'epidemia di colera del 1887, causa di 2300 di morti in città, un centinaio nei casali di San Michele, Scala, Ritiro, che rese necessario lo scavo di piccoli cimiteri rurali. Il sito archeologico del plesso monastico ha radici antiche. Si colloca lungo la traccia viaria sulla dorsale di scavalco, di epoca preromana, delle prime pendici collinari verso il versante tirrenico. Il sito era noto, ancora agli inizi del secolo scorso, per le acque calde e solforose utilizzate dagli artigiani locali per la lavorazione del cuoio.

La presenza di un *balneum* di età romana fu segnalata da Placido Reina (1600 ca.-1671) autore Delle notizie storiche della città di Messina (Messina 1658). Lo storico vi descrive un antico edificio con molti sedili uguali l'uno accanto all'altro murati in cerchio ciascuno di essi come in una nicchia presso cui scorrevano delle acque salutari.

Anche il filologo olandese Johann Georg Graevius (1632-1703), latinizzato Graevius nella sua monumentale opera *Thesaurus antiquitatum et historiarum Siciliae*, (Leida 1723), collettanea sulla storia della Sicilia redatta in latino ad uso degli studiosi di ogni parte d'Europa, si sofferma sui *balnea peloritani*, vulgo *balneola*, trascrivendo la versione del Reina.

L'argomento è ripreso da Antonino Mongitore (1663-1743) autore *Della Sicilia Ricercata nelle sue cose memorabili* (Palermo 1743). Nel capitolo XIV il filologo palermitano svolge il tema De' Bagni ed Acque minerali in cui dedica trenta pagine ai bagni salutariferi dell'isola annoverando, per il Valdemone, tre sorgenti termali: quelle di Ali sulla costa ionica, quelle di Castoreale sulla costa tirrenica e dei Bagnicelli di Ritiro in cui le acque sono descritte con un *odore di zolfo e altra materia minerale*.

Giuseppe Grosso Cacopardo (1789-1858) nella *Guida per la città di Mes-*



G. Pugliatti,  
*La Chiesa e il Convento  
di S. Maria di Gesù Superiore,  
in contrada Ritiro, china e  
acquerello, Messina 1895*



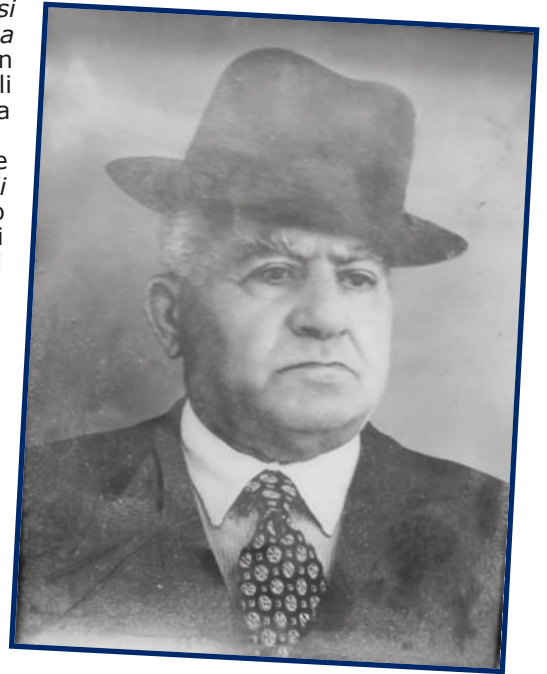
sina (Messina 1841) narra che in un fondo attiguo alla chiesa si vedono i ruderi d'un antico edificio che serviva di bagno pubblico a causa di acque termali. Lo storico segnala il rinvenimento di un antico rilievo marmoreo raffigurante tre fanciulle, una delle quali con un vaso versa acqua sul capo di un'altra mentre una terza la raccoglie in un bacile.

Nel 1897 Gaetano La Corte (1874-1933) scrive in un suo breve saggio, *La Chiesa di S. Maria di Gesù Superiore ed una statua di Antonello Gagino* (Messina 1897), come ai suoi tempi fossero ancora visibili nella contrada Ritiro avanzi delle antiche terme, di mura che per un vasto spazio del terreno costituivano l'edifici e di un serbatoio in cui si immettevano tre acquedotti. Lo storico spiega come il bassorilievo di marmo venne rinvenuto innanzi un ingresso interrato, nella circostanza in cui si tentò pochi anni sono uno scavo e che i ruderi erano stati completamente sepolti dall'alluvione del 1831.

Riguardo le la chiesa e il convento dei francescani dell'Ordine degli Osservanti, il sito ha avuto tre fondazioni. La prima agli inizi del XIII secolo da parte di religiosi carmelitani giunti dalla Palestina. Nel 1425 chiesa e monastero vennero acquisiti dai frati mendicanti che subentrarono alle monache carmelitane. Nei tempi successivi il complesso conventuale fu più volte oggetto di restauri e rifacimenti per la fatiscenza delle strutture e le alluvioni. Nondimeno i frati si prodigarono ad ampliare e abbellire chiesa e convento che, nella circostanza del colera del 1743, fu in parte adibito a lazzaretto. Ulteriori rovine vi furono nei terremoti del 1783 e nella esondazione della fiumara nel 1831. Il primitivo e oramai fatiscente impianto quattrocentesco venne distrutto nell'alluvione del 1855 (forse assieme al sepolcro di Antonello da Messina che si ritiene sia stato lì seppellito). Chiesa e convento vennero ricostruiti (seconda fondazione) ma un'alluvione nel 1863 ne provocò la completa rovina. Gli edifici religiosi furono ricostruiti (terza fondazione) sugli stessi spazi interrati dei precedenti, ripetendone la planimetria ma ad un livello più alto. Il grande refettorio del convento venne trasformato in chiesa e questa ornata con marmi e frammenti architettonici provenienti dalla chiesa camilliana dei Crociferi dismessa per le leggi del 7 luglio 1866. Gli edifici furono danneggiati nel sisma del 1894 e fu questa la circostanza che forse spinse l'ingegnere Pugliatti a delineare la mappa. L'ultima, definitiva rovina del complesso religioso avvenne nel terremoto del 1908. Una semplice chiesa in legno fu subito eretta tra il convento e l'argine del torrente. L'edificio religioso baraccato fu fatto parrocchia nel 1921. Nel 1934 si eresse la nuova chiesa che mantenne il titolo devozionale di quella antica, in un terreno donato dal barone Marullo di Condojanni, sulla sponda opposta della fiumara, sede a tutt'oggi del secolare culto.

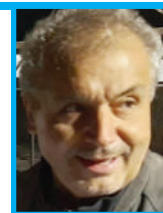
Nel 1989, durante i lavori per la realizzazione della strada vennero alla luce i resti del complesso conventuale. Nella circostanza la Soprintendenza di Messina effettuò una campagna di scavi che portarono alla luce un locale di sepoltura con sedili colatoi, il porticato del chiostro, un antico pavimento in cotto, un largo pozzo, fregi e reperti marmorei che vennero avviati alla custodia presso il museo regionale. Da quell'evento – sono trascorsi quasi trentacinque anni – nulla è stato fatto per il recupero del palinsesto archeologico anche a soli fini esplorativi. Nel frattempo la cura del vasto complesso è stata gestita dai volontari della Fondazione Antonello da Messina. Si auspica pertanto che il ritrovamento della mappa realizzata da Giuseppe Pugliatti nel 1895 possa contribuire a sollecitare un fattivo interesse per l'area archeologica.

P.S.: Il testo lo si potrà leggere in una versione più ampia, compendiata da note e bibliografia in *Messina Medica.it* ■



Giuseppe Pugliatti,  
ritratto fotografico,  
1940 ca.

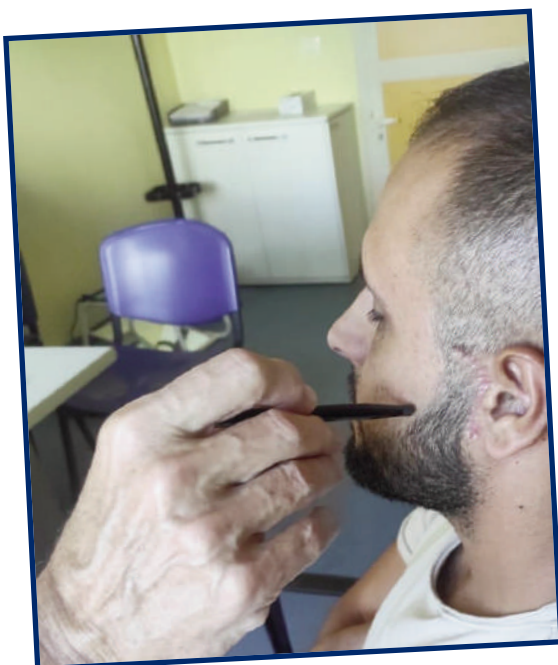




## FISIOTERAPISTI dal 2023 al 2024



*La raccolta dati durante un esercizio; sotto, la proposta di un esercizio neurocognitivo per una lesione del 7nc*



La Fisioterapia è una scienza giovane ed ancora di più l'Ordine dei Fisioterapisti (Ofi) e della relativa Federazione (Fnofi) nati solo l'8 settembre 2022.

In Italia sono 70.000 i fisioterapisti che quotidianamente intervengono, con competenza e passione, sia in tutti i reparti degli ospedali, dalle Terapie intensive alle degenze post-acute, che nelle strutture residenziali e diurne per disabili e per anziani, negli ambulatori pubblici e privati, nelle cure domiciliari garantendo la continuità assistenziale dall'ospedale al territorio, in una continuità terapeutica che segue il cittadino che ha bisogno dello specifico intervento.

Quanto rimane nella memoria comune di quell'operatore che si prodigava, solo con le sue mani, attorno agli esiti di una frattura, può essere la base del professionista attuale, che in prima linea affronta le problematiche fisioterapiche di soggetti critici, collaborando pienamente con tutto il team che oggi ruota attorno alla persona ammalata.

Cosa resta del fornello (forno alla Bier), moderna termoterapia dei primi del XX° secolo, oggi dove le tecnologie sviluppate permettono di usare anche il calore in fasci laser o quello freddo del trasferimento energetico

capacitivo resistivo (Tecar).

Aggiungiamo le novità legate al prolungamento della vita media ed alla possibilità di sopravvivenza a malattie gravissime, quindi la fisioterapia è presente nelle Case della Comunità, negli Ospedali di Comunità, negli Hospice.

Acquisiamo la disponibilità di tecnologie assistive a basso costo. Per cui ausili, ortesi, protesi ed adattamenti ambientali possono rendere più autonoma la persona e più accessibile l'ambiente.

Abbiamo il nuovo campo della ricerca anche utilizzando nuove tecnologie, come analisi strumentali del movimento, robotica, realtà virtuale, telemedicina.

Approfondiamo lo studio delle scienze di base dalla biologia alla fisiologia, dalla istologia alla bioingegneria, che ci hanno portato a meglio conoscere il funzionamento delle complesse attività del corpo vivente e di come esso sia pronto a cercare o apprendere adattamenti e strategie per il buon funzionamento.

Un recente rapporto di Oms Europa (<https://www.who.int/europe/publications/i/item/9789289058506>) stima che in Italia 27 milioni di persone abbiano bisogno di riabilitazione; di questi, il 61% per disturbi muscolo-scheletrici, l'8,6% per disturbi neurologici, il 6,5% per malattie cardio-respiratorie. La fisioterapia, in questi come in altri ambiti, pianifica, attua e verifica programmi di valutazione, prevenzione, cura, riabilitazione, abilitazione, palliazione di disabilità transitorie, persistenti o progressive ([https://aifi.net/wp-content/uploads/2017/03/Policy-StatementAIFI-2A-ModelliOrganizzativi-approvato-in-DN-05.03.2017.docx\\_.pdf](https://aifi.net/wp-content/uploads/2017/03/Policy-StatementAIFI-2A-ModelliOrganizzativi-approvato-in-DN-05.03.2017.docx_.pdf)).

Sfide complesse che mettono in crisi la struttura di assistenza territoriale che spesso soffre di carenze di organico e di accentrato di servizi.

I quadri demografici ed epidemiologici sono profondamente

cambiati rispetto agli anni passati e richiedono risposte ai bisogni di salute della popolazione, diverse rispetto a quelle fino ad ora offerte.

Per affrontare queste sfide molteplici sono le specializzazioni cresciute negli anni, anche grazie alla spinta propulsiva dei Gruppi e Network di Interesse specialistico (Gis/Nis) dell'Aifi, e di altre realtà come Arir, Airm e Sif, vivaci associazioni tecnico scientifiche dello specifico disciplinare.

I professionisti devono essere in grado di individuare per ogni persona, profili di cura cui rispondere con proposte adattate ai bisogni di appropriatezza e di necessario contenimento della spesa, che intercetti i bisogni dei disabili e dei malati cronici per rendere la persona più autonoma possibile ma anche per tessere la rete di sostegno sempre necessaria e mai scontata.

La presenza di polipatologie richiede professionisti che sappiano collegare alte competenze specifiche con una visione multisistemica; che sappiano lavorare non solo sulla persona ma anche con la persona e assieme ad altri professionisti, che non sempre sono dello stesso mondo della salute. E tutti devono promuovere la capacità delle persone di prendersi cura di se stesse, condividendo i percorsi di cura con sanitari e care-giver.

Un tale processo di mutamento necessita che siano riviste le conoscenze e le competenze necessarie a sostenere questa evoluzione.

Recentemente pensando alla Fisioterapia sempre accanto alle persone si è lanciato lo slogan della "Fisioterapia in tutti i luoghi di vita" ed anche a Messina sono state proposte delle attività di prevenzione come i trekking urbani, monitorizzando i partecipanti, oppure dei progetti di tipo ludico/ricreativo per far interagire bambini ed anziani, affinché i primi apprendano dai secondi, ed i secondi siano motivati a mantenere le proprie performance motorie ed a trasmettere le proprie competenze.

Anche la ricerca scientifica vede i fisioterapisti molto impegnati con un incremento iperbolico della produzione scientifica diretta e per la partecipazione a studi e trial clinici farmacologici. Molto del nostro sapere è solo una buona pratica, le conoscenze legate allo sviluppo della fisioterapia nella seconda metà del secolo scorso non hanno avuto il giusto risalto nella letteratura scientifica internazionale, oggi l'impegno è di sostenere questo sapere, questo fare. Il saper fare, soprattutto il rigore nel valutare il movimento ci vede coinvolti come valutatori clinici in importanti studi sperimentali su nuovi farmaci e nuove terapie.

Chissà ... ma anche il mondo accademico dovrebbe dare spazio alla scienza della Fisioterapia che oltre a meritare uno specifico settore scientifico disciplinare meriterebbe di far crescere la comunità accademica di fisioterapisti dalle poche unità attuali attingendo a quanti hanno già acquisito l'Abilitazione Scientifica Nazionale, i PhD o si distinguono ogni giorno sul campo della ricerca in fisioterapia.

Dal 2023 passeremo al 2024, il tempo passa ed ogni giorno in Fisioterapia come in Medicina ci sforzeremo a dare la risposta giusta al momento giusto alla persona ammalata, alla famiglia ed ai care giver che sono accanto, alla società ed alla scienza. ■



*Il poster a Bologna di Abakainon Tripi; sotto, il presidente di Aifi Simone Cecchetto che apre ISC2023 BO*



la salute tra pensieri e aforismi

*speciale a cura  
di Vittorio Nicita Mauro*



# La salute tra pensieri e aforismi







### **prefazioni di Giacomo Caudo e Giuseppe Ruggeri**

## **PREFAZIONE**

### ***Dal papiro allo smartphone, la saggezza senza tempo***

*Con grande piacere pubblichiamo su "Messina medica" il volumetto curato dal prof. Vittorio Nicita Mauro dal titolo "La salute tra pensieri e aforismi". Ormai da anni l'illustre docente dell'Università di Messina ha abituato la nostra comunità medica a leggere, sul nostro giornale cartaceo e online, con particolare curiosità, interesse e spirito di apprendimento, le massime scritte da grandi pensatori e uomini, dall'antichità ai giorni nostri, comprese quelle firmate dallo stesso Nicita Mauro, che da alunno fuoriclasse è diventato un apprezzato maestro, in grado di plasmare le parole e trasformarle in perle di saggezza.*

*Oggi viviamo in un mondo accelerato, dove tutto si consuma alla velocità della luce: dunque assume ancora più significato il potersi fermarsi a riflettere sui valori della professione medica, sull'importanza della salute e della nostra mission quotidiana, che deve essere sempre accompagnata e vegliata dai profondi e originali messaggi che intellettuali, filosofi, scrittori, artisti ci hanno tramandato nel corso dei millenni, capaci di risplendere in tutte le epoche, testimoni di sapienza ed erudizione. Dal papiro allo smartphone, il sapere della vita, il giudizio, l'esperienza non invecchiano, semmai si adattano al presente e si adeguano alle circostanze contemporanee, rimanendo fervida e indispensabile guida per un cammino lavorativo e personale migliore e luminoso.*

*Giacomo Caudo  
Presidente OMCEO Messina*



### PREFAZIONE

*"La cosa strana non è la malattia quanto piuttosto il prodigio della salute" questa frase, attribuita al filosofo tedesco Hans Georg Gadamer la durata della cui vita, eppure, superò il secolo, è solo uno dei tanti aforismi raccolti da Vittorio Nicita Mauro nell'agile volumetto "La salute tra pensieri e aforismi", che volentieri ho letto e di cui mi onoro scrivere queste poche righe introduttive.*

*Frase-emblema, si deve in certo senso dire, di un'originale pubblicazione che raccoglie, com'è nello spirito di ogni aforismario che si rispetti, la sapienza e la cultura universale al fine di far vivere meglio, se non bene, chi ne è destinatario. Impresa non facile, in cui il nostro Professore geriatra di vaglia che ci ha arricchito negli anni dei suoi preziosi "decaloghi" del sano e lungo vivere, è da sempre impegnato e che ama immemorabilmente distillare mediante le sue non comuni capacità empatiche e divulgative.*

*Lo ricordo fin dai banchi universitari quando, iscritto alla specializzazione d'igiene e sanità pubblica, ne seguivo le lezioni di epidemiologia delle malattie cronico-degenerative. Lezioni che mi hanno trasmesso lo spaccato di una società post-moderna la quale, al culmine dei luminosi progressi biotecnologici conseguiti, combatte gli stati morbosi derivanti proprio dall'allungamento della vita media conseguente a tali progressi.*

*Ma il pensiero alla salute di Nicita Mauro non si ferma al dato scientifico, al criptico nozionismo riservato agli addetti ai lavori, il che apparrebbe del tutto antipodico rispetto alla sua visione dell'esistenza la quale è soprattutto multicentrica e policulturale. Così egli, in questa sua opera, riesce a mettere insieme alcune centinaia di pensieri provenienti dalla più disparata congerie d'ingegni d'ogni nazione e secolo, a cominciare dai grandi medici dell'antichità (Ippocrate, Galeno, Avicenna) fino ai nostri giorni (Freud, Fromm, Andreoli tra gli altri).*

*Non solo i medici, tuttavia, sono i protagonisti di questo aforismario, vi trovano posto pure romanzieri del calibro di Tolstoj, Dostoevskij, Prevert e il sommo poeta Novalis. E poi i sapienti d'ogni tempo come Buddha e Confucio e, immancabilmente, il nostro immenso Leonardo.*

*Tutti insieme appassionatamente, a raccontarci la vita vissuta con gli occhi di chi ha una marcia in più e non esita a ingranarla per ricondurre gli stolti verso la retta via perché, al di là del pessimismo che fa dire a Bufalino "capita a volte di sentirsi per un momento felici. Non fatevi cogliere dal panico: è questione di un attimo e passa" bisogna pur riconoscere, con Hector Berlioz che "il tempo è un grande maestro. Peccato che uccida tutti i suoi allievi".*

*Che fare, dunque? Cercando, per quanto possibile, di aggiungere vita agli anni non trascurare di allungare il pur sempre breve arco temporale di permanenza su questo pianeta di cui, mutuando il grande Leonardo Sciascia, certo "ci ricorderemo". Attraverso un saggio impiego delle nostre forze ma, specialmente, un continuo riadattamento delle nostre abitudini in base all'età e alle diverse esigenze e contingenze che ci si rappresentano. "Durante la vita" spiega proprio l'Autore in uno dei cinquanta aforismi da lui stesso coniatati "una persona deve fare esperienza di più cose possibili ma, diventata anziana, deve cercare di fare uso soltanto delle cose buone".*

*E cosa buona e giusta (aggiungo io) è di certo leggere con attenzione queste pagine per dare un colore ai nostri giorni. Il colore della saggezza.*

Giuseppe Ruggeri

Vicepresidente Associazione Medici Scrittori Italiani

### Pensieri e aforismi di autori vari (in ordine alfabetico)

Le cose più importanti per essere felici in questa vita sono l'avere qualcosa da fare, qualcosa da amare e qualcosa in cui sperare.

Joseph Addison, scrittore e politico inglese, 1672-1719

\*

Il modo in cui lo spirito è unito al corpo non può essere compreso dall'uomo, e tuttavia in questa unione consiste l'uomo.

Agostino d'Ippona (Sant'Agostino), filosofo e santo della Chiesa Cattolica, 354 – 430

\*

Donare i propri organi è un gesto sacro. È trasformare la propria morte in vita per la salvezza degli altri. E, per chi ha ricevuto questo dono, è portare con sé, nel corpo e nella mente, il suo salvatore, con amore e riconoscenza.

Francesco Alberoni, sociologo e scrittore italiano

\*

L'intelligenza umana per mettersi in moto e costruire meravigliosi strumenti concettuali e materiali per i più diversi fini ha bisogno di mete, motivazioni, ideali, speranze, sogni.

Francesco Alberoni

\*

Il cervello fornisce le sensazioni dell'udire, del vedere e dell'odorare, dalle quali poi nascono la memoria e il giudizio e da queste sensazioni, una volta posate, altresì la sapienza.

Alcmeone di Crotona, medico e filosofo, V sec. a.C

\*

Un uomo che osserva il mondo a cinquanta anni allo stesso modo in cui l'ha fatto a venti, ha sprecato trenta anni della sua vita.

Muhammad Ali (già Cassius Clay), pugile statunitense, 1942- 2016

\*

Non è che ho paura di morire. È che non vorrei essere lì quando questo succede.

Woody Allen, regista e attore statunitense, premio Oscar

\*

Oggi tutto è stato buttato dentro la depressione e depressione si coniuga necessariamente a anti-depressivo. La tristezza sembra non esistere più, non far parte dei nostri sentimenti. Tutto è ansietà e depressione. La vita dei sentimenti si è impoverita e ormai per essere certi di non avere una prescrizione di psicofarmaci bisogna non avvertire più niente, essere sentimentalmente vuoti.

Vittorino Andreoli, psichiatra

\*

La fragilità è un valore umano. Non sono affatto le dimostrazioni di forza a farci crescere, ma le nostre mille fragilità: tracce sincere della nostra umanità.



Fedor Dostoevskij



Piero Angela

Piero Angela, giornalista e divulgatore scientifico, 1928 - 2022

\*

La salute è uno stato precario che non promette niente di buono.

Anonimo

\*

La salute è un dono facile da perdere, difficile da conservare, difficilissimo da recuperare. Un dono affidato alla cura di ciascuno, prima che al suo medico, da difendere giorno per giorno.

Anonimo

\*

L'ansia è come una sedia dondolo: sei sempre in movimento, ma non avanzi di un passo.

Anonimo

\*

La depressione è vivere, in un corpo che combatte per sopravvivere, con una mente che cerca di morire.

Anonimo

\*

Gli amori platonici hanno un grande pregio: niente ansia di prestazione, ma anche un grande difetto: niente prestazione.

Anonimo

\*

Le ferite dei vincitori guariscono prima delle ferite dei vinti.

Anonimo medico militare dell'Antica Grecia

\*

Il tempo è importante. Trova il tempo per pensare: è la fonte del potere. Trova il tempo per lavorare: è il prezzo del successo. Trova il tempo per leggere: è il fondamento della saggezza. Trova il tempo per l'amicizia: è la strada della felicità. Trova il tempo per ridere: è la musica dell'anima.

Vittorino Andreoli

\*

Le droghe sono le maschere che gli adolescenti usano perché non si piacciono, con le droghe l'adolescente si percepisce diverso.

Vittorino Andreoli

\*

La vita comincia ogni mattina: bisogna vivere ogni giorno come se fosse il primo e l'ultimo. Il primo perché non bisogna mai perdere l'entusiasmo e la fiducia nel futuro, l'ultimo perché potrebbe esserlo veramente. E allora è giusto assaporare con intelligenza ogni attimo godendo profondamente delle soddisfazioni fisiche e spirituali che ci vengono offerte.

Trova il tempo per sognare: è attaccare il tuo carro ad una stella. Trova il tempo per amare ed essere amato: è il privilegio degli dei.

Antica preghiera irlandese

\*

L'amore è la sola limitazione di libertà che ci dà forza.

Louis Aragon, poeta e scrittore francese, 1897-1982

\*

Il sonno serve per preservare la vita.

Aristotele, filosofo greco, 384 - 322 a.C.

\*

Non sono le cose che danneggiano la salute, ma la quantità delle cose. La moderazione è garanzia di lunga vita, come pure l'arte di lasciarsi prendere per mano dalla natura.

Avicenna, medico persiano, 980-1037

\*

Un medico ignorante è l'aiutante di campo della morte.

Avicenna

\*

La sigaretta è un tubicino che ha a una estremità una brace e all'altra un aspirante suicida.

Honoré de Balzac, scrittore francese, 1799-1850

\*

La vita è un libro pieno di domande e le risposte si possono trovare soltanto attraverso l'esperienza maturata con gli anni.

Sergio Bambarén, scrittore australiano di origine peruviana

\*

Ogni occasione per essere felici va colta con tutto l'entusiasmo che si ha in corpo. Non sprecare la vita è un concetto in cui credo. Significa sfruttare al massimo il tempo che abbiamo.

Sammy Basso, giovane di 27 anni affetto da progeria (nato 1.12.1995)

\*

La dieta più idonea è quella che non fa aumentare di peso: non c'è miglior dietologo della bilancia.

Pio Bastai, clinico medico, 1888 - 1975

\*

Proteggere l'ambiente è una questione che riguarda tutti noi. Non possiamo pretendere di essere sani in un pianeta malato.

Jorge Mario Bergoglio, Papa Francesco

\*

Essere felici è riconoscere che vale la pena vivere la vita, nonostante tutte le sfide, incomprensioni e periodi di crisi. Essere felici non è una fatalità del destino, ma una conquista per coloro che sono in grado di viaggiare dentro il proprio essere.

Jorge Mario Bergoglio, Papa Francesco

\*

La famiglia rappresenta il luogo dell'incontro, della condivisione, dell'uscire da sé stessi per accogliere l'altro e stargli vicino: la famiglia è il primo luogo dove si impara ad amare.

Jorge Mario Bergoglio, Papa Francesco

\*

Il tempo è un grande maestro. Peccato che uccida tutti i suoi allievi.

Hector Berlioz, musicista francese, 1803 - 1869

\*

Oggi dopo un lungo periodo di mal di testa, nausea, vertigini, mi sono svegliato con una preoccupante sensazione di benessere. Anche la salute ha le sue ricadute.

Romano Bertola, scrittore e compositore italiano, 1936-2017

\*

Fortunato quel marito che ha una donna gentile: avrà lunga vita.

Bibbia, Siracide

\*

L'amore ha questa natura, quanti più si ama, tanto più si



Giovanni Boccaccio

desidera amare.

Giovanni Boccaccio, scrittore italiano, 1313-1375

\*

Dicono che una persona ha bisogno soltanto di tre cose per essere felice: qualcuno d'amare, qualcosa da fare e qualcosa in cui sperare.

Tom Bodett, personaggio radiofonico statunitense

\*

Il cervello, mentre pensiamo, si modifica.

Daniel Bovet, biochimico, premio Nobel per la Medicina, 1907-1992

\*

Sforzarsi di raggiungere l'eccellenza ti motiva, sforzarsi di raggiungere la perfezione è demoralizzante.

Harriet Braiker, psicologa e scrittrice statunitense, 1948-2004

\*

La cosa più difficile nella vita? Essere se stessi. E avere carattere a sufficienza per restarlo.

Georges Brassens, cantautore, poeta e attore francese, 1921 - 1981

\*

Il segreto della salute fisica e mentale non sta nel lamentarsi del passato, né nel preoccuparsi del futuro ma nel vivere il momento presente con saggezza e serietà. La vita può aver luogo solo nel momento presente. Se lo perdiamo, perdiamo la vita.

Gautama Buddha, religioso e filosofo indiano, 566-486 a.C

\*

Coloro che non esercitarono la disciplina, che in gioventù non fecero tesoro, giacciono in vecchiaia come archi spezzati, rimpiangendo il passato.

Gautama Buddha

\*

Capita a volte di sentirsi per un momento felici. Non fatevi cogliere dal panico: è questione di un attimo e passa.

Gesualdo Bufalino, scrittore italiano, 1920 - 1996

\*

Chi lotta contro di noi ci rinforza lo spirito e stimola l'ingegno: il nostro avversario non fa che aiutarci.

Edmund Burke, politico e scrittore britannico, 1729-1797

\*

L'essere umano, opera prima della creazione, ci mostra in ogni cellula un'incognita ed in ogni battito vitale un motivo di profonda meditazione.

Santiago Ramon y Cajal, istologo spagnolo, Premio Nobel 1906 per la Medicina, 1852-1934

\*

L'uomo malato, pressato dal dolore, dalla paura, dall'istinto di conservazione ed oggi ancor più dalla preoccupazione pratica dell'attività interrotta, si rivolge al medico come ad un salvatore e chiede aiuto con tutte le sue forze. Il medico deve svolgere la sua opera di soccorso facendo appello alla propria educazione etica e tecnica, al proprio spirito di sacrificio e di carità. I rapporti tra medico ed ammalato, per essere efficienti, debbono essere rapporti umani nel senso più compiuto del termine: poiché, se purtroppo non sempre noi riusciamo a guarire, possiamo però sempre consolare e lenire la sofferenza dei nostri simili.

Domenico Campanacci, clinico medico, 1898-1986

\*

La colecisti racconta la sua storia in termini gastrici.

Antonio Cardarelli, clinico medico, 1831-1927

\*

Ogni essere umano nasce unico, diverso da qualsiasi altra persona che sia mai nata o mai nascerà in futuro. Un uomo, uno stampo, un piccolo frammento di cosmo.

Frank Capra, regista italiano naturalizzato statunitense, 1897-1991

\*

In ogni attività, in ogni lavoro, è salutare di tanto in tanto mettere un punto interrogativo su acquisizioni che abbiamo sempre dato per scontate.

Gianrico Carofiglio, scrittore

\*

Il dolore è un campanello di allarme che avverte l'anima di un pericolo imminente.

Cartesio, filosofo e matematico francese, 1596-1650

\*

Il fine della conoscenza è guidare la mente verso giudizi sicuri e veri su tutto ciò che ad essa si presenta.

Cartesio

\*

Occorre tempo per restare soli, in silenzio, e dimorare nelle domande. Se non facciamo mai questo lavoro rischiamo di vivere alla superficie, senza essere consapevoli, senza riuscire a leggere la nostra vita e a misurarla nelle sue attese e nei suoi fallimenti.

Diego Celi, chirurgo e scrittore

\*

Si sa che più farmaci si assumono in contemporanea più esiste il rischio di effetti collaterali. La polifarmacoterapia è certo una delle conquiste dei tempi moderni, ma va comunque attentamente prescritta e sorvegliata.

Alberto Cester, geriatra

\*

Nella nostra vita c'è un solo colore che dona senso all'arte e alla vita. Il colore dell'amore.

Marc Chagall, pittore russo naturalizzato francese, 1887-1985

\*

Tutta la vita corre inevitabilmente verso la sua fine, è nostro compito colorarla con i colori della speranza e dell'amore.

Marc Chagall

\*

I sei migliori medici del mondo: sole, riposo, allenamento, dieta alimentare, autostima, amici. Tienili in tutte le fasi della tua vita e goditi una vita sana.

Charlie Chaplin, attore e regista inglese, premio Oscar 1929, 1972. - 1889- 1977

\*

Le passioni fanno vivere l'uomo, la saggezza lo fa soltanto vivere a lungo.

Nicolas de Chamfort, scrittore francese, 1741-1794

\*

I malanni fisici sono le tasse applicate a questa vita disastrosa, alcuni vengono tassati di più e altri meno, ma tutti dobbiamo pagare qualcosa.

Gilbert Keith Chesterton, scrittore e giornalista inglese, 1874-1936

\*

Il buon umore è la salute dell'anima, la tristezza è il suo veleno.

Lord Chesterfield, politico inglese e scrittore, 1694-1773

\*

Una mela al giorno toglie il medico di turno. Basta avere una buona mira.

Winston Churchill, politico e storico, 1874 - 1965

\*

La buona salute è più cara a coloro che sono guariti da grave malattia, che non a coloro che mai sono caduti infermi.



Marco Tullio Cicerone, scrittore e uomo politico romano, 106 - 43 a.C.

\*

Nessuno è tanto vecchio da non sperare di vivere ancora un anno né alcuno tanto giovane da essere sicuro di vivere ancora un giorno.

Marco Tullio Cicerone

\*

La Medicina non è una scienza esatta, mentre ci piacerebbe avere risposte certe riguardo la nostra salute. Ciononostante la Medicina si arricchisce ogni giorno di nuove conoscenze che, opportunamente trasferite alla clinica, si rivelano quasi sempre un passo avanti per la salute dell'umanità.

Daniele Coen, medico d'urgenza

\*

I farmaci nelle mani del medico sono come i colori nelle mani del pittore: sono sempre gli stessi e uguali per tutti; ma se chi li usa ha il dono dell'arte e dell'esperienza farà dei capolavori, se ha soltanto l'approssimazione e l'improvvisazione del dilettante non farà altro che "croste".

Luigi Condorelli

\*

Per essere un buon medico bisogna disporre di un sesto senso che è il buon senso.

Luigi Condorelli

\*

Un medico per esercitare correttamente la professione

deve essere dotato di un senso in più, il senso pratico.

Luigi Condorelli

\*

La vecchiaia dell'individuo è la vittoria dell'organismo su tutte le insidie ambientali che ne minacciano la validità e l'esistenza, contrastandogli il raggiungimento dei limiti di vita dalla natura assegnati a ciascuna specie.

Luigi Condorelli

\*

Non esiste una strada verso la felicità. La felicità è la strada.

Confucio, filosofo cinese, 551 - 479 a.C.

\*

Si hanno due vite. La seconda comincia il giorno in cui ci si rende conto che non se ne ha che una.

Confucio



Confucio

\*

Solo chi comprende il nuovo attraverso un'attenta analisi di quanto è già noto può considerarsi maestro.

Confucio

\*

Un sorriso e una parola di conforto, nati entro una relazione di cura costruita su rigore e competenza professionale. Questo chiede al curante ogni malato. Il sorriso però è sporadico su visi segnati dall'amarezza di una professione fatta di controllo di costi e appalti aziendali. La parola di conforto arriva di rado pur non costando nulla.

Paolo Cornaglia Ferraris, medico e scrittore

\*

L'autostima non si costruisce con feste e bei vestiti ma nei momenti difficili della vita.

Paolo Crepet, psichiatra e scrittore

\*

Sii gentile con il tuo corpo, in modo che la tua anima provi piacere ad abitarvi.

Santa Teresa d'Avila, religiosa spagnola, 1515-1582

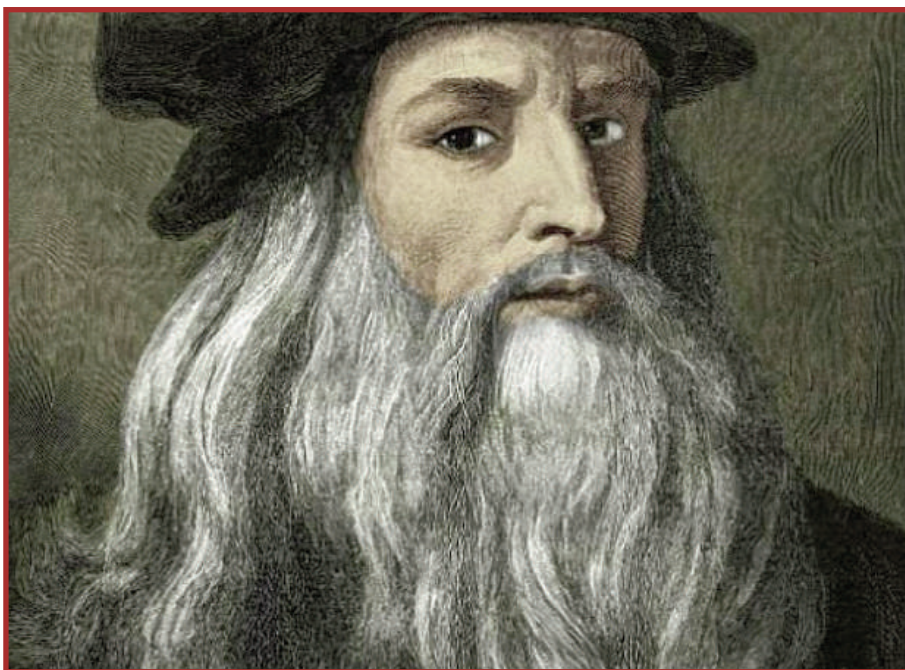
\*

L'uomo passa la metà della sua vita a rovinarsi la salute e la seconda metà alla ricerca di guarire.

Leonardo da Vinci, pittore e scienziato, 1452-1519

\*

Siccome il mangiare senza voglia fa dannoso alla salute, così lo studio senza desiderio guasta la



Leonardo da Vinci

memoria e no' ritiene cosa ch'ella pigli.

Leonardo da Vinci

\*

Siccome una giornata bene spesa dà lieto dormire, così una vita bene usata dà lieto morire.

Leonardo da Vinci

\*

Il guaio del primo capello bianco è che contagia gli altri.

Ramon Gomez de la Serna, scrittore spagnolo, 1888-1963

\*

Come la ginnastica serve a formare corpi agili e muscoli vigorosi, così la dialettica contribuisce ad affinare lo spirito e a renderlo pronto.

Pico della Mirandola, filosofo, 1463-1494

\*

Gli uomini invocano la salute dagli dèi con le preghiere, e non sanno ch'essa è in loro potere; ma siccome per intemperanza operano contro d'essa, sono essi stessi che tradiscono la propria salute a causa delle passioni.

Democrito, filosofo greco, 460- 360 a.C.

\*

Nell'ansia del raggiungimento del benessere immediato, che l'ha indotto a modificare l'ambiente circostante per renderlo a lui più congeniale, l'uomo non ha previsto gli effetti negativi, anche sulla salute, di tali modifiche dell'ambiente, effetti le cui conseguenze si sarebbero rivelate solo a distanza e quando avessero raggiunto, come hanno raggiunto oggi, certi livelli critici, certe drammatiche soglie d'allarme.

Fernando De Ritis, clinico medico, 1911 - 1985

\*

L'amore non consiste nel guardarsi negli occhi, ma nel guardare insieme dinanzi a sé nella stessa direzione.

Antoine de Saint Exupéry, scrittore e aviatore francese, 1900-1944

\*

La televisione è l'unico sonnifero che si somministra attraverso gli occhi.

Vittorio de Sica, attore e regista, 1901 -1974

\*

Quando non puoi camminare veloce, cammina lento. Quando non puoi più camminare lento, cammina con il bastone. Quando non puoi più camminare con il bastone, cammina col cuore.

Madre Teresa di Calcutta, religiosa albanese, premio Nobel 1979 per la pace, 1910 - 1997

\*

L'amore è un maestro, ma bisogna saperlo conquistare, perché è difficile meritarselo; lo si ottiene a caro prezzo e con grande fatica e dopo lungo tempo, perché bisogna amare non per l'opportunità del momento, ma per tutta la vita.

Fedor Dostoevskij, scrittore e filosofo russo, 1821-1881

\*

Non è detto che una sigaretta provochi il cancro, ma chi fuma molto e per lungo tempo è nella situazione di uno che si mette a comprare il maggiore numero di biglietti di una lotteria che, per premio, abbia la morte.

Renato Dulbecco, oncologo, Premio Nobel 1975 per la Medicina, 1914-2012

Renato Dulbecco

\*

Immortalità all'indietro: chi non legge, a 70 anni avrà vissuto una sola vita, la propria. Chi legge avrà vissuto 5000 anni perché c'era quando Caino uccise Abele, quando Renzo sposò Lucia, quando Leopardi ammirava l'infinito...

Umberto Eco, semiologo, filosofo e scrittore, 1932 - 2016

\*

La misura dell'intelligenza è data dalla capacità di cambiare quando è necessario.

Albert Einstein, premio Nobel per fisica, 1879-1955

\*

Ogni giorno, quello che scegli, quello che pensi e quello che fai è ciò che diventi.  
Eraclito, filosofo greco, 535 a.C. - 475 a.C.

\*

Per non assuefarsi, non rassegnarsi, non arrendersi ci vuole passione. Per vivere ci vuole passione.

Oriana Fallaci, giornalista e scrittrice, 1929-2006

\*

Viviamo tutti ma non sappiamo perché e a che scopo; viviamo tutti coll'intento di diventare felici, viviamo tutti in modo diverso eppure uguale.

Anna Frank, ebrea tedesca, 1929-1945

\*

Così come si provocano o si esagerano i dolori dando loro importanza, nello stesso modo questi scompaiono o si attenuano quando se ne distoglie l'attenzione.

Sigmund Freud, psicoanalista austriaco, 1856 - 1939

\*

I nevrotici si lamentano della loro malattia ma la sfruttano a volontà e se la si vuol togliere loro la difendono con le unghie e coi denti.

Sigmund Freud

\*

La depressione è l'assenza di ogni tipo di emozione, è un senso di morte che per il depresso è assolutamente insostenibile. È proprio l'incapacità a provare emozioni che rende la depressione così pesante da sopportare.

Erich Fromm, psicanalista tedesco, 1900 - 1980

\*

La cosa strana non è la malattia quanto piuttosto il prodigio della salute.

Hans Georg Gadamer, filosofo tedesco, 1900-2002

\*

La vecchiaia non può essere considerata una malattia, perché questa è uno stato fisico contro natura mentre la vecchiaia è una condizione naturale per eccellenza.

Galeno, medico greco, 129-201

\*

Mille ragioni non bastano a rendere falsa una esperienza vera, una esperienza vera basta a rendere false mille ragioni.

Galeno

\*

Finché porterai un sogno nel cuore, non perderai mai il senso della vita.

Mahatma Gandhi, politico e filosofo indiano, 1869 - 1951

\*

La felicità è quando ciò che pensi, ciò che dici e ciò che fai sono in armonia.

Mahatma Gandhi

\*

Vivi come se dovessi morire domani e impara come se dovessi vivere in eterno.

Mahatma Gandhi

\*

In medicina fidarsi sino a un certo punto: il dubbio è stimolo, è riflessione.

Silvio Garattini, scienziato e farmacologo

\*

La medicina spesso non si prende cura del paziente quando non può più guarire; in tal modo è specchio della società utilitaristica ed egoistica in cui vive.

Silvio Garattini

\*

In conseguenza dell'avanzare dell'età i vari organi e apparati sono sottoposti a modificazioni morfologiche e funzionali indotte in parte dall' "usura", in parte dalla lunga "esposizione" ai danni esogeni.

Giovanni Gasbarrini, clinico medico emerito

\*

La salute è tutto, purché ci sia il resto.

Roberto Gervaso, scrittore

\*

La solitudine ci dà il piacere d'una grande compagnia: la nostra.

Roberto Gervaso

\*

La vita è eterna solo per chi soffre.

Roberto Gervaso

\*

Le anime più forti sono quelle temperate dalla sofferenza. I caratteri più solidi sono cosparsi di cicatrici.  
Kahlil Gibran, poeta e filosofo libanese, 1883 -1931

\*

Il cervello è l'unico organo il cui valore cresce con l'età, poiché accumula esperienza.

Paul Glees, neurologo inglese, 1909-1999

\*

La salute è il primo fattore di libertà. Le nostre possibilità di pensare e di scegliere, di aspettare o di agire, di muoversi e di amare, dipendono prima di tutto dalle nostre condizioni fisiche, che condizionano poi quelle psichiche e i rapporti con gli altri.

Alessandra Graziottin, ginecologa



*Roberto Gervaso*



Herman Hesse

\*

Quello che mi ha sorpreso di più negli uomini dell'Occidente è che perdono la salute per fare i soldi e poi perdono i soldi per cercare di recuperare la salute.

Tenzin Gyatso (XIV Dalai Lama), monaco tibetano, premio Nobel 1989 per la pace

\*

Il nostro compito quali esseri umani consiste nel compiere, all'interno della nostra propria, unica, personale esistenza, un passo in avanti sulla strada che dalla bestia porta all'uomo.

Hermann Hesse, scrittore tedesco, premio Nobel 1946 per la letteratura, 1877-1962

\*

La felicità è amore, nient'altro. Felice è chi sa amare. Amore è ogni moto della nostra anima in cui essa sente se stessa e percepisca la propria

vita. Felice è dunque chi sa amare molto. Ma amare e desiderare non è la stessa cosa. L'amore è desiderio divenuto saggezza; l'amore non vuole possedere: vuole soltanto amare.

Hermann Hesse

\*

L'eccessivo valore che diamo ai minuti, la fretta, che sta alla base del nostro vivere, è senza dubbio il peggior nemico del benessere.

Hermann Hesse

\*

Il medico inferiore cura le malattie completamente manifeste. Il medico mediocre cura le malattie incombenti. Il medico superiore le previene!

Huang Ti, Imperatore Giallo, 2698-2599 a.C.

\*

I 40 anni sono l'età avanzata della giovinezza, i 50 anni sono la giovinezza dell'età avanzata.

Victor Hugo, scrittore francese, 1802-1885

\*

Guardaci, o Signore dalla smania di voler fare troppo; dall'eccessivo entusiasmo per le novità e dal disprezzo per ciò che è vecchio; dall'anteporre le nozioni alla saggezza, la scienza all'arte e l'intelligenza al buon senso; dal trattare i pazienti come casi e dal rendere la cura più penosa della stessa malattia.

Sir Robert Hutchison, medico inglese, 1871-1960

\*

La medicina ha fatto così tanti progressi che ormai più nessuno è sano.

Aldous Huxley, scrittore inglese, 1894-1963

\*

Dal cervello derivano tutti i nostri piaceri, le nostre gioie, il nostro riso e lo scherzo, come pure i nostri dispiaceri, i dolori, le angosce e le lacrime... Io dico che il cervello è il più potente organo del corpo umano.

Ippocrate, medico greco, 460-370 a.C.

\*

I grassi difficilmente diventano vecchi e, se lo diventano. la loro sarà una vecchiaia di sofferenze.

Ippocrate

\*

Il guaio, con i medici di oggi, è che essi separano l'anima dal corpo, non rendendosi cioè conto che corpo e psiche sono una cosa sola.

Ippocrate

\*

Il medico saggio deve essere esperto tanto nel prescrivere un rimedio quanto nel non prescrivere nulla.

Ippocrate

\*

Il più grande errore nel trattamento delle malattie è che ci sono medici per il corpo e medici per l'anima, anche se le due cose non dovrebbero essere separate.

Ippocrate

\*

In generale, tutte le parti del corpo che hanno una funzione, se vengono usate con moderazione e utilizzate nei lavori a cui sono abituate, mediante queste attività diventano sane, bene sviluppate e invecchiano lentamente; ma se non vengono utilizzate e vengono lasciate impigrire, sono soggette a malattia, non crescono e invecchiano rapidamente.

Ippocrate

\*

Quando due dolori si verificano insieme, ma non nello stesso posto, il più violento oscura l'altro.

Ippocrate

\*

Se puoi guarisci, se questo non ti è possibile cerca almeno di sedare il dolore.

Ippocrate

\*

Il nostro tempo è limitato, per cui non lo dobbiamo sprecare vivendo la vita di qualcun altro. Non facciamoci intrappolare dai dogmi, che vuol dire vivere seguendo i risultati del pensiero di altre persone. Non lasciamo che il rumore delle opinioni altrui offuschi la nostra voce interiore.

Steve Jobs, imprenditore e informatico statunitense, 1955-2011

\*

La vita è come una cipolla: la si sfoglia piangendo.

Erica Jong, scrittrice statunitense

\*

Il mare è come la musica, risveglia i sogni dal profondo dell'anima.

Carl Gustav Jung, psicoanalista svizzero, 1875-1961

\*

Il viaggio più difficile di un essere umano è quello che conduce dentro sé stesso alla scoperta di chi veramente è.

Carl Gustav Jung

\*

Scrivere una ricetta è facile, parlare con un sofferente è molto più difficile.

Franz Kafka, scrittore austro-ungarico, 1883-1924

\*

La tolleranza è una condizione mentale necessaria per la civiltà.

Sir Arthur Keith, anatomista e antropologo inglese, 1866 - 1955

\*

La ricerca va intesa come strumento di conoscenza e non come oggetto di competizione e strumento di potere.

Rita Levi Montalcini, scienziata italiana, premio Nobel 1985 per la Medicina, 1909 - 2012

\*

Nella vita non bisogna mai rassegnarsi, arrendersi alla mediocrità, bensì uscire da quella "zona grigia" in cui tutto è abitudine e rassegnazione passiva.

Rita Levi Montalcini

\*

Se non riesci a ricordare dove hai messo le chiavi, non pensare subito all'Alzheimer, inizia invece a preoccuparti se non riesci a ricordare a cosa servono le chiavi.

Rita Levi Montalcini

\*

La scelta di un giovane dipende dalla sua inclinazione, ma anche dalla fortuna di incontrare un grande maestro.

Rita Levi Montalcini

\*

Non esistono condizioni ideali in cui scrivere, studiare, lavorare o riflettere, ma è solo la volontà, la passione e la testardaggine a spingere un uomo a perseguire il proprio progetto.

Konrad Lorenz, etologo austriaco, premio Nobel per la Medicina e la Fisiologia 1973, 1903-1989

\*

Non avere timore delle grandi responsabilità che derivano dalla tua professione. Le maligne insinuazioni del pubblico non riusciranno mai a macchiare la nostra nobile arte e coloro che la professano.

Alessandro Knips Macoppe, medico, 1662-1744

\*

Signore, fa' che la mia mente sia sempre limpida e illuminata al letto del paziente, fa' che nessun pensiero estraneo mi distraiga. L'erudizione e l'esperienza mi siano sempre di guida e il mio lavoro sia sempre sereno.

Preghiera del medico di Mosè Maimonide, medico e filosofo spagnolo, 1135-1204

\*

Che cos'è esattamente un pensiero? Non ha un peso. Appare effimero e ineffabile. Non si crede-



rebbe mai che abbia forma, o odore, o si sostanzia in qualsivoglia modo. I pensieri sembrano una sorta di portentosa magia. Certamente i pensieri sono il risultato più sorprendente e ineludibile dell'attività incessante del cervello che costituisce il nostro organo più straordinario.

Giulio Maira, neurochirurgo

\*

Vivere è di tutti, vivere bene di pochi, vivere con scienza e conoscenza di pochissimi.

Paolo Mantegazza, fisiologo e scrittore, 1831-1910

\*

Il danno genetico è il fiammifero che accende il fuoco del cancro ma l'infiammazione è la benzina che alimenta le fiamme.

Alberto Mantovani, patologo generale e immunologo

\*

Ci sono due grazie divine, di cui è priva la maggioranza degli uomini e di cui essi non apprezzano il valore: la salute e il tempo libero.

Maometto, fondatore della religione islamica, 570-632

\*

La salute è un buon parametro per misurare il progresso sociale ed economico. Quando una società è fiorente anche la salute tende a fiorire, quando una società presenta grandi diseguaglianze sociali ed economiche anche la salute presenta grandi disuguaglianze.

Michael Marmot, epidemiologo inglese

\*

La medicina sta cambiando con l'avvento di una medicina nuova definita la medicina "delle quattro p": personalizzata, preventiva, predittiva e partecipativa. Personalizzata perché ogni individuo è unico con caratteristiche proprie. Preventiva e predittiva nel senso che ciascuno potrà conoscere la propria eredità genetica, capire come assecondarla o contrastarla sapendo a quali malattie è più suscettibile. Infine partecipativa: ogni individuo sarà consapevole della propria storia medica e non sarà più soltanto il medico curante a detenere e comprendere appieno tutte le informazioni disponibili.

Gianvito Martino, neurologo, docente di biologia applicata

\*

La vita non è vivere, ma vivere in buona salute.

Marco Valerio Marziale, poeta romano, 40-104

\*



*Sergio Mattarella*

Gli anziani sono esempio e patrimonio straordinario: la qualità del nostro modello sociale dipende anche da come gestiremo diritti e servizi per loro.

Sergio Mattarella, Presidente della Repubblica Italiana

\*

La scienza ci offre l'arma più forte contro il Covid-19, prevalendo su ignoranza e pregiudizi. Vaccinarsi è una scelta di responsabilità, un dovere. Tanto più per chi opera a contatto con i malati e le persone più fragili. Io lo farò non appena possibile.

Sergio Mattarella

\*

La vecchiaia, che oggi rappresenta un inutile peso per la comunità, diverrà una fase produttiva per la comunità stessa. Quando l'uomo non perderà più la memoria e la vitalità dell'intelletto, egli metterà la sua lunga esperienza al servizio della società.

Elya Metchnikoff, biologo russo, premio Nobel 1908 per la medicina, 1845-1916

\*

Mettere in discussione se stessi è il modo migliore per capire gli altri.

Michelangelo, pittore, scultore e poeta italiano, 1475 - 1564

\*

La vecchiaia è un'astuta trovata per rendere più disponibili alla dipartita.

Alessandro Morandotti, scrittore italiano, 1909-1979

\*

Bisogna sfregare il proprio cervello con quello degli altri per stimolare la riflessione.

Michel de Montaigne, filosofo e scrittore francese, 1533 - 1592

\*

Una buona dose di umorismo al giorno ci aiuta a vedere la vita da un'angolazione diversa. Ridere è un ottimo antidepressivo perché strappa la nostra coscienza dall'usuale direzione in cui si è

incanalata, aprendoci ad altri mondi.

Raffaele Morelli, psichiatra e direttore rivista Riza

\*

Se sei triste e vorresti morire pensa a chi è triste perché vorrebbe vivere e invece sa di dover morire.

Jim Morrison, cantautore e poeta statunitense, 1943-1971

\*

Ricordatevi che con la medicina vi siete assunta la responsabilità di una sublime missione. Perseverate, con Dio nel cuore, con amore

e pietà per i derelitti, con fede e con entusiasmo, sordo alle lodi e alle critiche, tetragono all'in-



Jim Morrison

vidia, disposto solo al bene.

San Giuseppe Moscati, medico italiano, 1880 - 1927

\*

In medicina un pericolo grandissimo è di fare la cura del sintoma. Infatti il sintoma è l'espressione d'un disordine e noi possiamo sopprimerlo senza che per questo il disordine sia soppresso: anzi talora il disordine s'aggrava mentre si attenua il fenomeno che lo rivelava.

Augusto Murri, clinico medico, 1841 - 1932

\*

Il segreto per riuscire nell'esercizio della medicina non sta tanto nell'acquisizione di un gran sapere né nell'aver veduto un gran numero di malati. Queste sono due condizioni utilissime ma il più essenziale sta nel loro intermedio ossia nella facoltà di applicare le nozioni acquisite ad ogni singolo caso. Conoscere è ben diverso dal riconoscere e in clinica si deve soprattutto riconoscere.

Augusto Murri

\*

Nella vita di un medico che studia e cerca di perfezionarsi ogni anno che passa lascia una maggiore perizia nei giudizi diagnostici. Ma su me ho provato ancora che ogni anno m'insegna a riconoscere il difficile dove prima credevo di aver trovato il facile.

Augusto Murri

\*

Se potete curare, curate; se non potete curare, calmate; se non potete calmare, consolate.

Augusto Murri

\*

Il chirurgo di fronte all'anziano da operare non deve lasciarsi influenzare negativamente dall'età anagrafica, ma deve soprattutto sapere ben valutare l'età biologica.

Salvatore Navarra, chirurgo, 1921-2006

\*

Lentamente muore chi abbandona un progetto prima di iniziarlo, chi non fa domande sugli argomenti che non conosce, chi non risponde quando gli chiedono qualcosa che conosce.

Pablo Neruda, poeta cileno, Premio Nobel per la letteratura nel 1971, 1904-1973

\*

Il sesso è una trappola della natura per evitare l'estinzione.

Friedrich Nietzsche, filosofo e scrittore tedesco 1844-1900

\*

Le malattie, specialmente le lunghe malattie, sono anni di apprendistato dell'arte della vita e della formazione dello spirito.

Friedrich Novalis, poeta tedesco, 1772-1801

\*

Mentre stiamo parlando il tempo invidioso sarà già fuggito. Cogli l'attimo, confidando il meno possibile nel domani.

Orazio, poeta romano, 65 a.C. - 8 a. C.

\*

Per vivere sani e diventare longevi bisogna essere amici della serenità, lasciando che il rumore

della vita scorra su di noi come l'acqua di un fiume, senza lasciare traccia.

Oribasio, medico greco, 325 - 403

\*

È solo per mezzo dello studio assiduo ed intelligente della malattia e con un piano metodico di indagine che un medico impara gradualmente a collegare le sue lezioni giornaliere con i fatti delle precedenti esperienze sue e dei suoi colleghi ed in tal modo acquisisce la saggezza clinica.

Sir William Osler, medico canadese, 1849-1919

\*

Tutta l'arte della medicina sta nell'osservare. Osservate, memorizzate, collocate al giusto posto, comunicate. Usate i vostri cinque sensi. Imparate a vedere, imparate a udire, imparate a toccare, imparate a odorare. Non lasciate che le vostre concezioni delle malattie vengano da parole udite in aula o lette sul libro. Guardate e poi e mettete a confronto e controllate. Ma per prima cosa guardate!

Sir William Osler

\*

Si discute se la creatività sia un fenomeno essenzialmente innato o che può essere invece coltivato. È certo invece il disastro di abbandonare la consuetudine a pensare, a ragionare, ad analizzare la realtà circostante fino a realizzare quella condizione che si chiama analfabetismo funzionale.

Massimo Palleschi, geriatra

\*

Coloro che si limitano a studiare e a trattare gli effetti della malattia sono come persone che si immaginano di poter mandare via l'inverno spazzando la neve sulla soglia della loro porta. Non è la neve che causa l'inverno ma l'inverno che causa la neve.

Paracelso, medico tedesco, 1493-1541

\*

Il medico dovrebbe essere ricco di conoscenze e non solo di quelle contenute nei libri: i suoi pazienti dovrebbero essere i suoi libri.

Paracelso

\*

La realizzazione piena di una persona avviene quando i tre problemi vitali di ciascun individuo (amore, lavoro, amicizie) sono tutti risolti con armonia.

Francesco Parenti, psicanalista, 1925-1990

\*

La medicina non è solo una scienza, è anche un'arte. Non consiste nel preparare pillole e impiastri; si occupa dei concreti processi della vita, che prima di essere regolati vanno capiti.

Paracelso, medico, alchimista e astrologo svizzero, 1493 - 1541

\*

L'entusiasmo è l'elettricità della vita. L'entusiasmo è essere vivi, prendere l'iniziativa, vedere l'importanza di ciò che facciamo, dargli dignità e renderlo importante ai nostri occhi e a quelli degli altri.

Gordon Parks, fotografo, scrittore e regista statunitense, 1912-2006

\*

Non c'è miglior medico della natura: guarisce i tre quarti delle malattie e non parla mai male dei suoi colleghi.

Luigi Pasteur, microbiologo e chimico francese, 1822-1895

\*

Quando penso ad una malattia, non è per trovarvi rimedio, ma, invece, per prevenirla.

Louis Pasteur

\*

Ammiro la verità del tempo. Rivela sempre la realtà delle cose e delle persone.

Antonio Pavan, scrittore e aforista

\*

L'unica gioia al mondo è cominciare. Ed è bello vivere, perché vivere è cominciare, sempre, ad ogni istante.

Cesare Pavese, scrittore e poeta italiano, 1908 - 1950

\*

In chirurgia estetica facciale guai a strafare, significherebbe creare una finzione, una maschera senza espressione.

Ivo Pitanguy, chirurgo plastico ed estetico brasiliano, 1923-2016

\*

Non si può curare se non dopo avere osservato attentamente l'ammalato.

Giovanni Plateario il vecchio, medico della Scuola Salernitana, XI sec.

\*

È verosimile che gli uomini, nell'antichità, nonostante l'assenza di rimedi, godessero di buona salute, per la semplicità dei costumi non ancora corrotti dalla pigrizia o dalla intemperanza.

Platone, filosofo greco, 428-348 a. C.

\*

Gli occhi dello spirito non cominciano a essere penetranti che quando quelli del corpo cominciano a affievolirsi.

Platone

\*

La sedentarietà distrugge le buone condizioni di salute di qualsiasi essere umano, mentre il movimento e un metodico esercizio fisico le mantengono e le preservano.

Platone

\*

L'uomo di natura calma e serena sente appena il peso degli anni; ma per chi è di opposta natura sono un greve fardello così la giovinezza come la vecchiaia.

Platone



Platone

\*

Coloro che sognano di giorno fanno molte cose che sfuggono a chi sogna soltanto di notte.  
Edgar Allan Poe, scrittore e poeta statunitense, 1809-1849

\*

Si ha un bell'avere una salute di ferro, finisce sempre che si arrugginisce.  
Jacques Prévert, poeta francese, 1900-1977

\*

La pratica senza la teoria è cieca, come cieca è la teoria senza la pratica.  
Protagora, filosofo greco, 486-410 a.C

\*

La lettura è il rapporto fecondo di una comunicazione con il mondo in seno alla solitudine.  
Marcel Proust, scrittore francese, 1871-1922

\*

Bisogna essere sempre attivi. Quando si resta in ozio, ogni sorta di cattivi pensieri, di cattive idee penetrano nello spirito.

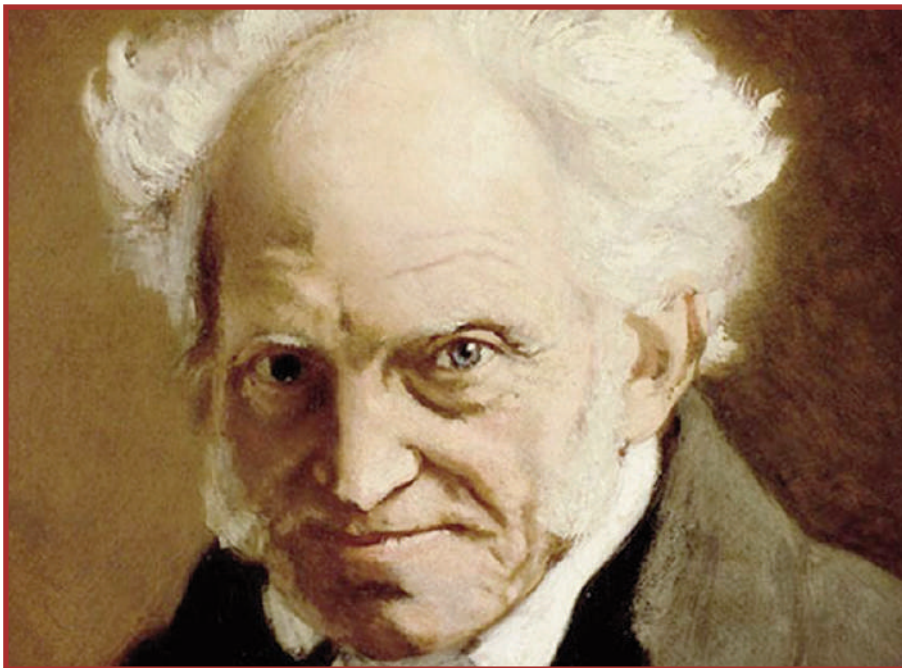
Ramakrihna, mistico indiano, 1836 - 1886

\*

In conseguenza della crisi ecologica di cui soffre il nostro pianeta gli uomini sono su un treno che va a trecento chilometri all'ora, non sanno dove li sta portando e si sono accorti che non c'è il macchinista.  
Carlo Rubbia, fisico, premio Nobel per la fisica nel 1984, senatore a vita

\*

L'etica è la pratica di riflettere su quello che decidiamo di fare e sui motivi per cui decidiamo di farlo.



Arthur Schopenhauer

Fernando Savater, filosofo e scrittore spagnolo

\*

La vita è una stoffa che i giovani vedono dal dritto, i vecchi dal rovescio.  
Camillo Sbarbaro, scrittore e poeta italiano, 1888-1967

\*

Stiamo vivendo un'avventura unica e imprevedibile nella storia dell'umanità: non invecchieranno solo i singoli individui, ma intere popolazioni.

Frank Schirrmacher, giornalista e scrittore tedesco, 1959-2014

\*

Alla serenità nulla contribuisce meno della ricchezza e nulla più della salute.  
Arthur Schopenhauer, filosofo tedesco, 1788-1860

\*

La salute non è tutto, ma senza salute tutto è niente.

Arthur Schopenhauer

\*

La salute sta tanto al di sopra di tutti i beni esteriori, che in verità un mendico sano è più felice di un re malato.

Arthur Schopenhauer

\*

La vita e i sogni sono fogli di uno stesso libro. Leggerli in ordine è vivere, sfogliarli a caso è sognare.

Arthur Schopenhauer

\*

Se la pelle dà segni di vecchiaia prima del tempo, vuol dire che tutto l'organismo è sofferente.

Scuola Medica di Alessandria di Egitto, II secolo a.C.

\*

La longevità è sempre accompagnata dalla moderazione.

Scuola medica di Asclepio, IV sec. a.C.

\*

Ricordatevi che la persona sola invecchia innanzi tempo, ricordatevi che i dispiaceri, le angosce sono i migliori alleati di una vecchiaia precoce e piena di dolori, perché la solitudine e i dispiaceri sono un veleno sottile che entra nelle ossa e toglie il desiderio di vivere.

Scuola Medica di Asclepio

\*

I carmi rendono l'animo allegro; fuggi i litigi, ama l'allegria. Spesso adornati di nuova, leggiadra veste e talvolta sia nel tuo letto un'amica generosa. Cibati pure di saporite vivande e bevi invecchiato vino; non essere indulgente alla gola e disprezza la ghiottoneria. Procura di vivere con morigeratezza e fuggi i vizi.

Scuola Medica Salernitana, XIII secolo

\*

Lo stress è qualcosa che fa vivere e che fa morire.

Hans Selye, medico austriaco-canadese, 1907-1982

\*

Chi vive nella quiete sia più operoso, chi vive nell'operosità deve trovare il tempo di riposare. Segui la natura: ella ti ricorderà che ha fatto il giorno e la notte.

Lucio Anneo Seneca, filosofo romano, 4 a.C.- 65 d.C.

\*

Nessun uomo troppo preoccupato di allungare la propria vita potrebbe vivere serenamente.

Lucio Anneo Seneca

\*

Nulla è più contrario alla guarigione che cambiare spesso rimedi.

Lucio Anneo Seneca

\*

Pensare forma e plasma la mente, dà ordine alla vita, dirige le azioni, mostra le cose che si devono e quelle che non si devono fare, siede al timone e regola la rotta tra i pericoli di un mare in tempesta. Solo nello sforzo continuo di esercitare un pensiero attivo e concreto possiamo trovare sicurezza e serenità.

Lucio Anneo Seneca

\*

Il nostro corpo è un giardino di cui è giardiniere la nostra volontà.

William Shakespeare, drammaturgo inglese, 1564-1616

\*

L' amore non guarda con gli occhi ma con l'anima.

William Shakespeare

\*

Il benessere psicofisico nasce da una armoniosa interazione tra prevenzione, terapie mediche e naturali potenzialità di guarigione del nostro organismo.

Carlo Sirtori, medico e oncologo, 1912-1998

\*

Il sesso è qualcosa che a un certo punto finisce mentre l'amore è qualcosa di molto più importante che va oltre la vita.

Mario Soldati, scrittore, sceneggiatore e autore televisivo italiano, 1906-1999

\*

La visita medica non è altro che una relazione a due ed il buon esito di ogni rapporto tra due esseri umani non può mai dipendere solo da una delle due parti in gioco. Il medico deve mettere in campo tutto quello che ha: esperienza, professionalità, competenza, pazienza, buona volontà, umanità ma anche il paziente deve sentirsi responsabilizzato e capire che quello che gli sta più a cuore, il miglioramento del suo stato di salute, dipende anche da lui e dal suo mettere il medico nelle migliori condizioni per esercitare la sua professione.

Filippo Stazi, cardiologo e direttore della rivista "Cuore & Salute"

\*

È esperienza comune che un problema difficile la sera si risolve la mattina, dopo che il comitato del sonno ci ha lavorato sopra.

John Steinbeck, scrittore statunitense, 1902-1968

\*

L'uomo ha l'età delle sue arterie.

Thomas Sydenham, medico inglese, 1624-1689

\*

La felicità non dipende dalle cose esterne, ma dal modo in cui le vediamo.

Leone Tolstoj, scrittore russo, 1828-1910

\*

Si devono accettare i limiti di una scienza medica che, per quanto progredisca, resterà sempre imperfetta al cospetto della complessità della biologia che sostiene la nostra vita per un tempo oggi sempre più lungo.



Maurizio Tomirotti, oncologo medico

\*

Vivere vuol dire invecchiare; pretendere di fermare l'attimo fuggente è un non senso perché equivarrebbe a fermare la vita. Se si impedisce a un fiume di scorrere dalla sorgente alla foce si impedisce di essere un fiume.

Giuliano Toraldo di Francia, fisico e filosofo italiano, 1916-2011

\*

Comprendere gli esseri umani è intelligenza, comprendere se stessi è saggezza.

Lao Tse, filosofo e scrittore cinese, secolo V a.C.

\*

L'ignoranza è una patologia che colpisce molte persone. I sintomi sono: la cattiveria, la presunzione, l'invidia e la cattiva educazione.

Totò (Antonio De Curtis), attore, 1898-1967

\*

Tra vent'anni sarai più dispiaciuto per le cose che non hai fatto che per quelle che hai fatto. Quindi sciogli gli ormeggi, naviga lontano dal porto sicuro. Cattura i venti dell'opportunità nelle tue vele. Esplora. Sogna. Scopri.

Mark Twain, scrittore statunitense, 1835-1910

\*

Lo sport è l'antiruggine per una salute di ferro.

Gerhard Uhlenbruck, immunologo e aforista tedesco

\*

È fondamentale che i medici imparino ad ascoltare a lungo, per quella che io chiamo "medicina narrativa". Il rapporto con il paziente è infatti fondamentale e sta alla base di qualsiasi scelta terapeutica.

Umberto Veronesi, oncologo, 1925-2016

\*

Il lavoro di medico attira per il lato umano, ma essendo fatto di scienza, attira i giovani anche per la sete di esplorazione che è in tutti loro e che, a patto di volerlo fermamente, potrà restare accesa per tutta la vita.

Umberto Veronesi

\*

Il medico deve immedesimarsi in chi cura e capire i timori di chi ha davanti e comprendere anche



*Umberto Veronesi*

i suoi problemi di vita. In questo solco va sempre tenuto presente che è diritto del paziente "decidere" le cure. Questa è la vera medicina condivisa: scienza, umanità e rispetto.

Umberto Veronesi

\*

I medici devono riconoscere che spesso, per quieto vivere, danno ascolto in modo acritico alle pressanti richieste del paziente, e così facendo rinunziano alla propria cultura medica. Prima di prescrivere esami, è urgente recuperare l'osservazione clinica.

Umberto Veronesi

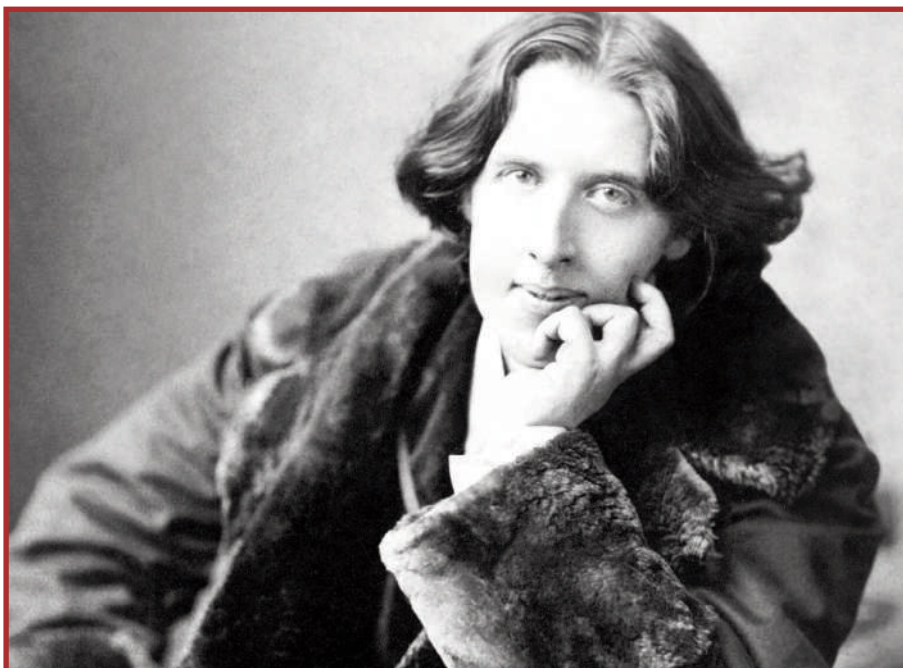
\*

Io sono contro tutti i proibizionismi, perché amo la libertà. Ma non c'è nessuna libertà nel farsi del male fumando. Ci si consegna ad un destino di sofferenza e di morte precoce.

Umberto Veronesi

\*

La Clinica era nel passato in gran parte affidata alla intuizione e perciò era prevalentemente un'arte sia nella diagnosi che nella cura. Oggi-giorno essa ha sviluppato il controllo logico sperimentale in tale misura da assumere sempre più il carattere di scienza e perdere sempre



Oscar Wilde

più il carattere di arte.

Giacinto Viola, clinico medico, 1870-1943

\*

Si sta sempre bene con la sobrietà e il moto; la speranza di far coesistere intemperanza e salute è una chimera.

Voltaire, filosofo e scrittore francese, 1694-1778

\*

Ho deciso di essere felice perché fa bene alla salute.

Voltaire

\*

Per amare bisogna credere in se stessi, negli altri, nello scopo che sta sotto ogni cosa vivente e nel piano che è al di là dell'esistenza stessa.

Irving Wallace, scrittore statunitense, 1916-1990

\*

La felicità non è avere quello che si desidera, ma desiderare quello che si ha.

Oscar Wilde, scrittore irlandese, 1854-1900

\*

Le cose belle della vita o sono illegali o sono immorali o fanno ingrassare.

Oscar Wilde

\*

L'egoismo non consiste nel vivere come ci pare, ma nell'esigere che gli altri vivano come pare a noi. L'altruismo consiste nel vivere e lasciare vivere.

Oscar Wilde

\*

I disturbi di cuore prima degli ottanta anni siamo noi a volerli.

Paul Dudley White, cardiologo statunitense, 1886-1973

\*

L'arte medica ha realizzato significative conquiste che ne hanno accresciuto in misura notevole le possibilità di intervento terapeutico. Ciò ha favorito una lenta modificazione del concetto stesso di medicina, estendendone il ruolo dalla primitiva funzione contro le malattie a quella di promozione globale della salute dell'essere umano.

Karol Wojtyła, Papa Giovanni Paolo II°, 1920-2005

### **Pensieri e aforismi di Vittorio Nicita Mauro**

L'amore, in tutte le sue espressioni, è importante a ogni età e la vita si allunga sotto la spinta dell'amore.

\*

L'anziano deve svolgere costantemente attività fisica e, soprattutto, intellettuale per vivere da protagonista e non soltanto da spettatore.

\*

L'anziano deve tenere presente che l'uomo è come la trottola: sta in piedi finché gira.

\*

L'anziano, il nonno in particolare, può collaborare a dare ai giovani, con genitori sempre più indaffarati, frettolosi e frequentemente separati, la giusta chiave di lettura della vita e dei suoi valori.

\*

La ricerca della mitica fontana della giovinezza si è rivelata vana e tutti gli elisir proposti, abilmente camuffati a seconda dei tempi, non hanno portato ad alcun risultato valido. È dimostrato invece che tenere il cervello in continuo allenamento mediante attività intellettuali e creative determina un sicuro effetto antinvecchiamento e ciò perché la cultura rappresenta un ottimo stimolo alla vita: l'apprendimento costante è "farmaco di giovinezza".

\*

La salute di ferro del giovane può, col passare degli anni, coprirsi di ruggine se non si segue uno stile di vita ottimale.

\*

La scelta di una dieta ottimale quale la mediterranea, in grado di soddisfare in maniera completa le necessità biologiche dell'individuo, tenendo conto dell'età, del sesso, del peso ideale e dell'attività svolta, è un importante elemento per ritardare l'invecchiamento e per consentire una buona

qualità della vita a tutte le età.

\*

La sessualità è soltanto un aspetto, anche se importante, dell'amore e, pur disponendo oggi di farmaci che favoriscono la sessualità, l'amore rimane il migliore afrodisiaco.

\*

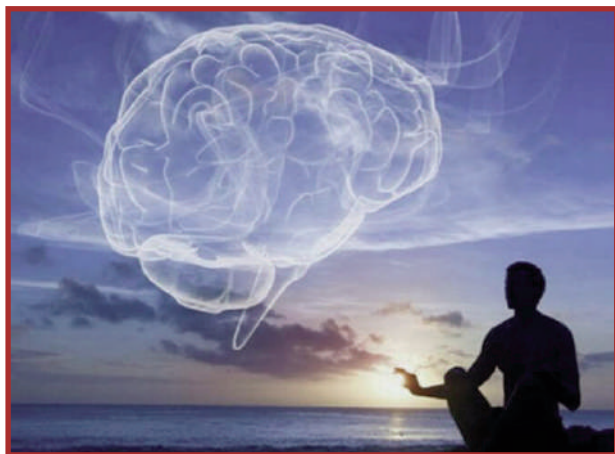
La sessualità ha nemici ed amici che è utile conoscere: stress, fumo, eccesso di alcolici, droghe, malattie, alcuni farmaci, età avanzata sono i principali nemici mentre dieta equilibrata e varia, attività fisica regolare, sonno e relax in giusta misura rappresentano degli ottimi amici.

\*

La vita dell'uomo è un continuo adattarsi del suo corpo ed in particolare del suo cervello, che si trasformano, invecchiando, giorno dopo giorno.

\*

L'immaginario erotico creato con la fantasia ed i sensi è importante: il cervello è il principale organo sessuale.



\*

Lo spettro della vecchiaia: gli adulti tendono spesso a proiettare sulla vecchiaia le proprie paure conseguenti a stereotipi, pregiudizi e luoghi comuni.

\*

L'uomo è oggi come una trottola: per sopravvivere deve girare veloce, sempre più veloce.

\*

Nella vita dell'uomo avviene un continuo e progressivo adattamento del suo corpo e, in particolare, del suo cervello che si trasformano giorno dopo giorno.

\*

Per favorire la crescita individuale è utile imparare dal passato, vivere il presente, prepararsi al futuro.

\*

Per mantenersi in salute è importante conservare un peso corporeo vicino all'ideale tenendo presente che la bilancia è un ottimo dietologo e l'attività fisica un alleato di prim'ordine.

\*

Per non sentirsi mai veramente soli bisogna, invecchiando, apprendere a sapere stare bene anche da soli.

\*

Per prevenire/contrastare la tendenza alla depressione è importante un positivo attivismo orientato ad uno scopo capace di infondere speranza.

\*

Per mantenere una buona salute è importante potersi dedicare ad un lavoro, non ha importanza quale, che soddisfi pienamente. In caso contrario può risultare utile svolgere anche una gradita attività alternativa.

\*

Per mantenersi in salute è senza dubbio di ausilio non chiudere la giornata senza aver appreso o fatto qualcosa di nuovo.

\*

Per un anziano un anno in più può non significare molto, se l'amore che lo circonda cresce ancora di più.

\*

Per una crescita ottimale e parallela della coppia è importante che con il passare degli anni i partner imparino a trasformare l'erotismo in piacere di stare insieme, realizzando un'alleanza affettiva e comportamentale.

\*

Per un perfetto equilibrio psichico bisogna considerare fondamentale quel complesso sentimento che è l'amore inteso nella sua accezione più ampia: amore per se stessi, per gli altri ed in particolare per la vita, che deve essere sempre apprezzata come dono unico e irripetibile.

\*

Per vivere bene è senz'altro utile crearsi a poco a poco un "filtro" capace di ridimensionare le "cose cattive" ed inoltre registrare nella mente un video di "cose belle" da rivedere ogni tanto, in particolare nei momenti no.

\*

Sono disponibili e molto impiegati i farmaci in grado di favorire la sessualità maschile ma l'amore rimane il migliore afrodisiaco.

\*

Un buon sonno contribuisce a migliorare la qualità della vita: una camera silenziosa con un buon letto, una lettura rassereneante, una musica piacevole, degli orari regolari sono ingredienti importanti per un sonno salutare.

\*

Un sonno soddisfacente costituisce un elemento importante per una buona qualità della vita: dormire bene contribuisce a far vivere bene.

\*

Viviamo oggi sempre maggiormente connessi al mondo tramite uno smartphone, da cui si diventa più o meno dipendenti. Dobbiamo però avere la forza, durante la giornata, di staccare ogni tanto la spina che ci tiene connessi alla rete e mettere in libertà i nostri pensieri, i nostri sogni.

\*

Ad ogni età bisogna essere amanti del nuovo, del bello e, soprattutto, della vita.

\*

Anche l'anziano, per non cadere nella disperazione o nella noia, ha bisogno di speranze, di sogni e di illusioni.

\*

Bisogna affrontare la vita con ottimismo perché pensare positivo attenua lo stress e fa vivere meglio.

\*

Con uno stile di vita ottimale si tutela la salute, si ostacola l'invecchiamento precoce e si migliora la qualità della vita, consentendo alle persone di essere attive, di stare meglio e di vivere più a

lungo.

\*

Durante la vita una persona deve fare esperienza di più cose possibili ma, diventata anziana, deve cercare di fare uso soltanto delle cose buone.

\*

È importante controllare periodicamente la pressione arteriosa perché la pressione alta di solito non dà inizialmente particolari disturbi ma, purtroppo, quando li dà può anche essere tardi.

\*

È importante ribadire che seguire la dieta mediterranea significa contrastare l'eccesso di radicali liberi e lo stress ossidativo e riequilibrare la bilancia tra sostanze proinfiammatorie e antiinfiammatorie, contrastare l'invecchiamento precoce e favorire il benessere e la longevità, soprattutto quando la corretta alimentazione si inserisce nel contesto di uno stile di vita ottimale.

\*

Fumare è un'abitudine creata artificialmente, non necessaria e pericolosa anche per chi fuma in modo passivo: smettere di fumare è importante ma ancora più importante è non iniziare.

\*

I farmaci, in particolare gli psicofarmaci, vanno impiegati soltanto quando effettivamente necessari e sotto controllo medico: "Primum non nocere".

\*

Il buon medico deve, come un confessore, ascoltare attentamente e senza fretta i problemi dei pazienti, cercando così di costruire un rapporto empatico ottimale: ne trarranno vantaggio la diagnosi, il trattamento ma, soprattutto, il paziente.

\*

Il cammino dei giovani deve essere illuminato dalla luce dell'esempio degli anziani, in particolare genitori e nonni.

\*

I medici devono far presente ai pazienti che non seguono uno stile di vita ottimale che l'organismo umano è un buon incassatore ma ha ottima memoria.

\*

Il cuore necessita di un apporto ematico costante e, è opportuno ricordarlo, "le coronarie si dilatano al soffio della virtù".

\*

Il medico che desidera curare adeguatamente gli anziani deve essere un medico nuovo, dotato di vasta cultura in campo scientifico ma anche con spiccata capacità di educatore, in grado di inquadrare il paziente anziano con un approccio olistico - biologico, psicologico e sociale - avvalendosi anche di una serie di valutazioni funzionali pluridisciplinari.

\*

Il medico di oggi deve conoscere a perfezione la moderna diagnostica clinica e tecnologica ed i migliori trattamenti medici e chirurgici. Non deve però trascurare, sia in prevenzione che in terapia, di consigliare uno stile di vita ottimale, come giustamente già intuito e sostenuto dai Maestri del passato.

\*

Il medico moderno deve superare la frantumazione specialistica del malato e possedere una visione integrata del paziente opportuna a tutte le età ma indispensabile nell'anziano.

\*

Il paziente anziano è particolarmente esposto al danno iatrogeno, non farmacologico e farmacologico, per cui è di estrema importanza che ogni intervento medico sia tempestivo, mirato, eseguito con competenza e controllato con attenzione.

\*

Il pensionamento è una "soglia" che la società fa coincidere con una determinata età e che può causare in chi non si è preparato in precedenza una sindrome di disadattamento anche notevole, con ripercussioni negative sulla salute.

\*

Il sonno è importante per il benessere psicofisico ma bisogna tenere presente che per dormire bene è opportuno vivere senza eccessivo stress e cercare di essere comprensivi con se stessi e con gli altri.

\*

Il sonno non si conquista con una pillola tuttavia in alcuni casi di insonnia, su consiglio medico e per brevi periodi, i farmaci ipnoinducenti possono essere utili.

\*

Il vuoto interiore impedisce spesso all'anziano di percepire gli stimoli positivi provenienti dall'ambiente.

\*

Invecchiando c'è la necessità di un continuo adattamento a nuove condizioni che via via si presentano ed è il cervello l'organo chiave di questo progressivo adattamento che, se deficitario, compromette la durata e soprattutto la qualità della vita.

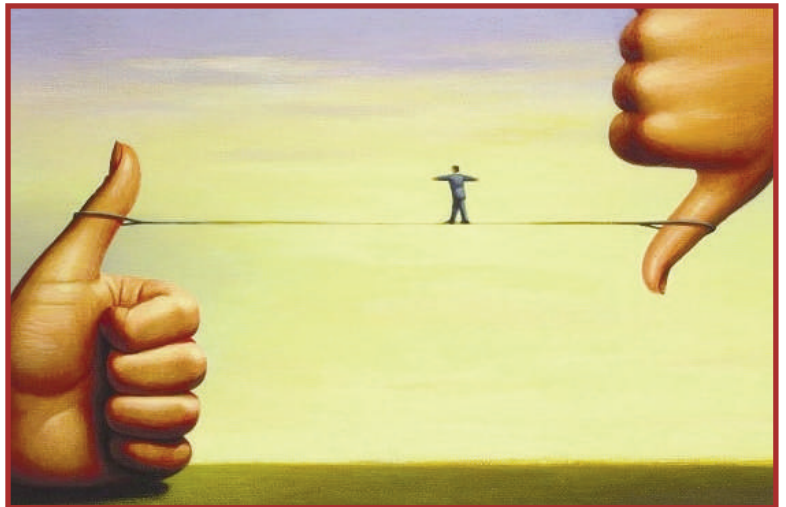
\*

La famiglia, la scuola, i medici, lo stato devono diffondere l'importanza di vivere osservando uno stile di vita ottimale, insostituibile baluardo a tutela della salute.

\*

La "fontana dell'eterna giovinezza" è un mito, ma considerare l'apprendimento costante "farmaco di giovinezza" è una realtà.

\*





# Costantino LASCARIS



Costantino Lascaris

Il grande umanista Costantino Lascaris nacque a Costantinopoli nel 1434 da famiglia cospicua, imparentata con gli imperatori dell'omonima dinastia di Nicea. A Costantinopoli, per sua dichiarazione, egli si trovava al momento della conquista turca del 1453, e qui aveva seguito, con Michele Apostolio, dopo il 1444, le lezioni di Giovanni Argyropulos. Probabilmente catturato dai Turchi, fu liberato dietro pagamento di riscatto e tra il 1453 e il 1459 si aggirò in diverse parti del mondo greco ancora libero: Rodi, Creta, Fere e, forse, Corfù, dove viveva una cugina. In questo lento abbandono della sua terra Lascaris iniziò la sua attività di bibliofilo e copista, acquistando e trascrivendo diversi codici, oggi tutti a Madrid. Nel 1460 lo troviamo a Milano istitutore di Ippolita Sforza, figlia di Francesco Sforza. Le sue lezioni costituiranno la materia della prima "Grammatica" greca a stampa (1476), più volte riveduta e pubblicata, in ultimo anche dal Manuzio a Venezia (1494), con parole di sincero e caldo elogio. A Milano continuò la sua opera di bibliofilo e si fece conoscere anche a Ferrara, dove soggiornò per qualche tempo.

Nel 1465 la sua allieva andò in sposa ad Alfonso d'Aragona e si stabilì a Napoli, ottenendo dal re Ferdinando un incarico ben retribuito per il maestro che, tuttavia, non si fermò nella capitale partenopea più di un anno, se già nel giugno 1466 si trova a Roma presso il Bessarione, che conosceva bene la realtà della grecità in Italia meridionale e in Sicilia, soprattutto l'archimandritato del SS. Salvatore di Messina, di cui era commendatario.

Il soggiorno a Roma fu piuttosto breve e le impressioni che ne riportò il Lascaris negative.

Il dotto, con i suoi codici, si apprestava dunque a fare ritorno in Grecia quando, lungo la rotta, la nave si fermò a Messina e i notabili della città, appresa la sua presenza, lo pregarono di fermarsi e di insegnare il greco a Messina.

Bisogna, a tal riguardo, ricordare che l'insegnamento del greco a Messina, quasi naturale continuazione dell'opera dello scriptorium del monastero del SS. Salvatore, fondato dai Normanni nel 1131 e centro di trascrizione e di tradizione di testi fino alla prima metà del XIV sec., era stato richiesto pubblicamente dal Senato messinese a partire dal 1404, con la nomina di Filippo Ruffo a professore di greco, la cui opera si protrasse almeno fino al 1449, e successivamente, fino al 1467, con l'umanista greco Andronico Galisiotto.

L'insegnamento di Lascaris, dunque, si inserisce in una tradizione ben attestata di studi, in un territorio, a cavaliere dello Stretto, in cui la lingua greca conservava una

sua vitalità anche al di fuori dell'uso liturgico o dotto.

L'insegnamento ufficiale di C. Lascaris a Messina ebbe inizio tra il 1467 e il 1468, sulla base di documenti editi e noti agli studiosi, su nomina di Bessarione, con conferma del vicerè Lopes Ximenes d'Urrea.

Sembra che i primi anni di permanenza a Messina non fossero troppo rosei, a leggere alcune sue espressioni, ma intorno al 1480 la situazione si assestò in modo più soddisfacente: Lascaris fu dichiarato "civis Messanensis" e la sua opera di umanista tese sempre più ad integrarsi nel progetto politico dell'élite cittadina, volta a rivendicare orgogliosamente primati civili e religiosi della città che, per opera del maestro greco, diventava "nuova Atene per gli studi di lettere greche", secondo la felice espressione di Aldo Manuzio.

Alla sua scuola, fucina e palestra di ingegni, si formarono Antonio Maurolico, greco e padre di Francesco Maurolico, Pietro Bembo, intellettuale ed umanista tra i sommi, Angelo Gabrielli, Cristoforo Scobar, spagnolo, Urbano Bolzanio, maestro di greco a Firenze presso i Medici, Francesco Faraone, Ncolò Valla, dotto agrigentino, Francesco Iannello, poi docente di greco a Messina, Cataldo Parisi, oratore e segretario in Portogallo. Tra i monaci del SS. Salvatore allievi di Lascaris, di particolare nota fu Angelo Calabrò, autore di sermoni in greco.

L'opera di Lascaris a Messina non fu isolata. Accanto a lui si possono segnalare i



nomi di Gioacchino di Casole, prete della diocesi, in gran parte ellenofona, di Otranto, sfuggito ai Turchi nel 1480 e arrivato a Messina nel 1482, Kosmàs di Trapezunte, della cerchia di Bessarione, Leone Calceopilo di Creta, oltre a Calabrò e Iannello già riportati tra i suoi allievi.

A testimonianza della stima e del riconoscimento pubblico del suo insegnamento, nel 1494 il Senato messinese ottenne dal vicerè l'istituzione di una cattedra pubblica di greco, con provvigione di sei once annue.

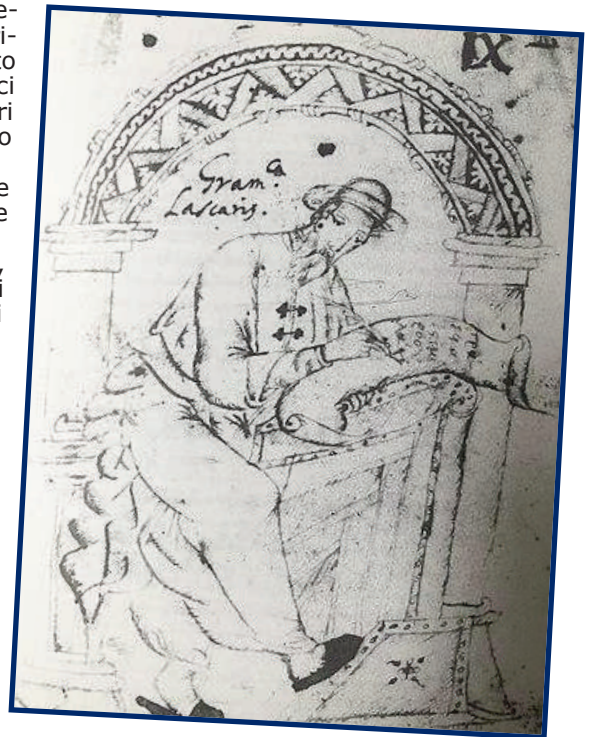
L'insegnamento di Lascaris e la sua notevole opera di bibliofilo e copista, attestata dai 76 codici, donati alla città nel 1494 e poi confiscati dagli Spagnoli nel 1679 e trasferiti in Spagna nel 1712, consentirono all'ambiente intellettuale messinese di formarsi secondo le più aggiornate istanze umanistiche, distaccandosi dalla tradizione monastica italogreca dei secoli precedenti.

Solo per richiamare all'attenzione del lettore gli interessi di Lascaris e l'ampiezza delle sue letture, tra i codici da lui trascritti a Messina, e oggi a Madrid, vi sono i filosofi Aristotele, e Platone, l'oratore Demostene, lo storico Erodoto, la Ciropedia di Senofonte, il tragico Euripide, il comico Aristofane, l'Iliade, i poeti tardi Oppiano e Quinto Smirneo, tra i bizantini Tzetzes e Planude, tra i grammatici Demetrio Falereo ed Erodiano epitomato da Teodosio, tra i Padri della Chiesa s. Basilio e il Compendio della sua Regola, redatto da Bessarione.

Sue postille si trovano in altri codici messinesi contenenti le Argonautiche orfiche, i primi venti libri dell'Odissea e le Opere e i Giorni di Esiodo.

In altri codici, oggi conservati in diverse biblioteche europee, troviamo la sua Grammatica, i Dialoghi di s. Gregorio papa, i Paralipomeni di Quinto Smirneo e il Ratto di Elenadi Colluto di Licopoli.

Il Lascaris si spostò raramente da Messina-sembra solo due volte-e morì nell'epidemia di peste del 1501. Le sue spoglie mortali furono accolte in un sepolcro marmoreo nella chiesa dei Carmelitani, distrutta dal terremoto del 1908.



Grammatica di Costantino Lascaris

## BIBLIOGRAFIA

E. Legrand, *Bibliographie hellenique au XV et XVI siecles*, Paris 1885.

D.V. Labate, *Per la biografia di Costantino Lascaris*, in *Archivio Storico Siciliano*(1901), pp. 220-240.

L. Perroni-Grande, *Uomini e cose messinesi del secolo XV e XVI*, Messina 1903; *Id.*, *La scuola di greco a Messina prima di Costantino Lascaris*, Palermo 1911.

H. Rabe, *Kostantin Lascaris*, in *Zentralblat fur bibliotekswesen* 45(1928), pp. 1-7.

A. De Rosalia, *La vita di Costantino Lascaris*, in *Archivio Storico Siciliano* 3(1959), pp. 21-70.

J. M. Fernandez Pomar, *La coleccion de Uceda y los manuscritos griegos de Costantinos Lascaris*, in *Emerita*34(1968), pp. 211-288.

M. B. Foti, *Il monastero del SS. Salvatore in lingua Phari*, Messina 1987.

D. Macris, *Alcune note filologiche alla Synopsis Historica di Costantino Lascaris*, in *Atti dell'Accademia Peloritana dei Pericolanti*, 56(1989), pp. 247-252; *Id.*, *Analisi delle fonti della Synopsis Historica di Costantino Lascaris*, in *Byzantina Mediolanensia*, Messina-Soveria Mannelli 1994, pp. 269-273.

AA. VV., *Messina, il ritorno della memoria*, Palermo 1994(in particolare A. Guilou, *La Sicilia bizantina*, pp. 25-33; H. Enzensberger, *La riforma basiliana*, pp. 53-56).

T. Martinez Manzano, *Konstantinos Laskaris. Humanist, Philoge, Lehrer, Kopist*, Hamburg, 1994; *Ead.*, *Konstantino Laskaris. Semblanza de un humanista bizantino*, Madrid 1998.

F. Irrera, *Costantino Lascaris*, in *Pagnocco* 9(2006), pp. 27-33. ■



Che cos'è la formazione individuale e quanti crediti si possono acquisire tramite queste attività di formazione?

Email firmata

**È necessario tenere presente che per il triennio 2020/2022 i crediti maturabili tramite le attività di formazione individuale NON possono complessivamente superare il 60% dell'obbligo formativo triennale, fermo restando il limite del 20% per l'autoformazione. Ad esempio, per il triennio 2020/2022, se il fabbisogno formativo è di 150 crediti il limite per l'autoformazione è di 30 crediti, se il fabbisogno formativo è di 135 crediti il limite per l'autoformazione è di 27 crediti, se il fabbisogno formativo è di 120 crediti il limite per l'autoformazione è di 24 crediti.**



**Le attività di "formazione individuale" comprendono tutte le attività formative non erogate da provider accreditati ECM, e possono consistere in: attività di ricerca scientifica, tutoraggio individuale, attività di formazione individuale all'estero e autoformazione.**

**Per maggiori dettagli è possibile consultare il Capitolo 3 (Formazione individuale) del Manuale della formazione continua del professionista sanitario, scaricabile dal sito dell'Agenas.**



**LINK: [https://ape.agenas.it/Documenti/eventi/RiskMngmtArezzo\\_2022/2022\\_Relazione-Giovannelli.pdf](https://ape.agenas.it/Documenti/eventi/RiskMngmtArezzo_2022/2022_Relazione-Giovannelli.pdf)**



UniMe  
1548



Ordine provinciale dei  
Medici Chirurghi e degli  
Odontoiatri di Messina

**Università di Messina**  
Centro di Ricerca di Economia e  
Management Sanitario  
e  
**Ordine provinciale dei Medici Chirurghi e  
degli Odontoiatri di Messina**

Presentano

## **la X edizione del corso di formazione in Management Sanitario per Dirigenti di Strutture Complesse**

L'obiettivo del corso è quello di fornire ai dirigenti medici le conoscenze delle logiche e degli strumenti di management necessari al fine di ricoprire posizioni di responsabilità organizzativa di struttura complessa.

## **la II edizione del Corso di ricertificazione formazione manageriale per direttori di struttura complessa**

L'obiettivo generale del presente corso è, pertanto, quello di fornire un percorso di aggiornamento delle competenze già acquisite, su tematiche di attualità legate alla dimensione strategico organizzativa del management sanitario, alla luce della normativa in materia.

Per informazioni contattare [cms@omceo.me.it](mailto:cms@omceo.me.it)

# MEDICAL CENTER UMBERTO I

**Centro Medico Polispecialistico**  
da più di trent'anni riferimento a Milazzo  
per migliaia di pazienti sul territorio e  
interlocutore privilegiato di Enti pubblici  
e privati nell'erogazione di servizi di  
Sorveglianza sanitaria.

## STAFF MEDICO ALTAMENTE QUALIFICATO

Più di quaranta specializzazioni, in continua  
crescita, e uno staff medico di alto profilo  
professionale con esperienza a livello nazionale  
e internazionale.

## ORGANIZZAZIONE E TECNOLOGIE ALL'AVANGUARDIA

Tutti gli ambulatori sono dotati di strumentazioni  
tecnologiche e informatiche di ultima generazione. Ogni  
medico ha a disposizione un'organizzazione completa e  
altamente professionale: dalla segreteria al marketing,  
dal supporto tecnico ai social media.

## COMFORT, IGIENE, ACCESSIBILITÀ

Una struttura moderna ed elegante, priva di barriere architettoniche,  
accessibile a tutti, anche nei prezzi. Ambienti confortevoli, progettati per  
offrire servizi di alta qualità in ogni settore della medicina, costantemente  
igienizzati con apparecchiature professionali in partnership con Polti.

