



Associazione Sanità Privata Accreditata Territoriale

RASSEGNA STAMPA

A cura dell'Ufficio Stampa dell'ASPAT



PALAZZO SANTA LUCIA RIMETTE SUL TAVOLO L'ISTITUZIONE

Registro tumori al palo

NAPOLI (mb) - Mentre in Parlamento si discute di un decreto 'ad hoc' per la Terra dei fuochi, mentre indici e classifiche bocchiano la sanità campana, la nostra regione continua a non avere un registro tumori. Strumento invocato da associazioni e medici, di grande importanza per avere informazioni certe circa il rischio neoplasie in Campania. Sul tema, martedì alle 11, si riunirà al Centro direzionale la Commissione spe-

ciale Trasparenza, per il controllo delle attività della Regione e degli enti collegati e dell'utilizzo di tutti i fondi per verificare lo stato di attuazione del Registro dei tumori presso le Aziende sanitarie locali della Campania. L'ultimo stop, in ordine di tempo, risale allo scorso maggio, quando fu la Consulta a bocciare l'istituzione dello strumento, che la Regione aveva avviato: l'apertura di uffici e il potenziamento dell'organico connessi

all'attività del registro presso le aziende sanitarie locali della Campania, avrebbe comportato una spesa aggiuntiva in contrasto con i vincoli del piano di rientro dai disavanzi della sanità. Da allora è tutto fermo. Alla commissione di martedì è prevista la partecipazione del Capo Dipartimento della Salute e delle Risorse Naturali della Regione Campania **Ferdinando Romano**.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Stanziate 75 milioni di euro per far fronte all'emergenza ambientale in Campania

Presto non si pagherà più il ticket

NAPOLI. Presto, stando alle dichiarazioni del Ministro alla salute Beatrice **Lorenzin**, in Campania, non si pagherà più il ticket per effettuare le visite sanitarie.

Difatti il ministro - in una intervista - ha dichiarato che sono stati stanziati 75 milioni di euro per i controlli sanitari nella cosiddetta "Terra dei fuochi". Di seguito sono riportate le parole del ministro: " Il decreto è un impegno concreto, il governo ha deciso di aggredire e risolvere quest'emergenza che è diventata nazionale. In queste ore gli uffici del mio ministero stanno lavorando per attuare per la prima volta in Italia screening gratuiti di massa rivolti ai residenti nella Terra dei fuochi in modo da effettuare dia-

gnosi preventive. È un'iniziativa che ha raccolto le istanze del Parlamento e del territorio. Abbiamo trovato, infatti, 75 milioni di euro per esentare dal ticket i residenti dei comuni a rischio, per gli screening che l'Istituto superiore di sanità indica come target sulla popola-

zione coordinandosi con la Regione Campania. In parallelo l'Iss svolgerà accertamenti e indagini igienico-sanitarie in relazione all'ambiente, misurerà e vigilerà su prevalenza, incidenza e mortalità delle principali patologie collegate all'inquinamento. E poi avremo una mappatura certa dei luoghi interessati agli sversamenti e tutte le misure per dare sicurezze agli abitanti".

Si spera quindi che questa iniziativa possa essere un vero gradino verso, non solo la bonifica dei territori devastati dall'inquinamento ambientale, ma anche una tutela diretta a migliorare concretamente le condizioni di salute di chi, in questi territori, ci vive.



Record negativo di Campania, Calabria e Sicilia

Il disastro dei conti

A tre Regioni il primato dei debiti non pagati

di **SERGIO RIZZO**

Campania, Calabria, Sicilia: le tre Regioni più lente nel saldare i debiti con le imprese. Al 29 novembre dello scorso anno, il governo ha reso disponibili per le pubbliche amministrazioni 24 miliardi e 416 milioni, di cui 16 miliardi 281 milioni già materialmente utilizzati per i pagamenti dei fornitori. Ma, secondo il Tesoro, circa 1,5 miliardi ancora non erogati sono destinati a tre Regioni che non hanno ancora completato gli adempimenti per ottenere il finanziamento. Ovvero: Campania, Calabria e Sicilia.

CONTINUA NELLA PAGINA 11

A PAGINA 11

L'inchiesta

Coinvolti per lo più enti e controllate periferiche. Le amministrazioni e le esposizioni non certificate perché «fuori dai bilanci»

Bollette, debiti fantasma e fornitori mai pagati Il primato di Campania, Calabria e Sicilia

Le tre Regioni del Sud sono quelle più lente nel saldare i conti con le imprese

ROMA — Alla fine del 2012 l'azienda di trasporto pubblico del Comune di Palermo aveva 70 milioni di debiti con i fornitori: cifra pari all'intero costo annuale dei suoi 1.700 dipendenti, al 170 per cento dei ricavi di un anno, a quasi il triplo dell'indebitamento bancario e a sette volte e mezzo l'incasso di tutti i biglietti venduti. Risalendo la penisola fino a Napoli, ecco la Circumvesuviana. L'ultimo bilancio disponibile (2009) prima della fusione con altre disastrose aziende di trasporto campane, decretata un anno fa, riportava debiti commerciali per 115 milioni, cifra addirittura superiore all'introito del contratto di servizio (111 milioni) pubblico, e pari al quintuplo dei ricavi dai viaggiatori. Ancora più su e si arriva a Roma, dove le sole municipalizzate Atac e Ama erano indebitate con i fornitori, alla fine del 2012, per qualcosa come 637 milioni.

Dicono tutto, questi numeri. Dicono per esempio quanto la faccenda dei crediti delle imprese verso la pubblica amministrazione sia complessa: tanto è vasto il mondo in cui sono disseminati. Non solo lo Stato, ma anche le Regioni e Asl quali quelle calabresi: il cruccio di Telecom Italia. E poi le Province: come quella di Palermo, che deve pagare bollette elettri-

Arretrato

Prima del commissariamento il Comune di Reggio Calabria aveva una fattura elettrica arretrata di 20 milioni

che arretrate per 1,6 milioni. E poi i Comuni: tanto che un anno fa a Genova stavano per staccare la luce allo stadio, mettendo a rischio la partita Genoa-Roma. E poi i consorzi di bonifica: tipo quello di Catania, indebitato per tre milioni-tre con l'Enel. E poi le migliaia di aziende controllate dagli enti locali, e controllate delle controllate, dove si possono trovare situazioni che lasciano letteralmente basiti. Una per tutte l'Atm di Messina, i cui bilanci non vengono depositati alla camera di commercio dal 2001 e

addirittura per anni non sono stati approvati dal suo proprietario, cioè il Comune: con il risultato che i debiti dell'azienda di trasporto municipale sono debiti fantasma.

Vicende che rendono se possibile ancora più evidente quanto questa partita che sta giocando il governo di Enrico Letta sia difficile. Anche a dispetto di dati che possono apparire confortanti. Il monitoraggio dei 27 miliardi e 458 milioni, messo in moto per il 2013 dalle leggi per il pagamento dei creditori e dagli accordi con Bruxelles, informa che al 29 novembre dello scorso anno ne è stato reso disponibile circa l'89 per cento. In tutto 24 miliardi e 416 milioni, di cui 16 miliardi 281 milioni già materialmente utilizzati per i pagamenti dei fornitori. Un bel passo avanti, direte, ricordando i fallimenti a ripetizione, gli imprenditori rovinati dallo Stato debitore incallito che però pretende le tasse, con drammi sfociati in suicidio. Peccato che al Sud restino ancora un bel po' di problemi. Lo denuncia chiaramente il sito internet del ministero dell'Economia che mette bene in evidenza tutte le cifre e gli stati di avanzamento dell'operazione rientro aggiornati al 29 novembre 2013. «Circa 1,5 miliardi ancora non erogati per la prima fase sono destinati a tre Regioni che non hanno ancora completato gli adempimenti necessari a ottenere il finanziamento». Ovvero: Calabria, Campania e Sicilia. D'obbligo ricordare che la «prima fase» si riferisce ai 20 miliardi stanziati dal decreto 35 dell'8 aprile 2013. Approvato dunque otto mesi fa.

Del resto è sufficiente scorrere le tabelle pubblicate nel sito per avere conferma che qualcosa non va. Per i debiti non sanitari la Calabria si è vista assegnare una prima tranche di 101 milioni, ma la verifica dei relativi adempimenti si è risolta positivamente per soli 73 milioni. Poi da Catanzaro hanno sorprendentemente comunicato di voler persino rinunciare alle anticipazioni per il 2014.

Sanità

La Regione Sicilia, con 606 milioni a disposizione, non ha fatto pagamenti a causa di «atti regionali in elaborazione»

Non male, per una Regione dove il solo Comune di Reggio Calabria era riuscito prima del commissariamento ad accumulare fatture dell'elettricità non pagate per 20 milioni. Invece la Campania, che quest'anno avrebbe diritto a 865 milioni, ha esibito al ministero dell'Economia un piano di pagamenti per soli 241 milioni. E l'anno scorso non si è vista erogare 70 dei 586 milioni previsti, peraltro con un accordo firmato soltanto il 4 novembre 2013, causa la mancanza del rendiconto regionale 2012. Mentre la Sicilia, destinataria di quasi 207 milioni a valere sulla seconda tranche 2013, non ha presentato alcuna richiesta.

Né la situazione è migliore per i debiti della sanità. La Regione siciliana, con 606 milioni a disposizione per la sola prima tranche 2013, al 29 novembre scorso non avrebbe ancora fatto alcun pagamento. Il motivo? «Atti regionali in corso di elaborazione», spiega il sito ministeriale.

La solita burocrazia, ovvio. Ma è davvero tutta sua la colpa? O non piuttosto del disordine in cui versano certe contabilità periferiche, dell'impreparazione, dell'incapacità, di superficialità o sciatterie dei singoli? Per non dire di peggio. Ci sono amministrazioni che hanno serie difficoltà a certificare i debiti, visto che li hanno fatti «fuori bilancio», cioè senza avere la copertura. Il che potrebbe tirare in ballo, evidentemente, anche pericolose responsabilità erariali.

Ma a incidere sulle lungaggini è anche il fatto che una grossa fetta dell'indebitamento, come già accennato, riguarda soggetti a valle di Regioni, Province e Comuni: enti, società di servizi, aziende sanitarie. Un problema enorme soprattutto per i tre principali fornitori delle pubbliche amministrazioni, il cui fatturato pubblico si aggira intorno ai 3 miliardi e mezzo. Più volte nei mesi scorsi i responsabili di Eni, Enel e Telecom Italia si sono incontrati con i tecnici del ministero dell'Economia per affrontare la questione. Snocciolando numeri da brivido. Dai 250 milioni di crediti dell'Enel, quasi tutti con le municipalizzate, al miliardo o giù di lì di Telecom Italia. Con un paio di preoccupazioni.

La prima: che i soldi tirati fuori per pagare le loro fatture vecchie anche di anni nei vari passaggi di mano possano, chissà, pure finire altrove. La se-

I maggiori creditori

Un problema soprattutto per Eni, Enel e Telecom: il loro fatturato pubblico si aggira intorno a 3,5 miliardi

conda: che l'andazzo possa continuare anche se questa emergenza venisse risolta una volta per tutte, e che l'obiettivo di allinearsi alle normative europee, con tempi di pagamento fissati a 30 e 60 giorni, sia in realtà irraggiungibile. Ancora oggi le amministrazioni che non sono in difficoltà finanziarie onorano i propri impegni mediamente in sei mesi.

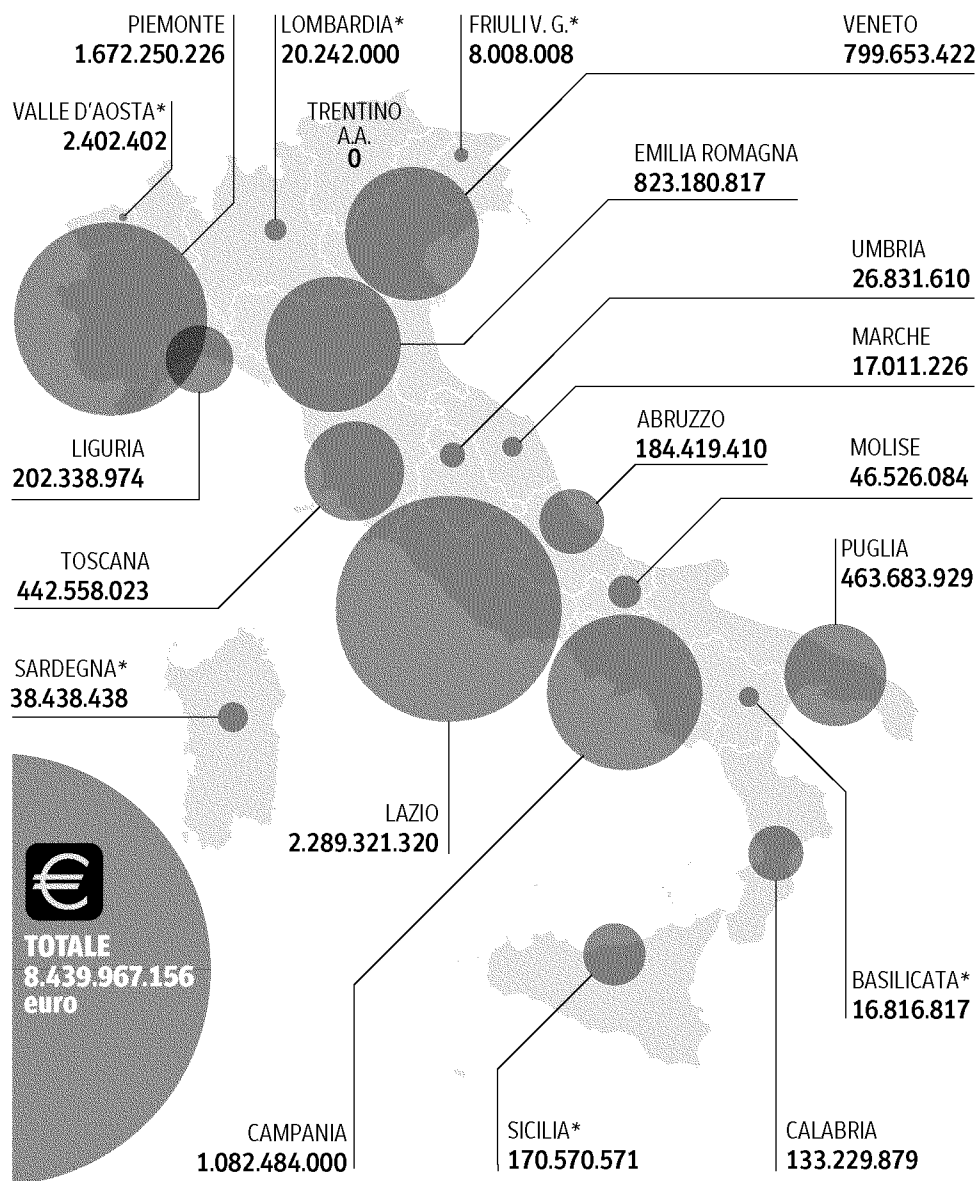
Al ministero dell'Economia confidano nell'obbligo della fattura elettronica. Da giugno 2014 scatterà per i fornitori dello Stato centrale. Un anno dopo, nel giugno 2015, toccherà anche a quelli delle amministrazioni periferiche. Più trasparenza, più rapidità nella contabilizzazione e soprattutto nei controlli. Almeno sulla carta. Sempre che i furbetti del debitino fuori bilancio non si facciano ancora più furbi.

Sergio Rizzo

© RIPRODUZIONE RISERVATA

La mappa dei ritardi

PAGAMENTI PER DEBITI SANITARI E NON SANITARI EFFETTUATI AL 29/11/2013



* Pagamenti effettuati esclusivamente con spazi finanziari in deroga al patto di stabilità

PAGAMENTO DEBITI P.A. AI CREDITORI (DL 35/2013)



24,4
miliardi

RISORSE FINANZIARIE
RESE DISPONIBILI
AGLI ENTI DEBITORI

89% dello stanziamento
per il 2013



16,3
miliardi

DEBITI DELLA PUBBLICA
AMMINISTRAZIONE
PAGATI AI CREDITORI



RISORSE RELATIVE ALL'ANNO 2013
DATI IN MILIONI DI EURO

ENTI DEBITORI	RISORSE DISPONIBILI	PAGAMENTI EFFETTUATI
STATO	3.000	2.827
Pagamento debiti fuori bilancio dei Ministeri	500	327
Incremento rimborsi fiscali	2.500	2.500
Regioni e Province autonome	13.426	8.440
Anticipazioni di liquidità	11.226	7.685
Concessione di spazi finanziari	2.200	755
Province e Comuni	7.990	5.014
Anticipazioni di liquidità	2.990	1.515
Concessione di spazi finanziari	5.000	3.499
IMPORTI TOTALI valori assoluti	24.416	16.281
IMPORTI TOTALI in percentuale delle risorse stanziate	89%	59%

Fonte: Elaborazione Corriere su dati del ministero dell'Economia e delle Finanze.

Nuovi tempi aggirati: dossier a Bruxelles

Pagamenti Pa, sei su dieci sfiorano i sessanta giorni

■ A distanza di un anno dalla direttiva anti-ritardi nei pagamenti alle imprese, la pubblica amministrazione supera i 30 (massimo 60) giorni di tempo per saldare le fatture nel 62% dei contratti. Il dato viene dal settore dei lavori pubblici ed è evidenziato in un monitoraggio realizzato dall'Ance, ma trova conferme anche in altri settori, quali i servizi. Nella sanità è ancora record: l'attesa media è di 225 giorni.

Intanto si moltiplicano i tentativi di aggirare i vincoli, chiedendo ai fornitori di accettare clausole capestro o di ritardare l'emissione delle fatture. Molte le segnalazioni di pratiche scorrette giunte a Bruxelles. Il vicepresidente della Commissione Ue, Antonio Tajani, chiede un rispetto dei tempi «effettivo» e annuncia: «Per l'Italia è già pronto un richiamo, e subito dopo, una procedura d'infrazione».

Il record. I dati Assobiomedica: la maglia nera resta alla Calabria

Nelle Asl l'attesa dura 225 giorni

Paolo DeI Bufalo

■ A gennaio 2013 circa cinque miliardi di scoperto, a novembre poco meno di quattro: è il risultato che il settore dei biomedicali (dalle siringhe alle Tac) ha ottenuto in gran parte grazie alle risorse messe in campo dal decreto sui debiti Pa. Perché dalla direttiva contro i ritardi nei pagamenti di segnali tangibili non ce ne sono molti. In Calabria il tempo medio per i pagamenti supera ancora i 900 giorni e in alcune strutture, come un'azienda ospedaliera sempre calabrese, si oltrepassano addirittura i 1.300 giorni (si veda il Sole 24 Ore del 9 gennaio) contro una media nazionale a no-

vembre 2013 di 225 giorni (ma c'è chi salda entro 35 giorni).

«Il pagamento delle fatture correnti, che dal 2013 dovevano essere saldate a 60 giorni, non sta avvenendo, innescando così un ritardo cronico, che non ci fa essere ottimisti sul futuro dei nostri crediti» ha detto Stefano Rimondi, presidente di Assobiomedica, l'associazione delle imprese del settore. E a guardare le denunce di Assobiomedica gli esempi non mancano.

Un'azienda di una regione "virtuosa" dal punto di vista sanitario del Centro-Nord ha proposto alle imprese di portare i pagamenti a 180 giorni, data emissio-

ne fattura. Un'altra del Centro Sud ha puntato durante l'estate a "ufficializzare" i 90 giorni e così anche una del Sud. Esempi di un fenomeno che riguarda poco meno del 50% delle aziende, senza distinzione geografica per una volta.

E c'è anche chi dopo aver chiesto uno, due o più mesi di tempo nel bando alle imprese, alla protesta per il mancato rispetto della norma ha risposto: «Oops! ci siamo sbagliati ... solo un errore di stampa: correggeremo subito il tiro ...». Come dire: a volte una legge si trasgredisce anche non rileggendo meglio.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Lo Stato 2.0

«Vantaggi in termini di trasparenza. Il cantiere è aperto ma non nascondo che ci vorranno degli anni: ora tocca ai privati»

«Ecco i risparmi dell'Agenda digitale Un miliardo dalla fattura elettronica»

Il commissario Caio: il dialogo tra i sistemi ridurrà anche i ritardi

L'Agenda digitale italiana per il commissario del governo Letta, Francesco Caio, 56 anni, è come un enorme cantiere aperto, un tunnel sotto la Manica con operai e ingegneri al lavoro. Le perforazioni sono ancora da completare, anzi ci vorranno anni per sbucare dall'altra parte. Ma anche se in superficie giungono solo pochi rumori l'avanzamento è tangibile. «Mentre ci parliamo c'è un server dedicato alla fatturazione elettronica ed è attivo da novembre. I tre progetti fondanti - oltre alla fatturazione elettronica ci sono i temi dell'identità digitale e dell'Anagrafe nazionale - sono cantieri aperti. Ma in particolare la fatturazione elettronica, anche grazie al lavoro di chi mi ha preceduto, è oggi operativo: a partire dal prossimo 6 giugno un decreto impone l'obbligo per tutti coloro che hanno dei rapporti con le amministrazioni centrali di procedere nella fatturazione secondo uno standard definito e pubblicato sul sito fatturapa.gov.it. È un passaggio che trasforma in maniera più profonda, da cartaceo a digitale, il rapporto con lo Stato e i pagamenti con risparmi che si stima possano valere un miliardo l'anno».

Il processo di digitalizzazione fino ad oggi si era spesso fermato alla riproduzione in video dei documenti, una sorta di «Pdf» dello Stato. Ora la digitalizzazione effettiva oltre al controllo della spesa porterà anche maggiore trasparenza in un settore in cui capita che anche lo stesso ministro non sappia quanto entra e quanto esce dal suo stesso dicastero?

«Sicuramente sì. Laddove il «Pdf» metteva un fax sullo schermo del pc ma non abilitava il computer a un'analisi intelligente dei dati, ora la digitalizzazione dell'intero processo consentirà alle macchine di fare un controllo in real time dei flussi. Inoltre bisogna considerare che in prospettiva, dal giugno del 2015, questo obbligo sarà esteso anche per le amministrazioni locali. L'Italia a quel punto sarà in grado di controllare tutte le fatture che vanno in questa direzione, cioè verso lo Stato. L'augurio è che lo standard sia di stimolo e si diffonda anche tra privati».

La legge sulla fatturazione elettronica è del 2008, il decreto del 2013 ed entrerà in vigore nel 2014. Non è passato troppo tempo?

«Questo gap è l'esempio di cosa non può e non deve più accadere».

Uno dei temi chiave nel rapporto tra aziende e Stato è il ritardo dei pagamenti della Pubblica amministrazione. Le classifi-

I risparmi della fatturazione elettronica

Secondo la ricerca 2013 dell'Osservatorio fatturazione elettronica e dematerializzazione

Dati in miliardi di euro l'anno



Fonte: Politecnico di Milano, proiezioni

60

I risparmi complessivi nel caso in cui l'adozione fosse estesa a tutte le relazioni tra gli attori economici del Paese (sia tra le **imprese**, che tra queste e la Pa)

4,4 - 6,7

In termini di risparmi sugli interessi di mora in seguito alla riduzione dei **tempi di pagamento**

D'ARCO

che, anche in questo caso, non aiutano a fare dell'Italia un modello di efficienza. La fatturazione permetterà anche un controllo dei ritardi?

«Credo di sì, perché la digitalizzazione del processo e il nodo di smistamento che con la fatturazione elettronica si viene a creare determina una banca dati e una base informativa certa».

Lo Stato-bradipo però ha anche un problema di cassa. Ce la farà?

«C'è una reale necessità di mettere in ordine il patrimonio informativo e oggi il focus è soprattutto sulla trasparenza e certezza delle informazioni di cui lo Stato dispone. È chiaro che se non ci sono i soldi non si può pagare, ma non è questo il caso: il problema per la Pubblica amministrazione centrale è avere una visibilità chiara dei processi economici sottostanti. Dunque: le fatture sono state inviate? I lavori sottostanti sono conclusi? Come ha detto il presidente del Consiglio, Enrico Letta, Agenda digitale uguale migliore controllo di ge-

stione per la macchina dello Stato».

Possiamo spingerci a immaginare uno Stato che metterà online tutte le fatture?

«Una volta digitalizzato un processo i limiti all'utilizzo dei dati sono due: la creatività e il rispetto della privacy. Di mezzo c'è un tema di riservatezza commerciale, per esempio sulle dinamiche di prezzo. Ma nell'era degli open data le applicazioni non conoscono limiti. E così il dato utilizzabile dell'amministrazione diventa materia prima per nuove imprese».

E gli altri progetti chiave dell'Agenda?

«Un altro progetto molto importante anche se meno avanzato è l'anagrafe nazionale della popolazione residente. Uno degli obiettivi è il collegamento diretto tra la nuova banca dati del ministero degli Interni e l'Istat in maniera tale da dare vita a un censimento continuo».

Aiuterà anche la lotta all'evasione fiscale?

«Sì, e più in generale agli sprechi. Oggi in teoria - e non solo - si può essere residenti in due luoghi e ricevere sussidi contemporaneamente. Ma i vantaggi principali saranno per il cittadino: processi come per esempio il cambio di residenza saranno molto più rapidi e semplici. Le famiglie avranno la certezza che tutti i loro documenti anagrafici saranno in un posto unico e accessibile».

Con la famosa password unica per il cittadino?

«Questo è l'altro obiettivo al quale stiamo lavorando: un sistema pubblico di identità digitale che stiamo sviluppando insieme a una serie di enti che vanno dal ministero della Funzione pubblica alle Poste, banche, gestori di telecomunicazioni. Lo abbiamo pensato

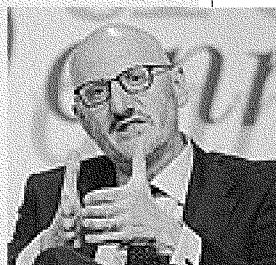


Fatturapa.gov.it
Sul sito già attivo ci sono le regole che tutti dovranno usare per inviare le fatture allo Stato da giugno

Chi è

Il personaggio

Francesco Caio (foto), napoletano, 56 anni, è dal 2013 il commissario del governo Letta per l'Agenda digitale italiana, l'insieme di regole e standard che dovranno gestire il passaggio della



macchina statale verso una più moderna concezione digitale. Caio, ex amministratore delegato di Avio, società nella quale mantiene un posto nel board, è stato a capo di aziende quali Omnitel, Cable & Wireless e Merloni (Indesit). Oltre a sedere nel board di Motorola, ha svolto in passato incarichi consulenziali anche per il governo inglese

come un sistema pubblico e privato. Gli enti privati che danno garanzie potranno rilasciare la password».

In effetti gli operatori telefonici, per esempio, nel rilasciare le Sim già raccolgono i dati dei cittadini.

«Stiamo definendo una serie di regole indipendenti dalle tecnologie perché oggi ci sono le Sim e le tecnologie Nfc negli smartphone e domani magari le biometrie. Ad oggi il processo gestito dalle sim non è sufficientemente forte per il rilascio di identità digitali, ma in futuro è possibile».

La digitalizzazione effettiva e il dialogo tra le macchine permetterà anche di evitare errori nella valutazione dei fenomeni sociali legati al lavoro come accadde nel caso degli esodati?

«Alla fine questo è il tema centrale. Questi tre progetti che abbiamo scelto a luglio 2013 come priorità hanno una caratteristica in comune: sono infrastrutture abilitanti per la digitalizzazione in quanto precondizioni che creano l'interoperabilità. Non so quale fosse il deficit informativo nel caso esodati ma ho visto molti sistemi della Pubblica amministrazione fatti bene ma che non si parlano tra di loro».

Il controllo sui dati è potere anche all'interno dello Stato. Non c'è il pericolo che la difesa degli orticelli possa rendere vischioso il processo?

«Certamente sì, ma si tratta di capire dov'è l'impeto politico. La strada fatta in questi mesi, quasi senza risorse aggiuntive rispetto a quelle già in campo, è legata al fatto che ci sia un Presidente del consiglio come

Letta che ha detto che l'Agenda digitale è un elemento chiave della modernizzazione dello Stato. Il tema della frammentazione delle amministrazioni rischia di diventare una forte barriera alla crescita e anche all'occupazione, ma grazie alla spinta politica ho visto una sensibilità ben maggiore sul coordinamento. Serve la perseveranza. E l'Agenzia digitale deve diventare il braccio operativo forte per il presidio di questi standard di interoperabilità. Di certo non è più accettabile che su Internet il cittadino abbia le spese degli ultimi 5 anni mentre per trovare il pagamento di una multa negli ultimi tre mesi debba girare per 4 sportelli».

Però la Ragioneria dello Stato continua a chiedere i documenti cartacei per permettere il pagamento. Si risolverà mai questa contraddizione?

«Sì: nei prossimi mesi si lavorerà per ricordare la piattaforma di fatturazione elettronica con quella dei pagamenti».

Massimo Sideri

msideri@corriere.it

Monitoraggio Primo rapporto del ministero sugli acquisti da parte delle Asl

Le spese maggiori registrate in ortopedia e in cardiologia

Per la prima volta, un nuovo rapporto del ministero della Salute, in collaborazione con Regioni e Agenas, l'Agenzia nazionale dei servizi sanitari regionali, ha monitorato gli acquisti di dispositivi medici effettuati dalle strutture sanitarie nell'ambito del Servizio sanitario nazionale.

Circa 70 mila i dispositivi rilevati dal «Flusso informativo sui consumi» istituito con decreto ministeriale nel 2010. I dati sono suddivisi sia per categoria del dispositivo e specialità cliniche sia a livello nazionale, regionale e di azienda sanitaria.

È una mappatura ancora incompleta, perché non tutte le aziende sanitarie locali hanno fornito le informazioni, ma già i risultati confermano che si spende soprattutto per i «Dispositivi protesici e impiantabili» e i «Dispositivi per l'apparato cardiocircolatorio».

Obiettivo del rapporto non è solo il monitoraggio della spesa sostenuta dalle strutture sanitarie che, peraltro, consentirà di individuare i prezzi praticati per singolo dispositivo, rilevando le eventuali discrepanze (si veda articolo sopra).

«La disponibilità di tecnologie sanitarie sul mercato, la loro effettiva utilizzazione da parte delle strutture sanitarie, nonché la valutazione dei risultati ottenuti sono strumenti che consentono anche di monitorare l'accesso alle prestazioni e alle terapie sul-

l'intero territorio nazionale — commenta Marcella Marletta, a capo della Direzione generale «Dispositivi medici, servizio farmaceutico e sicurezza delle cure» del ministero della Salute —. Questo patrimonio di informazioni, inoltre, consentirà lo scambio di esperienze all'interno della stessa Regione e con le altre. Non può esistere miglioramento, infatti, se non si misurano le performance e se non si procede a un confronto reale, fornendo a tutti gli operatori del Servizio sanitario elementi per mettere in atto processi di autovalutazione e di programmazione».

Ma quali saranno i vantaggi pratici? La singola azienda sanitaria, per esempio, può confrontarsi con le altre Asl del Servizio regionale sul costo sostenuto mediamente per l'acquisto di un determinato dispositivo medico; oppure, può visualizzare i primi cento dispositivi che a livello aziendale hanno maggiore incidenza di spesa; o ancora, può mettere in evidenza quei dispositivi medici i cui costi variano da un mese all'altro. La Regione, poi, può indagare le tipologie che comportano maggior spesa nel territorio di sua competenza, e può confrontarsi con le altre Regioni secondo questo o altri criteri.

Dal rapporto del ministero della Salute emerge, per esempio, che i prezzi praticati per determinati dispositivi cambiano anche sensibilmente da Regione a Regione: ciò — segnalano gli esperti — può essere anche dovuto a una diversa «copertura» dei dati, ma pure alla presenza nel territorio di strutture pubbliche ad elevata specializzazione. «Strutture specializzate in ortopedia o cardiocirurgia, per esempio, pos-

sono utilizzare una gamma più ampia di dispositivi — chiarisce la dottoressa Marletta —. Trattando un numero elevato di casi, le strutture specializzate necessitano infatti di una varietà maggiore di dispositivi adatti ai diversi tipi di trattamento oppure d'intervento».

Intanto, un recente Decreto del ministero della Salute, ora al vaglio della Conferenza Stato-Regioni, stabilisce che il monitoraggio delle grandi apparecchiature, sia diagnostiche sia terapeutiche, presenti nelle strutture sanitarie, già avviato nel 2011 in modo sperimentale, rientrerà tra gli adempimenti che le Regioni sono tenute a rispettare per poter accedere ai finanziamenti integrativi nell'ambito del riparto del Fondo sanitario nazionale.

Le Regioni saranno quindi tenute a comunicare al ministero tutte le informazioni relative a età, caratteristiche tecniche, collaudi, manutenzione, costi di queste grandi apparecchiature, che servono alla diagnostica per immagini (per ecografie, radiografie e mammografie), ma anche per curare malattie, come gli acceleratori lineari per trattamenti radioterapici o i sistemi robotizzati per la chirurgia endoscopica. Le Regioni dovranno inoltre specificare al ministero della Salute come questi apparecchi vengono utilizzati nella pratica clinica.

M. G. F.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Associazione Sanità Privata Accreditata Territoriale

Notizie dalle Province



Le questioni della salute

Assistenza, la Regione sblocca cinque milioni

Positivo summit a Napoli. Ma Florio avverte: «Rigorosa classificazione degli interventi»

Antonello Plati

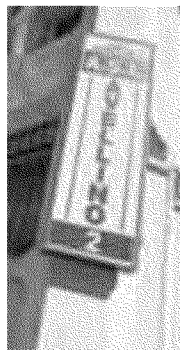
Cinque milioni di euro: è questa la somma che la regione Campania destinerà all'Azienda sanitaria locale per garantire l'assistenza domiciliare integrata e oncologica nella provincia di Avellino durante l'anno in corso. L'ha assicurato Ettore Cinque, sub commissario alla Sanità, che ieri in Regione ha incontrato il direttore generale dell'Asl di Avellino, Sergio Florio.

Il manager ha precisato: «Occorre un rigoroso rispetto della classificazione dei servizi, graduando scrupolosamente i tempi delle relative prestazioni assistenziali. Ciò non per una revisione della spesa fine a se stessa, ma unicamente per garantire un appropriato e proficuo utilizzo delle risorse a disposizione». Una impostazione condivisa dal sub commissario Cinque, perché «dell'assistenza domiciliare beneficiano in particolar modo le fasce sociali più deboli della popolazione».

Due milioni saranno stanziati subito e assicureranno l'assistenza fino al 31 maggio: 900mila euro sono già previsti dal vigente contratto, mentre la Regione ha dato il via libera a un ristoro delle somme per le prestazioni rese ai Piani di zona sociale pari a 1 milione e 100 mila euro. Gli altri 3 milioni arriveranno nelle casse dell'Asl a giugno come indicato nel decreto 303 emanato dalla Regione il 20 dicembre dell'anno scorso.

Presente all'incontro anche il consigliere regionale di Forza Italia, Sergio Nappi: «Abbiamo dimostrato che lavorando in sinergia i problemi possono essere adeguatamente affrontati e prontamente risolti. Ovviamente, siamo chiamati a fare i conti con la drammatica scarsità di risorse. Dal canto loro, gli operatori del settore devono garantire livelli di assistenza appropriati alle reali esigenze dei pazienti». Il consigliere regionale ha auspicato «una maggiore destinazione di risorse all'Asl di Avellino», avanzando una richiesta al sub commissario: «Come dispone la legge in vigore, gli avanzi di gestione realizzati dalle Aziende sanitarie siano utilizzati dalle stesse aziende e non destinati a coprire i disavanzi di altre Asl della Campania».

Gradimento per l'esito del vertice è stato



Le reazioni
I sindacati restano critici
Venerdì incontro con il manager dell'Asl

espresso anche dal Presidente della Commissione politiche sociali, Antonia Ruggiero, che nei giorni scorsi aveva chiesto l'intervento della struttura commissariale: «Con il reperimento delle risorse necessarie sarà possibile assicurare ai pazienti irpini un livello di assistenza adeguato».

Intanto, sul fronte della protesta, che non si placa, si ricompattano le parti sociali: Cisl, Uil e Usb si schierano ufficialmente al fianco della Cgil e venerdì prossimo, su richiesta di Doriana Buonavita, segretario generale Cisl Funzione pubblica,

avranno un faccia a faccia proprio con i vertici dell'Asl.

Osserva Buonavita: «Sull'assistenza domiciliare è necessario fare un serio ragionamento per capire quali sono state le cause della sospensione. Il comportamento dell'Azienda sanitaria è deplorabile e va senz'altro stigmatizzato. Anche alla Cisl si sono rivolte tantissime persone alle quali sono state sospese le cure».

La risoluzione della vertenza è legata alla questione del Piano di zona sociale, secondo Vincenza Preziosi della Uil: «Se fosse confermata la versione di Florio, se tante persone sono state dimesse perché non si trattava di assistenza medica ma sociale, solo l'attivazione del sistema integrato di servizi sociali del Piano di zona potrà garantire il giusto sostegno a tutti». Netta la posizione del sindacato di base. Sergio Di Lauro, segretario provinciale, dice: «La gestione Florio si sta traducendo in un tentativo di affossamento del servizio pubblico, attraverso tagli al personale, alle strutture sanitarie e alle prestazioni erogate, inducendo il cittadino utente a rivolgersi a forme non istituzionali di servizi per la tutela della propria salute».

La denuncia

Asl dello scandalo, il filone dei soldi

Nuove accuse al direttorio dal dirigente cacciato: volevano comprare il mio silenzio

Lorenzo Calò

BENEVENTO. «Il prezzo per comprare il mio assenso. Con una somma addirittura più elevata di circa 200 euro». Si arricchisce di un nuovo capitolo l'inchiesta sull'Asl di Benevento incentrata sul cosiddetto «direttorio politico-partitico» che secondo la Procura e il gip del tribunale del capoluogo sannita si riuniva per adottare decisioni strategiche e di indirizzo nell'azienda sanitaria. A denunciare l'episodio è uno dei testimoni-chiave dell'indagine, Arnaldo Falato, dirigente medico dell'azienda sanitaria che nei mesi scorsi ha a lungo parlato di uno suo progressivo demansionamento posto in essere dai vertici dell'azienda. «Il direttore generale Rossi - mette a verbale Falato - nell'ambito della sua attività persecutoria nei miei confronti, mi ha fatto chiamare sul mio cellulare aziendale dalla sua segreteria per una immediata convocazione nella sua stanza per comunicazioni». Nella stanza di Rossi Falato riferisce agli inquirenti di aver trovato alcuni dirigenti, e di aver discusso di un nuovo incarico propostogli «per punirmi per i miei trascorsi mastelliani». Falato ha rivelato agli investigatori di essere stato messo da parte dai vertici dell'azienda «perché non gradito da Rossi (...) che ha più volte espressamente rappresentato di voler favorire imprese vicine al Pdl». «Se te ne vai faremo un verbale e prenderemo atto del tuo rifiuto», avrebbe detto Rossi, stando alla ricostruzione di Falato. «A quel punto, per guadagnare tempo - è sempre Falato che parla - mi sono seduto a leggere il contratto e sono stato subito colpito dal fatto che il trattamento economico prevedeva un compenso aggiuntivo a titolo di retribuzione di posizione pari a 30.461 euro del tutto al di fuori di ogni norma di leg-

**L'offerta
Un altro
posto con
un aumento
di 200 euro
«Ho rifiutato
e si è aperto il
contenzioso»**

ge. Ho subito razionalizzato che era il prezzo per comprare il mio assenso attraverso l'utilizzo di soldi pubblici regalandomi 30 mila euro annui per tre anni (oltre 90 mila euro totali) senza alcuna controprestazio-



ne, senza alcuna corrispondenza all'incarico e alle connesse responsabilità, addirittura di valore più elevato rispetto a quello massimo previsto per tale voce di retribuzione di posizione (28.405,13 euro)». Falato rinuncerà all'incarico e attualmente è in contenzioso con l'azienda davanti al giudice del lavoro.

Queste circostanze sono state riferite nel maggio dello scorso anno, a inchiesta già aperta: i primi adempimenti sono stati eseguiti dalla guardia di finanza nel novembre del 2012 proprio su denuncia di Rossi (il manager non è indagato) rispetto a una serie di presunti illeciti riconducibili all'ex direttore amministrativo Felice Pisapia. Solo dopo Pisapia e Falato (già indagato a suo tempo nell'ambito dell'inchiesta sul sistema Udeur in Campania) passano al contrattacco e accusano Rossi di essere stati progressivamente estromessi. Quattro mesi prima - siamo a gennaio 2013 -

era stato lo stesso Falato a riferire agli inquirenti che Rossi gli aveva «chiaramente detto che sui nostri nominativi, (Pisapia e un altro dirigente, De Masi, ndr) non c'era nessun gradimento politico perché facevamo parte della vecchia guardia Udeur. Anzi, mi chiese addirittura di dargli una mano per esautorare Pisapia e De Masi». Insomma, un clima di «risentimento politico» - a sentire le dichiarazioni di Falato - riconducibile alla gestione di centrodestra retta da Rossi a sua volta indicato dall'allora deputato del Pdl, e coordinatore provinciale di Benevento, Nunzia De Girolamo. Come Rossi, anche il ministro De Girolamo è estranea all'inchiesta. Del resto, è lo stesso Rossi a dire - registrato abusivamente da Pisapia in una riunione svoltasi nell'estate del 2012 a casa del padre della De Girolamo -: «Nunzia, io non resterei, non resterei un secondo su quell'Asl, se non per te e con te, perché la nomina l'ho chiesta a te e tu me l'hai data». Racconta ancora Falato: «Di risentimento politico nei miei confronti mi parlò la prima volta il commissario Di Salvo,

espressione politica del Pdl, che si dimise per motivi politici». In quel frangente stavano per andare in pensione due primari, uno di radiologia e uno di pneumologia «e io spiegai - mette a verbale Falato - come era possibile sopprimere i posti di primario. Si opposero a questa soppressione sia tale Luigi Barone, esponente del Pdl, sia l'avvocato Giacomo Papa, che ebbero due violentissimi incontri con me. Personaggi che non avevano alcun titolo se non quello di referenti politici». Barone e Papa sono entrambi vicini al ministro Nunzia De Girolamo: il primo capo della segreteria del ministro, il secondo, già responsabile enti locali del Pdl in provincia di Benevento, chiamato al ministero delle Politiche agricole come consigliere giuridico e poi nominato vice capo di gabinetto dopo essere passato per il Consorzio agrario diretto da tuttora da Nicola De Girolamo, il padre del ministro. Sia Barone che Papa figurano tra i presenti alle riunioni del «direttorio» i cui colloqui sono stati (abusivamente) registrati da Pisapia.

Battipaglia/Eboli

Eboli Entro febbraio il ritorno alla gestione ordinaria nel presidio Maria Santissima Addolorata

Ospedale, addio commissario

Il manager Squillante elogia il lavoro di Spinelli pronta la riorganizzazione

Maria Rosaria Sica

EBOLI. A fine gennaio si concluderà il commissariamento dell'ospedale Maria SS Addolorata di Eboli. A tirare un sospiro di sollievo saranno le centinaia di dipendenti della struttura che torneranno a lavorare in regime di regolarità. A dichiararlo il manager dell'Asl Antonio Squillante: «Siamo quasi al termine di questo processo che si concluderà contestualmente alla presentazione del piano di riorganizzazione dei quattro presidi ospedalieri».

Cosa accadrà del direttore sanitario e delle irregolarità di cui si è parlato per giorni, resta ancora da chiarire. C'è chi dice che Minervini resterà al suo posto e chi invece è pronto a scommettere che sarà trasferito in un altro presidio ospedaliero mantenendo la sua funzione di direttore sanitario. Squillante, intanto, si erge a difesa del commissario Spinelli che avrebbe al momento tagliato preventivamente 1800 ore di straordinario, di cui 900 solo in pediatria. Lo scopo è quello di azzerare lo straordinario se non stretta-

La polemica
Cgil e Uil
contro la Cisl
per l'impiego
di infermieri
in altri
uffici
del presidio

mente necessario, mantenendo i servizi. Ma il terremoto non si è comunque placato. Tra lettere alla procura, segnalazioni alla commissione disciplinare e testimonianze di assenso per l'operato di Squillante, anche i sindacati discutono tra loro. Dopo le dichiarazioni del segretario provinciale della Cisl, Pietro Antonacchio, sceso in campo a difesa dei dipendenti movimentati all'interno dell'ospedale ebolitano, insorgono Cgil e Uil. «Prima di tutto, l'infermiera utilizzata al Cup e trasferita in ostetricia ha prodotto regolare richiesta di trasferimento presso qualsiasi unità operativa, per cui nessuna illegittimità è stata perpetrata dall'Azienda. Per quanto attiene, invece, le altre utilizzazioni dei tre infermieri in servizio presso la direzione

sanitaria, bisogna ricordare che devono prestare servizio al Cup a rotazione e per 30 giorni ciascuno». L'attacco tra sindacati continua: «Il segretario della Cisl farebbe cosa gradita se spiegasse, prima di tutto ai lavoratori di cui si erge a difensore e poi a se stesso, dove ravvisa il demansionamento. È probabile che il segretario provinciale della Cisl sia più preoccupato del mantenimento dei propri iscritti che delle relazioni sindacali».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

54
i giorni di «tutela»

Sono 54 i giorni di gestione commissariale che hanno visto notevoli cambiamenti nell'organizzazione del lavoro

5
i medici finiti nei guai

I medici rinviati alla commissione disciplinare sono in tutto cinque. Hanno scritto alla procura della Repubblica non a titolo personale.



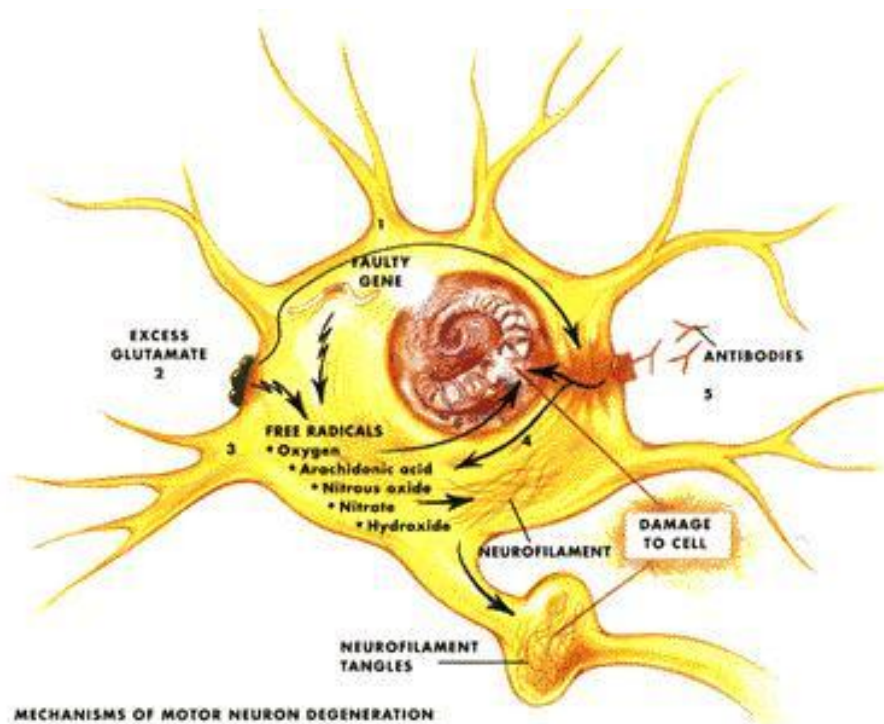
1.800
le ore di straordinario

Sono 1.800 sono le ore di straordinario tagliate finora dal commissario Spinelli ai danni dei reparti, in particolar modo quello di pediatria.

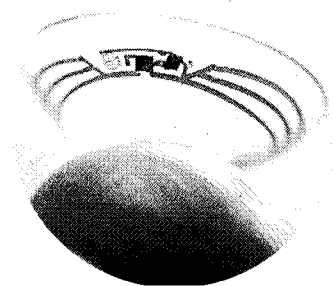


Associazione Sanità Privata Accreditata Territoriale

Medicina News



Google



Lenti a contatto intelligenti per i diabetici

Dopo i Google Glass arrivano le lenti a contatto intelligenti. Dai laboratori della Grande G fa capolino un progetto dedicato ai diabetici che consente di misurare i livelli di glucosio nel sangue grazie a un microchip wireless inserito tra due strati di materiale morbido da indossare come una comune lente a contatto. I progettisti Brian Otis e Babak Parviz stanno testando dei prototipi per effettuare questa lettura una volta al secondo, sondando se questa tecnologia abbia il potenziale per diventare un sistema di allarme per chi la indossa, integrando minuscole luci Led in grado di illuminarsi per informare quando i livelli di glucosio salgono o scendono oltre una determinata soglia. Su questo campo desta interesse anche la ricerca di Jang-Ung Park, ingegnere chimico dell'Ulsan National Institute of Science and Technology. Con la sua squadra ha montato un led su lenti a contatto commerciali, usando grafene e fili d'argento in scala nanometrica. L'obiettivo di Park è realizzare una lente a contatto che possa replicare tutto ciò che fanno i Google Glass.

Nuove ricerche scientifiche rilanciano l'importanza della passeggiata e i benefici fisici e mentali legati dal movimento. Gli esempi di Napoli e Tel Aviv che riservano il lungomare ai pedoni e registrano subito un boom di turisti stranieri

Chi cammina va lontano

LO STUDIO

Sarà una delle nuove tendenze del 2014: camminare. Riscopriremo, con un'intensità già segnalata in molte metropoli del mondo, il piacere e l'utilità del passeggiare, di uno stile di vita la cui qualità si misura anche sul numero dei passi compiuti ogni giorno. Il primo segnale di un cambiamento così diffuso e radicale è di natura scientifica: camminare allunga la vita e protegge la nostra salute. Gli studi in materia si stanno moltiplicando e convergono tutti nella stessa direzione, dimostrando come, per esempio, 20 minuti a piedi (la ricerca è stata pubblicata dalla rivista *The Lancet*) servono ad abbattere i rischi di infarto, ictus, diabete. Si chiama medicina preventiva a costo zero.

IL FISICO

Valida a tutte le età, per i bambini colpiti dall'epidemia dell'obesità (troppe ore davanti al computer, troppa vita sedentaria, troppe merendine imbottite di zuccheri) e per le persone anziane: un gruppo di ricercatori della Queensland University of Brisbane, in Australia, ha dimostrato che l'artrite, un male inevitabile con l'avanzare dell'età, può essere perfino arrestata con una mezz'ora di passeggiata, anche sotto casa, per tre volte alla settimana.

L'ECONOMIA

Il secondo motore che spinge, a forte velocità, verso la riscoperta del camminare è di natura economica. Abbiamo bisogno di risparmiare, in tempi di Grande Crisi, e la passeggiata significa tagliare i costi di benzina, parcheggio ed eventuali multe. Tanto più che abbiamo, ovunque, luoghi perfetti per passeggiare. Villa Borghese a Roma è uno dei più grandi parchi urbani d'Europa (80 ettari) e nonostante una sciatta manutenzione di questa autentica oasi di verde, la Villa dei romani resta un luogo ideale per respirare aria sana. La pedo-

SPOSTARSI A PIEDI TORNA DI MODA CONTRASTA LA CRISI PERCHÉ COSTA ZERO E COMBATTE L'OBESITÀ DEI GIOVANI

nalizzazione di via Caracciolo a Napoli è stata una delle poche scelte strategiche e sensate dell'amministrazione comunale guidata dal sindaco Luigi de Magistris: i napoletani sono tornati padroni del loro lungomare e ne sono felici, anche se aspettano interventi strutturali per migliorare la rete del trasporto pubblico locale. Ma c'è di più.

L'ECOLOGIA

Le ultime vacanze di Natale a Napoli hanno registrato un boom di turisti stranieri, una vera inversione di tendenza rispetto allo scorso anno e un segnale molto promettente per il futuro. Che cosa cercano i turisti, oltre al tradizionale tour tra chiese, musei e siti archeologici? Il piacere di passeggiare sul lungomare più bello del mondo. Sognando il modello Tel Aviv, la forma più compiuta nel mondo di un'economia locale e metropolitana che mette insieme turismo internazionale, cittadini in vacanza durante il giorno dello shabbat, bar e ristoranti di alta qualità e con prezzi ragionevoli. Migliaia e migliaia di uomini e donne, tutti a passeggiare, a piedi o al massimo con una bici in affitto.

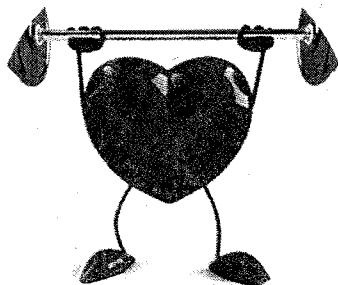
LA FISOLOGIA

La terza e ultima spinta alla riscoperta del camminare è filosofica. Sì, avete capito bene, relativa al pensiero e al sapere. Passeggiare, infatti, significa anche fare incontri, socializzare, riflettere, liberare la mente. Socrate girava a piedi per le strade di Atene e si fermava a interrogare chiunque lo incuriosisse, Platone addestrava i suoi discepoli sotto i portici dell'Accademia, Epicuro invece preferiva i giardini, e Pascal diceva che «la natura dell'uomo è nel movimento». Il filosofo Duccio Demetrio, professore di Filosofia dell'educazione all'università Bicocca di Milano, ha scritto un libro imperdibile, *Filosofia del camminare*, esercizi di meditazione mediterranea, nel quale ricostruisce la storia e i punti di forza di questo banale esercizio fisico. E sulla rete potete trovare i consigli di Luca Giannotti, che di mestiere fa con successo la guida di trekking e nel tempo libero scrive testi come *L'arte del camminare* e *Parole in cammino*, 365 pensieri viandanti. Giannotti è anche il direttore artistico del Festival del Camminare di Bolzano che quest'anno, in primavera, sarà una delle più importanti manifestazioni della provincia autonoma del Trentino-Alto Adige. Si parlerà di quanto può valere una vita a passeggio, e di quanto ne abbiamo bisogno anche per liberarci, con un gesto semplice: camminare, di ansie, preoccupazioni, pensieri prigionieri dell'universo web e di un uso compulsivo della tecnologia. Passo dopo passo, magari ogni giorno.

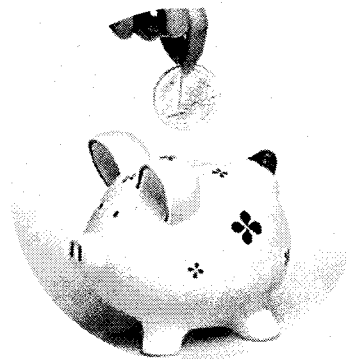
Antonio Galdo

© RIPRODUZIONE RISERVATA

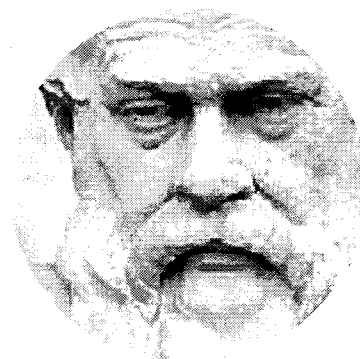
I vantaggi



SALUTE Camminare fa bene al cuore e all'organismo in generale. Fa dimagrire e contribuisce a curare anche malattie come l'artrite



RISPARMIO Andare a piedi soprattutto nelle grandi città consente di risparmiare il denaro dell'auto e anche di inquinare meno



CULTURA Passeggiare aiuta la riflessione e consente di liberare la mente, fare incontri, socializzare. Anche Socrate girava a piedi



DEPRESSIONE

Come uscire dal male oscuro

17 milioni di italiani soffrono di disagi mentali, un disturbo trasversale e taciuto, mentre il consumo di anti-depressivi aumenta del 400% e

le terapie non sono alla portata di tutti. Il racconto di manager, calciatori, musicisti, gente comune che ha conosciuto il dolore di depressione,

esaurimento e panico. Ma vincerlo si può, gli esperti ci spiegano come fare

► pag. 4 - 7 con racconto di Caterina Bonvicini

17 milioni soffrono in silenzio

1 ITALIANO SU 4 STORIE DI MANAGER, CALCIATORI, MUSICISTI E GENTE COMUNE, TUTTI AFFETTI DA UN DISAGIO TRASVERSALE. CHI NE PARLA È BOLLATO. EPPURE CON UNA TERAPIA ADEGUATA SI GUARISCE

di **Elisabetta Ambrosi**

Lavoravo alla Fiat, ero un pezzo grosso. Viaggiavo spessissimo. Poi un giorno, su un Boeing 747, ho cominciato ad ansimare, un terrore impossibile da descrivere. Mi sono aggrappato alla hostess dicendole con voce strozzata: "Muoiò". Dopo quell'episodio F. si è dovuto fermare. Tornare al suo posto era impossibile, "non riesco più neanche ad attraversare la strada, era come se un diagramma mi separasse dal mondo". Poi le dimissioni, le cure per una diagnosi di depressione, un altro lavoro e un'altra vita.

C., invece, era una promessa del calcio, giocava in serie B. Fino a quando arrivò la notizia che un talent scout del Milan sarebbe venuto a vedere la partita. "Crollai e fui sostituito, smisi di giocare. Per anni ho sofferto di gravi sintomi, mi sembrava che la mia vita fosse finita. Più tardi ho capito, grazie a uno

psicoanalista, che avevo paura della libertà di scelta. Oggi vivo in campagna con mia moglie, sono un'altra persona".

Ancora oggi, sia F. che C., che pure si definiscono "più felici di prima", non osano dire il loro vero nome, per il timore di essere additati come persone disturbate, malate, mal funzionanti. Eppure, come ha scritto Tahar Ben Jelloun in *L'albergo dei poveri*, "la depressione colpisce a caso: si tratta di una malattia, non di uno stato d'a-

nimo". Di più, è una "malattia democratica", per ricordare l'espressione di un grande depresso come Montanelli, trasversale al ceto sociale, nonostante la crisi l'abbia resa più inso-

stenibile, trasversale al genere (anche i numeri sono a svantaggio delle donne: sia per la maggiore pressione sociale subita sia, però, per la maggiore facilità ad ammettere il malessere).

La malattia "democratica"

Il disagio psichico, allora, è piuttosto qualcosa che ci accomuna: secondo una recente ricerca della Società Italiana di Psichiatria, sono circa diciassette milioni gli italiani con problemi di salute mentale: disturbi d'ansia, depressione, insonnia, disturbo post traumatico da stress. Problemi ai quali, come ha denunciato più volte lo stesso presidente della Sip Claudio Mencacci, non corrisponde un'offerta di cure adeguate, visto che solo l'8-16% incontra professionista, e solo il 2-9% ha un trattamento adeguato, fatto di psicoterapia e farmaci. Quelli giusti, però. Perché l'altro tema che la questione della sofferenza mentale porta con sé è il grande abuso di psicofarmaci, cui gli italiani fanno sempre più ricorso: benzodiazepine, ansiolitici e ipnotici, ma anche antidepressivi, il cui uso, nell'anno in cui il Prozac compie 25 anni, è quadruplicato in dieci anni, secondo i dati del Rapporto Osservasalute 2012. Per maggiore consapevolezza, certo, ma anche a causa di prescrizioni troppo disinvolute (talvolta persino agli adolescenti, come ha segnalato un'allarmante indagine dell'Università di Torino), magari del medico di base. E poi c'è, anche, la difficoltà a trovare lo psichiatra o il terapeuta giusto. Chi si rivolge al privato, ad esempio, si trova di fronte a un professionista - in Italia ci sono circa 40.000 psicoterapeuti, e quasi altrettanti psicologi "semplici" - che di fatto viene monitorato, quando ciò accade, solo dai supervisori della scuola di appartenenza (circa 340 in Italia).

Tanta sofferenza e cure fai da te

E non sempre il primo esperto trovato è quello giusto, come testimonia la vicenda di Sara, quarant'anni e due figli piccoli. Reduce da un lungo trattamento psicoanalitico fallito, dopo il quale le è stata imposta una cura di antidepressivi sbagliata per un disturbo bipolare, ha affrontato un angosciante cal-

vano, dal quale è uscita trovando il coraggio di cambiare specialista. "Gli errori sanitari esistono anche in questo ambito", dice. "Ma questo non vuole dire che non sia fondamentale chiedere aiuto, anzi". Anche per Francesca, giovanissima musicista, uscire dalla sofferenza è stato "un percorso fatto di tentativi ed errori". Lei, un talento in crescita, racconta del momento in cui tutto si è bloccato. "La cosa peggiore è sentirsi incompresa, emarginata: nel mondo dello spettacolo devi avere un'immagine invincibile. Mi ha aiutato un medico illuminato".

L'ultimo capitolo riguarda il rapporto tra la crisi e la salute mentale dei cittadini. Perché se il tema della sofferenza psichica è dimenticato dal dibattito pubblico (salvo essere riportato in vita da casi drammatici come quello dell'uccisione a Bari della psichiatra Paola Labriola), tg e giornali da mesi distanziano la cronaca di suicidi e omicidi in maniera spesso distorta. Etichettando come suicidi da crisi tutte le morti di persone in difficoltà economica (o, viceversa, dimenticando che ci sono condizioni ambientali e sociali insostenibili, come nel caso di immigrati o carcerati).

Che esista un rapporto diretto tra disoccupazione e tagli allo stato sociale e aumento del rischio di depressione, comportamenti a rischio e suicidi è ormai assodato, come mostra ad esempio l'ultimo rapporto dell'Oms Europa sulle disuguaglianze (esemplare il caso Grecia, che prima della crisi aveva il tasso di suicidi più basso d'Europa, 3 ogni 100.000 abitanti).

La patologia e la crisi

"Uno stato che taglia su tutto", sottolinea la psicoanalista Marta Tibaldi, "è simile a un genitore che perseguita invece di prendersi cura, e può riattivare vissuti traumatici infantili o aggravare modalità già fragili di rapporto con il mondo esterno". Ma se è vero, come racconta il libro di Elena Marisol Brandolini, *Morire di non lavoro* (Ediesse), che la disoccupazione può uccidere, difficilmente potremo sapere cosa davvero ha spinto le circa quattromila persone che, nel 2013, in Italia, si sono tolte la vita (con casi particolarmente strazianti, come quelli dei coniugi di Civitanova Marche). Che sia un vissuto dell'infanzia o un licenziamento, di sicuro chi si uccide, come ha scritto Forster Wallace in *Infinite Jest*, non lo fa per motivi astratti o "perché la morte comincia a sembrare attraente", ma nello stesso modo in cui "una persona intrappolata si butterebbe da un palazzo in fiamme". Ed è questo che andrebbe tenuto presente. Insieme all'altro, fondamentale messaggio: che dalla depressione, e dalla sofferenza mentale, si può uscire, anzi guarire. La strada è sempre la stessa, ieri come oggi: accettare di star male e chiedere aiuto. Per trasformare l'assoluto cieco del dolore comprendendo le ragioni - antiche e nuove, biologiche, emotive e sociali - che lo hanno generato.

**DISAGIO INVISIBILE
I NUMERI NASCOSTI**

17 MLN
GLI ITALIANI
CON PROBLEMI DI
SALUTE MENTALE

8 - 16%
PERSONE CHE SI
AFFIDANO A UN
PROFESSIONISTA

2-9%
(A SECONDA DEI
LUOGHI) CHI RICEVE
CURE ADEGUATE

+400%
CONSUMO
DI ANTIDEPRESSIVI
IN 25 ANNI

80MILA
PSICOTERAPEUTI E
PSICOLOGI: 40-140
EURO COSTO SEDUTE

Non bastano soldi e successo

UMA THURMAN "ERO IN ROVINA"

Nel 2006 l'attrice ha confessato che la depressione ha perseguitato la sua vita. "La mia vita professionale era in impennata, ma io ero in rovina".

JIM CARREY "AIUTATO DA MIA FIGLIA"

Nel 2011 dichiarò al settimanale italiano "A" di aver sconfitto già una volta la depressione, aiutato dalla figlia e dal nipotino, entrambi capaci di donargli sorrisi.

GIGI BUFFON "PERIODO MOLTO CUPO"

Il campione ricorda: "Nel 2004 mi segui una psicologa, non ero soddisfatto della vita e del calcio. È stato un periodo molto cupo, davvero".

FEDERICA PELLEGRINI "CRISI D'ANSIA"

Le diagnosticarono l'asma, ma la nuotatrice Pellegrini si trovava alle prese con piccole crisi d'ansia. "Non riuscivo a controllarle", raccontò.

VASCO ROSSI "COCKTAIL DI FARMACI"

Su Facebook ha confessato: "Assumo da tempo un cocktail di antidepressivi, psicofarmaci, ansiolitici, vitamine, studiato da una equipe di medici, che mi mantiene in questo equilibrio accettabile".

ARRIGO SACCHI "SMISE DI ALLENARE"

L'allenatore nel 2001 lasciò la guida del Parma in seguito a un attacco di panico con tachicardia e febbre alta iniziato prima di una partita a Verona. Da quel momento non ha più allenato.

GIOVANNI ALLEVI "FINÌ IN OSPEDALE"

Al suo primo attacco di panico finì al pronto soccorso: mentre l'ambulanza lo trasportava al Policlinico di Milano, pensò che panico viene da Pan, il dio Tutto: "Viene da emozioni incontenibili".

ALESSANDRO GASSMAN "CRISI INVALIDANTI"

"Non è una cosa che nascondo. Il panico è cominciato un anno e mezzo dopo la morte di mio padre. Ho avuto solo un paio di attacchi, però terribili. Duravano 20 minuti. Erano invalidanti".

ANNE HATHAWAY "NIENTE PILLOLE"

La protagonista de *Il diavolo veste Prada* ha ammesso di aver sofferto di ansia e depressione da adolescente. La Hathaway giura di aver affrontato il problema senza fare ricorso alle medicine.

WOODY ALLEN "L'IRONIA E L'ANALISI"

In tutti i suoi film scherza molto sul tema: "Ero depresso, in quel periodo. Intendevole uccidermi, ma ero in analisi, e i freudiani sono molto severi al riguardo, ti fanno pagare le sedute che perdi".

CATHERINE ZETA-JONES "DISTURBO BIPOLARE"

L'attrice è stata ricoverata in clinica più volte e sempre per l'acuirsi di una sindrome bipolare. Una patologia di cui soffre da tempo. E dalla quale sembrava essere definitivamente uscita.

STING "MALATTIA TREMENDA"

Sting ha detto in tv: "La depressione è una malattia tremenda, la malinconia è un'altra cosa: è quello stato d'animo che ci fa vedere la bellezza triste delle cose".

ROBBIE WILLIAMS "PRENDO PASTICCHE"

"Prendo cose che la combattono, antidepressivi. Funzionano, ma penso che le case farmaceutiche siano più o meno allo stesso livello degli spacciatori di droga. Non so cosa assumo".

MEL GIBSON "RABBIA E DISPERAZIONE"

"Soffro di disturbo bipolare e devo costantemente tenermi sotto controllo medico. Mi vengono scatti di rabbia improvvisi e orrenda depressione, spesso disperazione".



Neurologia Quanto sono efficaci i metodi propagandati per incrementare le performance intellettuali

Come si aumentano davvero memoria, creatività, concentrazione

È utile leggere, imparare a suonare uno strumento, studiare una lingua straniera. Ma lo è ancora di più dormire abbastanza ed evitare stimoli eccessivi

Potenzialità

Le cellule del cervello mantengono una certa plasticità ben oltre i 18 anni

Superlavoro

Lo stress può essere deleterio attraverso l'azione di ormoni come il cortisolo

di ELENA MELI

Esistono molti modi per ottenere il massimo dal nostro cervello aumentandone le prestazioni: avere più memoria, riuscire a concentrarsi di più, sfruttare a fondo la creatività, imparare a usare meglio il ragionamento, rafforzare la logica. È possibile farlo da giovanissimi, quando le capacità cerebrali si stanno sviluppando grazie alla creazione di nuove connessioni fra i neuroni, ma è un obiettivo realistico anche per chi è già adulto: ormai si sa da tempo che le cellule del cervello mantengono una certa plasticità ben oltre i 18 anni, consentendo a chiunque di poter migliorare le performance cerebrali e, almeno in teoria, in ogni momento dell'esistenza.

Il bello è che dare una marcia in più al cervello sembra perfino piacevole: stando alle ricerche scientifiche, le attività più efficaci allo scopo sarebbero, per esempio, lo studio di uno strumento musicale, la meditazione, un buon sonno, un po' di sano movimento o esercizi che chiunque può fare senza troppi sforzi. Prima regola, usare costantemente il «muscolo-cervello», perché l'inattività lo indebolisce. «Come la ginnastica fortifica i muscoli, così l'attività mentale rafforza il cervello — spiega Giuseppe

Iannocci, presidente di Assomensana (Associazione per lo sviluppo e il potenziamento delle capacità mentali) —. Così come l'eccesso di sport può far male, però, anche il superlavoro cerebrale può essere deleterio: lo stress, attraverso ormoni come il cortisolo, impedisce ad esempio la sedimentazione della memoria e compromette l'apprendimento. Allo stesso modo, guai a «intasare» il cervello con troppe informazioni: per trattenere ciò che arriva dall'esterno le cellule devono creare collegamenti e per farlo serve tempo, e se vengono continuamente «sovrapposte» notizie finiamo per creare solo confusione».

Il cervello per potenziarsi ha bisogno di allenarsi, ma anche di riposarsi: non a caso un buon sonno è fondamentale, perché è in questa fase che le connessioni cerebrali si riorganizzano e alcuni circuiti mentali sono rafforzati mentre altri sono sfolgorati. «Dormire bene è indispensabile per il cervello — interviene il neurologo e psichiatra Sandro Sorbi, responsabile della Clinica neurologica 1 al Policlinico universitario Careggi di Firenze —. Dopo una notte poco ristoratrice le performance sono meno brillanti, chi ha disturbi del sonno con l'invecchiamento va incontro più facilmente a disturbi cognitivi. In caso di difficoltà

però occorre rivolgersi a uno specialista: farmaci come le benzodiazepine, usati da molti per il fai da te antinsonnia, possono peggiorare le prestazioni cognitive».

Ma quali sono le attività più utili per far diventare «super» il cervello? «Come nel nostro corpo abbiamo molti muscoli diversi, da potenziare con allenamenti differenti, così il cervello ha varie capacità da esercitare: memoria, attenzione, concentrazione, linguaggio, logica, creatività, ragionamento e così via — riprende Iannocci —. Per stimolare il cervello però serve qualcosa che lo attivi davvero: le parole crociate, ad esempio, sono un esercizio passivo in cui andiamo semplicemente a recuperare nozioni già presenti nella memoria. Pure la lettura può essere passiva, se non sollecita la fantasia e non ci stimola: chi ama leggere, per far sì che ciò diventi un buon esercizio mentale, dovrebbe fermarsi dopo aver letto alcune pagine e ripensare agli avvenimenti e ai personaggi, rievocando le emozioni provate. In questo modo la lettura diventa strumento per allenare la memoria e l'attenzione».

Un altro esercizio molto semplice proposto dall'esperto è la ripetizione a tre persone diverse di una notizia appresa durante la giornata: la prima volta il racconto sarà poco efficace, la seconda sarà

più chiaro e fluente, alla terza ripetizione ci accorgeremo di saper riferire la storia in maniera lineare e con ricchezza di particolari. Un metodo facile, che aiuta a migliorare concentrazione, capacità linguistiche, costruzione del pensiero e memoria. Un po' più di impegno nel lungo termine occorre per attività che secondo numerosi studi scientifici sono un toccasana per il cervello: imparare a suonare uno strumento, ad esempio, sembra addirittura in grado di aumentare il quoziente intellettivo se si comincia da piccoli. I meccanismi non sono chiari, probabilmente hanno un ruolo le risorse motorie, sensoriali ed emotive coinvolte. Chi non suona può provare con l'effetto Mozart, secondo cui le prestazioni cerebrali migliorerebbero anche solo ascoltando buona musica: molti esperti ritengono però che non si tratti di un vero potenziamento delle capacità del cervello, bensì che il benessere indotto dall'ascolto aiuti la

mente a funzionare al massimo. C'è invece certezza sull'efficacia dell'apprendimento di una seconda lingua: da tempo si sa che i bilingui hanno un vantaggio cognitivo (ad esempio migliori capacità esecutive, cioè migliore capacità di concentrarsi su ciò che serve o di passare da un compito all'altro senza confondersi), ora molte evidenze sottolineano che pure studiare le lingue da adulti migliora le performance cerebrali. «Anche imparare a usare uno strumento tecnologico nuovo, come un tablet o uno smartphone, è utile — aggiunge Iannocari —. Per riuscirci dobbiamo ristrutturare gli schemi cognitivi e imparare a pensare in modo diverso, allenando perciò la mente a essere flessibile: più l'intelligenza è fluida, più siamo capaci di trovare soluzioni ai problemi».

Chi preferisce attività contemplative può affidarsi alla meditazione. È dimostrato che ritagliarsi ogni giorno qualche minuto per meditare allena attenzione e concentrazione, aiutando il cervello a ottimizzare le sue prestazioni. Chi al contrario è un iperattivo per natura può sfruttare i vantaggi dell'esercizio fisico: «Facendo sport non si diventa automaticamente geni, è bene specificarlo. Tuttavia, essere in forma crea le condizioni ideali perché il cervello possa dare il meglio: l'attività fisica mantiene sano il sistema cardiovascolare ossigenando e irrorando il sistema nervoso, inoltre produce endorfine che tengono alto il tono dell'umore e aumenta la sintesi di proteine preziose per proteggere i neuroni» conclude Giuseppe Iannocari.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Negli adulti

Il perfezionismo può limitare l'apprendimento

Il cervello non si «fossilizza» con l'andare del tempo. È possibile imparare una lingua straniera, uno strumento o qualsiasi altra abilità anche da adulti (e bene quanto può farlo un bambino), però alle giuste condizioni. Molto dipende, infatti, da ciò che si fa per stimolare l'apprendimento: l'unica occupazione dei bimbi piccoli è imparare a parlare ed esplorare l'ambiente, inoltre vengono continuamente «messi alla prova» su ciò che hanno appreso. Se a un adulto fosse concesso altrettanto tempo, otterrebbe enormi risultati, a patto però di liberarsi dal perfezionismo: l'adulto infatti tende a pensare molto a ciò che fa e se vuole imparare a giocare a golf, ad esempio, si concentra più sulla perfezione del movimento che sul risultato del gesto, allenandosi su ogni singolo passaggio fino a padroneggiarlo del tutto. Gli esperti invece ritengono più efficace cambiare continuamente obiettivo, lasciarsi un po' andare e magari ritrovare la fiducia in noi stessi che, da giovani, ci fa credere di essere capaci di fare qualunque cosa.

SIMULAZIONI

La genetica del futuro è nel computer

di Agnese Codignola

In silico, oltre a "in vitro" e "in vivo". Gli esperimenti di genetica del futuro, e come già parte di quelli di oggi, non saranno più solo fatti su sistemi isolati come le colture cellulari o su animali o umani ma anche, appunto, al computer, sul silicio. Perché la modellistica sta facendo passi da gigante, e sta diventando sempre più una parte integrante e complementare della ricerca, quella che consente di prevedere come è o sarà un certo tipo di struttura, che funzioni ha, che tipo di problema può nascere se cambia qualcosa, che aspetto deve avere un farmaco specifico nato per interagire con essa e così via. Il settore è giovanissimo e in pieno fermento, e talvolta, come sempre accade nell'infanzia delle discipline, non esente da errori e ripetizioni, dovuti alla carenza di un approccio globale e sistematico. Per cercare di fare un po' di ordine e soprattutto per far capire meglio a biologi, matematici e ricercatori di materie affini che cosa è successo in 25 anni di utilizzo del computer nello studio del Dna, permettendo a tutti di acquisire maggiore familiarità con un ambito con il quale dovranno giocoforza interagire sempre di più, Angelo Rosa, 37 anni fisico teorico oggi ricercatore della Sissa di Trieste, cervello rientrato in Italia dopo diversi anni all'estero (in Svizzera, Germania e Spagna), e Christophe Zimmer, fisico sperimentale dell'Istituto Pasteur di Parigi, hanno appena pubblicato una corposa review su *International Review of Cell and Molecular Biology*. Ed è lo stesso Rosa a spiegare a Nòva perché questa sistematizzazione è necessaria, e che cosa aiuta a comprendere: «Da diversi anni la modellistica viene applicata ad argomenti biologici, ma solo di recente nuovi software hanno permesso di ottenere risultati significativi per quanto riguarda la comprensione della struttura e del funzionamento del Dna racchiuso nei cromosomi: la review illustra i principali modelli utilizzati, e i passi in avanti resi possibili proprio dalle nuove applicazioni. In particolare, la prima parte riguarda un aspetto non scontato, emerso di recente, ossia il fatto che anche solo partendo da informazioni fisiche, per così dire tralasciando gli aspetti biologici, si possono ottenere dati

importanti». Rosa fa riferimento, in particolare, al fatto che, partendo dalla fisica dei polimeri e applicandola, con le dovute modifiche, al Dna, alcuni modelli sono in grado di predire come sarà una struttura complessa come il Dna, e come si comporterà. «I polimeri sono costituiti da una sola molecola ripetuta, mentre nel caso del Dna i mattoni di partenza sono 4, cui vanno aggiunte proteine e altre strutture che intervengono, e quindi la situazione è molto più complicata; tuttavia, con sistemi analoghi a quelli dei polimeri è possibile, per esempio, capire che cosa una modificazione di una base indurrà nella struttura di una parte di cromosoma, un tipo di informazione molto utile nello studio di malattie quali i tumori».

La seconda parte della review è incentrata su un altro aspetto importante: quello della mappatura di zone specifiche dei cromosomi. Spiega ancora Rosa: «Usando dati sperimentali di punti mappati sul cromosoma, alcuni modelli si occupano di ricostruire un cromosoma intero o una sua porzione: per dare un'idea, un po' come se si realizzasse una cartina d'Italia conoscendo solo la posizione di alcune città quali Milano, Napoli e Roma. Con gli strumenti degli anni passati questo non sarebbe mai stato possibile. Ma oggi nuovi software permettono di dare una forma anche alle zone comprese tra due punti del cromosoma, i quali software tengono conto del fatto che il Dna è organizzato secondo una stringa sottoposta a vincoli chimici e fisici. Oggi si può capire non solo come sono fatte zone specifiche del filamento di Dna, ma anche vicino a che quale altra zona stanno, e che cosa comporta questo rapporto di vicinato». Grazie a questo tipo di modelli, spiega ancora Rosa, è stato possibile ricostruire l'intero genoma del *Saccharomyces cerevisiae*, il lievito di birra usatissimo in ricerca.

La ricerca "in silico" sarà insomma sempre più protagonista degli studi di genetica e non solo, anche perché la complessità e la quantità di informazioni ottenute negli anni con la lettura delle sequenze non può essere interpretata se non con l'aiuto di modelli opportuni. Per il momento la realizzazione del modello dei cromosomi umani è poco più che un sogno, ma anche la lettura del genoma è iniziata con ipotesi futuribili degli anni 70-80. Ed è finita con la decrittazione del genoma, ormai più di dieci anni fa.

che hanno una discreta efficacia soprattutto sulle funzioni esecutive: il soggetto deve riconoscere un comando, ricordare che cosa significa e rispondere in modo adeguato, così si allenano comprensione, memoria ed esecuzione». Già, la memoria. Perderla è il timore di tutti, rafforzarla il desiderio di chiunque soprattutto con l'età che avanza. Come riuscirci? «Intanto, esercitandola: alla sera, ad esempio, è utile ripensare a tutto ciò che è successo durante la giornata richiamando i fatti nei dettagli per "stratificare" i ricordi e allenare la memoria — consiglia Giuseppe Iannocari, presidente di Assomensana —. Lo stress, l'ansia, la depressione, la stanchezza sono "sapo-nette" dei ricordi, li spazzano via e vanno perciò combattute. Senza confondere memoria con attenzione: quando entriamo in una stanza e dimentichiamo perché ci siamo arrivati non abbiamo preoccupanti deficit mnemonici, nel frattempo abbiamo pensato ad altro e ci è sfuggito lo scopo iniziale per cui ci siamo mossi. La memoria peraltro non si è evoluta per trattenere tutte le informazioni, ma per rammentare che cosa è pericoloso: voler ricordare tutto è frustrante, perché è davvero impossibile riuscirci. Chi ricorda tutto è un caso patologico studiato dai medici, saper dimenticare ciò che non ci serve è indispensabile perché troppe informazioni ci disorienterebbero».

Resta il fatto che i pochi con una memoria prodigiosa per nomi, numeri e altro sono guardati con invidia. Esistono tecniche alla portata di tutti per rafforzare le capacità mnemoniche? «Per ricordare efficacemente sono importanti quattro passaggi: innanzitutto, abituarsi a disporre ciò che non si vuole dimenticare in un ordine, organizzandolo in categorie o creando associazioni mentali; queste, se possibile, dovrebbero essere insolite o bizzarre perché il cervello viene "colpito" e fissa meglio elementi stravaganti — raccomanda Iannocari —. Quindi, è essenziale che ci sia la motivazione a fissare il dato: prima di destinare le sue preziose risorse a ricordare qualcosa, il cervello deve sapere che ne vale la pena. Infine, bisogna richiamare spesso alla mente ciò che ci si propone di non dimenticare, riattivando le tracce del ricordo. In caso contrario il tessuto cerebrale che "contiene" l'informazione si sfilaccia: dopo un paio di settimane è normale non rammentare più il nome di una persona che ci è stata presentata, se non abbiamo avuto interesse od occasione per trattenerne il ricordo». L'interesse, peraltro, insieme alla novità è la «molla» principale per potenziare le capacità cognitive, da giovani e da anziani: «L'apprendimento di qualcosa di stimolante e diverso dal solito favorisce nuove connessioni neuronali — spiega Sorbi —. È un meccanismo presente finché siamo vivi, da coltivare sempre. In questo senso sarebbe preferibile dedicarsi ad attività che non siano ripetitive come le parole crociate: frequentare amici, visitare musei, creare occasioni per imparare qualcosa di nuovo e che piace sono metodi efficaci e soprattutto piacevoli per mantenere il proprio cervello in forma il più a lungo possibile».

© RIPRODUZIONE RISERVATA



UNA BUONA COLAZIONE

Nutrirsi in modo adeguato nel primo pasto della giornata è indispensabile per assicurarsi l'energia che serve al cervello: saltare la colazione riduce le performance al lavoro e a scuola



CIBI SANI

L'eccesso di zucchero, ma anche i cibi ipercalorici o quelli troppo ricchi di grassi, riducono la sensibilità ai tessuti dell'insulina, favorendo deficit di memoria. Benefiche invece sia la frutta sia la verdura



UN BUON SONNO

Durante il riposo il cervello decide quali reti e connessioni fra cellule nervose potenziare per trattenere informazioni e quali sfoltrire perché inutili: un sonno scarso riduce le prestazioni cognitive successive



MEDITAZIONE

Trascorrere ogni giorno un po' di tempo a meditare allena la mente a focalizzarsi, concentrarsi e restare attenta più a lungo e in maniera efficace, aiutando a ottenere risultati migliori nei compiti da svolgere

MUSICA

Imparare a suonare uno strumento migliora le capacità cognitive nonché la coordinazione motoria e visuo-spaziale; anche ascoltare musica aumenta le performance, probabilmente perché rilassa



ESERCITARE LA MEMORIA

È possibile farlo, ad esempio, richiamando alla mente i fatti della giornata o fermandosi durante la lettura di un libro per ripensare a eventi e personaggi: mantenere la memoria attiva aiuta a non perderla



IMPARARE QUALCOSA DI NUOVO

Le novità stimolano il cervello: impegnarsi in un'attività che interessa e che ancora non si padroneggia è un ottimo metodo per veder migliorare le proprie capacità cognitive in generale



FARE ESERCIZI SPECIFICI

Alcuni tipi di «brain training» (da specifiche app a videogiochi studiati allo scopo) possono migliorare le abilità che ciascun esercizio punta ad allenare (per esempio la concentrazione, la logica, l'attenzione e così via)

Alimentazione | carboidrati sono fondamentali per i neuroni, ma l'eccesso può provocare l'effetto opposto

La resistenza all'insulina invecchia la mente

Nuove evidenze sul ruolo degli zuccheri nei deficit mnemonici

Alleati

Fra gli alimenti da considerare «alleati» delle prestazioni intellettive vanno annoverati quelli che contengono asparagina (carni, uova, latticini), che ha un'importanza decisiva per il corretto sviluppo del cervello. Anche il pesce è molto utile, ma non tanto per il fosforo, come si credeva un tempo, quanto per i suoi acidi grassi polinsaturi (di cui è ricca anche la frutta secca). Infine, come sempre, positivi sono anche gli effetti degli antiossidanti di frutta e verdura, che proteggono i neuroni dai radicali liberi

Non è mai troppo tardi per iniziare ad allenare il cervello. Anche da adulti, perfino da anziani si può fare qualcosa per migliorare le performance cerebrali e allontanare lo spettro di deficit cognitivi che possono minare la vecchiaia. Certo, molto si costruisce quando si è più giovani, come spiega Sandro Sorbi, direttore della Clinica neurologica 1 al Policlinico universitario Careggi di Firenze: «Nelle persone anziane con un alto grado di scolarità, che hanno svolto un'attività lavorativa intellettualmente impegnativa e hanno avuto una vita sociale intensa, le prestazioni cognitive sono indubbiamente migliori. Tenere impegnato il cervello durante l'arco di tutta una vita serve a rafforzare la rete delle connessioni cerebrali creando una riserva cognitiva consistente che diventa assai utile con l'andare degli anni: quando qualche funzione viene meno per il deteriorarsi delle cellule nervose, può essere infatti rimpiazzata da altri neuroni del network».

Durante la vita adulta e poi quando si è anziani, è fondamentale un'alimentazione corretta: sono ormai innumerevoli le prove che mostrano come il nostro cervello sia parecchio influenzato da ciò che mettiamo nel piatto. Uno studio pubblicato sulla rivista scientifica *Neuron* di recente, ad esempio, ha spiegato che l'aminoacido asparagina contenuto nella carne, nelle uova e nei latticini è indispensabile per il corretto sviluppo del cervello; sono

noti da tempo, inoltre, gli effetti positivi degli antiossidanti di frutta e verdura, che proteggono i neuroni dai radicali liberi, e degli acidi grassi polinsaturi dell'olio, della frutta secca e del pesce (il cui fosforo, invece, non aumenta affatto l'intelligenza, come si credeva in passato).

I grassi «buoni» rivestono le cellule nervose e hanno un'azione positiva anche quando vengono introdotti con il cibo; i grassi idrogenati dei cibi spazzatura invece sono molto dannosi per il cervello, così come lo zucchero, che secondo gli esperti è un vero e proprio «veleno» per i neuroni, tanto che alcuni hanno ribattezzato la demenza di Alzheimer come «diabete di tipo tre». «Il legame fra l'eccesso di carboidrati e i deficit cognitivi passa dall'alterazione della sensibilità all'insulina, che nel cervello agisce come un neuromodulatore — spiega Giuseppe Paolisso, presidente della Società italiana di gerontologia e geriatria —. In chi ha un alterato metabolismo degli zuccheri la sensibilità all'insulina a livello cerebrale diminuisce e ciò facilita la deposizione di placche di beta-amiloide, una sostanza di scarto del metabolismo cerebrale correlata all'Alzheimer. Non a caso l'uso di farmaci antidiabetici riduce lievi deficit cognitivi nei pazienti che li manifestano». Ewan McNay, un neuroscienziato dell'Università statunitense di Albany, ha dimostrato che un calo di insulina nel cervello, così come una ridotta sensibilità dei tessuti all'ormone, comporta una riduzione della memoria e questo ha un senso, evolutivamente: «Quando un nostro antenato trovava cibo, ad esempio bacche, il picco di glucosio e di insulina che ne derivava era una sorta di «bandierina» apposta per ricordarsi che quell'alimento era buono». A confermare il legame fra eccesso di zuccheri e deficit cognitivi, uno studio sul *Journal of Clinical Investigation* ha mostrato che il cervello di pazienti deceduti con Alzheimer non reagisce se viene «imbevuto» di insulina, mentre quello di persone sane si «rianima» manifestando addirittura segni di un'attività sinaptica. Morale, chi vuole avere un cervello in forma a lungo farà bene a evitare troppi dolci e pure i cibi ipercalorici.

«Gli alimenti ricchi di grassi insaturi, infatti, oltre a essere privi di sostanze protettive come vitamine e antiossidanti, favoriscono la comparsa della resistenza all'insulina — sottolinea Paolisso —. Per migliorare il funzionamento del cervello, quindi, si alla dieta mediterranea ricca di fibre e con una quantità non eccessiva di zuccheri, facendo attenzione, però, a non introdurne troppo pochi, perché sono la «benzina» per i neuroni. Si anche al movimento, che proprio durante la vecchiaia sembra più efficace nell'aumentare le performance cognitive: uno studio recente ha mostrato che nel cervello degli anziani attivi si trova una quantità di sostanza grigia e bianca paragonabile a quella di soggetti più giovani e molto maggiore rispetto ai coetanei sedentari. Possono essere una buona idea anche i cosiddetti «senior games», videogiochi studiati appositamente per potenziare alcune capacità cerebrali,

La sanità Dopo la morte dello studente di Ingegneria la raccomandazione dei cardiologi: affidarsi a strumenti adeguati

Cuore «matto», c'è un salvavita portatile

Santomauro, presidente del Gruppo emergenze: impianto rapido e gratuito

Marisa La Penna

Si chiama «s-icd». È un defibrillatore sottocutaneo della grandezza di un pacchetto da dieci sigarette. Un dispositivo che, probabilmente, avrebbe salvato la vita dello studente diciannovenne del politecnico stroncato mentre sosteneva il suo primo esame universitario. Il congegno, di ultima generazione, costa circa sedicimila euro (quello meno «sostanzioso» ne costa 11mila) ed è possibile ottenerlo dal servizio sanitario nazionale dietro richiesta documentata del cardiologo. Ovviamente le liste di attesa sono lunghe.

Maurizio Santomauro, presidente del Giec, il gruppo emergenze cardiologiche, in prima linea presso il dipartimento di Cardiologia, Cardiocirurgia e Emergenze cardiovascolari del policlinico federiciano spiega: «I defibrillatori impiantabili sottocutanei, già da qualche anno, sono disponibili per il trattamento delle aritmie mortali. Essi vengono impiantati in modo completamente diverso rispetto ai modelli tradizionali che vengono utilizzati dagli aritmologi da oltre venti anni e prendono il nome di "icd", implanted cardioverter defibrillator». I nuovi modelli, spiega il cardiologo, hanno il vantaggio di essere efficaci come i precedenti ma di non prevedere un intervento che utilizza dei cateteri dentro al cuore. Infatti questo nuovo sistema viene posizionato attraverso un elettrocattetero sotto la pelle in zona sottoascellare. L'apparecchio, rettangolare, della grandezza di circa otto centimetri, è più piccolo del modello tradizionale e pesa circa trenta grammi. Il suo costo è superiore rispetto al prezzo del tradizionale. Il nuovo costa circa 16mila euro, l'altro 11mila. E come detto è carico del servizio sanitario nazionale. Finora ne sono stati collocati poche decine. Ma, come detto, la richiesta è alta. Le strutture sanitarie cittadine dove è possibile ottenere un intervento di questo tipo sono il policlinico federiciano, il Monaldi, il Loreto Mare. Sono

apparecchi che vengono impiantati solo nei centri più specializzati; si ottengono dalla Asl su indicazione del cardiologo aritmologo d'intesa col cardiocirurgo.

Se Gaetano Piccirillo, lo studente affetto da cardiopatia ipertrofica, avesse avuto il defibrillatore sottocutaneo la crisi cardiaca sarebbe stata superata grazie all'intervento tempestivo del congegno elettronico. Spiega Santomauro: «Il sistema sottocutaneo consente di svolgere tutte le normali attività fisiche. Il paziente può fare ginnastica, guidare l'auto. Può fare insomma tutte le cose che faceva prima dell'impianto. Il dispositivo restituisce una normale qualità della vita».

L'aritmia pericolosa per la vita viene contrastata da una scarica elettrica all'interno del cuore. «E in sedici secondi riporta l'organo a un ritmo regolare. Il paziente subisce soltanto un piccolo capogiro, una lieve lipotimia, una breve sincope. Non si accorge praticamente di nulla. Non si rende neppure conto di essere stato a un passo dalla morte». Il nuovo sistema, rispetto al tradizionale emette pochi raggi x e dal punto di vista estetico è meglio accettato sia dai pazienti giovani sia dalle donne», conclude Santomauro.

Il cardiocirurgo Vincenzo Lucchetti, responsabile della cardiocirurgia della Clinica Montevergine di Mercogliano, in provincia di Avellino, di «s-icd» ne ha collocati tanti. Nella struttura sanitaria irpina c'è una lista di attesa molto veloce. Ribadisce: «Sì, lo studente si sarebbe salvato con un s-icd. La sua, infatti, era una malattia che a distanza crea problemi importanti, per esempio insufficienze ventricolare. Ma per molto tempo, con l'apparecchio, avrebbe vissuto comunque una vita normale».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Il sistema
Piccolo
dispositivo
sottopelle
Liste
d'attesa
lunghe
ma veloci

La scheda

COME FUNZIONA IL DEFIBRILLATORE S-ICD



Le aritmie vengono contrastate da una scarica elettrica all'interno del cuore



Ha forma rettangolare: il lato maggiore è lungo 8 centimetri



Pesa circa 30 grammi



Viene innestato in zona sottoascellare



Costa circa 16mila euro



È possibile ottenerlo dal servizio sanitario nazionale dietro richiesta documentata del cardiologo aritmologo d'intesa col cardiocirurgo



centimetri





NANOTECH

**Palline appiccicose
per fermare le metastasi**

Nanoparticelle che si comportano come "palline appiccicose", attaccandosi e distruggendo le cellule tumorali nel sangue, per prevenire così le metastasi. A mettere a punto il nuovo ritrovato sono stati gli scienziati della Cornell University (Usa). Gli esperti, che hanno pubblicato lo studio su «Pnas», hanno "attaccato" la già nota proteina anticancro Trail a proteine adesive attaccate a nanoparticelle. Iniettato nel sangue, il composto si è legato ai globuli bianchi, che attaccano le particelle tumorali, e la proteina Trail ha innescato la morte delle cellule cancerose. «I risultati ottenuti nel sangue umano e in quello dei topi sono notevoli: dopo due ore le cellule tumorali si sono letteralmente disintegrate», dicono gli autori, secondo i quali le nanoparticelle potrebbero essere utilizzate prima dell'intervento chirurgico o della radioterapia, che può portare al distacco di cellule cancerose dal tumore principale.

**PARKINSON****Promettente la prima
terapia genica**

Un cocktail di 3 geni per riprogrammare i neuroni danneggiati nei malati di Parkinson, correggendo l'errore che li rende incapaci di produrre dopamina. La prima terapia genica contro la seconda malattia neurodegenerativa più diffusa dopo l'Alzheimer, con circa 5 milioni di persone colpite nel mondo, ha dato risultati promettenti in uno studio di fase clinica I/II pubblicato su «Lancet», guidato da Stéphane Palfi dell'ospedale francese Henri-Mondor Albert-Chenevier di Creteil. Gli scienziati hanno usato un virus inattivato come carrier per trasportare i 3 geni sani nei neuroni fabbrica di dopamina, ottenendo «miglioramenti significativi» nelle funzioni motorie di tutti i pazienti trattati. La tripla terapia genica sperimentale si chiama ProSavin.