

Altro Tempo

IN LIBRERIA

Rosario e Giulia Sorrentino raccontano un viaggio intimo nella memoria della vita, il lato più fragile, emotivo e oscuro

Attacchi di panico un disturbo che si può vincere

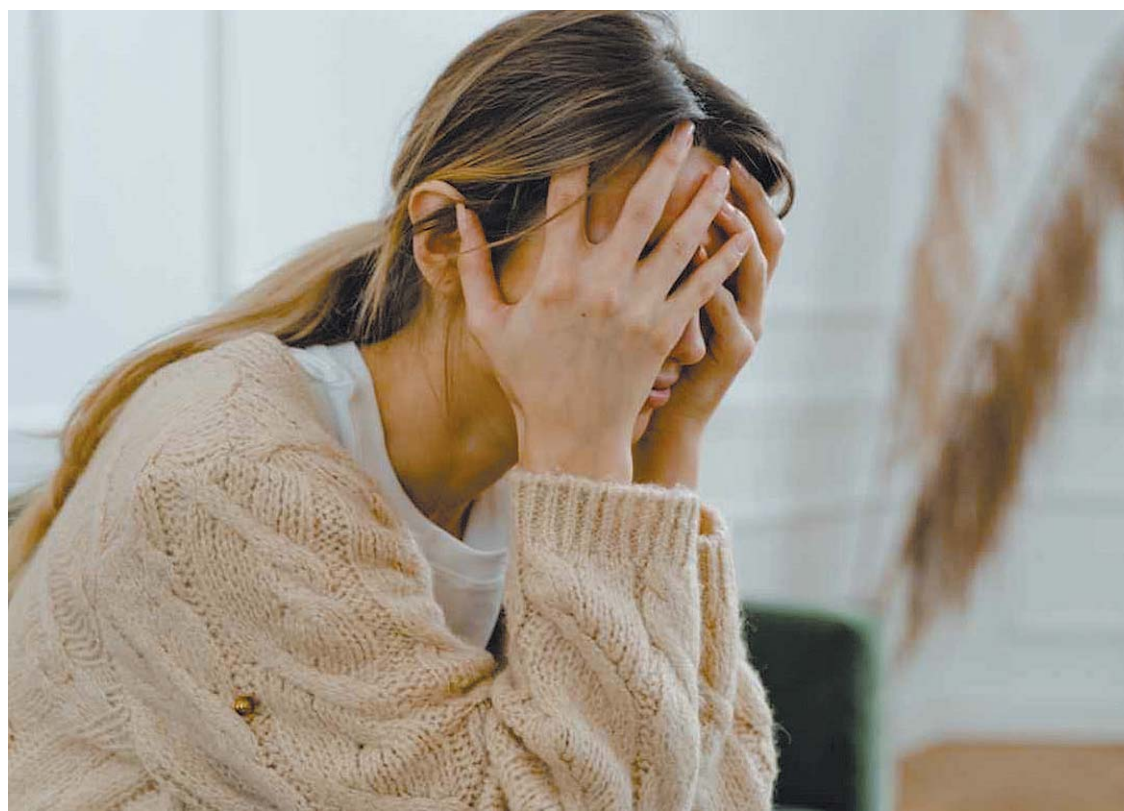
DI LUIGI BISIGNANI

Il cervello umano adulto, con la sue dimensioni di circa 1500 cm³ e un peso tra i 1,2 e 1,4 kg è la parte più «distintiva» del corpo umano. È l'organo che dona gioia nei momenti felici e quello che ci fa sprofondare in pensieri cupi nei momenti bui. È dove risiede la memoria della nostra vita, il nostro lato più fragile ed emotivo o quello più oscuro. Un piccolo ma potente software che fa funzionare tutto il resto. Quando va bene. Ma non sempre tutto va bene.

Ci raccontano come funziona la mente con «Panico 2.0 - un disturbo si può vincere» - Rosario e Giulia Sorrentino. Padre e figlia, che colloquiano e accompagnano il lettore tra corteccia prefrontale (sede della ragione), amigdala ippocampo e talamo.

Lui neurologo e divulgatore affermato, lei che ne vuole seguire le orme e, nel frattempo, fa influencer sociale (non social) e la giornalista. La prefazione del libro è di Giulio Maira massimo esperto neurochirurgo e la postfazione di Danilo De Gregorio l'eccellenza nella neurofarmacologia.

Sono passati quindici anni dal precedente lavoro «Panico! una bugia del cervello che può rovinarci» scritto dall'autore a quattro mani con Cinzia Tani. Dopo la pandemia e gli enormi pro-



gressi della scienza, è stato quasi un obbligo morale fare il sequel 2.0. Il nuovo libro è un dialogo ed inizia sulla base dell'esperienza traumatica di Giulia che soffriva di attacchi di panico. Domande e risposte che mettono a nudo come il disagio mentale, a seguito di disturbi legati all'ansia, alzi barriere difficili da abbattere se si è soli. Paure e ossessioni di cui soffrono più di due milioni di persone in Italia, ma le stime parlano di molti di più tra cui tanti giovani. Uomini e donne in perenne 'guerra' con se stessi

alla ricerca di un equilibrio che, seppur difficile da raggiungere, non è inarrivabile. Il combinato disposto per una qualità di vita 'normale' per queste persone è la corretta diagnosi perché, ad esempio, c'è differenza tra l'attacco di panico -che è un disturbo di ansia- e la depressione -che è disturbo di umore- poi c'è la giusta terapia, anche farmacologica, indispensabile un corretto stile di vita e il movimento fisico, che Sorrentino non consiglia... 'prescrive'. Poi tanta buona volontà, prima o poi la strada giusta si trova. E'

una filosofia di vita. Senza miracoli o maghi né la perfezione assoluta, perché nel campo scientifico essa non esiste. Rosario e Giulia raccontano di storie vissute ma non pongono l'attenzione soltanto su spiegazioni e percorsi terapeutici, gettano uno sguardo severo sullo stigma sociale che i pazienti debbono subire, Giulia in particolare, che affronta il tema anche sui social, sottolinea che i mass media, seppur hanno cambiato paradigma ancora non fanno abbastanza: «Il paziente che non accetta

che qualcosa nel suo cervello possa essere la causa del proprio disturbo, perché già comincia a intravedere lo stigma e il giudizio sociale per qualcosa che nasce e dimora nel cervello. Proprio in merito allo stigma e al pregiudizio, sui social, in una delle nostre dirette Instagram, hai chiesto un'alternativa alla parola psicofarmaco».

Sarebbe una battaglia importante perché è l'unico tipo di farmaco che ha davanti a sé la parola che rimanda alla sfera di appartenenza del farmaco stesso. Facciamo un esempio, se dobbiamo prendere qualcosa per dei disturbi intestinali non parliamo di «gastrofarmaco».

Questa battaglia è molto importante perché è una battaglia culturale. Se noi arrivassimo a percepire e accettare di curare gli attacchi di panico né più né meno di come si cura un paziente che ha il diabete, la pressione alta o qualunque altra malattia fisica, avremmo già fatto il cinquanta per cento nel ridimensionare il disturbo, perché chi ne soffre vive nel timore di non essere compreso e accettato».

Il libro dei Sorrentino si unisce alla battaglia del cantante Fedez quando afferma che la salute mentale sta diventando un problema dilagante soprattutto tra gli adolescenti e non va sottovalutato. Anzi, Sorrentino rilancia: «dobbiamo intervenire prima del liceo sui disturbi, perché nelle fasce di età più basse c'è capacità di ascolto». Quando un bambino o una bambina guariscono, guarisce un pezzo del nostro futuro.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Panico 2.0
Di Rosario e Giulia Sorrentino
(Editore: Compagnia Editoriale Aliberti)
Pagine: 222
€ 19,00

DAL 16 NOVEMBRE ALLA GALLERIA D'ARTE MODERNA E CONTEMPORANEA

A cinquant'anni dalla scomparsa Roma omaggia il genio Tolkien

DI CHIARA PROIETTI

«Tre Anelli ai Re degli Elfi sotto il cielo che risplende, Sette ai Principi dei Nani nelle lor rocche di pietra, Nove agli Uomini Mortali che la triste morte attende, Uno per l'Oscuro Sire chiuso nella reggia tetra, Nella Terra di Mordor, dove l'Ombra nera scende. Un Anello per domarli, un Anello per trovarli, Un Anello per ghermirli e nel buio incatenarli». Questi versi della «Poesia dell'Anello» suoneranno familiari a molti. Appartengono a John Ronald Reuel Tolkien, straordinaria e poliedrica figura di accademico, uomo di lettere, romanziere, linguista, filologo e mitopoeta. A cinquant'anni dalla scomparsa e dalla prima edizione italiana de «Lo Hobbit», la Capita-

le ospiterà dal 16 novembre all'11 febbraio 2024, alla Galleria Nazionale d'Arte Moderna e Contemporanea, la grande mostra dedicata a «Tolkien. Uomo, Professore, Autore». Un'esposizione che ci racconta il percorso umano, il lavoro accademico, la potenza narrativa, la forza poetica dello scrittore inglese. Un viaggio senza eguali che permetterà agli appassionati e al grande pubblico di essere introdotti nella grandezza di questo autore e di comprendere quanto la sua vita e la straordinaria conoscenza del mondo antico siano alla base del suo processo creativo. Rispetto alle grandi mostre allestite a Oxford, Parigi e Milwaukee, quella di Roma pone «Tolkien» al centro di tutto, dove per la prima volta viene raccontato l'uomo, il padre e l'amico. Accade-



mico, autore di studi e pubblicazioni ancora oggi fondamentali nello studio della letteratura in antico e medio inglese e poi narratore e sub-creatore della Terra di Mezzo. Un articolato percorso espositivo tra manoscritti autografi, lettere, memorabilia, fotografie e opere d'arte ispirate alle visioni letterarie di un autore unico e poliedrico. Particolare rilevanza viene data al suo rapporto con l'Italia e nella rassegna non mancano le testimonianze del viaggio a Venezia e Assisi nel 1955. Spazio anche agli adattamenti cinematografici vecchi e nuovi, dal film d'animazione di Ralph Bakshi alla trilogia de Il Signore degli Anelli del regista Peter Jackson. Ideata e promossa dal Ministero della Cultura con la collaborazione dell'Università di Oxford, è realizzata da

C.O.R. Creare Organizzare Realizzare con la curatela di Oronzo Cilli e l'organizzazione di Alessandro Nicosia, che ha voluto sottolineare come questa mostra su Tolkien lo abbia «entusiasmato, direi persino catturato, perché mi ha dato accesso a un mondo fantastico, fantasmagorico». Anche il Ministro della Cultura Gennaro Sangiuliano ha rimarcato il valore dello scrittore inglese «che ha saputo plasmare una nuova mitologia per il mondo contemporaneo». Una esposizione che saprà emozionare, stupire e ricostruire quel «mondo davvero pieno di pericoli, dove vi sono molti posti oscuri; ma si trovano ancora delle cose belle, e nonostante l'amore sia ovunque mescolato al dolore, esso cresce forse più forte».

© RIPRODUZIONE RISERVATA