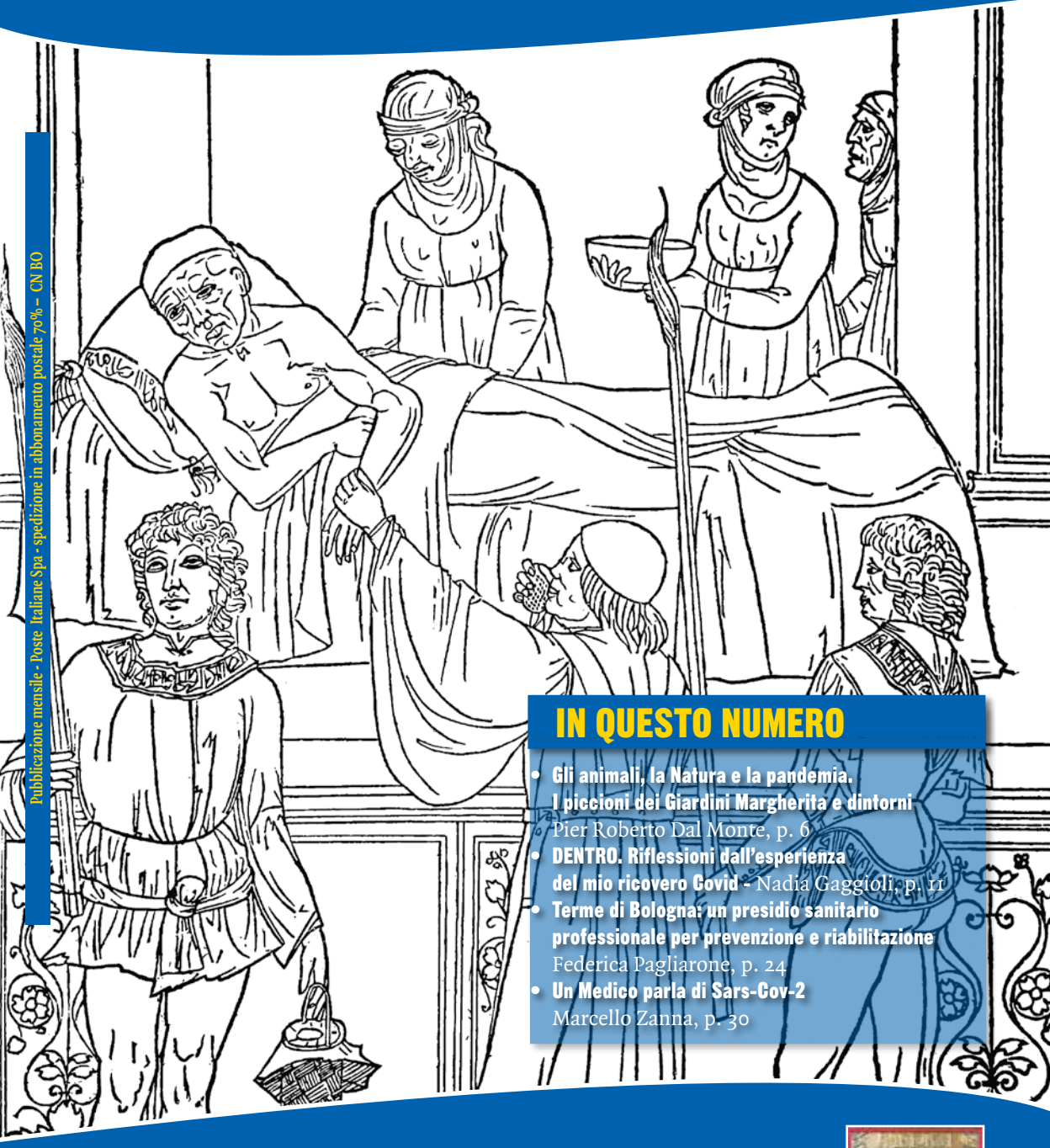
Bollettino Notiziario

anno LII - N° 3 marzo 2021

Pubblicazione mensile - Poste Italiane Spa - spedizione in abbonamento postale 70% – CN BO



IN QUESTO NUMERO

- **Gli animali, la Natura e la pandemia. I piccioni dei Giardini Margherita e dintorni** Pier Roberto Dal Monte, p. 6
- **DENTRO. Riflessioni dall'esperienza del mio ricovero Covid** - Nadia Gaggioli, p. 11
- **Terme di Bologna: un presidio sanitario professionale per prevenzione e riabilitazione** Federica Pagliarone, p. 24
- **Un Medico parla di Sars-Cov-2** Marcello Zanna, p. 30

ORDINE PROVINCIALE DEI MEDICI CHIRURGHI E DEGLI ODONTOIATRI DI BOLOGNA
Direzione e amministrazione: via Zaccherini Alvisi, 4 - Bologna - Tel. 051.399745
ISSN 2281-4744 (*edizione a stampa*) - ISSN 2281-4825 (*edizione digitale*)

VILLA RANUZZI

via Casteldebole, 12
40132 Bologna
tel 051 613 76 11
fax 051 613 76 19
info@villaranuzzi.it
www.villaranuzzi.it

VILLA SERENA

Via Toscana, 219
40141 Bologna
tel 051 47 70 01
tel 051 48 11 94
info@villaserena-bo.it
www.villaserena-bo.it

Villa Ranuzzi e Villa Serena accolgono anziani non più autosufficienti mettendo a disposizione posti privati di Casa Protetta/RSA. Assistenza personalizzata con un servizio di animazione qualificato, fisioterapia in palestre attrezzate, presenza medica anche di notte e nei festivi. Tariffe differenziate. No lista d'attesa.

CONSORZIATE E ASSOCIATE CON

CERTIFICATE

UNI EN ISO 9001:2015
REG. N. 8540

COLIBRÌ
E PLURIBUS UNUM
CONSORZIO OSPEDALIERO

Anaste
ASSOCIAZIONE NAZIONALE STRUTTURE TERZA ETÀ

E.C.H.O.

Seguici su facebook

VL Vincitorio & Lo Gatto
servizi assicurativi

Ti offriamo un **confronto comparativo gratuito**
tra tutte le compagnie assicurative.

Informati ora, il tuo consulente è sempre a disposizione!

Attilio Vincitorio
335.5253290

Giovanni Barbieri
329.2292122

Vincitorio & Lo Gatto - Via G.Dagnini 14, Bologna - 051.6241500 - subagenti@assibo.com

Certificato

UNI EN ISO 9001:2015
REG. N. 8540

SANTA VIOLA
PRESIDIO OSPEDALIERO ACCREDITATO

Ricoveri privati tempestivi senza lista d'attesa

L'Ospedale Santa Viola
è consorziato e associato con:

COLIBRÌ® E PLURIBUS UNUM CONSORZIO OSPEDALIERO

ASSOCIAZIONE ITALIANA OSPEDALITÀ PRIVATA

Uehp European Union of Private Hospitals

Ricoveri ospedalieri

Post acuzie

Riabilitazione

Pazienti affetti da disordini della coscienza

Ricerca e formazione

SANTA VIOLA
Presidio Ospedaliero Accreditato
via della Ferriera, 10,
Bologna 40133
t. 051 38 38 24
info@santaviola.it
www.santaviola.it

Seguici su facebook

Autor. Sanitaria N. PG 196321 del 14.05.2018

Direttore Sanitario
Dott. Vincenzo Pedone
Specialista in Geriatria, Medicina Interna, Cardiologia, Pneumologia e Dietologia

Bollettino Notiziario

ORGANO UFFICIALE DELL'ORDINE DEI MEDICI CHIRURGHI E DEGLI ODONTOIATRI DI BOLOGNA

DIRETTORE RESPONSABILE
Dott. Vittorio Lodi

CAPO REDATORE
Dott. Paolo Cernuschi

REDAZIONE
Abbati Dott. Pietro
Catellani Dott. Stefano
Cupardo Dott. Marco
Dugato Dott. Andrea
Fini Dott. Oscar
Gentili Dott. Andrea
Giordani Dott. Stefano
Lumia Dott. Salvatore
Manneschi Dott. Valdimaro
Pileri Prof. Stefano
Tonini Dott.ssa Valeria

I Colleghi sono invitati a collaborare alla realizzazione del Bollettino. Gli articoli, seguendo le norme editoriali pubblicate in ultima pagina, saranno pubblicati a giudizio del Comitato di redazione.

Pubblicazione mensile
Poste Italiane Spa - Spedizione
in abbonamento postale 70% – CN BO

Autorizzazione Tribunale di Bologna
n. 3194 del 21 marzo 1966

Editore: Ordine Medici Chirurghi ed Odontoiatri Provincia di Bologna

Fotocomposizione e stampa:
Renografica - Bologna

Il Bollettino di FEBBRAIO 2021
è stato consegnato in posta
il giorno 15/04/2021

Direzione, redazione e amministrazione:

via Zaccherini Alvisi, 4 - Bologna

Tel. 051 399745

www.odmbologna.it

SOMMARIO

ANNO LII - MARZO 2021 N° 3

ARTICOLI

Le proprietà nascoste • **5**

Gli animali, la Natura e la pandemia. I piccioni dei Giardini Margherita e dintorni • **6**

DENTRO. Riflessioni dall'esperienza del mio ricovero Covid • **11**

Medicina e arte • **23**

Terme di Bologna: un presidio sanitario professionale per prevenzione e riabilitazione • **24**

Associazione Mario Campanacci per lo studio e la cura dei tumori muscolo-scheletrici • **28**

Un Medico parla di Sars-Cov-2 • **30**

PICCOLI ANNUNCI • **32**

In copertina:

"Visita al malato di peste" dal *Fasciculus medicinae*, silloge di scritti medici ad opera di Johannes de Ketham (forse Johannes de Kiichheim, medico chirugo tedesco, professore a Vienna che soggiornoò a Venezia, probabilmente verso il 1490), pubblicata per la prima volta in latino dai veneziani Giovanni e Greorio de Gregoriis il 26 luglio 1491.

Si comunica agli iscritti che sono disponibili le nuove credenziali per l'accesso all'area riservata EBSCO. Per richiederle inviare una mail alla Segreteria dell'Ordine segreteria@odmbologna.it

ORDINE PROVINCIALE DEI MEDICI CHIRURGHI E DEGLI ODONTOIATRI DI BOLOGNA

Presidente
Dott. BAGNOLI LUIGI

Vice Presidente
Dott. PIZZA GIANCARLO

Segretario
Dott.ssa ARCIERI MARGHERITA

Tesoriere
Dott. LODI VITTORIO

Consiglieri Medici
Dott. BONVICINI ANDREA
Dott. CUPARDO MARCO
Dott.ssa ESQUILINI ANNA
Prof. LIGUORI ROCCO
Dott. LUMIA SALVATORE
Dott. MASOTTI MASSIMO
Dott.ssa PIRAZZOLI ALESSANDRA
Prof. PRATI CARLO
Dott.ssa SCHLICH GIULIANA
Prof. TREVISANI FRANCO
Prof. ZAFFAGNINI STEFANO

Consiglieri Odontoiatri
Dott. BONDI CORRADO
Dott. RUBINI GIOVANNI

Commissione Albo Medici
Presidente: Dott. LUMIA SALVATORE
Vice Presidente: Dott. CUPARDO MARCO
Segretario: Dott.ssa ARCIERI MARGHERITA

Commissione Albo Odontoiatri
Presidente: Dott. CORRADO BONDI
Vice Presidente: Dott. RUBINI GIOVANNI
Segretario: Dott. AVANZINI GIAMPAOLO
Componenti: Dott. CICOGNANI SIMONCINI FRANCESCO
Dott. MEDI MASSIMILIANO

Collegio dei Revisori dei Conti
Componenti: Dott. ABBATE GUIDO GIUSEPPE
Dott. GIORDANI STEFANO
Supplente: Dott. ZATI ALESSANDRO

Le proprietà nascoste

Vittorio Lodi

La maggior parte degli uomini ha, come le piante, delle proprietà nascoste che si scoprono per caso.
Le occasioni ci rivelano agli altri e ancor più a noi stessi.
François de La Rochefoucauld, *Massime*

La lotta alla pandemia del secolo va avanti tra alti e bassi, tra speranze e delusioni, molte sono le difficoltà offerte non dal virus ma dall'uomo stesso.
Ma in questa prova, lunga e dura, che tutti stiamo vivendo possiamo scoprire cose nuove in noi e negli altri.
Così il nostro Bollettino vuole rappresentare queste "proprietà nascoste" che questa "occasione" ha rivelato a noi ed agli altri.
In questo senso molto volentieri pubblichiamo le impressioni provocate in una Persona, una paziente, dalla malattia Covid-19, malattia vissuta e descritta dall'altra parte del fonendoscopio.
Ci piacerebbe che questa fosse solo una prima testimonianza che permette al Medico di vedere come la malattia e il rapporto con il medico è vissuta dall'altra parte.
Ma pubblichiamo anche un'intervista che permette di scoprire come una Collega al termine della fatica quotidiana trovi riposso e tranquillità in una delle sette arti, la pittura. Perché "fare anche altro" è necessario al nostro corpo e alla nostra mente.
In questo modo troviamo più forza per proseguire la lotta nella speranza che lo spiraglio di sereno che sembra intravvedersi sia, questa volta veramente, anticipatore della risoluzione di questa pandemia, se non definitiva, però importante e rassicurante.

Gli animali, la Natura e la pandemia I piccioni dei Giardini Margherita e dintorni

Pier Roberto Dal Monte

46. "Sotto ciascuna uscivan due grand'ali
Qual si convenga a tanto uccello;
Vele di mar non vidi io mai cotali.
47. Non avean penne, ma di **vipistrello**
Era lor modo; e quelle svolazzava,
sì che tre venti si movean da ello:"
... *Lucifero. Dante Inf. Canto XXXIV.*

"Sono pessimista riguardo la razza umana, perché essa ha troppo più ingegno di quanto ne occorra per il suo benessere. Noi ci accostiamo alla natura solo per sottometterla. Se ci adattassimo a questo pianeta e lo apprezzassimo, invece di considerarlo in modo scettico e dittatoriale, avremmo migliori possibilità di sopravvivenza".
E.B. White. Giornalista e scrittore. Vernon - New York. 1899-1985. Aphorisme.

In questo periodo di tragica epidemia, in cui tutti gli umani ne soffrono non solo per eventualità di essere stati infettati con varia prognosi e con l'incombente possibilità di un evento fatale – l'ovvia e maggiore minaccia e timore senza dimenticare i vari danni permanenti –, per la sua alta infettività ha comportato varie metodologie di prevenzione: tra queste la più sentita e sofferta da tutti è il *lockdown*, con le sue varie ed alterne imposizioni, a seconda dell'indice d'infettività della malattia e la mortalità regionale o provinciale. A ciò ha hanno fatto seguito evidenti modificazioni della vita in tutte le parti del mondo che tutta l'umanità ha sopportato e sopporta, avendo dovuto cambiare le proprie abitudini, i propri rapporti sociali, la consuetudine lavorativa con le sue conseguenze economiche, un palpabile decadimento di tutto il proprio benessere che sino ad ora in gran parte avevamo quasi diffusamente raggiunto (...forse esageratamente). In sintesi, una vera inaspettata catastrofe abbattutasi sulla vita umana sulla terra, di cui ormai sappiamo tutto o quasi; una nuova tragedia che necessita una difficile sfida per risollevarsi e salvare l'umanità, ma da cui non sappiamo bene come uscirne.
Gli umani soffrono, ma la natura nel suo complesso come sta vivendo il fenomeno? Da molti segni si capisce che probabilmente non peggio che nel recentissimo passato e, forse in alcuni campi e regioni più civilizzate, con la pandemia si è fermata la nostra aggressione conscia ed inconscia su di essa ed il conseguente suo decadimento entropico[1], attraverso soprattutto i cambiamenti climatici e comportamenti predatori.
E a ben vedere tuttavia si avverte che tutta la natura sta modificando lentamente, a seguito del minore impatto dell'umanizzazione inconsulta, l'abuso di energie non rinnovabili, e di conseguenza avvertiamo come, non solo l'uomo, ma soprattutto gli animali, per la loro maggiore genetica istintività, più sensibile ai cambiamenti della natura e più velocemente adattabile, diversamente vivono nella pandemia.

1 **Entropia** è un termine creato da Georgescu-Roegen il quale, applicando il secondo principio della termodinamica all'economia e in particolare all'economia della produzione di merci materiali, ha dimostrato che per produrre merci e cose materiali si diminuisce la disponibilità di energia nel futuro. Si ha una progressiva **decrescita**, ovvero diminuisce tendenzialmente la sua possibilità di essere usata in future attività economiche: una volta disperse nell'ambiente le materie prime concentrate in giacimenti nel sottosuolo, potranno essere reimpiegate nel ciclo economico solo in misura molto minore ed a prezzo di un più alto dispendio di energia e consumo dell'ambiente.
In quanto a tutte le altre specie, soprattutto quelle che vivono maggiormente a contatto con gli umani in tutto il mondo, alcune mostrano avere da una parte problemi soprattutto alimentari, altre vivono meglio il loro ciclo vitale nel vuoto che ha creato l'uomo stesso intorno a sé durante il *lockdown*.

Per alcune specie animali, purtroppo, non va affatto bene e non tanto per trasmissioni diffuse di virus anche tra loro e di conseguenti pandemie animali, ma principalmente va male per quelle specie accusate di essere gli "untori", esportatrici di virus ed avere indirettamente con il contributo sconsiderato, non razionale e spesso "selvaggio" comportamento umano, avere innescato l'infezione, la più seria *zoonosi* mai comparsa sulla Terra; ne è ormai un esempio classico l'infamante accusa di essere i veri untori e diffusori della malattia che si continua a sostenere per **pipistrelli cinesi** e di tutto il Subcontinente Asiatico Orientale, in particolare il pipistrello *Horseshoe* della famiglia dei rinolofidi (*Rhinolophus affinis e pelosus*) il solo portatore del SARS-CoV-2, il quale, per insipienza e inconsulte paure incomincia per questo ad essere, spesso teatralmente massacrato [vedi *NRDC (Natural Resources Defense Council)*].

Come non va affatto bene al misterioso **pangolino.** Essendo considerato un incubatore e trasformatore di coronavirus sì da renderlo umanizzabile, così come è altrettanto va male anche per il visone, il quale oltre ad esser naturalmente suscettibile nei riguardi dell'infezione virale, si è ugualmente rivelato in grado di ritrasmetterlo all'uomo per il cosiddetto e comune fenomeno di "viral spillback": per cui nella sola Danimarca, è stato disposto l'abbattimento dell'intera popolazione presente negli allevamenti, assommante a circa 17 milioni di capi.

A queste specie si sono aggiunti recentemente il tasso-furetto (*Melogale moschata)*, una delle varie specie selvatiche ed edibili, diffusa in Cina ed in Birmania, per giungere infine ad accusare da parte dell'OMS anche il mite coniglio.

Infatti ed appunto per i primi motivi sia i piccioni che i gabbiani stanno avendo i loro problemi in questi tempi di COVID-19, poiché è migliorata quasi ovunque la raccolta dei rifiuti e sono scomparsi tutti i vari cibi o i loro avanzi con poche possibilità di usi alimentari esterni ed in particolare la mancanza di consumatori che sbriciolano, mangiando ai tavoli o lungo i marciapiedi, e pure son venuti meno i teneri animalisti che sempre si impegnano o si impegnavano a nutrirli: c'è veramente poco cibo per tali mai troppo amati volatili. Per questo i gabbiani stanno diventando più aggressivi, come lo dimostrano particolarmente lungo le coste in Italia ed in tutto il Continente sino e soprattutto all'Irlanda e alla Scozia; infatti, sempre abituati all'abbondanza di rifiuti di cibo e mentre si sono dimostrati finora relativamente pacifici, ma si incominciano a descrivere episodi di aggressione a piccoli animali, come i ratti ed i conigli, ed anche ai comuni cittadini recanti derrate alimentari. Altrettanto dicasi per i colombi che, certo meno aggressivi, sono diminuiti sensibilmente.

Ma molte altre specie, più o meno pacificamente, tendono a riempire i vuoti lasciati dall'uomo: la natura sembra si stia riprendendo una parte della nostra città, dimostrato dalle numerose immagini di diversi tipi di animali che si avventurano nelle strade cittadine abbandonate a causa del virus. Ormai i vari '*social*' sono invasi da osservazioni, in parte aneddotiche, di cervi che hanno conquistato le vie deserte di East London, di coyote che vagano per le strade di San Francisco e da noi, ad esempio, il ritorno dei pesci a Venezia, ma non solo poiché tutte o quasi le specie selvatiche si inoltrano nelle strade e tra le case, più verosimilmente in cerca di cibo, che per il solo vuoto umano.

Decisamente meglio, infine, se la stanno passando i piccoli volatili, i vari *Passeridiformi*, sia per l'alimentazione che per un curioso fenomeno che serve al mantenimento le diverse specie, essendo cambiato in parte l'ambiente circostante: le azioni intraprese per controllare la pandemia hanno ridotto notevolmente il traffico automobilistico, alleviando potenzialmente le sollecitazioni rumorosamente confondenti sugli animali che dipendono dal suono per la loro sopravvivenza e riproduzione. Questo cambiamento del **paesaggio sonoro** (l'inglese *soundscape)* diminuendo i violenti rumori di fondo, caratteristica nelle aree urbane, ha fatto sì che gli uccelli abbiano risposto producendo suoni più rilassati, ad intensità inferiori con prestazioni più elevate, con efficace diminuzione della distanza di comunicazione, indicando una resistenza intrinseca o resilienza alle pressioni antropoge-

niche di lunga data, come è l'inquinamento acustico.
Non parlerò dei cani, gli animali più umanizzati di tutti, soprattutto i "cittadini", i quali sono, a causa dei brevi permessi di uscita concessi, parte vittime e "consolatori" nel *lockdowm*: vittime per la mancanza di stimoli, di contatti esterni tra cani e di movimento, ma anche consolatori, atti ad alleviare le sofferenze fisiche e psicologiche dei propri padroni.
Una nota a parte va fatta tuttavia riguardo alcune situazioni che si stanno creando in continenti, come l'Africa subsahariana, in cui ha ripreso una caccia predatoria o bracconaggio di sussistenza avverso la selvaggina (antilopi, lepri, zebre), indotta dalla necessità di trovare fonti di cibo proteiche: forma questa che, sebbene più comprensibile perché indotta dalla necessità di sopravvivenza, è comunque distruttiva per fauna soprattutto africana.
In primo luogo, perché le trappole artigianali che spesso vengono utilizzate – generalmente cappi in filo metallico – non sono selettive e vi cadono vittime molti animali che non rappresentano l'obbiettivo del cacciatore, in quanto non commestibili o troppo grandi per le possibilità del bracconiere, come per esempio licaoni, leopardi, leoni, bufali e talvolta anche elefanti. Questi animali possono perdervi un arto o la stessa vita e, se riescono a fuggire, feriti o menomati divengono un grave pericolo per la comunità. Il turismo stesso che era, paradossalmente, un'importante arma di tutela, poiché i turisti che rappresentavano una presenza passiva di forte disturbo per i bracconieri ed una preziosa fonte di informazioni, è ora vanificato: ed è venuta meno anche una fonte di entrate certe con la possibilità di mantenere *i servizi* protettori. Tutta la natura è immersa nell'orrenda pandemia tra qualche bene ed un grande male.

Ma adesso vi racconto come ho constatato l'effetto del lockdown proprio sui colombi o "I piccioni dei Giardini Margherita".
Normalmente in città mi muovo in bicicletta anche per spostarmi nelle sedi delle mie attività professionali, e, nella fattispecie, da alcuni anni la mia attività professionale principale si svolge circa 9 km da casa mia; devo pertanto attraversare ogni giorno lavorativo un bel pezzo di città, fortunatamente per un buon tratto percorro una ciclabile che, abbandonandola, mi permette anche di passare attraverso i Giardini Margherita, gli importanti e vivibili Giardini Comunali di Bologna, la mia Città di residenza, a ciò mi spinge il piacevole variare del percorso, ma anche il desiderio cambiare aria.
Questo perché la ciclabile "Tangenziale dei Viali di Bologna", una delle migliori e completa d'Italia, si trova tra le due corsie dei Viali che circondano il perimetro della Città storica, percorse da migliaia di auto e motorette, pertanto è oggetto di un ineludibile inquinamento non solo estetico ed acustico, ma soprattutto per le polveri sottili e di vari altri gas delle auto in cui si trova immersa, malgrado l'esuberante doppia filiera di alberi che la circonda.
Le entrate ai Giardini sono un poco decentrate e protette ovviamente con grossi cancelli sempre chiusi, essendo permesso entrare soltanto da cancelletti pedonali e pedalabili, cosicché ogni mattina in ore in cui il sole è già spuntato, ma non ancora alto da risplendere tra i rami di quella folta vegetazione della zona, mi capita, rallentando, di osservare numerosi colombi che si radunano mano a mano quasi fossero un punto d'incontro e d'attesa, mentre qualcuno si agita nella strada interna o sui prati circostanti, ma non impediscono o ostacolano il mio libero percorso stradale. Ritardando però di qualche mezzora il passaggio, ecco la vera realtà poco piacevole e la causa dell'attesa: mi trovo a percorrere un tratto di strada dove mi è quasi impedito il passaggio in bici da un vero e folto tappeto di colombi che beccano forsennati ed aggressivi l'un verso l'altro, accanendosi su chiazze biancastre nell'asfalto formate da sparsi e recenti tappeti di granaglie. Mi devo in parte salvaguardare per non respirare la polvere sollevata dal tumultuoso sbattere di ali, costituita da varie sostanze organiche e forse insetti e contemporaneamente evitare qualche loro innocuo investimento da parte mia.
Mi chiedo chi così clamorosamente, non notando gli autori del delitto, si permette di trasgredire le legge cittadine che impediscono ormai in tutta Italia la diffusione di questi

volatili con vari provvedimenti e non ultimo il limite all'alimentazione che non sia quella ufficiale contenente contracettivi; piccioni che oltre a sporcare ovunque, sono portatori di numerose malattie, trasmesse in via diretta e indiretta. Ben sessanta le malattie denunciate dagli Igienisti: tra quelle di natura batterica, virale e parassitaria con le più gravi sono l'ornitosi e l'istoplasmosi, oltre che la malattia di Lyme a causa delle zecche che trasportano e possono essere trasmesse anche dai piccioni.

Poiché la cosa si ripeteva quotidianamente e trovandola decisamente fastidiosa ed in contrasto contemporaneamente con la mia coscienza professionale, con quella di rispettoso cittadino ed a salvaguardia quindi della mia ed altrui salute, dopo un po' mi organizzo per scoprire chi ne fosse l'autore e cercare di far cessare questo improprio allevamento: e pertanto di prima mattina faccio la mia solita percorso, ma mi fermo un po' discostato a vedere il completo comportamento dei piccioni tutti in febbrile attesa e non ancora sulla strada. Quando vedo avvicinarsi una signora, non giovanissima, ma disinvolta e veloce, aggiornata con i suoi agevoli pantaloni, la quale aperto il sacchetto di varie granaglie che nascondeva sotto la giacca, lo svuota gettandolo il contenuto lungo la strada nella zona dell'entrata, che come si è detto un po' isolata e con scarsi pedoni, alcuni quasi divertiti altri seccati, e vuote panchine, a cui consegue il precipitarsi dei colombi sull'asfalto. Tanto per mettere in atto la mia azione di interdizione, cerco di avvicinarla, ma sia perché impedito dal tappeto di piccioni, sia per la sua rapidità colpevole, vedo che si allontana verso una bella bicicletta poco lontana dal cui manubrio pende una grossa borsa; inforcata la bici si sposta nella parte molto più in alto dei giardini e ripete la stessa operazione e così di seguito in zone un po' meno frequentate, evidentemente vuole svuotare la borsa in cui già sono predisposti i numerosi sacchetti di granaglie per nutrire tutti i colombi che afferiscono ai giardini in varie aree.

Ne sono quasi indignato e aspetto l'occasione per dirle qualcosa, ma mi allontano, cercando nel percorso, per denunciare la cosa, i vigili che non trovo, e alla fine proseguendo lascio correre. Un giorno, peraltro, trovandola con le mani nel sacco o meglio nella borsa, mi sono permesso di dirle qualcosa rimproverandola, ma per tutta risposta mi sono sentito accusare di essere un antianimalista ed altre simili vituperazioni... e poi, "a Lei non importava nulla né dei dottori né della legge, tutte invenzioni, e che amava i piccioni poveretti che nessuno li nutriva, ma se lo facevano era per avvelenarli".

Questi i precedenti e ora vi dico cosa è successo durante il *lockdown*: naturalmente i Giardini Margherita sono stati del tutto chiusi e deserti, passando però nei pressi quasi ogni giorno con i miei regolari permessi, vedo ancora per qualche giorno alcuni piccioni in attesa, qua e là, ma infine in circa una settimana mi avvedo che sono scomparsi del tutto, m'affaccio dal cancello chiuso e osservo che, a tutte le ore la strada totalmente libera. Su i prati intorno al laghetto le solite anatre, qualche cornacchia grigia in chiara ricerca questa volta di vermi, non un piccione tra le strade, ma qualcuno sconsolatamente s'aggira nel confinante bar chiuso, a ricordo del cibo che trovava facilmente tra i tavoli.

Anche la sensibile signora, non potendo entrare non avrebbe potuto neppure alimentare gli animali malgrado il suo buon cuore, era anch'essa scomparsa.

Ma ora che non solo i Giardini, ma quasi tutte strade e piazze della Città ed in particolare in Piazza Maggiore, dove erano il divertimento ben nutrito dei bambini fornitori di granaglie, si sono svuotate anche dei i piccioni, esse appaiono desolate. Gli stessi loro nidi nei vuoti ricettacoli delle antiche mura e case non mostrano più i gutturali piccioni pigolanti e ho la netta sensazione che vi sia stata una migrazione in massa, o una notevole moria, come è stato dimostrato chiaramente anche in piazza del Duomo a Milano e nella città in generale.

Così, se è vero che i piccioni trasmettono le sessanta malattie, il coronavirus, la pandemia e le sue difese preventive ci hanno per un po' evitato almeno tutte quelle di cui loro sono i diffusori, e succederà per un po' che, come per il sensibile callo dell'infezione influenzale, *stabilmente sotto la soglia di 1,4 casi per mille*

assistiti e quindi vi sarà minore ospedalizzazione o impatto sul nostro Sistema Sanitario, se non che per il Covid.
Purtroppo, facendo riferimento a Rachel Carson al suo bel libro la "Primavera silenziosa" siamo tutti caduti dal vario e turbolento rumore che ci avvolgeva, provocato da noi stessi e solo parzialmente dagli animali, in un triste silenzio e negli effetti della globalizzante pandemia.

"*La storia della vita sulla terra è stata una storia di interazione tra esseri viventi e la natura circostante. L'ambiente esterno ha avuto una grande importanza nel plasmare la morfologia ed il comportamento del regno vegetale e la vita animale. Da quando la Terra esiste, nei secoli e millenni passati, gli esseri viventi hanno modificato in una maniera trascurabile l'ambiente e solo durante il periodo che decorre dall'inizio del secolo scorso e a tutt'oggi soltanto una specie - quella umana - ha acquisto un potere talmente forte da alterare la natura del proprio mondo*".
E con le conseguenze, a causa del nostro epocale *antropocene*, che viviamo ogni giorno "sulla nostra pelle".

Breve bibliografia

1. *wikipedia.org/wiki/Entropia*
2. *wikipedia.org/wiki/Nicholas_Georgescu-Roegen*
3. *Dal Monte Pier Paolo. L'allucinazione della modernità. Edito da Editori Riuniti, 2013*
4. *https://theworldnews.net/ca-news/scientists-warned-not-to-handle-bats-to-prevent-passing-covid-19-to-millions-of-north-america-flying-mammals*
5. *https://www.nrdc.org/stories/experts-urge-people-all-over-world-stop-killing-bats-out-fears-coronavirus*
6. Natura e Coronavirus: durante la quarantena gli animali si prendono le città (domusweb.it) https://www.domusweb.it/it/architettura/gallery/2020/03/27/esercizi-di-coesistenza-umani-in-quarantena-la-natura-conquista-le-citt.html
7. Toscano A. https://www.artribune.com/artivisive/2020/03/venezia-coronavirus/
8. *Stokstad Erik.* When COVID-19 silenced cities, birdsong recaptured its former glory | Science | AAAS (sciencemag.org) *Sep. 24, 2020*
9. *https://www.lescienze.it/news/2017/04/19/news/canto_uccelli_rumore_traffico-3496086/?ref=nl-Le-Scienze_21-04-2017l canto degli uccelli e il rumore del traffico*
10. *Pier Roberto Dal Monte. Una vita in sella. Storie, aneddoti e alcune considerazioni sulla bicicletta. Ed. Pendragon. Giugno 2020.*
11. Carson Rachel. Primavera silenziosa. Feltrinelli ed. 1963-1990.
12. No, il coronavirus non sta preservando la fauna africana | AFRICA (africarivista.it).

COLIBRÌ

Ai Colli

PRESIDIO OSPEDALIERO ACCREDITATO PSICHIATRICO

Aut. San. P.G. n. 58841 del 10/03/2008

Consorzio Ospedaliero Colibrì

Direttore Sanitario e Primario: ***Dott. Paolo Baroncini***

Medico Chirurgo specialista in Psichiatria e in Psicologia Medica - Psicoterapeuta

Reparti di degenza

- Residenza Trattamento Intensivo
- Residenza Trattamento Intensivo Specialistico (Dipendenze Patologiche)
- Psichiatria generale
- Riabilitazione Psichiatrica

Ambulatori

- Psichiatria generale
- Dipendenze Patologiche
- Psicogeriatria
- Psicologia Clinica

per informazioni: tel 051 581073 – fax 051 6448061
Sito internet: ***www.aicolli.com*** E-mail: ***casadicura@aicolli.com***
40136 Bologna - Via San Mamolo, 158

DENTRO
Riflessioni dall'esperienza del mio ricovero Covid

Nadia Gaggioli

È dentro che tutto cambia: dentro te stessa

Riceviamo e volentieri pubblichiamo questo testo, non scrtto da un medico, ma che, anche per questo, credo risulti assai interessante per la prospettiva che ci offre della malattia non vista come "patologia" dal medico ma vissuta come sofferenza fisica e psicologica dal paziente. Spesso sentiamo dire come sia necessario non trattare solo di malattie ma di pazienti, di come il paziente viva la propria malattia prima dentro se stesso e poi fuori, a contatto con gli altri. Non sempre risulta semplice capire come il paziente veda e viva il proprio stato di sofferenza fisica e psichica. Credo che questo documento, emotivamente molto forte e toccante, illustri chiaramente questi aspetti.
Spero, inoltre, che questa possa essere la prima di altre di testimonianze di pazienti, che possano aiutarci a vedere e meglio comprendere, o anche solo a ricordare, quello che succede dall'altra parte del fonendo.

Vittorio Lodi

Dentro quel fuori che non comprendevi completamente, forse per paura o forse per vigliaccheria, perché guardarlo davvero in faccia ti faceva tanta, troppa, paura.
Ora però lì "dentro" ci sei e non sei più spettatrice, scettica o partecipe, ora sei attrice.
Ma occorre che io guardi indietro.
Quando iniziò la pandemia ero piuttosto scettica sulla gravità della situazione così come ci veniva narrata, poi per noi qui in Emilia-Romagna la situazione non era così grave come in altre regioni, come ad esempio nella vicina Lombardia, devastata dall'incapacità di chi la governava e la governa, ancora più che dal virus.
Noi emiliano-romagnoli siamo stati sempre prudenti, ma anche un po' perplessi, e ci godevamo l'abilità dei nostri amministratori e seppur con tutti i nostri dubbi, guardavamo il futuro con ottimismo.
Le informazioni, tante, troppe e troppo contradittorie, mi arrivavano come una freccia che qualcuno lancia verso di te ma poi ti passa accanto ed allora, dopo attimi di terrore ridi, un po' istericamente, dicendoti "ma guarda che sciocca, mi sono spaventata per niente", pur sapendo che niente non era.
Certo ho sempre ubbidito alle raccomandazioni e disposizioni ricevute: mascherina, distanziamento, lavarsi spesso le mani (ma perché prima qualcuno non si lavava??). Eppure.....
Da un anno lavoro da casa.
La spesa per la nostra famiglia, già da tempo era fatta prevalentemente on line ma, nell'ultimo anno è acquistata solo on line.
E i contatti sociali? Quelle belle cene in compagnia di amici, le pratiche della nostra comunità Dzogchen durante le quali la vicinanza è totale. Le festività in famiglia, i compleanni, le occasioni di festa comunque anche senza ricorrenza, azzerato tutto.
Ognuno ormai vive nella propria sfera personale. Chiusa. Protetta.
Protetta... Forse.
Se si ha la mia fortuna di vivere bene la convivenza fisica, affettiva, intellettiva, la "chiusura" crea un malessere legato ai divieti di cui sopra ma per chi vive solo, l'obbligo alla solitudine può pesare come un macigno, fino a diventare oppressione. Una oppressione schiacciate e soffocante che porta malinconia, forse depressione, forse malattia.
E che dire delle persone che vivono in spazi ristretti, con familiari con i quali non vanno d'accordo? Non sono proprio in grado di immaginare tanta sofferenza.
Credo che tutti, oltre la paura, oltre lo scetticismo, oltre i dati, oltre le immagini, oltre gli infiniti pareri e contropareri, abbiamo provato paura e sconforto ma anche rabbia, davvero tanta rabbia.
Per me è sempre stata una gioia affacciarmi ai

balconi di casa mia dai quali vedo il verde dei parchi che la circondano, gli alberi, sento il canto vicino degli uccelli, e mi immergo in tutto questo che procura benessere.
Ascolto il fruscìo degli alberi, appena molestato dal rumore delle lontane automobili ma di solito arricchito dalle risa di bambini.
Osservo "atleti" in erba o meno giovani sportivi che sorpassano anziani che con gambe stanche passeggiano, riposando poi sulle tante panchine.
Ma ormai è trascorso un anno da che ... così ... all'improvviso tutto è vuoto, silenzioso....tacciono le risa, le grida dei fanciulli, il simpatico chiacchericcio degli anziani.
All'improvviso il canto degli uccelli diventa più forte, un canto che sento senza gioia e che rompe il silenzio, un suono che ora porta tristezza.
Tutto è cambiato quindi in un anno di un tempo senza più tempo, dove il tempo non è più scandito dalle stagioni ma solo dai drammatici asfissianti, continui, inesorabili, eccessivi, senza cuore, bollettini Covid19 sempre più simili a bollettini di guerra, che annichiliscono con i loro numeri ottundenti i passivi ascoltatori.
Per un anno ho assistito al cambio della nostra vita, così come della vita di tutti, senza più confini, uniti dalla pandemia ma anche divisi dalla pandemia stessa: quella tal nazione ha xxxxx vittime ma la tal altra ne ha xxx...e l'altra ancora....??
Però ... i tamponi, però ... le "chiusure"..però ... però ...però a fronte di tanti xxxx e inutili "però".
Quanti numeri, dati, percentuali, abbiamo ascoltato?
E di quanti esperti all'improvviso abbiamo appreso l'esistenza?
Francamente non ne conoscevo nessuno, ora però mi sembrano troppi e tutto in loro diventa "troppo": troppo importanti, titoli su titoli, troppo supponenti, troppo certi del loro sapere spesso in contraddizione con il sapere dell'altro, troppo presenti come famose soubrettes, troppo terrorizzanti, troppo banalizzanti.
E noi, noi che titoli non abbiamo, non abbiamo nemmeno certezze perché ad ogni cambio di programma, di rete, di orario, cambia l'informazione data e cambia la percezione ricevuta insieme al cambio dell'esperto di turno, invitato a far bella figura del suo supposto sapere.
Quanta confusione.
Io ascoltavo, totalmente ignorante in materia, ed elaboravo riflessioni che però, proprio per le tante contraddizioni, erano più ad uso "personale e rassicurante" che veritiere.
Poi arriva l'estate.
Nell'estate 2020, dopo mesi angoscianti, ci viene detto che il calore ha allontanato il virus e seppure la prudenza venga sempre raccomandata ma senza effettivi controlli, sempre in presenza di messaggi contraddittori, finalmente ci troviamo liberi.
Tutti liberi, tutti in spiaggia e ancora di più: discoteche stracolme di esaltati ballerini che, in barba ad ogni prudenza, si accalcavano sulle piste dei locali.
D'altra parte, se i locali possono restare aperti significa che non c'è pericolo.
O no?
Noi abbiamo trascorso una tranquilla estate nella nostra casa al mare, nell'amata Terra di Romagna.
Il nostro ombrellone, nel nostro tranquillo bagno, era al solito posto: davanti a tutti e senza nessuno accanto. In totale tranquillità.
Vero è che i clienti, ovvero i turisti, erano in numero molto inferiore rispetto alle estati precedenti ed era palpabile lo sconforto dei proprietari dei bagni o dei locali ma, egoisticamente, noi stavamo proprio bene in tanta tranquillità e quindi sicurezza.
Tante passeggiate, qualche di cena, qualche pizza e tanto riposo.
Per noi l'estate 2020 non è stata molto diversa da quelle precedenti, salvo, questo sì, la mancanza degli incontri con gli amici e parenti che abitualmente ci venivano a trovare o incontravamo al mare.
D'altra parte, però venivamo da mesi di allenamento alle assenze.
Da quanto tempo non facevamo una bella cena in compagnia? Chi si ricorda più... e in effetti le assenze, o meglio l'accettazione delle assenze fisiche, richiede una sorta di allenamento mentale per non rischiare di cadere nello sconforto dell'isolamento.
I social, così negativi su tanti aspetti, sono diventati il mezzo, sebbene a volte tossico, per vivere le presenze, ora divenute virtuali.
I miei interessi negli anni sono cambiati, volgendo più verso l'arte, che verso la moderna tec-

nologia che ha creato strumenti che oggi paiono indispensabili. Di fatto le mie conoscenze tecnologiche mi erano più che sufficienti e invece sono stata costretta a imparare a fare e ricevere "call" su varie piattaforme, vivere le conferenze on line ... i webinar ...
Tutto nuovo e tutto molto utile. Indispensabile, ora.
E terribilmente triste, senza anima.
Arriva l'autunno 2020.
E di nuovo si parla di ripresa del virus (ma quale ripresa! ... davvero era finita? Sicuri ...sicuri?), di conseguenza tutto torna: gli esperti, gli inesperti, le informazioni e le controinformazioni ovvero l'ormai conosciuto bombardamento mediatico orwelliano con tutto ciò che comporta nei confronti di ogni singola persona.
L'elemento che segna l'autunno 2020 è soprattutto la confusione che con l'inverno diventa in breve tempo caos: prende vita l'arcobaleno Covid19 e quasi ogni settimana c'è una lotteria: chi vince la zona gialla? E quella arancione? La rossa non la vuole nessuno, eppure tocca a tante regioni.
L'ambita zona bianca viene assegnata solo alla Sardegna ma per breve tempo.
I nostri esperti, forse meglio, inesperti, riescono a superarsi quando oltre a far passare le regioni dal giallo, all'arancione, si inventano anche l'arancione.... INTENSO..*intenso*??
Molti, noi emiliano-romagnoli compresi, diventiamo rossi...e si sente parlare di rosso intenso... ma un minimo di buon senso riaffiora per caso e questa variante non prende vita.
Il trascorrere, l'alternarsi, del tempo e dei colori, non di rado mi ha fatto dire "ma adesso di quale colore siamo?" ovvero, quali restrizioni abbiamo, cosa posso fare senza incorrere in sanzioni???
La paura di creare un forte malcontento con una chiusura totale e immediata all'insorgere della NUOVA aggressività del virus ha creato un malcontento prolungato e crescente durante il quale il virus si è replicato in modo drammatico in un alternante arcobaleno migrante di regione in regione.
I dubbi, le eccezioni, le varianti, sono e sono state talmente tante che ogni necessità ha richiesto e ancora richiede, uno studio ed elaborazione della fattibilità del portare a compimento il bisogno vissuto.
.... E qualche timore e dubbio restano sempre.
Con l'arrivo del 2021, dopo aver ripetutamente etichettato il 2020 come "L'ANNO ORRIBILE", ci siamo accorti che poteva andare addirittura peggio e che ve ne erano tutti i presupposti.
E così è stato.
Nel 2021 la pandemia si diffonde sempre più, compaiono le varianti di cui non conoscevamo l'esistenza ma delle quali nemmeno potevamo immaginare l'esistenza. Ma davvero?
La prima, la variante inglese, temuta per la sua capacità di contagiare ma dalla quale, sembra, vi sia meno mortalità. Sbagliato.
Poi la variante sudafricana ... brasiliana e altre ancora.
Si sente sempre più parlare di vaccini, presentati come unica salvezza ed anche qui i soliti esperti, a volte inesperti, ci dispensano, con la sicumera e alterigia del demagogo, le loro verità.
Verità, ciascuna verità, è presentata come vera, certa, assoluta.
Vengono presentati trionfalistici e rassicuranti piani vaccinali, dei quali, ad oggi, nessuno ha preso concretamente ed efficacemente vita in modo omogeneo e coerente in tutte le regioni, ma si sono visti solo confusi tentativi, i più senza nemmeno avvicinarsi a quei piani iniziali che ormai hanno sempre più l'aspetto dell'Armata Brancaleone.
Poi arriva febbraio e con lui la paura ed il dolore.
La sera del 10, giovedì, il nostro adorato cagnone Balmung, ha torsione dello stomaco e per lui, già sofferente per una gravissima forma di cardiomiopatia dilatativa, è la classica goccia.
Però ci sono margini, seppur piccoli, di speranza e allora la sera stessa nella clinica dove lo abbiamo portato tentano l'intervento.
Lo supera a fatica e si apre uno spiraglio di speranza.
Ma poi subentrano gravi complicazioni e domenica 14 febbraio, da tutti celebrata come festa degli innamorati, noi la trascorriamo dando l'addio al nostro Balmung, liberandolo dalla sofferenza fisica.
Al rientro a casa, io e mio marito siamo affranti, in lacrime, devastati dal dolore e dalla stanchezza.
Io ho qualche linea di febbre ma senza alcun altro sintomo, se non il dolore lancinante della perdita di Balmung. Dopo qualche ora, la febbre scompare senza che io assuma alcun farmaco.
Il lunedì mattina, raccogliamo tutte le cose

di Balmung e le portiamo al canile. Mi pare di stare fisicamente bene, non ho febbre, né altri sintomi.
Il martedì compare un po' di tosse, lieve, senza febbre né altro sintomo.
Il mercoledì si associa astenia, chiamo la nostra dottoressa di famiglia e amica. Le spiego tutto e chiedo se sia il caso di fare un tampone.
Mi risponde di aspettare il giovedì perché se fosse Covid19 ed i primi sintomi fossero stati quelli della domenica sera, il tampone potrebbe risultare ancora negativo.
Arriva il giovedì mattina. Mi sveglio con una tosse secca e stizzita ma, soprattutto, non mi reggo in piedi, seppur senza febbre. Le gambe letteralmente non mi reggono.
Chiamo la dottoressa che immediatamente allerta l'USCA (le USCA sono le Unità Speciali di Continuità Assistenziale, formate da medici che in questo periodo di emergenza possono essere attivati dai medici di famiglia per eseguire interventi al domicilio dei pazienti affetti da Covid).
Dopo un'ora circa arrivano i medici dell'USCA, mi fanno sedere a cavallo di una sedia per farmi una ecografia toracica ed io mi rendo conto che non solo non riesco a stare in piedi, ma non riesco a sollevare la gamba oltre la sedia e respiro con molta fatica. Misurano la saturazione poi mi sottopongono a una ecografia toracica che dimostra una polmonite interstiziale bilaterale.
Le dottoresse non ritengono utile farmi il tampone ma mi spiegano che è meglio chiamare con urgenza una ambulanza per portarmi al pronto soccorso Covid, perché la situazione è critica.
Osservo, più che subire, quanto sta avvenendo, sono allibita. Mi sento lo spettatore di un dramma dove sono la protagonista inconsapevole.
Sono confusa ed allibita ma, forse per fortuna, inconsapevole della gravità di quanto sta accadendo.
Non riesco nemmeno a razionalizzare la situazione che si prospetta e faccio appena in tempo a mettere in una borsa un po' di cose che l'ambulanza è sotto casa.
Scendo come se vivessi una situazione non mia. Paolo è già giù con la mia borsa e lo saluto certa di vederlo la sera o il giorno dopo. Non mi sfiora l'idea che potrei non vederlo più, come non potrei vedere più mia figlia, le mie sorelle, i miei nipoti.
D'altra parte, sono io quella chiusa in una ambulanza, con una borsa davanti, la cintura allacciata e senza respiro?
Al Pronto Soccorso del Policlinico mi portano nell'area riservata a noi potenziali contagiati dalla maledizione che tutti viviamo ma che ha scelto solo alcuni per mostrare i suoi artigli.
Tampone, emogas-analisi, esami del sangue, tac polmonare.
Ho il Covid e la situazione è seria.
Mi ricoverano al Padiglione 6 del Policlinico S. Orsola, nato come reparto malattie infettive, ora in parte riservato ai pazienti Covid.
Sono sfinita, a malapena riesco ad indossare il pigiama e a mettere le mie cose nell'armadietto.
Sono in una camera singola, ne sono contenta e c'è tanto silenzio.
Immediatamente mi attaccano la maschera per l'ossigeno e cominciano a praticarmi la terapia farmacologica.
Mi osservo, mi ascolto, sento solo un vuoto terribile di solitudine e di incredibile mancanza di forza.
Comprendo che la situazione è seria ma mi rassicurano e io mi illudo di andare a casa dopo 3...4 giorni.
Accade però quello che non avevo previsto, proprio non avevo preso in considerazione che potevo peggiorare ma è ciò che accade: peggioro.
La notte tra venerdì e sabato un attacco di tosse mi lascia senza respiro per ore.
Mi sento come se il mio respiro anziché entrare nei polmoni e diffondersi fino a dilatarsi, entrasse nello spazio grande come una noce e fosse trattenuto dal suo guscio.
Ciò che però mi sconvolge è sentire il mio torace che sussulta in una sorta di contrazioni incontrollate e in rapida successione.
Cosa sta accadendo?
Vedo i medici preoccupati, gli infermieri pronti e solerti, misurano la saturazione, mi fanno un'altra emogas-analisi e l'ossigeno viene aumentato da 4 a 8.
Si muovono intorno a me come angeli protettori. Mi aiutano, mi accudiscono, mi rassicurano, mi accarezzano la mano: io vedo solo sguardi ma li "sento" ed è importante.
Cerco di leggere i nomi scritti col pennarello sulle loro tute spaziali ma sono un po' confusa, stanca, ed allora cerco solo i loro occhi, trovandoli sempre puntati su di me come guardie armate per difendermi da questa aggressione.

Certificato

UNI EN ISO
9001:2015
REG. N. 8540

VILLA BELLOMBRA
RIABILITAZIONE ROBOTICA

Riabilitazione intensiva
con tecnologia robotica
LOKOMAT PRO®
e ARMEO POWER®
per il recupero degli arti inferiori e superiori

L'Ospedale Villa Bellombra è consorziato e associato con:

COLIBRÌ®
E PLURIBUS UNUM
CONSORZIO OSPEDALIERO

European Union of Private Hospitals

VILLA BELLOMBRA
PRESIDIO OSPEDALIERO ACCREDITATO

via Bellombra 24
40136 Bologna
tel 051.58.20.95
info@villabellombra.it
www.villabellombra.it

Seguici su facebook

Direttore Sanitario
Dott. Vincenzo Pedone
Specialista in Geriatria, Medicina Interna, Cardiologia, Pneumologia e Dietologia

sandrostefanelli.com

Aut.San. N. PG 121388 del 13.05.10 © foto: Hocoma, Switzerland

CLINICADOMICILIO

Eseguiamo radiografie ed ecografie a domicilio a Bologna e provincia

Per le radiografie è obbligatoria la prescrizione del medico

SEMPLICE E VELOCE SENZA LISTA D'ATTESA
SCEGLI IL GIORNO E IL LUOGO PER IL TUO ESAME. AL RESTO CI PENSIAMO NOI

INFO E PRENOTAZIONI
Prenota on-line sul sito clinicadomicilio.it o chiama il numero 800100670 oppure scrivi a info@clinicadomicilio.it
Tutti i giorni, festivi compresi, dalle 8:00 alle 22:00.

Il servizio è attivabile su tutta la provincia di Bologna.

REFERTO GARANTITO IN SOLE **24** ORE

NUMERO VERDE - **800100670**

800100670 clinicadomicilio.it clinica domicilio

CONSORZIATA COLIBRÌ

CERTIFICATA

Aut.San. PG.N. 25139/2017

È notte, sono sfinita, inerme, sento di non avere armi, sento di dovermi totalmente affidare perché io non ho strumenti per aiutarmi, sono talmente debole da non avere la forza per cercarli.
Sono sola e, all'improvviso, avverto, percepisco chiaramente qualcosa sulle mie gambe: è il mio Balmung che, tornato cucciolo, si è accovacciato sulle mie gambe. Gli accarezzo la testa, e sento, fisicamente, il suo calore e il suo pelo morbido e continuo ad accarezzarlo. Balmung poi se ne va, ma io sento ancora nettamente per qualche minuto il calore del suo corpo sulle mie dita e nel cuore avverto, profondamente e totalmente, tutto l'amore che mi ha lasciato. Sono consapevole che è una chiara e luminosa esperienza spirituale.
La mattina il medico mi comunica che ha chiesto l'intervento dell'anestesista per valutare la situazione.
Ne sono sorpresa ed intimorita ma vengo rassicurata che si tratta solo di uno scrupolo.
Arriva l'anestesista che mi, ci, rassicura, la situazione è sotto controllo.
Continuo quindi con le flebo di cortisone, l'eparina, l'antivirale e altro ancora.
Ma giunge di nuovo la notte e con lei la crisi respiratoria più grave, il mio torace non si dilata e sussulta senza possibilità di controllarlo.
Lo osservo stupita e forse rassegnata. Inspiro appena e sento come se tutto il mio torace fosse contratto, sensazione brutta mai sentita prima.
L'ossigeno viene portato a 12.
Mi rendo conto di fare tante brevi inspirazioni che non appagano il mio bisogno di aria. La stanza mi appare sfocata, un po' buia.
Mi sento triste, triste nel profondo.
Sono proprio sola, sola in un luogo sconosciuto, circondata da sconosciuti che si prendono cura di me. Penso a mio marito, a mia figlia, e li penso lontanissimi sebbene siano a pochi minuti di distanza.
L'anestesista, nuovamente chiamata ad intervenire, dispone l'applicazione del cpap, uno strumento usato spesso da chi soffre di apnee notturne, ora riadattato per i malati covid che entrano in insufficienza respiratoria.
Sembra una oggetto di tortura: una volta posizionato sulla faccia, viene bloccato sulla fronte e sulle guance e comincia a pompare aria: le mie guance si gonfiano come quelle di un castoro.
Devo restare assolutamente immobile o la "macchina infernale" come l'ho soprannominata, si mette a suonare con insistenza procurando ulteriore fastidio.
Cerco di tenere il ritmo, di restare immobile, ma dopo due giorni e tante ore, sul naso e sulla fronte cominciano a formarsi delle piaghette dolorose.
Decidono così di applicarmi una versione della "macchina infernale" diversa, più grande, copre tutto il volto e la sensazione quando me la applicano, è di andare sottovuoto.
Chiedo ripetutamente di applicarmi la macchina già accesa, in modo che quando me la bloccano su tutto il contorno del viso, io senta subito arrivare l'ossigeno, evitandomi quegli istanti di panico dell'essere bloccata in una grande maschera, senza poter inspirare.
Non facile, anzi, molto difficile.
Stesso problema si presenta al momento di staccarla: se prima spengono l'ossigeno, gli istanti necessari a staccarmi il macchinario sembrano diventare lunghissimi e trattengo a fatica il panico.
Tutti si complimentano per come riesco ad accettare e gestire il Cpap ma un medico in particolare, nel dirmi che sono molto brava nel tollerare questa macchina infernale, aggiunge qualcosa che si rivela determinante per ritrovare la voglia di combattere.
Dopo avermi visitata e dopo aver fatto l'ennesimo emogas-analisi, avvicinandosi alla porta per uscire, si ferma, mi guarda e mi spiega che non solo il Cpap mi dà l'ossigeno di cui ho bisogno, ma la sua forza nell'emettere ossigeno, spingendolo nei polmoni apre gli alveoli chiusi a causa del virus.
Non mi dà quindi solo sollievo ma ha anche un forte aspetto terapeutico.
Mi ripeto le sue parole ogni qualvolta che mi viene voglia di strappare tutto... e non accade di rado, soprattutto la notte diventa incredibilmente lunga.
Ma stringo i denti ed arrivo a scherzare con gli infermieri ogni volta che me la attaccano.
Trovo la forza di combattere, forse è l'ossigeno che mi dà forza ma ancora di più è l'amore per i miei cari e il loro amore per me, combatto, stringo i denti e non mi lamento: Cpap, maschera, occhialini ... uso tutto nei tempi prescritti e faccio quanto mi suggeriscono: mi giro sui fianchi per tenere i polmoni aperti.

Provo anche la pronazione: con il cpap è impossibile ma anche con la maschera non è facile. Arriviamo al compromesso dello stare di schiena, sul fianco destro, sul fianco sinistro a rotazione.... E così di rotazione in rotazione, il tempo trascorre e il respiro diventa più facile.
I tempi cominciano ad accorciarsi: tengo la macchina quattro ore seguite da tre con la maschera e per pranzare o per andare in bagno, metto gli "occhialini", ovvero la forcella nasale. Poi le ore della macchina infernale scendono a tre e la saturazione resta buona.
Non possono mai togliermi l'ossigeno che, giorno e notte, mi viene immesso nei polmoni in modo meccanico: ma il successo della terapia si sta palesando.
Nel trascorre del tempo comprendi sempre di più e meglio cosa significa essere "DENTRO": hai il Covid19, lui ti è entrato dentro, ha invaso i tuoi polmoni ma ha anche compromesso tante parti dell'organismo, rendendolo ora davvero fragile ma, ancora di più, ti ha costretto in quel "dentro" che non ti lascia possibilità di scelta o di altra azione e quindi il DENTRO è ora anche nella tua mente e il virus ha compiuto il suo viaggio.
Sono ricoverata a 10 minuti di viaggio in auto da casa mia, mia figlia è a 15 minuti.
Tutti i miei famigliari sono vicini ma io non posso vedere nessuno. Mio marito è a casa, pure lui contagiato ma per fortuna in forma lieve. Mia figlia mi porta le cose di cui necessito ma può solo lasciarle all'infermiere che le apre la porta del reparto.
Lei non può entrare ma io l'aspetto come se per miracolo potesse varcare la porta della mia camera e saperla a qualche metro di distanza è per me struggente.
Tutti sono quindi lontanissimi perché io sono "dentro", nel luogo dei contagiati, addirittura dei contagiati gravi, quelli che da un momento all'altro possono passare alla terapia intensiva, con l'intubazione come strumento unico per respirare.
Allora benedico tutti quegli strumenti che oggi ci mettono in contatto con chi è "fuori" ma sempre nel mio cuore.
Il cellulare ovviamente, sempre in carica sul comodino ruotato per essere a portata della mia mano che, per via delle flebo, può muoversi in modo limitato. Whatsapp, prezioso ed immediato strumento per dare notizie e per ricevere carezze e parole rassicuranti, il nostro gruppo "donne" di famiglia, sempre attente, sempre pronte a stimolarmi. Facebook, qualcuno si è stupito che io scrivessi su Facebook (se scrive non è grave...) ed invece è il modo che ho, l'unico modo che ho, per sentire e respirare il "fuori".
Così appena mi staccano la macchina infernale, allungo la mano per prendere cellulare e mi collego, leggo, scrivo, sento, tocco.
A volte, per pochi istanti, riesco a leggere il cellulare anche con la macchina attaccata e rubo così istanti di normalità che mi aiutano a superare le lunghissime ore che hanno come unica possibilità quella di guardare il soffitto o il muro di fronte, dipende da quanto è inclinato il letto.
Ma di quella notte terribile, quella notte in cui il mio ossigeno stava precipitando ed ho ricordi parziali, forse ho avuto momenti di "assenza" mentre mi osservavo come uno spettatore inerme e molto, molto, stupita ...e così sola.
Ricordo bene il desiderio di voler stringere la mano di mio marito, di mia figlia, ma ero sola.
E DENTRO.
Quella notte mi accorgo, non più stupita, che ai piedi del letto c'è nuovamente Balmung: ma stavolta è molto diverso, sembra una pantera tanto è potente e possente.
Cammina avanti e indietro tenendo sempre lo sguardo puntato su di me.
Una guardia armata.
Il suo corpo è quasi trasparente ma i contorni sono ben delimitati. Non mi lascia, veglia su di me, mi protegge, come sempre ha fatto durante la sua vita terrena.
Ricordo che quando eravamo insieme nessuno poteva avvicinarsi a me senza che io dessi l'autorizzazione che lui attendeva, fermo, col testone ben dritto e la coda alzata. Una mia parola rassicurante e la coda si abbassava ma lo sguardo restava sempre attento e vigile. Il nostro CUCCIOLONE era sempre in mia protezione e lo è stato anche nel momento più a rischio per la mia vita.
C'era, lo sentivo oltre che vederlo chiaramente.
So che c'era e so che lui, in quei momenti, era mia figlia, mio marito, tutti i miei cari, era lì per dirmi io ti difendo, io ti aiuto, noi ti accompagnamo.
Non mi fermo a pensare "non ce la faccio", perché so che ce la farò, devo farcela, non è contemplata altra possibilità.

Ma ciò che mi sfugge e che io rincorro rimanendo sempre delusa, è il tempo necessario a tornare a casa.
Ero così inconsapevole della gravità della mia situazione che, ricoverata il giovedì, pensavo di tornare a casa nel fine settimana.
Poi a inizio settimana.
Poi a metà settimana.
Poi...

Il fine settimana, come detto, ha visto il precipitarsi della situazione.
L'inizio della nuova settimana ha visto prendere corpo l'indispensabile, salvifica, strategia terapeutica.
Il fine settimana successivo, vede schiarirsi l'orizzonte ed io vengo trasferita in una camera doppia dove a distanza di poche ore, arriva una compagna combattente.
Una bella e sfortunata giovane donna, positiva da due mesi e con una grave patologia oncologia. Ci intendiamo subito, dai nostri letti, uno di fronte all'altro, rispettiamo la voglia di silenzio di ognuna di noi ma poi, dal silenzio, nascono le parole e ci raccontiamo un po' delle nostre vite "fuori", insieme ai nostri timori, o meglio le nostre angosce per il nostro "dentro". Il tutto mascherato da sorrisi rassicuranti l'una per l'altra.
È incredibile come nasca la solidarietà tra sconosciuti sofferenti e con paure simili.
Io amo molto la solitudine e mi piaceva stare nella camera singola ma devo dire che restare sola 17 giorni sarebbe stato forse troppo persino per me.
Cambia molto il trascorrere delle giornate all'interno di un ospedale.
La mattina trascorre tra esami, pulizie, visite, terapie.
Il pomeriggio però diventa lunghissimo. Bloccata nella macchina infernale, non posso leggere né, ovviamente, parlare e le ore si dilatano. Mi accorgo che tendo ad innervosirmi e quindi a tollerare con più fatica di essere bloccata nel cpap.
Penso che devo adottare una strategia o rischio di non farcela.
Comprendo allora come sfruttare l'effetto avverso del cortisone, ovvero che non mi fa dormire.
Decido di non dormire quando ho la maschera per respirare e che sia giorno o notte, leggo senza chiudere occhio.
Ma quando mi attaccano alla macchina, cerco di portare la mente in uno stato di rilassamento, focalizzando l'attenzione su pensieri positivi: mare, vacanze, Stefania, Paolo .... Paolo che mi ha inviato la registrazione del Canto del Vajra del nostro amato prezioso Maestro Chögyal Namkhai Norbu ... e che io ho imparato a riprodurre dal cellulare con poche mosse e senza quasi guardarlo. Lo avvicino all'orecchio e lo ascolto e ascolto e ascolto ancora e lo recito interiormente. Mi rilasso e riesco persino ad addormentarmi, tanto è profondo il rilassamento. Gli infermieri restano stupiti, mi chiedono come faccio... spiego che io VOGLIO, quindi posso.
E ora voglio parlare dei medici e degli infermieri.
Vestiti con tute che io definisco spaziali, strati su strati di protezioni, qualcuno con tre paia di guanti, sempre la doppia maschera sotto la visiera, la tuta intera bianca con righe rosse o azzurre, oppure una sorta di camicione lungo fino ai piedi che mi ricorda le immagini dei medici del secolo scorso. I più scrivono il loro nome col pennarello sul bianco dei camici; a volte anche un cuoricino e insieme spezzano il muro della distanza e dicono che sotto tutte quelle protezioni c'è una donna o un uomo di cui vedo solo gli occhi ma io sento ben altro.
Pazienti e consapevoli della malattia che noi viviamo, riescono a non restare distanti e non lesinano parole gentili e incoraggiamenti.
A volte ora scherziamo e quando dicono "lei ci ha preoccupato molto ma è incredibile la sua ripresa", io rispondo "ma voi non sapete chi sono io, io sono una combattente". Ridono e dicono che parlano di me in guardiola perché è proprio così.
Sono medici, infermieri e operatori socio-sanitari che hanno dovuto vivere la paura e nella paura (mi raccontano che loro stessi si sono ammalati) per oltre un anno.
Ogni giorno vedono pazienti vincere e ne sono sinceramente contenti, soddisfatti del loro impegno ma ne vedono anche alcuni perdere la battaglia e il loro sconforto è palpabile. Una notte una infermiera da me chiamata perché la macchina infernale si era messa improvvisamente a suonare, mi racconta che non ne può più, stanca di tutto e senza vederne la fine. Mi accorgo che gli occhi le si sono riempiti di lacri-

me ed allora sono io, per una volta, a stringerle la mano.
Non potrebbero fare il lavoro che fanno se oltre alla professionalità, non avessero quella sensibilità che porta conforto e stimolo ai malati.
Solo la combinazione di questi due elementi, può far sì che il beneficio per il malato sia tale da non farlo cadere nella disperazione, aggravando il rischio di perdere la battaglia.
Alcuni li chiamano angeli e io stessa sono tentata, ma di fatto non amo questa definizione, per me sono guardie armate: armate di conoscenza scientifica e di amore per il prossimo.
Sono armi indispensabili e salvifiche per noi che siamo "DENTRO".
Ogni mattina inizia con le tante vibrazioni del mio cellulare (la suoneria ovviamente era sempre spenta), ogni vibrazione è la carezza di chi da "fuori" sta pensando a me: mio marito "posso chiamarti?" Che vuol dire "sei attaccata alla macchina?" poi mia figlia, le mie sorelle e nipoti il "gruppo donne della famiglia di whatsapp" e Concetta l'amica-sorella di sempre, ma anche i tanti amici di anni e anni e quelli "virtuali" che fanno parte della mia associazione. Così trascorre la giornata prima che tutto diventi silenzio.
Voi direte, come facevi a sentirti sola tra così tante persone che ti volevano bene?
La solitudine che racconto è diversa, è la solitudine della malattia che ti costringe a non avere contatti fisici (vietato toccare, abbracciare, accarezzare, baciare) ma quando sei lì, non hai nemmeno il contatto visivo con i tuoi cari e manca molto.
Nella seconda stanza, quella doppia, ci sono due finestre, sono lunghe e strette e per tre quarti hanno un velo che le opacizza impedendo di guardare fuori, o di guardare dentro, visto che siamo al piano terra.
La parte alta è però trasparente ed io vedo alcuni rami di un albero molto grande, credo sia un cedro ma non sono sicura. I rami restano prevalentemente immobili ma, a volte, un po' di vento li anima e tutto cambia perché immagino di sentire il vento sul viso, mentre passeggio nel parco sotto casa.
Ma il bello mi arriva dalla seconda finestra che

A.M.A.B. – Associazione Medici Agopuntori Bolognesi

Scuola Italo-Cinese di Agopuntura
Scuola accreditata dalla Regione Emilia-Romagna Determina n. 5050 del 05/04/2017

CORSO DI AGOPUNTURA E MEDICINA TRADIZIONALE CINESE

Il corso è patrocinato dalla FNOMCeO, dall'Ordine dei Medici Chirurghi e Odontoiatri della Provincia di Bologna, dall'Azienda USL di Bologna e in collaborazione con l'Università di Medicina Tradizionale Cinese di Nanchino.
Sede: Bologna, Policlinico Sant'Orsola, Istituto di Ricerca e Cura dell'A.M.A.B.
Inizio corso: 16 gennaio 2021
Direzione Scuola: Dott. Carlo Maria Giovanardi e Dott. Umberto Mazzanti.
Durata: 3 anni, lezioni teorico-pratiche annuali che si svolgono in 9 weekend. Pratica clinica in aula e con tutor, tirocinio clinico pratico presso strutture pubbliche e la possibilità di stage presso ospedali e Università cinesi.
A causa della pandemia da COVID-19, **se sarà necessario è prevista la partecipazione online in modalità sincrona.**
Titolo rilasciato: Attestato Italiano di Agopuntura dell'A.M.A.B. e della FISA (Federazione Italiana delle Società di Agopuntura). L'Attestato rilasciato dall'A.M.A.B., in quanto scuola accreditata (Determina n. 5050 del 05/04/2017), ha valore legale su tutto il territorio nazionale e ha la stessa valenza del "Diploma di Master Universitario in Agopuntura" in quanto entrambi ottemperano ai requisiti richiesti dall'art. 4 comma 2 lett. b dell'Accordo Stato - Regioni del 7 febbraio 2013 e soddisfa i requisiti per l'iscrizione ai Registri degli Agopuntori istituiti presso gli Ordini dei Medici Chirurghi provinciali.
Destinatari: Laureati in Medicina e Chirurgia e Odontoiatri.
ECM: la partecipazione al corso riconosce **"l'esonero dall'obbligo di formazione continua"** per i tre anni di frequenza in ottemperanza a quanto stabilito dalla Commissione Nazionale per la Formazione Continua.
Quota: € 1.960,00; € 1.360,00 per il primo anno ai neo laureati (anni 2018-2019-2020).
Segreteria organizzativa: tel. 3409553985, segreteriascuola@amabonline.it, www.amabonline.it

non guardo mai essendo parallela al mio letto ed io fatico a volgere lo sguardo.
Una notte mentre sono attaccata alla macchina, chissà perché mi volto e vedo la luna. La luna è piena e particolarmente luminosa, almeno a me sembra così. Ne resto affascinata, incantata. La cerco con gli occhi muovendomi piano piano per non far partire il suono/allarme della macchina infernale. La trovo ancora e mai luna fu più bella.
Ecco, da "dentro" si apprezzano anche quelle piccole cose che diventano grandi e che, probabilmente, nella tranquillità del benessere potremmo perdere.
E viene il gran giorno. Arrivano i medici in visita, hanno valutato l'esito degli ultimi miei esami, in particolare l'emogas-analisi ripetuto anche due volte al giorno, essendo tale esame il vero indicatore del mio stato: va tutto bene, è tempo di abbassare l'ossigeno.
Lo portano a otto e io reggo bene.
La mattina successiva, portano l'ossigeno a sei poi a quattro. Reggo bene. L'emogas-analisi viene ripetuto e l'esito è buono.
È mercoledì, i medici sono contenti dell'evoluzione della mia malattia.
Mi fanno alzare e mi tolgono l'ossigeno: che strana sensazione non avere nulla sul viso! Mi controllano la saturazione, poi mi fanno sedere, mi mettono in piedi, poi faccio qualche passo. La saturazione regge, sono solo molto tachicardica ma è dovuto alla estrema debolezza.
Un successo. Sono felice e loro con me.
Mi dicono che se la saturazione continua a reggere, venerdì potrò tornare a casa. I medici non sono ancora usciti dalla stanza che già sto telefonando ai miei cari!
Anche la mia compagna di stanza andrà a casa sabato e l'atmosfera in camera cambia completamente.

Siamo ancora positive entrambe e dovremo osservare tutte le restrizioni necessarie ma a casa tutto cambierà.....
Giovedì la saturazione resta buona nonostante sia senza ossigeno. Mi viene controllata spessissimo e io ogni volta sono in ansia temendo brutte notizie.
Solo una volta, inspiegabilmente, si abbassa e subito mi fanno una emogas-analisi che per fortuna va bene e per fortuna è anche l'ultimo.
È un esame molto fastidioso, a volte anche parecchio doloroso ma da tutto si impara: quando la quantità di ossigeno comincia ad essere accettabile, il medico che mi fa il prelievo, mi fa notare come il colore del mio sangue sia più chiaro, quindi è ossigenato... me ne ricorderò per un prossimo quadro.
Ecco, uno dei pensieri nel quale trovavo rifugio, era come dar vita ad un quadro che rappresentasse il mio vivere il covid 19, il mio "DENTRO". Non sono riuscita a idearlo allora, e nemmeno ora, forse non vedrà mai la luce, non so, in fin dei conti non è importante. Forse, per una volta, la mia tela saranno le parole.
Venerdì la conferma: torno a casa. Sarò trasportata in ambulanza perché sono ancora positiva al tampone.
Non è il rientro che avrei immaginato ma va bene anche così, l'importante è tornare a casa.
Nel primo pomeriggio un'infermiera viene ad avvisarmi che è arrivata l'ambulanza e mi chiede se me la sento di raggiungerla a piedi. Ci provo.
Esco nel corridoio che non avevo mai visto. Trovo il medico che in particolare si è preso cura di me, assieme agli infermieri di turno: sono appoggiati alla parete di fronte e mi danno la possibilità di vederli senza l'intera tuta spaziale. Si tengono a distanza di sicurezza ma a me sembra di toccarli.
Mi commuovo, riesco solo a dire ripetutamente grazie. Mi sorridono rispondendo "dovere". No, non è stato solo dovere, loro sono e hanno ben altro e di più. Loro hanno avuto la capacità, nella disperazione che vivono da oltre un anno, di non perdere quella dote di umanità e di empatia che li ha fatti restare esseri umani compassionevoli.
Onore e rispetto per queste guardie armate.
E finalmente piango.
Con passi incerti arrivo all'ambulanza e mi rendo conto di quanto sono debole ma quando devo salire i due scalini per entrare, non ci riesco, sono sconvolta. Guardo, senza parlare, l'infermiera che mi accompagna ma lei capisce e mi dice che la forza tornerà. Con garbo mi aiuta e salgo.
Arrivo a casa, scendo dall'ambulanza e vedo Paolo al balcone.
Salgo con le cose che mi hanno accompagnata nel mio "DENTRO". Sono state disinfettate

in ospedale, in una apposita stanza. Sono sigillate.
Paolo mi aspetta sulla porta dell'ascensore, ci abbracciamo forte e io comincio a piangere con singhiozzi incontrollabili.
Non credevo di aver così tanto bisogno di piangere. Paolo mi tiene stretta sul divano, in silenzio accoglie il mio pianto e pian piano lascio andare la tensione che ho tenuto dentro per 17 giorni.
Occorrono solo poche ore per sentire il beneficio dell'essere a casa, in casa mia con mio marito e sento vicino persino mia figlia anche se non posso vederla per via della nostra positività. Sì, fuori tutto cambia.
Il virus mi ha lasciata stremata, ho sintomi strani in varie parti del corpo ma l'astenia è quello che più mi colpisce: per alzarmi dalla sedia devo avere un appoggio a cui ancorarmi, per scendere dal letto devo fare piano piano, poi mi devo appoggiare. Non facile da accettare e tutti, dal mio medico curante agli specialisti, mi dicono che sarà così a lungo ma che passerà e che occorre una lunga convalescenza.
Occorre portare pazienza e occorre combattere ancora a lungo, ma so di poterlo fare, se non altro questo maledetto virus ha trovato in me un nemico ben armato.
Mio marito mi stimola e accompagna, ogni giorno o quasi, facciamo esercizi di riabilitazione respiratoria e pian piano i risultati si vedono, sebbene le forze restino sempre scarse.
Finalmente dopo cinque settimane, all'ennesimo tampone risulto negativa al Covid.
Apro la e-mail che mi comunica che al mio fascicolo sanitario è stato aggiunto un documento, con le mani e il cuore tremanti ma la lettura mi esalta: sono negativa e dichiarata fuori quarantena!
Ora posso uscire, ora sono proprio fuori. Fuori.
Resta tanto da fare e questo mio scritto serve anche ad alleggerire la mia anima, profondamente ferita dalla aggressività di questo virus.
Non sapremo mai la Verità su di esso. Sarà dovuto a una naturale evoluzione con le sue varianti, ovvie per un virus, o sarà nato dalla disumanità nella quale sta cadendo, precipitando, l'essere umano?
Non so e non so se qualcuno sa, ma se il virus è nato per "errore" o per precisa "volontà" credo, spero, non immaginassero quello che poteva causare e non mi riferisco solo alla morte fisica, dopo molta sofferenza, ma mi riferisco anche alle ferite interiori che chi è stato costretto a vivere lì "DENTRO", porterà sempre in sé.
Certo l'aver superato la malattia, l'essere tornata a casa, è un lenimento importante, fondamentale, ma la sofferenza vissuta, la sofferenza percepita, non si cancelleranno mai completamente. Rimarranno tracce: gli occhi pieni di lacrime dell'infermiera, la stretta di mano del medico, lo sconforto per il respiro mozzato e il pianto del bambino di venti mesi ricoverato nella stanza accanto che non ho mai visto e che ho lasciato lì.
Questo mio racconto non insegna nulla, ha il solo scopo di lenire la mia anima, con la speranza che diventi così più leggera e se qualcuno lo leggerà, spero possa aiutare a comprendere che il mio "DENTRO" è il "dentro" di tanti, alcuni ancora più gravi di me e di quelli che in quel "DENTRO" sono drammaticamente precipitati, abbandonando la vita terrena.
Io ce l'ho fatta e ho tanta gratitudine verso i tanti che mi hanno aiutata:
Grazie a mio marito e a mia figlia, alle mie sorelle, ai miei nipoti e ai miei cognati.
Grazie alla mia amica di sempre, Concetta, sempre presente e a suo marito Saverio.
Grazie alle Sorelle e ai Fratelli della Comunità Dzogchen di Bologna e Internazionale che hanno praticato e pregato per me, e che mi sono stati vicini con i loro messaggi e col loro pensiero.
Grazie a Loris e a Nadia, cui mi legano profondi vincoli di fraternità, e alla loro Fraternità Terapeutica che ha pregato e mi ha protetto spiritualmente.
Grazie agli amici di Bologna, legati dalla Malattia di Menière, uniti dall'affetto.
Grazie ai tanti amici della nostra Associazione Malati Menière Insieme ONLUS, veri e virtuali.
Grazie al fraterno amico Mauro che mi segue sempre con le sue cure mediche e la sua vicinanza e sostegno spirituali, ovunque egli sia.
Da ultimo ma non per ultimo, GRAZIE! ai medici, agli infermieri, al personale sanitario del Reparto Covid Padiglione 6 del Policlinico S. Orsola di Bologna: vi porterò per sempre nel mio cuore!

Medicina e arte

Paolo Cernuschi

Con questo contributo vorremmo aprire una sorta di piccola rubrica dedicata al rapporto tra Medici e Arte, chiedendo ai Colleghi che, posato il camice, si "distraggono dalla scienza medica" dedicandosi ad alcune attività artistiche, di segnalarci e raccontarci le loro opere e la loro esperienza. Un primo esempio lo abbiamo già incontrato, nei numeri precedenti, nel racconto storico, non solo medico, della morte di Giovannni dalle Bande Nere

Vittorio Lodi

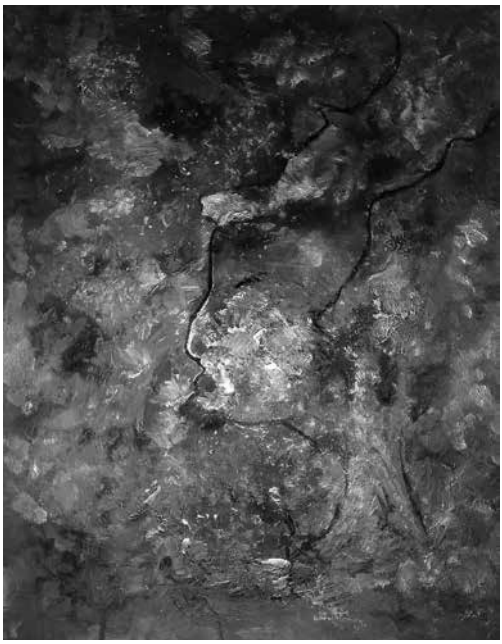
L'autore, Il Dott. Paolo Cernuschi intervista la Dottoressa Martina Capocasa, medico e pittrice.

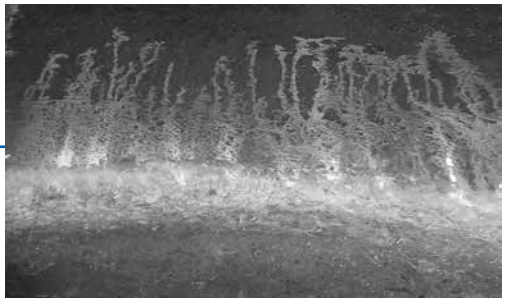
Intervista all'autore

Buongiorno, mi chiamo Martina Capocasa e ringrazio la Direzione del Bollettino Notiziario per la rara opportunità di far comprendere come anche la medicina sia arte e viceversa.

Gentile Collega, quale è la tua attività principale?

Sono un medico neurologo ma ho lavorato da sempre in cliniche di neuroriabilitazione, iniziando dalla Svizzera, per poi tornare a Piacenza e infine a Bologna.





E la tua vocazione artistica?

In realtà la mia vocazione si inserisce in un percorso mutidisciplinare sotto supervisione psicoterapeutica e 'art therapy'. Inizialmente i pensieri e la mia interiorità, con delusioni e frustrazioni, venivano espresse su foglio come i disegni di una bambina. In seguito, mi sono appassionata ai colori, alla tecnica fotografica (già adottata nel mio passato) e successivamente ho iniziato a comprare tele, pennelli, colori e ho iniziato a comporre.

E il tuo percorso formativo?

Ho partecipato ad alcuni corsi di pittura ad olio e preso delle lezioni private dal Maestro Calvelli a Crevalcore.

Quale è il tuo messaggio principale?

Attualmente non dipingo seguendo una modalità figurativa ma prediligo lo stile informale. Questo mi consente di manifestare una mia modalità per scaricare emozioni e pensieri sulla tela attraverso acrilici, olio, stucco, sabbia e così via. A lavoro finto vien fuori una parte di me, ovvero l'emozione che volevo esprimere.

Dove esponi i tuoi quadri?

Ho partecipato dal 2018 a diverse mostre collettive, di cui la più importante si è svolta presso la sala Promoteca del Campidoglio, lo scorso ottobre e per un numero ristretto di invitati.

Attualmente è uscito un libro "I veri artisti dell'arte contemporanea" di Pasquale Di Matteo, che contiene numerose opere e delle quali sono molto entusiasta.

Quali saranno le tue prossime attività? e gli interessati come potranno seguirti?

Il prossimo evento sarà una mostra itinerante (Firenze, Milano, Roma) con 3 diversi dipinti presentata dal critico d'arte Di Matteo.

Ho un sito facebook Martina Capocasa e sto creando un sito web WWW.MARTINACAPOCASA.IT che sarà pronto a breve.

I contatti sono la mia e-mail marticapo@libero.it

Terme di Bologna: un presidio sanitario professionale per prevenzione e riabilitazione

Federica Pagliarone*

Autorizzate dal ministero della Salute, dal Comune e dalle Regioni, sono punto di eccellenza e sicurezza al servizio della comunità, e ancora più necessarie in epoca Covid e post Covid

Premessa scientifica

Le Terme sono da secoli un grande patrimonio naturale del nostro Paese, ricco di acque straordinarie e di fonti terapeutiche che sgorgano abbondanti. Le Terme Italiane rappresentano infatti una risorsa per la salute, il benessere e la cura del corpo; e il 2021 è indubbiamente l'anno in cui verranno valorizzate al massimo.

Le terme sono ancora un presido attuale ed efficace in questa epoca di pandemia?

Il termalismo è un valido aiuto nella prevenzione e nella cura di molte patologie croniche e contribuisce a ridurre la somministrazione di farmaci. Non solo, ma la lotta al Coronavirus ha evidenziato che il sistema respiratorio (alveoli, bronchi, polmoni) va difeso con tutti i mezzi, a partire dalle tre porte d'ingresso del virus (mucosa nasale, cavo orale, cavo oftalmico), il che rende la sinergia benefica di terme, competenze mediche e terapeutiche, una scelta vincente.

E nella nostra realtà?

In quest'ottica, il Gruppo Monti Salute Più, e nello specifico il Circuito della Salute Più (che raccoglie, tra Bologna, Ferrara e Venezia, 12 poliambulatori, di cui 7 autonomi e 5 operanti all'interno dei centri termali del Mare Termale Bolognese), rappresenta una realtà autorevole e di alta specializzazione, dove realizzare un efficace percorso di prevenzione, cura e riabilitazione, sia per il corpo che per la mente.

In particolare, le Terme di Bologna, dotate di acque alcaline e quindi rigeneratrici delle cellule e antisepsi, si propongono come presidio sanitario e di difesa contro influenze e infezioni che colpiscono in modo particolare il sistema respiratorio, specialmente dei bambini, degli anziani e delle persone più fragili. Il tutto in assoluta sicurezza e nel pieno rispetto del protocollo 'Terme Sicure', che garantisce assenza di contagio.

Approfondimento scientifico

Incontro con il Prof. Antonio Monti, direttore scientifico Gruppo Monti Salute Più, con il dott. Franco Furia, idrologo Gruppo Monti Salute Più.

Prof. Monti, quali sono le caratteristiche delle acque termali bolognesi?

Le acque termali bolognesi sono dotate di un processo di mineralizzazione che consente loro di essere riconosciute come acque specificamente curative per una lunga serie di affezioni: ricche di bicarbonati, svolgono un'azione antisettica e alcalinizzante; inoltre hanno un pH di 7.3, che le rende alcaline e con un valore fisiologico quasi identico a quello del sangue; sono bicarbonate, solfate e sulfuree per cui svolgono un'azione rigeneratrice delle cellule e combattono dolori muscolari e algie reumoatropatiche. Disponendo poi di un elevato residuo fisso (oltre 600mg/l), sono acque vibrazionali, cioè attive dal punto di vista ionico ed elettrico, con un effetto di potenziamento delle cellule e di tonificazione dell'intero organismo. E ancora, grazie ad una conducibilità elettrica di 842 µS/cm (microsiemens per centimetro), gli ioni che si formano dagli atomi, dalle molecole e dai sali disciolti conferiscono all'acqua termale una vera e propria energia. Infine, in quanto ricche di calcio libero rendono più bella e levigata la pelle.

Quindi si tratta di un'acqua altamente curativa?

Certamente! L'acqua delle Terme di Bologna rappresenta un vero e proprio farmaco

naturale che è possibile impiegare per una varietà di patolologie, in quanto acqua alcalina, vibrazionale e oscillatoria, e in quanto tale rigenerativa delle funzioni cellulari perché stimola l'attività molecolare. Sebbene quindi per molti le terme non rappresentano altro che un centro per il fitness o wellness, in realtà, soprattutto in questo momento, è importante sottolineare che si tratta di un vero e proprio presidio medico-sanitario in cui queste attività non costituiscono il focus e l'obiettivo prioritario delle acque termali terapeutiche.

Dott. Furia, allora quali sono i servizi prioritari offerti dalle Terme in questo particolare momento? La pandemia è un ostacolo o le Terme sono una risorsa di salute per la popolazione?

A mio avviso, le vere priorità, soprattutto in epoca Covid e post Covid, i benefici delle Terme sono rappresentate da: idroterapia o bagni termali, cioè dall'azione terapeutica delle molecole dell'acqua termale, potenziata dalle altre caratteristiche dei complessi termali (temperatura, gradiente termico differenziato, dinamizzazione dell'acqua tramite idrogetti per la stimolazione total body, ecc.); idrochinesiterapia termale, vale a dire un'azione terapeutica duplice perché legata sia alla natura terapeutica dell'acqua sia al movimento mirato, che viene effettuato in essa con il valore aggiunto della maggior resistenza offerta dall'acqua, in grado di stimolare soprattutto il sistema cardio-circolatorio e muscolare.

Anche a livello respiratorio?

Le proposte inalatorie alcaline o sulfuree, le cui molecole termali stimolano la pompa sodio potassio delle cellule interessate; e tutte le forme riabilitative che trovano nell'acqua termale una triplice valenza sinergica. Per questi e per molti altri motivi le acque termali costituiscono delle vere e proprie terapie, tant'è che, come già sottolineato, gli ultimi DPCM hanno correttamente riconosciuto alle terme il valore di presidio di salute sul territorio, chiedendo loro di rimanere aperte al pari di tutte le altre attività sanitarie. Le terme italiane, autorizzate dal ministero della Salute e dalle Regioni, sono infatti punto di eccellenza e sicurezza al servizio della comunità.

Nello specifico, il Gruppo Monti Salute Più, offre numerosi percorsi integrati di cura e trattamenti, anche in convenzione con il Servizio Sanitario nazionale, mutue, assicurazioni e fondi integrativi. Prestazioni specialistiche e diagnostiche; cure mediche (mesoterapia, neuromodulazione della rete neurale, low dose medicine, onde d'urto, laser, mapping cartilagineo, polisonnografia, etc.); cure riabilitative (trattamenti post-chirurgici, post-traumatici, per patologie cronico degenerative, patologie respiratorie e post Covid-19): bagni termali (pluritermici, alcalini, ionici, vibrazionali, bioenergetici); balneokinesiterapia termale e idrokinesiterapia termale; fanghi termali sia caldi che freddi; cure del reparto inalatorio, sono solo alcune delle prestazioni proposte dall'équipe medica del Gruppo. In particolare, l'idrokinesiterapia termale mette in atto cinque obiettivi terapeutici: vasculo-circolatorio, osteo-articolare (con la stimolazione delle capsule articolari per attivare i recettori più profondi che generano l'energia neurale); neuromuscolare RCR (riabilitazione delle catene recettoriali della rete neurale); respiratorio e metabolico.

Prof. Monti, quale trattamento preventivo consiglierebbe ai nostri lettori?

Specie in questo momento così difficile – prosegue il prof. Monti – consiglio a tutti di effettuare i nostri bagni termali immunoterapici contro i microorganismi e l'invecchiamento cellulare. Si tratta di un percorso a temperatura crescente che sviluppa progressivamente calore a scopo terapeutico, contro tutti i microorganismi in quanto termolabili (poiché privi di calcio). Questo bagno si fa in acqua alcalina alla temperatura di 32°-33°C per 15 minuti, poi di 37°-38° per 15 minuti, quindi in sauna con acqua termale vaporizzata sopra gli 85°C per 15 minuti. Esso porta ben tre finalità curative: un processo di vasodilatazione che tende a combattere forme iniziali di aterosclerosi e algie (e quindi di invecchiamento cellulare); la stimolazione della circolazione sanguigna, che ravviva tutte le cellule dell'organismo e le difende con gli anticorpi protettivi, che vengono trasportati in maggior numero nei vari distretti corporei; il contrasto ai microorganismi come

batteri e virus, con cui si deve lottare. Tale contrasto avviene grazie all'alta temperatura (termolabilità dei microorganismi), all'alcalinità dell'acqua termale che svolge un'azione antisepsi, e al potenziamento del sistema immunitario presente nella circolazione sanguigna. A proposito della termolabilità dei microorganismi, e quindi dell'alta temperatura, la virologa Ilaria Capua ha definito il coronavirus "una pallina infinitesimale di gelatina" mentre, il fisico chimico Valerio Rossi Albertini scrive che il "tallone di Achille del virus è la sua composizione grassa". Il Sars-CoV-2 infatti non avendo strutture di calcio, non può essere attivo a temperature elevate (ad es. 85°C): da qui l'importanza dello sviluppo di calore endogeno attraverso i bagni termali immunoterapici.

Va tenuto presente inoltre che presso il Mare Termale Bolognese la riabilitazione, che riduce in modo molto significativo i tempi di recupero, può essere fatta in piscina termale, in palestra e nel contesto del Natura World (anche in forma residenziale) e cioè presso il Villaggio della Salute Più.

Dott. Furia, nello specifico, in cosa consiste la riabilitazione in acqua termale?

In sintesi, essa è costituita da esercizi assistiti in acqua per il recupero della mobilità attiva e del trofismo muscolare; da mobilizzazioni acqua, per mobilizzare passivamente e attivamente le articolazioni, allo scopo di recuperarne la piena articolarità; e da programmi di riabilitazione post-Covid, costituiti da esercizi volti al recupero della capacità polmonare, del tono muscolare e della ripresa del sistema cardiocircolatorio. Per quanto riguarda l'attività a secco, invece, il Gruppo Monti Salute Più propone varie tipologie di riabilitazione quali la distensione neuromuscolare, la tecarterapia, la riabilitazione postchirurgica (elettrostimolazione, fisiochinesiterapia in palestra e in piscina termale), tecniche di posturologia, trattamento osteopatico, fisioterapia respiratoria (sedute individuali di rieducazione respiratoria, funzionali ad individuare e rimuovere tutte le interferenze muscolari e gli eventuali blocchi, allo scopo di impostare una corretta respirazione), riabilitazione post-Covid in palestra.

VILLA BARUZZIANA

OSPEDALE PRIVATO ACCREDITATO NEUROPSICHIATRICO

Direttore Sanitario: Dott. Franco Neri
Medico Chirurgo
Specialista in Igiene e Medicina Preventiva, Psicologia Medica

Bologna - via dell'Osservanza, 19

Centralino:
tel. 051 580395

Reparti degenza:
- Residenza trattamento intensivo donne
- Residenza trattamento intensivo uomini
- Servizio psichiatrico ospedaliero intensivo
- Psichiatria generale e riabilitazione

Ambulatori Cup:
- Elettromiografia
- Elettroencefalografia
- Neurologia

Amministrazione:
tel. 051 338454-41

Ufficio Prenotazione Ricoveri:
tel. 051 6440324 - fax 051 580315

Monitoraggio cardiorespiratorio
Studio apnee notturne e russamenti
Tel. 051.338475
neurologia@villabaruzziana.it

e-mail: direzione@villabaruzziana.it

Non solo, ma vengono offerte anche attività supplementari abbinabili alla terapia (fisiokinesiterapia) come: crenoterapia con sedute in vasca a 37° che sfrutta l'effetto antalgico e miorilassante del calore dell'acqua; idrotermoterapia con seduta in grotta termale (bagno turco), allo scopo di purificare le vie aeree fino agli alveoli, e sauna (calore secco in grado di produrre vasodilatazione periferica); percorso vascolare; jet spa/granita di neve; fangoterapia termale e massoterapia, per patologie osteoarticolari croniche e degenerative.

Parlando invece del sistema respiratorio, quali sono le proposte di cura del Gruppo Monti?

Come accennato in precedenza il nostro punto di forza è rappresentato anche dalle cure termali del sistema respiratorio che consistono in Cure termali inalatorie e sordità rinogena, con l'impiego di differenti acque termali (sia sulfuree sia bicarbonato-solfato-calciche) per la cura delle patologie delle vie aeree (rinite, sinusite, faringite, laringite, bronchite cronica, ecc); e nella ventilazione polmonare, un tipo di ventilazione meccanica che serve ad offrire un supporto alla respirazione e viene prescritta ai pazienti che hanno bisogno di potenziare la respirazione, come ad esempio a chi ha contratto il Covid e deve affrontare i problemi delibilanti derivanti dal Long Covid.

Da non dimenticare poi le attività previste per salute e prevenzione, e per il post-terapia, in primis l'idrokinesiterapia termale in abbonamento o in accessi singoli, con obiettivi terapeutici diversificati, come il potenziamento del catabolismo metabolico per un efficace consumo calorico; l'attivazione della contrattilità e conduttività muscolare contro i blocchi generati dalla sedentarietà; la creazione dell'armonia tra il simpatico e parasimpatico; il blocco dei processi vasocostrittivi della circolazione; il rafforzamento delle cellule del sistema osseo: osteociti e osteoblasti; il potenziamento dei sistemi tampone dell'organismo contro l'acidosi e della postura della rete neurale, creando un rapporto tra articolazioni, midollo spinale e corteccia cerebrale.

Prof. Monti, per concludere, ci parla della fisiokinesiterapia motoria, altro vostro cavallo di battaglia? Un adeguata funzionalità respiratoria, nella profilassi primaria e secondaria, sono fondamentali nella prognosi della pandemia

Raccomando ai nostri pazienti la fisio-kinesiterapia motoria perché sono convinto che gli obiettivi terapeutici della balneo-kinesiterapia termale debbano essere trasportati e tradotti anche nella palestra attrezzata Technogym; pertanto chiunque voglia fare attività motoria curativa deve sottoporsi ad una visita medica e possibilmente alla BIA (analizzatore di nutrizione, idratazione e bioimpedenza), per approfondire quali sono gli obiettivi terapeutici di cui ha bisogno. Obiettivi che sono fondamentalmente cinque come quelli della balneokinesiterapia (vasculo-circolatorio, osteo-articolare, neuro-muscolare, respiratorio, metabolico) e che, come tali, vanno affrontati per il benessere del paziente.

Un network riabilitativo, chinesiterapico e termale

Il Circuito della Salute Più è stato fondato nel 1976, quando quello che oggi è il Gruppo Monti Salute Più acquisì il centro medico di Via Poerio a Mestre (in attività dagli anni Trenta). I primi tre centri del Circuito furono il poliambulatorio in Via dei Mille 5 a Bologna, quello di Via Lamarmora 4 a Firenze e quello di Mestre. Oggi il Circuito della Salute Più raccoglie, tra Bologna, Ferrara e Venezia, 12 poliambulatori, di cui 7 autonomi e 5 operanti all'interno dei centri termali del Mare Termale Bolognese. Pertanto il Gruppo Monti Salute Più è in grado di mettere in atto una catena sanitaria che offre una pluralità di specialità mediche, servizi termali, riabilitazioni strategiche, diagnostica con RM e TC, turismo ecologico, sanitario e ambientale rappresentato dal Villaggio della Salute Più e Natura World. Si può parlare pertanto di una globalità di servizi, dai più tradizionali a quelli più innovativi, che il Gruppo Monti Salute Più è in grado di proporre, dalla cura del dolore alla riabilitazione, fino al potenziamento della salute e del benessere.

Intervista a cura del Dott. Paolo Cernuschi

** Federica Pagliarone, giornalista scientifica*

Associazione Mario Campanacci per lo studio e la cura dei tumori muscolo-scheletrici

COSA FA L'ASSOCIAZIONE

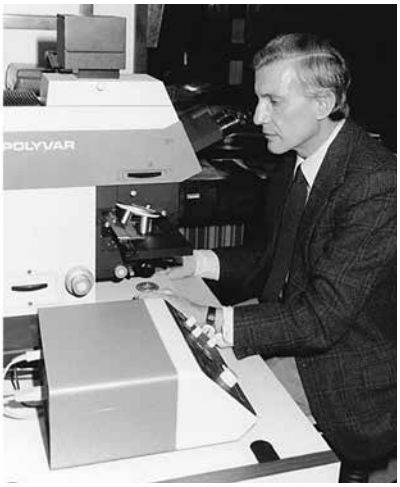
I tumori dell'apparato muscolo-scheletrico sono una seria patologia per cui sono necessarie lunghe cure, in media 9 mesi, con periodici accessi all' ospedale per le cure di chemioterapia e per la chirurgia. Circa il 60% dei pazienti trattati presso l'ortopedia oncologica e la chemioterapia del Rizzoli provengono da fuori regione o dall'estero e devono trascorrere questi periodi a Bologna lontano dalle loro case e dai loro affetti.

Per aiutare i pazienti ed i loro parenti ad affrontare meglio le difficoltà di cure così lunghe e lontano da casa, ed anche per supportare lo studio e la ricerca di questi tumori così rari, è stata fondata l'Associazione, intitolata al prof. Mario Campanacci. Per dare un supporto logistico a queste persone, l'associazione mette a disposizione due appartamenti a Bologna e cinque stanze nella Foresteria di Villa Putti all'interno dell'Istituto Rizzoli, grazie ad una convenzione stipulata con la Direzione dell'Istituto, ove ospitare, a titolo completamente gratuito, i malati e i loro familiari durante le cure chemioterapiche e chirurgiche. Ogni anno vengono garantiti circa 5000 pernottamenti.

Con un recente progetto, co-finanziato dalla Fondazione Carisbo di Bologna, integriamo la convenzione dell'Istituto Rizzoli con il Servizio di Psicologia dell'Università di Bologna.

L'associazione inoltre aiuta il reparto di Chemioterapia sostenendo la gestione della cucina a disposizione dei degenti e dei loro familiari, fornendo quotidiani, periodici, libri, apparecchi elettronici e videogiochi per i ricoverati e loro familiari.

Nell'ambito di una attività divulgativa, l'Associazione pubblica sul proprio sito informazioni scientifiche nell'ambito dei sarcomi a disposizione di pazienti e loro famigliari; inoltre sponsorizza il Corso Internazionale di Patologia Muscoloscheletrica (MSP) ed il Corso Chirurgico per la Correzione dei Grandi Difetti Ossei (SBJD), promossi dalla 3° Clinica di Ortopedia Oncologica, a cui partecipano medici (ortopedici, radiologi, anatomo-patologi) provenienti da tutta Europa.



Il Prof. Mario Campanacci: a sinistra) ritratto all'interno della Biblioteca dell'Istituto Ortopedico Rizzoli; a destra) durante l'attività di diagnosi istologica.

Foresteria Villa Putti all'interno dei giardini dell'Istituto Ortopedico Rizzoli.

Più recentemente e grazie all'aiuto dei nostri sostenitori e alla collaborazione con altre realtà associative attive nell'ambito dei sarcomi, abbiamo avuto modo di aiutare la ricerca scientifica dando un supporto ai progetti di ricerca condotti presso il Laboratorio di Ricerca Oncologica del Rizzoli e presso i reparti clinici dell'Istituto. I progetti sono consultabili sul nostro sito alla pagina Ricerca.

COME È NATA L'ASSOCIAZIONE

Il professor Mario Campanacci fin dagli anni Sessanta si è dedicato allo studio ed alla cura dei tumori muscolo-scheletrici, diventando uno dei maggiori specialisti mondiali in questo campo: riconosciuto a livello internazionale nel campo dell'Oncologia Muscoloscheletrica ha saputo creare al Rizzoli di Bologna un centro multidisciplinare che rappresenta un'eccellenza assoluta.

I progressi nelle cure hanno portato la prognosi dei sarcomi primitivi dell'osso dal 10 al 70% di guarigione.

Nel 1982 il professore stesso fondò un'Associazione che aveva appunto questi scopi, e nel 2010 è nata l'Associazione ONLUS Mario Campanacci, iscritta al registro provinciale delle associazioni di volontariato della provincia di Bologna nel 2014.

CHI FA PARTE DELL'ASSOCIAZIONE

Fanno parte dell'associazione medici e sanitari che lavorano, o hanno lavorato, nei reparti di ortopedia oncologica, chemioterapia, laboratorio di ricerca oncologica dell'Istituto Ortopedico Rizzoli, ex pazienti, e volontari esterni al Rizzoli, tutti accomunati dal desiderio di aiutare l'assistenza ai pazienti e la ricerca sui sarcomi.

CONTATTI

Associazione Mario Campanacci, Via Pupilli 1, 40136, Bologna
Sito internet: www.associazionemariocampanacci.it
FB: Associazione Mario Campanacci
CF: 91318820379
IBAN: IT 75 Q 02008 02452 000102033990

Un Medico parla di Sars-Cov-2

Marcello Zanna

Sono Medico di Famiglia e Specialista Pneumologo a Valsamoggia da oltre trent'anni. Questo virus mi ha appena portato via i genitori e mio fratello, vorrei pertanto fornire qui un mio piccolo contributo contro questo mostro chiamato Sars-Cov-2.

Comincio col dire che la medicina territoriale ha un ruolo molto importante durante un'epidemia come quella in corso: siamo la prima linea di difesa. Troppi sono i medici di famiglia caduti per l'assoluta mancanza di protezione durante la prima ondata, quando i DPI risultavano irreperibili. Eppure in TV e sulle prime pagine sono andati i negazionisti del virus e chi ha manifestato in piazza contro l'obbligo della mascherina. Purtroppo i media, per fare audience, hanno lasciato troppo spazio a chi va controcorrente, a quattro gatti che sarebbe stato quanto mai opportuno ignorare ed oscurare. Don Ferrante, nei Promessi sposi, si avvale di tutti discorsi pseudoscientifici per asserire che di fatto la malattia non esiste. Già a quell'epoca si attribuiva la colpa agli untori e ai medici che diffondevano l'epidemia per proprio tornaconto personale. Siamo in guerra! Non possiamo continuare a piangere all'infinito sul latte versato, su morti evitabili. Il virus purtroppo esiste e non ha ideologie; la pandemia esiste ed è di tutto il popolo, come spiega bene il vocabolo greco: Pan=tutto, demos=popolo. Ben tremila anni fa, Ippocrate salvò Atene dalla peste dividendo le persone sane dalle ammalate, bruciando i morti di peste e le loro coperte. Nessuno però in Italia ha previsto personale di assistenza per due novantenni risultati positivi al Covid-19, quindi bisognosi di tutto, al loro domicilio, e non sono stati previsti vaccini prioritari per i figli che hanno l'onere di assistenza dei loro genitori novantenni. Il risultato è sotto gli occhi di tutti.

Per capire come si diffonda il virus Covid 19, immaginiamo come si possa diffondere tra i pipistrelli, suoi serbatoi naturali. Questi mammiferi vivono in caverne o in piccoli pertugi; non si stringono le mani. Producono ultrasuoni per mezzo della laringe ed emettono il suono dal naso o, più comunemente, dalla bocca aperta. Questo sicuramente provoca la nebulizzazione di un aerosol contaminante. Solo l'aerosol può essere il mezzo: l'aria che si respira. Le case sono le nostre caverne, le automobili, i mezzi pubblici sono i nostri pertugi. Il canto, le urla, facendo vibrare maggiormente le corde vocali, aumentano la vaporizzazione nell'aria delle particelle virali e la conseguente possibilità di contagio. Ove non sia possibile il distanziamento: sui mezzi pubblici, negli ascensori, negli ospedali, vanno rese obbligatorie le doppie mascherine: sotto quella aderente ffp2 e sopra quella chirurgica. I virus sappiamo che restano sospesi per circa tre ore nell'aerosol, poi per gravità ricadono sulle superfici dove restano attivi fino a 20 giorni, quindi sono necessari disinfettanti adeguati per sanificarle frequentemente. Ove non sia possibile un continuo ricambio di aria: sui mezzi pubblici, nelle scuole, negli uffici, nei cinema e teatri si potrebbe pensare ad aspiratori che convoglino l'aria verso filtri con antivirali e la reimmettano in circolo purificata, per creare un flusso che impedisca all'aerosol contaminante di rimanere sospeso per ore sulla gente. Non mi sembra impossibile.

Tra il dieci e il venti percento delle persone contagiate è responsabile dell'ottanta percento dei contagi: sono i cosiddetti "superdiffusori", o *superspreader*. Anche se il meccanismo generale che crea gli aerosol respiratori è lo stesso per tutte le persone, esistono numerose variazioni nella quantità di emissioni che ciascuno effettivamente produce. Basterebbe individuare questi superdiffusori per fermare la pandemia. Il problema è che sono infettivi in maniera massimale già due giorni prima dell'inizio dei sintomi. Non starnutiscono. Non tossiscono. Respirano e parlano, semplicemente.

Penso che prima o poi la scienza metterà a disposizione un test del respiro tipo l'alcol test per rilevare il virus dall'aria espirata. Intanto usiamo prudenza e buon senso: niente mascherine con valvola a nessuno nei luoghi pubblici!
Il 90% dei casi positivi viene trattato al proprio domicilio, ponendo in quarantena tutti i conviventi per due settimane, fin dopo la negativizzazione del tampone. Alcuni familiari tuttavia nel frattempo si infettano e tutto ricomincia da capo. Nei giorni di paura, che i positivi trascorrono in quarantena nelle loro case, il medico di famiglia è, per gli ammalati e i loro famigliari, pressoché l'unica fonte di informazioni, di consigli, di trattamenti farmacologici, di adempimenti burocratici.
Quel che manca agli ammalati lievi è un piccolo ma importante strumento per gestire tempestivamente la comparsa di un'eventuale polmonite interstiziale: **il saturimetro**.
A chi è positivo al tampone e può permetterselo io lo prescrivo: non costa tanto. Dovrebbe essere il SSN tuttavia a farsene carico, distribuendolo gratuitamente a tutte le persone risultate positive al tampone. Questo virus diviene pericoloso quando attacca i polmoni e il saturimetro aiuta a individuare precocemente questa temibile complicanza, che spesso richiede il ricovero e l'ossigenoterapia ad alti flussi.
Altra cosa che manca a noi medici in prima linea è un protocollo comune di cura per i positivi. Nella prima ondata si parlava di Azitromicina e antimalarici, ora di cortisonici e antitrombotici. È sbagliato tuttavia prescrivere cortisonici nelle prime fasi della malattia. I cortisonici riducono le difese, che nella prima fase devono invece essere aiutate con supplementazione di vitamine C e D, con alimentazione corretta, con riposo assoluto. Il cortisonico e gli antitrombotici hanno senso soltanto in corso di polmonite interstiziale già manifesta e in questo caso il desametasone si è dimostrato efficace ad alto dosaggio per ridurre i danni interstiziali da citochine. Nelle prime fasi ai medici di famiglia, tramite le USCA, dovrebbe però essere data da subito la possibilità di prescrivere il Remdesivir, un antivirale che può ridurre le polmoniti solo se somministrato nella prima settimana di malattia, quando si rilevi un'iniziale desaturazione dell'ossigeno, quando l'Eco toracica (che le USCA eseguono a domicilio) o la TC toracica rilevino una polmonite interstiziale iniziale, non quando l'interstizio sia già stato estesamente compromesso da un rialzo esagerato delle citochine. È vero che un trattamento con Remdesivir costa duemila euro, ma se serve a ridurre le complicazioni e le ospedalizzazioni rappresenta un risparmio, se usato in ritardo non ha alcun senso, sono soldi buttati. Anche gli anticorpi monoclonali, che ora sembrano una chimera, devono essere somministrati nelle prime fasi della malattia e non a polmoni già troppo compromessi.
Non serve a niente eliminare il virus quando il danno da citochine sia già presente con un quadro da fibrosi polmonare terminale! L'esame per rilevare un anomalo rialzo delle citochine deve essere eseguito a domicilio dalle USCA, quando l'eco toracica rilevi la presenza di polmonite interstiziale iniziale, mentre ora, non si capisce perché, è riservato solo agli ospedali. Quando si alzi l'interleuchina oltre un certo limite deve essere immediatamente predisposto il ricovero in ospedale, ove poter effettuare terapia con anticorpi monoclonali contro l'interleuchina, il tocilizumab, per ridurre questa tempesta che complica irreparabilmente la polmonite mandando i pazienti in rianimazione!
La cosa più importante ora però è velocizzare una vaccinazione di massa.
Per vaccinare solo il 50% degli italiani con due dosi, occorrono circa 60 milioni di inoculazioni. I medici di famiglia vaccinano nei loro studi ogni anno contro influenza pneumococco e tetano decine di milioni di italiani. Arruolando questi medici vaccinatori già esperti che conoscono i fragili e vanno a domicilio di chi non cammina, arruolando anche gli specializzandi, medici e infermieri già in pensione si può fare. Non servono primule. Limitando tutta la burocrazia e l'organizzazione per fasce di utenti messa in piedi, si può fare in poco tempo una vaccinazione di massa senza problemi, a partire dai più anziani e malati come da sempre si fa per l'influenza stagionale. Ma servono i vaccini e servono ora!

In palazzo storico di Piazza dei Martiri (Bologna) munito di ascensore e servizio di portineria sono disponibili 2 stanze libere da arredo in studio medico condiviso con collega odontoiatra. Canone richiesto euro 470,00 incluse spese condominiali. Cell. 328/9680162. No odontoiatra.

Si ricerca Medico per collaborazione con Guardia Medica Privata per Bologna e zone limitrofe. Se interessati contattare il numero 051/224466 o inviare curriculum a info@newhelp.it. L'orario di segreteria è il seguente: dal lunedì al giovedì dalle 8:30 alle 16:00 e il venerdì dalle 8:30 alle 12:30.

Studio dentistico in via Dante angolo Viale Carducci offre a collega con propria clientela sala odontoiatrica per condivisione ed ottimizzazione dei servizi. Lo studio è luminoso, ampio e con spazi adeguati alle normative sulla distanza sociale, ben servito da mezzi pubblici e piste ciclabili. Per info e visite telefonare a 051/301977.

Cedesi studio dentistico a Bologna in via Dante angolo Viale Carducci, al primo piano con ascensore, con garage e possibilità di posteggio in cortile interno. Lo studio, di mq 100, è ampio e luminoso con due terrazze, doppi servizi, due riuniti con radiologico e sala sterilizzazione. I locali sono in affitto. Per informazioni telefonare 333/1733049.

Affitto a uno o più medici ambulatorio centralissimo attrezzato per otorinolaringoiatria 051/440615 - 051/231247.

Bologna, adiacenze Policlinico S. Orsola, affittasi stanza in studio medico condiviso a giornate o mezze giornate. Sito al piano terra con ingresso diretto su corte privata con possibilità di parcheggio. Contratto service con spese incluse di tutti i servizi. Per info cell. 348/6599713.

Libero professionista ginecologa, per cessazione attività vende Ecografo Mindray Z6, completo di sonde vaginale e addominale e zaino di trasporto. Contattare il numero telefonico 335/6840307.

Norme editoriali

L'editoriale e il dossier saranno pubblicati su richiesta dell'editore.

Articoli: formato word, times new roman 12, spazio singolo, giustificato, sono graditi gli articoli a carattere sanitario e a rilevanza locale. Gli articoli a carattere scientifico saranno inviati a referee nazionali scelti dalla redazione. Ogni articolo non dovrà superare di norma le 16.000 battute e contenere massimo 3 immagini in bianco e nero.

Notizie: testo dattiloscritto di massimo 4.000 battute

Congressi/convegni/seminari (da inviare almeno due mesi prima del loro svolgimento)
Sono graditi prevalentemente quelli a carattere locali.
Esempio: titolo, obiettivo (max 250 battute), sede e data del convegno, informazioni (nominativi, telefoni, e-mail)

Annunci: testo di massimo 500 battute

CONCESSIONARIO PER LA PUBBLICITÀ: RENOGRAFICA SRL
13 via Seragnoli - 40138 Bologna - telefono 051 6026111 - fax 051 6026150

renografica

VIA SERAGNOLI, 13 - Z.I. ROVERI 2
40138 BOLOGNA
TEL. 051.6026.111 - FAX 051.6026.150
e-mail: home@renografica.it

PER LA VOSTRA PUBBLICITÀ
TEL. 051.6026.111
home@renografica.it

Nuova Polizza Responsabilità Professionale Medici Chirurghi ed Odontoiatri

In linea con le previsioni della legge 24/2017 *(Legge Gelli)*

Polizza di Responsabilità Civile Professionale per Medici in Libera Professione "pura"	**(COMPARTO LP)**
Polizza di Responsabilità Civile Professionale per Medici in Dipendenza del S.S.N., con inclusa Attività Intramoenia	**COMPARTO SSN)**
Polizza di Responsabilità Civile Professionale per Medici in Dipendenza del S.S.N., con inclusa Attività Extramoenia	**(COMPARTO SSN)**
Polizza di Responsabilità Civile Professionale per Medici in Dipendenza del S.S.N., con inclusa Attività Amministrativa	**(COMPARTO SSN)**
Polizza di Responsabilità Civile Professionale per Medici in Dipendenza di Strutture Sanitarie Private	**(COMPARTO SSP)**
Polizza Infortuni ed Invalidità Permanente Malattia.	**(COMPARTO INFORTUNI E IPM)**
Polizza Tutela Legale per Medici in Libera Professione	**(COMPARTO T.L.LIB)**
Polizza Tutela Legale per Medici Dipendenti S.S.N.	**(COMPARTO T.L.DIP)**

Le Polizze sopraelencate hanno specifiche caratteristiche che le rendono uniche rispetto al Mercato, quali coperture All-Risks della Responsabilità Professionale, super valutazioni specifiche nella Polizza infortuni e Malattia.

ALCUNI ESEMPI: COLPA GRAVE - RETROATTIVITÀ - POSTUMA - COPERTURA PER QUALSIASI PREGIUDIZIO ECONOMICO DERIVANTE ALL'ASSICURATO NELL'ESERCIZIO DELLA PROFESSIONE, QUINDI ANCHE INDIRETTAMENTE A CAUSA DI OMESSA E/O SBAGLIATA DIAGNOSI, NONCHÉ ERRORI DI CERTIFICAZIONE E/O ATTIVITÀ DI TIPO MEDICO LEGALE!

Quanto sopra potendo disporre di CONTENUTE CONDIZIONI ECONOMICHE specificatamente ottenute sul mercato assicurativo, per tutte le specializzazioni mediche e chirurgiche, dal medico di medicina generale, all'odontoiatra, al ginecologo, al chirurgo ortopedico, etc.!

INOLTRE È LA PRIMA ASSICURAZIONE RCP MEDICI CHE PREVEDE, AD UN COSTO RIDOTTO, LA COPERTURA PER LA SOLA RESPONSABILITÀ EXTRACONTRATTUALE PER I SANITARI CHE LAVORANO COME LIBERI PROFESSIONISTI SOLO PRESSO STRUTTURE SANITARIE.

Per **informazioni scrivere a** *info@sorimed.com* **specificando nome, numero di telefono ed in quale tipologia professionale rientrate. Verrete prontamente ricontattati.**