

Il Papa si dimette, Nanni Moretti lo aveva anticipato nel 2011

Finzione e realtà. In quella si parlava di una crisi teologica, ora si parla di problemi di salute. Dopo l'annuncio del Papa di dare le dimissioni a partire dal 28 febbraio, a chi non è venuto in mente Nanni Moretti? Il regista romano nel suo film "Habemus Papam", dell'aprile 2011, col senno di poi, potremmo considerarlo un po' profeta. Il suo cardinale infatti, interpretato da Michel Piccoli, eletto papa entrava in crisi profonda, non riusciva ad accettare il peso del ruolo, fuggiva dalle mura vaticane mentre uno psicologo, interpretato dallo stesso regista, cercava di aiutarlo a tornare sereno. "Habemus Papam", presentato in anteprima al festival di Cannes e diventato un successo europeo con vari riconoscimenti internazionali, precorre la clamorosa notizia di oggi. Anche per il finale: tornato in Vaticano, il papa si presenta finalmente al mondo, nel tripudio della folla e dei cardinali. Tutti pensano che stia accettando la nomina ma nel discorso ai fedeli, il pontefice ammette di non avere la forza e di non essere in grado di guidare la Chiesa in un momento di scelte tanto difficili per gli uomini. Al termine abbandona il leggio e scompare, lasciando la chiesa senza guida nello smarrimento generale, proprio come in queste ore. All'epoca dell'uscita del film l'Osservatore Romano non ne parlò benissimo, mentre dalla Cei si sottolineò "lo sguardo di comprensione ampio e generoso", ma anche una certa "superficialità".

La Cina, l'arte e la Foxconn - Cecilia Attanasio Grezzi

L'Ullens Center for Contemporary Art (Ucca), una delle più interessanti gallerie d'arte di Pechino nello spazio dell'ex fabbrica 798, ha recentemente esposto i lavori di quella generazione di artisti nata dopo la morte di Mao. Si tratta di quella generazione che ha vissuto l'era di Internet sin dall'inizio. Per questo la mostra si chiama On | Off come uno dei proxy più usati dai cinesi per scavalcare la censura, comunemente chiamata il Grande Firewall (parodia della Grande Muraglia, ché una volta che sei entrato, difficilmente ti permette di uscire). Questa generazione è quella cresciuta durante il boom dell'economia cinese e della classe media che, per la prima volta dopo il maoismo, cominciava ad affermarsi. Tra di loro salta agli occhi l'opera di Li Liao, una tuta da lavoro, un contratto, un iPad mini. Così mentre l'occidente si interroga se sia moralmente giusto consumare i beni prodotti a basso costo nelle fabbriche cinesi, il giovane Li si è fatto assumere alla Foxconn, ci ha lavorato 45 giorni per poi comprarsi il prodotto che aveva assemblato e che oggi mostra su un piedistallo ai fruitori delle nuove opere d'arte. Li, non immaginava che lavorare in fabbrica sarebbe stato così facile ("praticamente non serve nessun requisito: se hai fatto le scuole e non hai problemi fisici significativi, sei assunto") né così duro (stai in fabbrica 12 ore al giorno, dieci ore in catena di montaggio e due ore tra pranzo e cena" [...] "sembra quasi che una volta che sei entrato, non ci sia più verso di uscire" [...] "non tornerò mai più a lavorare in fabbrica"). Ma ciò non ha affatto cambiato la sua percezione della Apple: "ho lavorato alla Foxconn per 45 giorni, ma prima già consumavo i prodotti Apple. Non credo che questa esperienza abbia cambiato la mia percezione dei prodotti, mi ha solo reso più chiaro che molti dei prodotti di questo mondo non hanno nulla a che vedere con gli operai che li fabbricano". E in questo periodo in cui sembra quasi che sarà proprio la Foxconn (quella degli stage forzati, del lavoro minorile e della catena di suicidi che l'ha resa tristemente famosa nel 2010) a introdurre rappresentanti sindacali direttamente scelti dai lavoratori nella totalitaria Cina è bene tenere a mente come sono e cosa producono gli operai del XXI secolo: oltre il 60 per cento dei lavoratori di nuova generazione ha il diploma, cambia spesso lavoro ed è sempre pronto all'azione diretta. Soprattutto se si tratta di rivendicazioni salariali, si muovono autonomamente e senza bisogno di mediazioni sindacali. E, forse, sono mossi proprio dal desiderio di quello stesso iPhone che producono.

La Stampa – 11.2.13

John Banville, lo scrittore che vive due volte - Mario Baudino

Nel mondo della finanza c'è una battuta, molto popolare che corre nel libro: «se in una stanza non sai chi è il gonzo, vuol dire che il gonzo sei tu». Alle ultime battute di Il buon informatore John Glass, grande inviato di guerra stanco di guerra, della professione e di un po' tutto, finalmente capisce l'intrigo in cui si è trovato nella scomoda posizione di detective e di protagonista: «Bè, almeno so chi è il gonzo», dice alla moglie. Ha dipanato i fili di un delitto, e ora almeno ha «la sua storia». Ma, come gli fa osservare Louise, non esattamente a titolo di consolazione. L'ultimo romanzo di John Banville pubblicato in Italia (da Guanda, come sempre) fa parte della serie parallela che lo scrittore ha inaugurato nel 2005, firmandola Benjamin Black, un nome del tutto sconosciuto ai nostri lettori. E' il suo alter ego, quello che scrive romanzi di genere (o apparentemente tali) molto diversi da L'intoccabile, La notte di Keplero, Athena o Un giorno d'estate, le opere-labirinto che hanno reso famoso Banville per la loro complessa sinuosità, lo stile inconfondibile e raffinatissimo, la tessitura musicale, lo scavo dei personaggi e il gioco di ombre che ne deriva. Quelle di Benjamin Black sono invece storie «nere», per lo più con protagonista un anatomopatologo irlandese, Quirke; che nel nostro caso non hanno, rispetto ai romanzi più impegnativi (il prossimo, Ancient Light sarà pubblicato da Guanda a settembre) questo travestimento d'autore. C'è un motivo? «Non è comunque letterario - risponde l'autore da Dublino -; semplicemente, Luigi Brioschi mi ha chiesto di mantenere il nome vero in copertina, visto che già avevano lavorato così tanto in casa editrice alla mia reputazione letteraria; ricominciare da capo con il mio doppio sarebbe stata una dura impresa. Non c'era una ragione per dirgli di no». Anche il suo editore inglese, sulle prime, non ne voleva sapere. «E neppure l'agente. Però in quel caso li ho convinti». Non è la prima volta che un autore letterario sceglie uno pseudonimo per i suoi gialli. Lo hanno fatto Julian Barnes e Joyce Carol Oates. Ma tenevano davvero a nascondere la loro identità. Banville no. Lui è nello stesso tempo, apertamente, l'uno l'altro. Gioca su due tavoli, proprio come per lungo tempo è stato romanziere e giornalista (dirigeva il supplemento culturale dell'Irish Times). Come è nata questa

duplicazione? «Fu nel 2005. E agirono due fattori: da una parte una sceneggiatura scritta per la televisione, dall'altra la lettura di Georges Simenon. In entrambi i casi fui affascinato dall'assenza di psicologismi, dal linguaggio colloquiale, dal vocabolario essenziale. E per quanto riguarda Simenon (non i libri con Maigret, di cui sono particolarmente entusiasta, ma quelli che chiamava i «romans dur») l'impressione è stata grande. Romanzi come *La neve era sporca* o *L'uomo che guardava passare i treni* sono veri capolavori». Con uno stile agli antipodi del suo. «L'opposto esatto. Ma proprio per questo mi sembrava una bella sfida, e con mia grande sorpresa ho scoperto che potevo farcela». Che differenza c'è tra Banville e Black? «Innanzitutto di velocità. Black scrive come un fulmine, Banville può stare un giorno intero su una frase». Ma qualcosa li avvicina. Per esempio, e torniamo a *Il buon informatore* (titolo originale e più minaccioso «*The Lemur*», il lemure), la tendenza del male, una volta annusato, a ingannarci in un gioco prospettico, scivolando da personaggio a personaggio. Nessuno è mai veramente come sembra. Qui c'è un giornalista che è finito nell'angolo, in gran parte volontariamente. Ha lasciato Dublino per New York, ha una moglie troppo perfetta ed estranea, un'amante irlandese, un figliastro mezzo paranoico. E deve scrivere per un milione di dollari la biografia del suocero, ex agente della Cia dalla vita oscura e avventurosa diventato un magnate dell'industria. Assume un informatore (il Lemure, appunto) per risparmiarsi il lavoro minuto e forse qualche brutto pensiero: e si trova invischiato in una cupa storia di segreti di famiglia, segnata da un omicidio che rimanda con inquietante precisione a una morte misteriosa di vent'anni prima. E' una storia «nera» ma anche beckettiana, per qualche verso. Come si sta tra Beckett e Simenon? «Ho grande ammirazione per entrambi. E comunque quella di Beckett è un'estetica negativa. La mia non lo è». E' legittimo immaginare che ci sia un gioco ironico sui luoghi comuni della letteratura di genere? Penso al leit motiv del «gonzo», alla frase che in genere è attribuita ai giocatori di poker o al finanziere Warren Buffet; lei la fa invece pronunciare per la prima volta a John Huston: è l'ammonimento che il regista, ormai molto anziano, dà all'allora giovane Glass molto prima che inizi la vicenda del lemure. Quasi a costruirle intorno una tradizione letteraria. «Anche secondo me la frase è di Buffet, e non ho cercato precedenti. Cerco di essere originale, non mi piacciono le formule precostituite: ma lavorare con i cliché è molto interessante. Del resto, lo faceva anche Beckett».

Cento corti per cento capolavori. Così The Met trasforma l'arte in film – N. Speltra

Due cortometraggi a settimana per raccontare l'arte. In tutto cento corti per altrettanti capolavori. Il progetto è del Metropolitan Museum di New York e prende nome "82nd & Fifth" dalla sede dell'edificio, posta su un lato del Central Park, lungo quello che viene definito Museum Mile, vale a dire il "Miglio dei Musei". I video, che hanno una durata di pochi minuti, sono affidati ciascuno ad un curatore chiamato a scegliere e ad illustrare, in prima persona o attraverso una voce fuori campo, una delle opere del museo, quella che più ha contribuito a cambiare la sua visione dell'arte e del mondo. Puntuali, ogni mercoledì e per tutto il corso del 2013, The Met manderà online due filmati. Il primo pubblicato in rete, quello che ha segnato l'avvio del progetto, è dedicato a "Madonna e Bambino con Angeli", opera realizzata tra il 1455 e il 1460 dallo scultore fiorentino Antonio Rossellino. Poi è stata la volta, tra gli altri, di Frank Lloyd Wright, con l'arredamento della living room, progettato tra il 1912 e il 1915 per la Little House di Wayzata, in Minnesota, e ancora di Giovanni Battista Tiepolo e la sua grande tela del 1729 con il "Trionfo di Caio Mario" e della stampa di Rembrandt datata 1653 con il "Cristo crocifisso tra i due ladri", conosciuta anche con il titolo "Tre Croci". Per poterli vedere basta accedere al sito <http://82nd-and-fifth.metmuseum.org/#/new/>

Brescia riapre il Capitolium e porta in mostra il secolo breve – Nicoletta Speltra

Brescia sta per vivere una stagione di grandi ritorni. Il primo è quello del Capitolium che, dal 7 marzo, riapre le sue porte al pubblico con un nuovo, suggestivo allestimento multimediale progettato dai videoartisti di Studio Azzurro. La città recupera così quel tesoro di età imperiale riconosciuto dall'Unesco come Patrimonio dell'Umanità e i cui resti, situati nella zona del Monastero benedettino di Santa Giulia, sede dell'omonimo museo civico, vennero riportati alla luce tra il 1823 e il 1826 per volontà dei membri dell'Ateneo di Scienze, Lettere e Arti, grazie a una sottoscrizione pubblica. Oltre all'antico, però, la città riscopre anche il contemporaneo con l'evento "Novecento mai visto": dall'8 marzo al 30 giugno 2013, infatti, arriva per la prima volta in Italia una fra le collezioni d'arte contemporanea più importanti d'Europa: la collezione Daimler, che, conta circa duemila opere di oltre settecento artisti internazionali, duecento delle quali saranno esposte nel Museo di Santa Giulia nella mostra "Capolavori dalla Daimler Art Collection. From Albers to Warhol to (now)". E non solo: perché per l'occasione lascerà i depositi del museo, dove fu relegata nel 1972 per far posto alle collezioni archeologiche e medievali, la prestigiosa raccolta pubblica che darà vita alla mostra "Opere dalle collezioni bresciane. Da de Chirico a Cattelan e oltre". Tornerà così accessibile al pubblico, dopo oltre 40 anni di oblio, una tra le maggiori raccolte italiane pubbliche d'arte contemporanea, arricchita, per l'occasione, da prestiti di opere, diverse delle quali mai esposte prima, provenienti da importanti collezioni private della città.

Il fenomeno dei corsi online. "In classe siamo 85 mila" - Marco Bardazzi

La prossima idea che cambierà il mondo stavolta potrebbe non nascere in un garage della Silicon Valley. Il nuovo Steve Jobs o Larry Page può essere uno dei ragazzi pachistani che si ritrovano a studiare insieme nella caffetteria di un Ikea nei sobborghi di Londra, «perché c'è spazio e la connessione al web è molto veloce». O una delle ragazze di Manila che hanno creato un gruppo di studio filippino su Facebook dove si scambiano idee e appunti. O magari è Yusuf, 26 anni, un veterinario della Nigeria che scalpita per creare una sua azienda e giura di avere in mente una start-up che sarà «un successone». La geografia li considera lontanissimi gli uni dagli altri, ma sono tutti compagni di classe. Frequentano insieme un corso universitario che si intitola «Sviluppo di idee innovative per nuove aziende», tenuto dal professor James V. Green, docente di Economia all'Università del Maryland. Quella di Green è una classe multietnica e senza dubbio affollata: c'è Yusuf, ci sono i pachistani di Londra, ci sono le ragazze filippine, ci sono io, giornalista italiano, e con noi ci sono altri 85.000 studenti di ogni parte del mondo. Non uno dei 193 Paesi membri

dell'Onu sembra mancare nella classe in cui il professore americano insegna a lanciare un'impresa di successo. Benvenuti alla nuova frontiera dell'educazione globale. O se preferite, come dice Thomas Friedman nell'analisi qui sotto, benvenuti nella «rivoluzione» dei MOOC (Massive open online course), la sigla che definisce le realtà universitarie che permettono la distribuzione via web di educazione di qualità a chiunque. Gratis. Il fenomeno sta decollando a un ritmo impressionante. Coursera.org, la piattaforma accademica che ospita anche le lezioni del professor Green, è nata solo otto mesi fa e già conta 2,5 milioni di iscritti, ai quali offre corsi di 33 atenei prestigiosi come Stanford, Columbia, Duke, Brown, MIT o Princeton. Altre realtà analoghe come Udacity o edX (un consorzio che fa capo ad Harvard) stanno sviluppando offerte analoghe. L'idea è distribuire gratuitamente a chiunque sappia parlare inglese corsi universitari finora riservati a chi può permettersi rette da 40 mila dollari l'anno. I corsi prevedono scadenze e test da rispettare: alla fine viene rilasciato un certificato a cui presto le università americane riconosceranno un valore in termini di credits. Si possono frequentare corsi gratuiti a scelta, senza limiti. La speranza dei campus è stimolare la «fame» di sapere con un aperitivo accademico, per raccogliere nuovi iscritti. Entrare in una di queste università online è semplice come iscriversi a Facebook. «La Stampa» ha fatto la prova su Coursera. Il primo passo è creare un profilo, analogo a quello che molti di noi hanno già sul web: età, nazionalità, una foto, una breve descrizione e i link alle pagine personali su Twitter, Facebook, G+ e soprattutto LinkedIn, il social media per condividere esperienze di lavoro e di studio. In cinque minuti ti scopri «matricola» in un campus delle meraviglie, dove c'è l'imbarazzo della scelta per chi ha voglia di studiare. In questo momento Coursera offre 221 corsi gratuiti di ogni genere. Volete capire gli algoritmi sotto la guida di due professori di Princeton? Siete ancora in tempo, il corso è partito il 4 febbraio e dura sei settimane. Vi interessa approfondire il tema (attualissimo) dell'ingegneria finanziaria e del risk management? Tre professori della Columbia sono vostri per dieci settimane. E ancora: introduzione al pensiero matematico, principi di macroeconomia, studio dei «big data». C'è pane anche per i denti degli umanisti. Immaginate cosa significa per un ragazzo di un paese in via di sviluppo studiare gli antichi greci con un professore della Wesleyan University, come se fosse con lui nel campus del Connecticut. Individuato il corso, si entra in classe. A noi 85 mila studenti del professor Green è richiesto di seguire 5-6 video lezioni alla settimana (si può accedere a qualsiasi ora del giorno o della notte, a prescindere dai fusi orari), scaricare le slides del docente, rispondere a mini-quiz durante la lezione e a test settimanali di verifica tipici del sistema americano: risposte multiple, «vero o falso» e brevi elaborati. Lezione dopo lezione, Green guida la sua platea planetaria alla scoperta della mentalità imprenditoriale e dei processi di scelta, insegna a preparare un business plan e una strategia di marketing di base. Parlando dal suo ufficio in Maryland, offre a ragazzi africani o asiatici esempi presi dal mondo reale, spiegando come funziona la rete di vendite di Amazon o come la Ferrari riesce a creare aspettative e desideri legati alle sue auto. Infine offre informazioni preziose su come raccogliere capitale per una start-up e come disegnare strategie di crescita. Manca ovviamente il contatto umano di un tradizionale ambiente universitario. L'alternativa qui sono i forum di discussione, che nascono spontaneamente per provenienza geografica o linguistica. Gruppi di studio in ogni idioma, italiano compreso. Sono pochi però i cinesi, a testimonianza della difficoltà di vivere liberamente la Rete in Cina. E per chi vuole comunque incontrare gli altri e studiare insieme, si ricorre ai Meetup - gruppi di chi condivide interessi comuni - e ci si incontra in una caffetteria di Starbucks, una biblioteca o anche all'Ikea. Lo spirito con cui gli studenti partecipano non è diverso da un campus tradizionale. Ci sono quelli che si lamentano per i voti, quelli che criticano lo stile d'insegnamento e chi ha problemi con i video «difficili da caricare». Ma la maggior parte è d'accordo con Yusuf, il veterinario nigeriano: «Nonostante molti pensino il contrario, la verità è che non c'è mai stata un'epoca come questa nel mondo per far diventare realtà i nostri sogni».

Abilitazione ai concorsi, scoppia la guerra tra precari e nuovi prof - Flavia Amabile

ROMA - Sui corsi per l'abilitazione dei precari storici, il «Tfa speciale», il ministero dell'Istruzione non intende fare marcia indietro, a dispetto dei pochi giorni utili per dare il via libera al decreto definitivo e alle polemiche. Questa settimana sarà quella decisiva per capire chi vincerà in quest'ennesima guerra fra poveri della scuola. In palio c'è la speranza di partecipare ad un concorso per docenti, a contendersela sono precari storici con un certo numero di anzianità alle spalle e giovani da poco laureati o appena entrati nel vortice delle supplenze. Il Ministero ha dato via libera quest'estate al Tfa, una nuova procedura per ottenere l'abilitazione e poi partecipare a futuri concorsi. A volerla fu Mariastella Gelmini quando era a capo del Miur ma a portarla a compimento è stato il ministro Profumo. Con una differenza. La procedura gelminiana prevedeva l'accesso solo a chi aveva la laurea adeguata per il tipo di insegnamento scelto e assegnava un punteggio per le eventuali esperienze precedenti nella scuola. Il ministro Profumo, invece, ha accolto le richieste di chi nelle scuole insegna da molti anni e non voleva sottoporsi ad una nuova selezione e vedersi scavalcare in graduatoria da un esercito di nuovi aspiranti prof. Una guerra fra poveri, appunto, un pasticcio tutto italiano che ha trasformato la scuola e il reclutamento dei docenti in un groviglio inestricabile di interessi contrastanti che finora ha partorito molta frustrazione, confusione e anche un bel po' di malaffare alle spalle dei precari e della loro legittima voglia di arrivare ad un posto di ruolo. La scorsa settimana il decreto del ministro Profumo ha incassato il via libera della commissione Cultura della Camera completando l'iter previsto prima dell'approvazione definitiva da parte del governo. La commissione ha dato parere positivo ma ha anche posto alcune condizioni che il governo però non è tenuto a recepire: ha chiesto soluzioni per evitare che chi sta seguendo il percorso di abilitazione ordinario possa essere scavalcato nelle graduatorie da chi ha fatto il percorso speciale. Ha chiesto che venga riaffermato il valore abilitante dei diplomi magistrali e che, ai fini del calcolo dei giorni necessari per accedere al Tfa, si consideri anche l'anno scolastico in corso. Soddisfatti i sindacati, in prima linea nel combattere questa battaglia. La parola a questo punto spetta al ministro Profumo e la sua è una decisione non semplice da prendere. Da una parte i giovani che hanno scelto il Tfa ordinario parlano di un provvedimento ingiusto, una sanatoria che favorisce i prof più anziani, che evitano di sottoporsi alle prove necessarie per valutare effettivamente il merito. Ma dall'altro ci sono i precari storici che ricordano le promesse del ministro di quest'estate di un percorso speciale per chi aveva più di 3 anni di insegnamento e raccontano di aver scelto per questo di non partecipare alle prove ordinarie anche perché nel

frattempo erano impegnati con gli esami di maturità dei loro studenti e sapevano che in questo modo avrebbero lasciato libero un posto nel Tfa ordinario per i più giovani.

Asterix, ad ottobre il nuovo album

ANGOULEME - Celebrato quest'anno al 40esimo Festival internazionale del fumetto ad Angouleme, Francia centro-occidentale, Albert Uderzo a 85 anni ha passato la matita a un altro fumettista, dicendosi "pieno di speranza" per il nuovo album di Asterix, la cui uscita è prevista il 24 ottobre. «Felice e pieno di speranza, ma un po' stanco», ha affermato il papà di Asterix, durante una visita alla mostra a lui dedicata ad Angouleme e dal titolo "Uderzo in extenso", con diversi incontri e una conferenza stampa. Uderzo, che nel 1959 creò il piccolo guerriero gallico con René Goscinny (scomparso nel 1977), ha presentato per la prima volta lo sceneggiatore del prossimo album di Asterix, Jean-Yves Terri. Il disegnatore del 35esimo album sarà invece Didier Conrad. «Per un attimo ho avuto la folle idea di fermare Asterix, come Hergé aveva previsto con Tintin quando non ci sarebbe più stato», ha detto Uderzo, aggiungendo che poi ha pensato ai lettori e che la priorità per loro è che «Asterix continui».

Raffreddore e influenza: sfatiamo 10 falsi miti

Febbraio è in genere il periodo più critico per le malattie invernali come il raffreddore e l'influenza. Sono molte le persone che ne rimangono vittima, anche se spesso hanno cercato di evitare il contagio. Ma com'è che in alcuni casi ci ammaliamo e in altri no? Come possiamo fare per rimediare una volta che ne siamo stati colpiti? Molti di noi ritengono che vi siano modi e situazioni che possono favorire il buscarsi in raffreddore o un'influenza. Tuttavia, secondo il dottor Andrew Bonwit, esperto di malattie infettive del Loyola University Health System, molte di queste convinzioni sono frutto di falsi miti che andrebbero sfatati. Lui ne ha individuati 10, vediamo quali sono.

Mito 1. "Se esco con i capelli bagnati, mi becco un raffreddore". Realtà: «I raffreddori sono causati da virus, non dai capelli bagnati – sottolinea nella nota Loyola Medicine, il dottor Bonwit – Sebbene non sia una buona idea prendere freddo, e sia quindi meglio vestirsi in modo appropriato quando ci si esponga al freddo». Come detto, dietro al raffreddore c'è un virus che può colpire indipendentemente se si hanno i capelli bagnati o asciutti.

Mito 2: "I vaccini influenzali causano l'influenza". Realtà: «Il vaccino antinfluenzale è una forma inattiva del virus, per cui è impossibile sviluppare l'influenza dal vaccino antinfluenzale. Ci possono essere delle reazioni minori, di solito dolore muscolare nel luogo dell'iniezione», spiega Bonwit.

Mito 3. "Se non ho vomitato, non ho avuto l'influenza". Realtà: «L'influenza può causare vomito e diarrea, ma non sempre. L'influenza è principalmente una malattia respiratoria – sottolinea Bonwit – E' possibile essere colpiti da un virus allo stomaco, che tuttavia non è quello dell'influenza».

Mito 4. "Nutrire il raffreddore e affamare l'influenza". Realtà: «La cosa più importante è assicurarsi di essere ben idratati e seguire una dieta equilibrata, per quanto si può», spiega l'esperto. «Non forzare il vostro bambino [o il malato] a nutrirsi in caso di malattia, ma cercare di fornire abbondanza di liquidi e alcuni elettroliti, come il sodio e il potassio. Buone fonti sono cracker, banane, zuppe e succhi di frutta».

Mito 5. "Il brodo di pollo a cura il raffreddore". Realtà: «Vi sono prove insufficienti a dimostrazione che il brodo di pollo può essere utile nella lotta contro il raffreddore – sottolinea Bonwit – Un piccolo studio ha dimostrato che può contribuire a ridurre la risposta infiammatoria nel tratto respiratorio quando si è malati e migliora il flusso d'aria, e probabilmente idrata. In ogni caso, non dovrebbe creare problemi».

Mito 6. "I virus possono sopravvivere sulle superfici per ore". Realtà: «La durata della sopravvivenza di un virus dipende dal tipo di virus. Il virus dell'influenza può vivere per 8-12 ore su superfici dure come i top dei mobili o cucina e i lavelli in acciaio inox. Su superfici morbide, come un panno, non vivrà a lungo», fa notare l'esperto. «Tuttavia, è estremamente importante praticare una buona igiene delle mani. Se qualcuno nella vostra casa è malato, assicurarsi di pulire spesso tutte le superfici dure con disinfettanti come candeggina diluita o salviette disinfettanti».

Mito 7. "Se ho un raffreddore o l'influenza, la vitamina C mi aiuterà a guarire più velocemente". Realtà: «Alcune persone pensano che prendere più grandi dosi di vitamina C li aiuterà a guarire più in fretta. Questo verosimilmente non è vero – specifica l'esperto – poiché il nostro corpo molto probabilmente non in è grado di assorbire più di tanta vitamina C». «Anche se alcune persone sono sicure di ciò, un dosaggio mega non è in grado di aiutare. Certo, probabilmente non causerà danni. Potete avere un qualche beneficio dal consumo di vitamina C naturalmente attraverso dosi normali di integratori alimentari o di frutta ricca di vitamina C, in particolare agrumi e altri frutti e verdure come le cipolle. Non si ha nessuna garanzia di guarigione più rapida, ma può aiutare un po', e non può far male».

Mito 8. "L'assunzione di zinco farà andare via più velocemente il mio raffreddore". Realtà: «Esistono alcune prove miste. Studi limitati che hanno dimostrato che pastiglie per la gola con lo zinco hanno dato un aiuto. Altri rimedi a base di zinco, come per esempio i tamponi nasali, hanno causato effetti collaterali negativi, tra cui la perdita dell'olfatto nelle persone – fa notare l'esperto – Pastiglie per la gola, con zinco o meno, contribuiscono ad alleviare il sintomo in modo che, anche se non aiutano a guarire più velocemente, per lo meno aiutano a calmare il mal di gola». L'esperto avverte anche si non somministrate pastiglie ai bambini sotto i 5 anni perché si rischia il soffocamento.

Mito 9. "Il sonno è una delle cose più importanti per i bambini con un virus". Realtà: «Il sonno è estremamente importante per aiutare i bambini a combattere un virus – conferma Bonwit – Se sono malati, lasciamoli dormire. Tuttavia è bene assicurarsi che il bambino non mostri difficoltà quando lo si svegli perché questo potrebbe essere un segno di qualcosa di più serio. E' bene anche assicurarsi che il respiro sia regolare: in caso contrario, chiamare il medico».

Mito 10: "Dopo tre giorni il bambino [o il malato] non è più contagioso". Realtà: «Dipende dal virus – sottolinea Bonwit – Ogni virus è diverso e per quanto tempo una persona è contagiosa, può dipendere dalla persona, nonché dal virus. Un bambino con l'influenza, per esempio, di solito rimane contagioso per circa una settimana». «So che può sembrare una pratica antiquata, ma uno dei modi migliori per prevenire le malattie virali è lavarsi accuratamente le mani, soprattutto prima e dopo aver mangiato. Inoltre, se si sente la necessità di tossire o starnutire, è meglio farlo in un fazzoletto che poi getteremo. Dopo di che, lavare immediatamente le mani. Se non abbiamo a disposizione un fazzoletto è bene tossire o starnutire nella piega del gomito, questo limiterà la diffusione di germi», conclude Bonwit.

Cosa mangiare per dormire meglio

Gli scienziati ritengono vi sia un nesso fondamentale tra la dieta e il sonno. Le persone che mangiano i cibi giusti godrebbero di un sonno migliore, più lungo e riposante. Al contrario, chi ha difficoltà a dormire o un sonno poco ristoratore potrebbe essere proprio perché non si alimenta correttamente. Per sostenere questa ipotesi, i ricercatori statunitensi Michael A. Grandner, Nicholas J. Jackson, Jason R. Gerstner e Kristen L. Knutson della Perelman School of Medicine presso l'Università della Pennsylvania hanno condotto uno studio in cui, per la prima volta, si dimostra che alcuni nutrienti possono svolgere un ruolo di fondo nella durata del sonno nel breve e lungo termine. «In generale, le persone che dormono dalle sette alle otto ore ogni notte si differenziano per i termini della dieta, rispetto alle persone che dormono meno o nulla – spiega il dottor Grandner – Abbiamo anche scoperto che il sonno breve e lungo sono associati con una più bassa varietà di cibo». Secondo lo studio pubblicato sulla versione online della rivista di Elsevier, Appetite, si è scoperto che il sonno molto breve è associato a una minore assunzione d'acqua, e carboidrati totali. Per quanto riguarda il sonno breve, l'associazione è stata trovata con una ridotta assunzione di vitamina C, acqua, selenio e luteina/zeaxantina. Infine, il lungo sonno è stato associato a una minore assunzione di teobromina, acido dodecanoico (un grasso saturo), colina, carboidrati totali, e più alcol. La dieta dunque come fondamento, non solo per la salute in generale, ma anche per quella del sonno che, oggi, affligge molte persone. Cerchiamo pertanto di apportare più sostanze utili all'organismo come, per esempio quelle citate dai ricercatori in questo studio: il selenio che si trova per esempio in noci, carne, molluschi e crostacei; la luteina + zeaxantina che si trova nelle verdure a foglia verde; il licopene che si trova nei pomodori e tutta la frutta rossa o arancione; la teobromina che si trova nel cacao, la colina che si trova nelle uova e nel pesce e così via.

XI Giornata Mondiale contro il Cancro Infantile: le iniziative a sostegno dei bambini

Il cancro infantile è una piaga che affligge il mondo intero. Al pari del cancro che colpisce gli adulti, quando a esserne malato è un bambino fa ancora più sconcerto, perché l'immagine di vulnerabilità e richiesta di aiuto di una creatura che ha, e vorrebbe avere, tutta la vita davanti non può che scuotere l'animo. Ma, di cancro infantile si può guarire. E con lo slogan "Di cancro si può guarire, non perdiamo tempo" prendono il via diverse iniziative promosse da FIAGOP onlus - Federazione Italiana delle Associazioni di Genitori Oncoematologia Pediatrica - in occasione dell'XI Giornata Mondiale contro il cancro Infantile. La giornata è promossa in 85 paesi nel mondo dalla Confederazione Internazionale delle Organizzazioni di Genitori di Bambini malati di Cancro – ICCCP, International Confederation of Childhood Cancer Parent Organizations. L'obiettivo di questa nuova edizione è catalizzare l'attenzione dell'opinione pubblica, delle Istituzioni, dei pediatri e delle famiglie sulla basilare importanza di una diagnosi tempestiva. Secondo l'AIEOP, l'Associazione Italiana Ematologia Oncologia Pediatrica, in Italia ogni anno si ammalano di tumore (linfomi e tumori solidi) o leucemia 2.100 bambini e adolescenti; un bambino su 650 entro i 15 anni di età. Sebbene sia un evento raro e le percentuali di guarigione siano alte, i tumori rimangono la prima causa di mortalità da malattia nei bambini. Ogni anno il numero è in leggera crescita. Ecco il programma delle iniziative messe in campo da FIAGOP. Venerdì 15 febbraio alle ore 11.00, centinaia di bambini e ragazzi delle scuole primarie e secondarie parteciperanno al lancio di palloncini bianchi recanti la scritta "Di cancro infantile si può guarire: non perdiamo tempo". Questo sarà un importante momento simbolico, di condivisione, per avvicinare i bambini sani alla realtà dei coetanei meno fortunati. L'evento si terrà contemporaneamente sull'intero territorio nazionale. In totale i palloncini bianchi lanciati saranno 15.000, offerti dall'azienda Stanhome che parteciperà all'iniziativa facendoli volare anche nelle sedi delle sue 159 Filiali distribuite in tutta Italia. Anche a Genova l'A.B.E.O. Liguria Onlus (Associazione Bambino Emopatico Oncologico), che si prende a cuore i problemi dei bambini affetti da tumore o leucemie, ha aderito all'iniziativa. Il punto di incontro per il lancio dei palloncini, che si uniranno idealmente a quelli lanciati da tutta Italia, sarà in Piazza De Ferrari. Parteciperanno i bambini dell'Istituto Comprensivo Bertani-Maddalena, che comprende le Scuole Daneo, Giano Grillo e De Scalzi, genitori, maestre e volontari. Saranno presenti il vice presidente della Giunta e assessore alla salute Montaldo, in rappresentanza della Regione Liguria e del suo fattivo sostegno agli scopi della Manifestazione e il dottor Giorgio Dini direttore dell'Ematologia pediatrica, in rappresentanza del Direttore Generale dell'Istituto Gaslini Paolo Petralia, che ha dato la sua piena adesione all'iniziativa e alle importanti tematiche correlate, impegnandosi nella loro divulgazione. Sabato 16 febbraio, presso il Palacongressi Oltremare di Napoli, si terrà al mattino il convegno "Precocità della diagnosi in oncologia pediatrica", organizzato da FIAGOP insieme ad AIEOP (Associazione Italiana Ematologia Oncologia Pediatrica), con la collaborazione delle Associazioni locali Carmine Gallo onlus che opera presso l'Ospedale Pausilipon, A.c.L.T.I e OPEN. I lavori saranno aperti da Pasquale Tulimiero, presidente FIAGOP e dal Prof. Andrea Biondi, Presidente AIEOP. Mentre alle ore 15, si terrà un "Incontro tra le associazioni federate" in cui si parlerà del sistema di videoconferenza: gemellaggio Pausilipon - Gaslini. Un innovativo progetto che FIAGOP intende realizzare per la creazione di una rete nazionale per lo scambio di informazioni e immagini per le diagnosi a distanza tra i vari centri di oncoematologia pediatrica affiliati AIEOP.

26 nuovi geni aumentano il rischio di sviluppare la miopia

MILANO - Uno studio condotto su oltre 45mila abitanti di Europa e Asia, e pubblicato sulla rivista Nature genetics, ha scovato ben 26 nuovi geni che aumentano il rischio di sviluppare la miopia, anche fino a 10 volte. La miopia colpisce circa una persona su 3 nel mondo occidentale e fino all'80% in Asia. In alcuni Paesi dell'estremo oriente si arriva al 90%, contro meno del 20% di 20 anni fa. Anche se la miopia tende ad avere una forte componente ereditaria, l'aumento esplosivo negli anni recenti può essere collegato, secondo gli scienziati, all'aumento di tempo trascorso dai bambini in spazi chiusi, studiando, giocando al pc o guardando la tv. «Sapevamo già che la miopia tende a trasmettersi

a livello familiare - spiega Chris Hammond, coordinatore dello studio - ma fino ad ora sapevamo poco sulle cause genetiche. Questo studio rivela per la prima volta un gruppo di nuovi geni associato alla miopia. I vettori di alcuni di questi geni aumentano di 10 volte il rischio di svilupparla. Un passo in avanti che potrebbe portare a migliori terapie o prevenzione per milioni di persone nel mondo». La scoperta di 26 geni, ognuno dei quali gioca un piccolo ma significativo ruolo nella miopia, fa comprendere meglio infatti la via metabolica che porta alla supercrescita del bulbo oculare e come prevenirlo. Attualmente infatti le possibilità di ridurre la progressione della miopia sono molto limitate. «Un farmaco, l'atropina - continua Hammond - può ridurre la progressione, ma dilata la pupilla causando problemi di sensibilità alla luce e difficoltà di lettura. Stiamo cercando di capire il meccanismo che porta ad una visione limitata, che non c'è in altri animali. Il segnale di stop, che impedisce al bulbo oculare di continuare a crescere, è molto potente e sappiamo come funziona. Certamente l'interazione tra ambiente e geni è importante nello sviluppo della miopia».

Corsera – 11.2.13

Anche la base lunare ora è cool e di design - Carolina Saporiti

Cosa succederebbe se uno studio d'architettura tra i più famosi al mondo collaborasse con l'Agenzia spaziale europea (Esa)? Progetterebbero strutture da costruire nello spazio? È in effetti quello che sta facendo lo studio Foster+Partners, dopo aver vinto il concorso indetto dall'Esa che aveva richiesto a diversi progettisti di ideare una base lunare facile da costruire. Gli architetti hanno quindi progettato una struttura per quattro persone, realizzata grazie alla tecnologia delle stampanti 3D e fatta di polvere lunare – in grado di sopportare la caduta dei meteoriti e i raggi gamma che, a differenza della Terra, non sono schermati dal campo magnetico e dall'atmosfera. IN POLVERE LUNARE - Il sito individuato per la struttura si trova al polo Sud della Luna, sul bordo del cratere Shackleton, una posizione che riceve quasi costantemente la luce solare. Il progetto prevede una struttura a celle chiuse e una camera pressurizzata da cui sarà possibile accedere ai diversi ambienti della base. L'idea di utilizzare la regolite – il materiale consistente di pietre e polvere che forma il suolo lunare – è stata spiegata da Xavier De Kestelier dello studio Foster: «Anche per i progetti sulla Terra in luoghi estremi cerchiamo di utilizzare i materiali disponibili sul luogo. Negli anni Sessanta e Settanta sono stati fatti molti test sulla polvere lunare e proprio da questi studi siamo partiti per calcolare lo spessore che la struttura dovrà avere». COME UNA CARTA - Monolite, azienda britannica che produce stampanti 3D, ha messo a disposizione la stampante D-Shape per la realizzazione del prototipo, costruito in un ambiente a pressione ridotta. Enrico Dini, fondatore di Monolite, ha spiegato che per la prova è stato usato un basalto di un vulcano dell'Italia centrale, simile al 99,8% alle sabbie presenti sulla Luna, mischiato a ossido di magnesio. «Una volta amalgamate le sostanze, si ottiene un materiale che assomiglia alla carta e che viene poi utilizzato per la stampa». A questo punto un composto salino (che si comporta come l'inchiostro di una stampante tradizionale) converte la «carta» in un materiale roccioso solido. L'azienda spaziale italiana Alta ha collaborato con la Scuola superiore Sant'Anna di Pisa per sperimentare la stampante D-Shape. IN PROSPETTIVA - Per realizzare due metri di struttura la stampante impiega un'ora, ma dalla Monolite fanno sapere che si potrà arrivare fino a 3,50 metri all'ora. L'obiettivo finale dell'Esa, una volta riusciti a creare una base lunare di questo tipo, sarà facilitare la costruzione di altre strutture utili per l'esplorazione spaziale e in particolare quella di Marte.

Himalaya, timori per un lago a 7 mila metri a rischio esondazione - Eva Perasso

Ci sono quasi 20 miliardi di litri di acqua nel lago sulle cime himalayane dello Stato indiano del Sikkim che rischiano, secondo gli studiosi, di esondare a valle: per questo motivo gli scienziati di Hyderabad hanno lanciato l'allarme, dopo aver osservato le foto da satellite dell'area, e parlano di una «bomba a orologeria» sulle vette più alte del mondo. Se il lago continuasse a crescere e ad avanzare, infatti, rischia in caso di esondazione di colpire le valli sottostanti minacciando le popolazioni locali. IL LAGO – Il lago è nato dallo scioglimento dei ghiacci della parte meridionale del Lhonak, ghiacciaio che dalle alte vette del Sikkim, il meno popoloso e tra i più piccoli d'India, compreso tra Nepal a ovest e Bhutan a est, si apre nella valle omonima, scarsamente abitata da popolazioni dedite all'allevamento degli yak. Dai calcoli ricavati dallo studio geologico dei modelli e delle immagini satellitari, è stato calcolato che il lago, situato a circa 7 mila metri di altezza, abbia una capacità di 19,7 miliardi di litri di acqua, sia profondo 20 metri, esteso per 630, e copra un'area stimata nel 2008 di 98,73 ettari. IL RISCHIO – I ricercatori del National remote sensing center di Hyderabad hanno analizzato le immagini satellitari del lago e pubblicato il loro studio sulla rivista scientifica. Qui denunciano la preoccupante situazione e il rischio che una valanga di detriti e acque esondi presto dal lago, arrivando verso valle con velocità e potenze deleteri per l'ambiente. Pur non avendo fatto pronostici temporali, si sono limitati a parlare di «alto rischio» e «alta probabilità» che ciò avvenga. SCIOGLIMENTO – Ancora una volta, il fenomeno è parte del più esteso movimento dei ghiacciai in fase di scioglimento, uno dei fulcri del tema del cambiamento climatico in atto: nel caso di quello nato dalle acque del fiume Lhonak sull'Himalaya, gli stessi scienziati dell'Nrscc hanno stimato un suo ritiro di 1,9 chilometri in 46 anni, dal 1962 al 2008. Lo scioglimento dovrebbe portare al restringimento del 75 per cento dei ghiacciai di questa zona, ma non alle previsioni catastrofiche dipinte e poi corrette anni fa - era il 2007 - dall'Ipcc, che stimava come entro il 2035 si sarebbero sciolti i ghiacci perenni delle vette dell'Himalaya.

Il fluoro anti-carie che confonde i genitori. In Italia non fa correre rischi ai bambini – Roberta Villa

I genitori sono confusi: il pediatra consiglia pastiglie o gocce di fluoro per prevenire la carie nei loro bambini, ma su internet leggono che il supplemento è un prodotto di scarto dei processi industriali, può ritardare lo sviluppo intellettuale, provocare danni alle ossa e perfino tumori. Le fonti di chi mette in guardia contro i presunti pericoli della profilassi sono apparentemente attendibili, perché chiamano in causa documenti dell'Organizzazione Mondiale della Sanità sui rischi

dell'eccesso di fluoro nelle acque. Dall'altra parte, però, ci si appella alle Linee guida del Ministero della salute, che consigliano la profilassi fino a 3, o anche 6 anni, a tutti i bambini che vivono in aree con acqua a basso contenuto di fluoro. I DOSAGGI - A chi credere? «È una questione di dosi — risponde la pediatra milanese Marina Picca, che ha rassicurato i genitori sul blog di Corriere.it Dubbi di Mamma e Papà—. Un giusto apporto di fluoro rinforza lo smalto e ostacola la crescita dei batteri che provocano la carie, mentre assumerne cronicamente una quantità eccessiva può provocare macchie bianche o scure sui denti (fluorosi dentale) o, a livelli ancora superiori, portare a conseguenze più gravi, soprattutto a carico delle ossa (fluorosi scheletrica)». Evenienza, questa, tipica di zone in cui i livelli di fluoro nelle acque (misurati in mg/L o con la dicitura equivalente di ppm, parte per milione) sono anche 10-30 volte superiori a quelli consentiti in Europa e dove è difficile accedere ad altre risorse idriche più sicure. BAMBINI ITALIANI - È questo il fenomeno che preoccupa l'Oms, e sul quale l'organizzazione internazionale ha voluto richiamare l'attenzione. «Nulla a che vedere né con i supplementi consigliati laddove, come nella maggior parte delle regioni italiane, l'apporto del minerale nell'acqua è ampiamente sotto i limiti previsti, né con il dibattito sull'aggiunta di fluoro all'acqua potabile, prassi mai introdotta in Italia» rassicura Maurizio Bonati, responsabile del Dipartimento di salute pubblica dell'Istituto Mario Negri di Milano. Sono quasi tutti condotti in Cina, per esempio, i 27 studi riesaminati recentemente dagli esperti della Harvard Public School of Health, i cui risultati, pubblicati l'estate scorsa sulla rivista Environment Health Perspectives, hanno rinfocolato timori e polemiche: dall'analisi dei dati emerge infatti che i bambini esposti ad alti livelli di fluoro avrebbero in media un quoziente intellettuale leggermente inferiore a quello di chi vive in zone dove l'acqua è meno ricca di questo elemento. Gli studi però non danno una definizione univoca di quel che si intende per livelli "alti" o "bassi" di fluoro nelle acque: nei casi in cui erano definiti alti, arrivavano fino a 11,5 mg/L, quasi 10 volte il limite di 1,5 mg/L fissato dalla normativa europea. «Una situazione non paragonabile all'esposizione cui vanno incontro i bambini italiani, per quanti supplementi possano prendere» conferma Bonati. LA SOGLIA SICURA - «È anche vero però che non è mai stata definita con certezza una soglia considerata assolutamente sicura» interviene Maurizio Pedone, odontoiatra di Saronno, in provincia di Varese, fondatore del sito www.amicodontista.com. In effetti, recentemente, anche negli Stati Uniti, il Department of Health and Human Services (HHS) e l'Environmental Protection Agency (EPA) hanno abbassato il livello massimo raccomandato di fluoro nell'acqua potabile a 0,7 mg/L. «Questo perché in alcuni studi sono stati segnalati possibili rischi anche per concentrazioni che si avvicinano a quelle consentite» spiega Pedone. «Se ci fossero in Italia anche solo pochi casi sospetti, ci porremmo il problema — obietta Laura Strohmer, docente di Odontoiatria e protesi dentaria all'Università di Milano e referente del Centro di Collaborazione per l'Epidemiologia orale e l'Odontoiatria di comunità dell'Organizzazione Mondiale della Sanità —. Nella realtà non c'è nessun riscontro di questi ipotetici rischi». L'unico studio che aveva suggerito un possibile legame tra l'aggiunta di fluoro alle acque potabili e il cancro, condotto negli anni Settanta ma rispolverato continuamente da chi si oppone alla supplementazione, non aveva tenuto conto del fatto che le città in cui veniva preso questo provvedimento erano anche quelle più industrializzate, e quindi soggette ad altri fattori di rischio, e non è mai stato confermato in seguito. Anche il sospetto che il fluoro possa favorire lo sviluppo di un raro tumore osseo dell'infanzia, l'osteosarcoma, riecheggia in rete, ma non ha mai trovato un riscontro obiettivo. IL DENTIFRICIO - «Sembra eccessiva pure la preoccupazione di possibili intossicazioni acute da dentifricio o supplementi — interviene la pediatra Marina Picca —. Perché si verificano nausea, vomito, dolori gastrici, diarrea bisognerebbe che il bambino ingerisse contemporaneamente almeno 200 mg di fluoro (corrispondenti a 400 compresse da 0,5 mg o a qualche migliaio di gocce)». Per ottenere lo stesso risultato con il dentifricio, un bambino dovrebbe ingerire il contenuto di due interi tubetti di un prodotto per adulti. Più realistica è l'eventualità che il piccolo introduca cronicamente piccole quantità di dentifrici formulati per l'infanzia: un po' accidentalmente, per la difficoltà di sciacquare bene la bocca quando si lavano i denti, un po' volontariamente, a causa del buon sapore di questi prodotti. «Su questo devono stare attenti i genitori, — raccomanda la pediatra — senza lasciare ai bambini piccoli l'uso autonomo del dentifricio. Per evitare eccessi, se si fa la profilassi con gocce o pastiglie, fino a 3 anni sarebbe meglio lavare i denti senza dentifricio o scegliere dentifrici senza fluoro». Questi prodotti tuttavia non sono facili da trovare e non hanno in genere un buon sapore. «Nei primi anni si possono anche spazzolare molto bene i dentini solo con acqua — riprende la pediatra —. Quando poi si passa ai prodotti fluorati per l'infanzia, è bene comunque metterne sullo spazzolino una quantità equivalente alla misura di una lenticchia». IL CONTROLLO DELLE DOSI - Ma non c'è contraddizione tra la prescrizione di supplementi di fluoro ai bambini e la ricerca di paste dentifricie che ne sono prive? «No, perché in questo modo possiamo controllare in modo più accurato la dose che somministriamo soprattutto ai più piccoli, maggiormente esposti al rischio di sovradosaggio per assunzione accidentale o per ingestione eccessiva legata al fatto che non sono in grado di sciacquare bene la bocca» risponde la pediatra. Un rischio, quello di assumere troppo fluoro, che comunque resta remoto: secondo le Linee guida del Ministero della Salute, a 5 anni, per sviluppare fluorosi, sarebbe necessario ingerire per lunghi periodi circa la metà del contenuto di un tubetto di dentifricio per bambini. Troppo anche per i più golosi.