

LA PAURA? UN SENTIMENTO UMANO, SOLO UMANO

di Giuliano Aluffi

Un neuroscienziato americano sostiene che le nostre **emozioni** davanti al pericolo non sono istintive ma legate a memoria e coscienza. E spiega perché

Il cuore ha delle ragioni che la ragione conosce benissimo: sì, perché le emozioni non sono reazioni istintive che nascono nelle regioni più antiche del nostro cervello. Sono invece esperienze cognitive vere e proprie, che si formano – attraverso l'accumulo di informazioni – sotto l'occhio vigile della coscienza. Lo sostiene uno studio pubblicato su *Pnas* dal neuroscienziato americano Joseph LeDoux, docente alla New York University e autore di *Ansia* (Raffaello Cortina, 2016). «Oggi la maggior parte degli scienziati ritiene che emozioni come la paura provengano direttamente dal sistema limbico, quello che contiene le

amigdale, non a caso indicate come "l'organo della paura". Ma questa ipotesi è smentita da diverse evidenze sperimentali» spiega LeDoux. «Per esempio è stato provato che subire danni all'amigdala non ha alcun effetto sull'esperienza della paura. E si è anche visto che, se si presentano a una persona stimoli subliminali che suggeriscono una minaccia, il corpo attiva la risposta fisiologica alla paura (per esempio aumentando il battito cardiaco, o la sudorazione), ma la persona non dichiara di provare paura perché non ne ha l'esperienza conscia».

Di qui la necessità di spiegare in modo nuovo la natura cosciente delle emozioni. «La mia teoria è che, invece di avere nel cervello un sistema specifico per la gestione delle emozioni e un altro, del tutto separato, per gestire le esperienze cognitive, abbiamo un solo sistema che processa tutte le esperienze» osserva LeDoux. «E quest'unico sistema è la nostra memoria di lavoro, ossia lo spazio temporaneo dove conserviamo ciò che stiamo pensando». Tutto passa di lì: «Per i contenuti consci ma non emotivi, come quelli che assorbiamo leggendo un saggio, la memoria di lavoro riceve informazioni dalla corteccia

visiva mentre i nostri occhi scorrono il testo, e queste vengono confrontate con i ricordi, in modo da poterne riconoscere il significato di quel che vediamo alla luce di quanto già fa parte della nostra memoria» spiega LeDoux. «Nelle situazioni emotive, invece, alla memoria di lavoro, oltre alle informazioni sensoriali – ad esempio l'immagine di un serpente che striscia nell'erba – e ai ricordi – che ce lo fanno identificare come "serpente" avvertendoci che è velenoso – arrivano i segnali generati dal sistema limbico. Questi segnali arrivano in modo diretto, o anche indirettamente, perché possono suscitare una reazione del corpo – la reazione fisiologica "combatti o fuggi" – e questa segnalerà il pericolo alla memoria di lavoro». Esiste poi un altro importante ingrediente della paura che, per LeDoux, dimostrerebbe come questa

+

SOTTO,
JOSEPH LEDOUX,
NEUROSCIENZIATO
DELL'UNIVERSITÀ
DI NEW YORK, AUTORE
DELLO STUDIO SULLE
"EMOZIONI COGNITIVE"
DA POCO PUBBLICATO
SU *PNAS*



emozione non sia soltanto istintiva e innata: «Il senso del sé. Senza di questo, non posso esserci paura, né gioia, né amore né rabbia. Sei "tu" che sei spaventato o adirato: se non pensi che qualcosa stia minacciando proprio "te", non puoi provare paura. Quindi sono coinvolte anche aree cerebrali cognitivamente evolute, come la corteccia prefrontale, dove custodiamo la nostra identità» sostiene il neuroscienziato.

Supporre che di fronte a un pericolo il cervello umano e quello animale facciano le stesse cose, quindi, è un equi-

voco. «La scienza ancor oggi confonde la risposta fisiologica al pericolo con l'ansia e la paura» spiega LeDoux. «Tutti gli esseri viventi, perfino i batteri, sono in grado di percepire una minaccia e di rispondere prontamente. Ma questa non è paura o ansia. Si ha paura solo quando c'è un cervello conscio di sé stesso, che si rende conto del fatto che il corpo ha dato il via alla reazione fisiologica alle minacce e fa appello alla memoria per fare le scelte giuste. La paura è solo umana, ed è tutt'altro che innata: è conscia e cognitiva. Ecco perché per ansia e paura la terapia psicologica, studiata per l'uomo, batte i farmaci, realizzati con test sugli animali». □



**MITI
D'OGGI**
MARINO NIOLA



Nell'era del pop va di moda anche il femminismo

Il secondo sesso torna di moda. Ma questa volta in versione glamour. E Simone de Beauvoir diventa l'icona del pop-femminismo, dopo essere stata la profetessa di quello storico. Mentre Maria Grazia Chiuri fa aprire la sfilata di Dior a una modella in T-shirt bianca con la scritta *We Should All Be Feminists*, dovremmo essere tutte/i femministe/i, una frase della scrittrice nigeriana Chimamanda Adichie. Di fatto una chiamata unisex per l'uguaglianza fra i generi. In più, la stilista, prima donna a guidare la prestigiosa maison parigina, ha dichiarato di aver abbinato il capo militante con un elegantissimo gonnellone di tulle nero per sottolineare che oggi si può e si deve lottare per i diritti femminili senza rinunciare alla femminilità. Come dire che ci sono delle alternative ai due estremi tra cui sembra oggi oscillare l'immagine delle donne. Mascolinizzazione o escortizzazione.

Il resto lo hanno fatto star come Rihanna e Natalie Portman, che hanno trasformato la maglietta in oggetto virale. E introvabile.

A ispirare Chiuri è stata sua figlia ventenne, appassionata lettrice di Chimamanda che, in una Ted conference, ha lanciato lo slogan del nuovo femminismo globale. D'altra parte ad accomunare l'intellettuale francese e quella nigeriana è proprio l'eleganza. Che non è semplicemente look, ma una sorta di pensiero incarnato nel corpo. Negli abiti come nelle abitudini. Nei cambiamenti delle mode come in quelli dei modi. Dall'austero chignon di Simone de Beauvoir alla crocchia afro di Chimamanda Adichie. È il passaggio di testimone dal femminismo di ieri a quello di oggi. Ma in entrambi i casi si tratta di alzare la testa.

CAPUT MUNDI

I PRIMI NEANDERTHAL ABITAVANO A ROMA

È confermato: la più antica comunità di Neanderthal mai trovata abitava nella valle dell'Aniene, a Roma. Lo dice uno studio dell'Istituto nazionale di geofisica e vulcanologia condotto con le Università Sapienza, Tor Vergata, Roma Tre e pubblicato su *PlosOne*. Già nel 2015 i ricercatori, attraverso lo studio dei sedimenti del terreno, avevano

ipotizzato la retrodatazione dei due crani di Neanderthal trovati negli anni '30 in località Saccopastore da 125 mila a 250 mila anni fa. Ora una conferma viene dai resti fossili di daini raccolti nello stesso sito e conservati al museo Pigorini: la sottospecie in questione, *Dama dama tiberina*, non può essere più giovane di 200 mila anni. (c.m.)

FINIS TERRAE

IN PORTOGALLO È APERTA LA CACCIA AL VENTO

Nei prossimi mesi, il Portogallo sarà protagonista del progetto Perdigão sullo studio del vento, il più grande mai realizzato in Europa. I ricercatori, europei e statunitensi coordinati da Jose Palma dell'Università di Porto, hanno installato sul territorio 54 torri meteorologiche alte fino a cento metri (*nella foto*) ed equipaggiate con sensori per misurare parametri come direzione, temperatura, umidità del vento e trenta sensori radar, sonar e lidar (tecnologia che funziona emettendo onde luminose) per misurarne la velocità.

La scelta della valle è stata dettata dalle sue particolari caratteristiche. «L'obiettivo del progetto è capire come si comporta il vento su terreni complessi» dice Palma. «A riguardo esistono molti modelli teorici, ma pochi dati sperimentali, gli ultimi raccolti trent'anni fa. Una lacuna che colmeremo sfruttando la valle di Perdigão, in cui si trovano due rilievi montuosi lunghi circa quattro chilometri separati da un ampio canalone».

Le turbolenze generate dall'impatto del vento sulla prima catena, che influiscono sulle dinamiche di flusso a livello del secondo rilievo, permetteranno di affinare gli attuali modelli atmosferici. «Inoltre il terreno presenta una vegetazione che va dalla macchia bassa alle

foreste di eucalipto e pini, e questo ci aiuterà a capire in che modo la copertura del terreno modifica il comportamento del vento. È un dettaglio importante visto che gran parte dei parchi eolici si trovano in prossimità di aree boschive». Un aumento del 10 per cento nella velocità del vento in arrivo sulle pale di una turbina incrementa infatti la produzione di energia del 30 per cento. «Al di là dell'aspetto energetico, i dati che verranno raccolti nei prossimi mesi saranno d'aiuto per comprendere fenomeni come la dispersione degli agenti inquinanti e per garantire condizioni di volo più sicure per piccoli aerei o droni». (martina saporiti)





PLAYGROUND

JAIME D'ALESSANDRO



Fissa e portatile, la console Switch si fa in due

Il vecchio Hiroshi Yamauchi, terzo presidente della Nintendo, fin dal 2004 insisteva: «Mi raccomando, voglio due schermi». Da allora nella multinazionale di *Super Mario* hanno sempre cercato di seguire quella direttiva anche se lui non c'è più da anni. Dopo il 3DS, l'idea è stata applicata alla Wii U e ora all'ultima console, la Switch, la prima a essere portatile e da casa insieme. **Non ha due schermi in senso letterale ma può sfruttarli:** il primo è il suo, un touchscreen da 6,2 pollici hd con una risoluzione passabile (1.280 per 720 pixel); il secondo è quello del tv al quale si può collegare attraverso la base (il segnale arriva a 1.920 per 1.080 pixel, full hd). Si gioca al nuovo *Zelda* (splendido) sul televisore in soggiorno, poi si può sfilare la Switch dalla base e inserire sui lati i due pezzi separabili che costituiscono il joypad, per proseguire le proprie



[1] SWITCH NINTENDO
329 EURO www.nintendo.it

[2] SHIELD TABLET K1 NVIDIA
200 EURO shield.nvidia.it

avventure in treno, sull'autobus, in aereo. Dopo giorni di prove, non abbiamo riscontrato intoppi nemmeno sulla durata delle batterie. La console è divertente, ma restano delle perplessità: il prezzo, 329 euro, è troppo alto e lo schermo tattile doveva avere una risoluzione maggiore. Il processore della Nvidia

ha dato prova di poter fare ottime cose su tablet come il Shield K1, che ha uno schermo più grande (8 pollici), un'uscita video in 4k e costa 200 euro. A Kyoto avrebbero dovuto puntare alla diffusione, i profitti sarebbero arrivati in un secondo momento. Così invece rischiano di non arrivare proprio, né prima né dopo.

GIORNATA ONU

SULL'ACQUA L'ETIOPIA BATTE GLI USA

Mentre una siccità, in California, svanisce sotto piogge alluvionali, un'altra, fra Sud Sudan, Kenya e Yemen, diventa gravissima. Ma come viene usata l'acqua, nel nostro mondo sovraffollato e surriscaldato? La Fondazione Barilla Center for Food and Nutrition, in vista del 22 marzo, giornata Onu per l'acqua, ha diffuso una classifica di 25 Paesi che rappresentano l'80 per cento dell'umanità: si basa sui parametri del *Food sustainability index*, ossia l'indice elaborato dalla Fondazione tenendo conto del rapporto fra prelievi e piogge, frequenza delle siccità, qualità della gestione idrica. In vetta sono i Paesi con meno problemi idrici e, per una volta, ac-



GETTY IMAGES

IN ALCUNI PAESI, COME L'ARGENTINA, L'ECESSO DI ACQUA IMPIEGATA IN AGRICOLTURA METTE A RISCHIO LE PUR AMPIE RISERVE IDRICHE

canto ai soliti noti, come Germania o Canada, ci sono anche l'Italia, sesta, un po' penalizzata per gli alti consumi, e Paesi in via di sviluppo come Etiopia, Argentina e Colombia. La presenza delle due nazioni sudamericane si spiega con la loro natu-

rale ricchezza idrica, anche se l'Argentina, decima, perde posizioni per il forte impatto ambientale della sua agricoltura. Più sorprendente l'ottavo posto dell'Etiopia: un tempo colpito da terribili carestie, il Paese raccoglie i frutti di decenni di lavoro sulla gestione delle acque attraverso dighe, terrazzamenti e rimboschimento.

Nella bassa classifica si trovano invece gli Stati che stanno rovinando le loro riserve idriche con l'inquinamento, come la Cina, che consumano troppa acqua, come Usa e India, o che per sfamarsi importano con il cibo molta "acqua virtuale", come l'Egitto. «Per allontanare lo spettro dei deficit idrici» ricorda Elena Cadel, ricercatrice della Fondazione Barilla Center, «sarebbe utile anche una dieta con meno alimenti di origine animale, visto che gli allevamenti consumano tanta acqua, e più cereali e verdure». (al.sa.)



NATURA

ROSSELLA SLEITER



Dalle Filippine a Ischia un fiore di giada si arrampica sui pergolati

Nulla è più piacevole di una visita ai giardini della Mortella di Forio (Ischia) all'inizio di primavera. In quel paradiso mediterraneo dal clima adatto a ogni stranezza botanica (www.lamortella.org), negli anni Cinquanta il compositore sir William Walton, sua moglie, lady Susana e il grande inglese dei giardini, Russell Page, hanno dato sfogo a ogni "peccato di gola", inserendo piante esotiche e strane che tutti vorremmo coltivare se ne fossimo capaci. La direttrice, Alessandra Vinciguerra, non tradisce lo spirito originario dei fondatori, anzi, va oltre su quella strada mostrando come si debba procedere per mantenere un giardino privato nella sua bellezza originaria, aprendolo contemporaneamente al pubblico per regalare momenti di piacere e preziose lezioni di botanica pratica. Nell'annunciare la nuova stagione 2017, da aprile a ottobre, dopo la pausa invernale, ci attraggono con la "vite di giada" cioè **lo *Strongylodon macrobotrys* (nella foto) originaria delle Filippine, straordinario rampicante** che in Natura ricopre gli alberi lungo il percorso dei fiumi. L'invito a introdurla nei nostri giardini non è ingannevole, anche se – lo si capisce tutti – non potendo sopportare temperature al di sotto dei 10 gradi, è una pianta da proteggere seriamente. Se ci riuscite, però, da questa curiosa fabacea potreste ottenere un arricchimento del vostro pergolato (raggiunge i 12 metri di altezza) grazie alle sue abbondanti foglie e alla sua fioritura a grappolo di un colore mai visto tra i fiori, simile alla giada, appunto. Per quattro settimane, non di più, la sua presenza vi ripagherà appieno delle fatiche che farete per fare sopravvivere la pianta fino alle stagioni successive. Farla nascere o riprodurla non è difficile, ma prolungarne la presenza in terrazzo o in giardino richiede quella sapienza e pazienza che solo i giardinieri appassionati dedicano alle loro coltivazioni preferite.



ALAMY / IPA

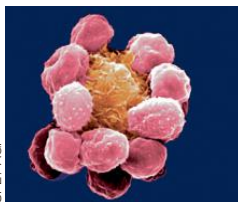
CASI ECCEZIONALI

SORPRESA, IL FUMO GIOVA ALL'ANEMIA

Ebbene sì, esiste un caso in cui il fumo giova alla salute. Si tratta di quello di una ragazza tedesca di vent'anni afflitta da una particolare forma di anemia ereditaria, non a caso oggetto di uno studio pubblicato dal *Journal of Biological Chemistry*. La giovane soffriva di una particolare forma di anemia dovuta a una mutazione genetica della sua emoglobina (la cosiddetta emoglobinopatia di Kirklareli) che non riusciva a sintetizzare correttamente l'ossigeno e, dunque, tendeva a ossidarsi e a perdere parte del suo ferro.

Questa forma di anemia è ereditaria, eppure il padre della ragazza, che aveva nel Dna la stessa mutazione genetica, presentava livelli di ferro nel sangue perfettamente normali. Il rompicapo ha impegnato i medici finché non si sono accorti di un dettaglio: il padre, a differenza della figlia, era un fumatore. Questo aveva fatto la differenza, perché con la continua assunzione di monossido di carbonio, nel sangue dell'uomo si abbassava la presenza di ossigeno e dunque si fermava il processo di ossidazione dell'emoglobina, impedendole così di perdere parti di ferro. «Un caso molto raro» ha concluso John Olson, della Rice University (Texas), «che non fa del fumo una cura. L'anemia è facilmente curabile con integratori e con una dieta efficace, i danni da fumo, no».

(luciana grosso)



SPL / AGE

LA RICERCA

UN VACCINO ANTI-MALARIA CHE FUNZIONA DAVVERO

Mentre in Africa si diffonde la resistenza ai farmaci antimalarici, arriva la notizia di un vaccino davvero efficace contro questa malattia. Lo ha realizzato il gruppo di Peter Kremsner dell'Università di Tubinga: iniettato in tre dosi nel corso di 4 settimane a 67 persone mai venute a contatto con il plasmodio, il vaccino ha suscitato una reazione immunitaria contro il parassita, sufficiente a impedire lo sviluppo della malaria. Dopo 10 settimane la copertura immunitaria era ancora del cento per cento.

Il vaccino è diverso dai precedenti, rivelatisi in genere poco efficaci, perché consiste in un'iniezione di plasmodi vivi, che suscitano il massimo della reazione immunitaria, accoppiati a un'alta dose di cloroquina, grazie alla quale i plasmodi restano confinati nel fegato, dove il sistema immunitario ha il tempo di imparare a riconoscerli e a creare linfociti specializzati nel distruggerli. (al.sa.)



EUTANASIA

LA LEGGE ITALIANA VIETA L'AUTO A MORIRE (EUTANASIA ATTIVA) E IL SUICIDIO ASSISTITO, COME NEL CASO DI DJ FABO. È INVECE TEORICAMENTE AMMESSO IL RIFIUTO DI RICEVERE TRATTAMENTI MEDICI (EUTANASIA PASSIVA)



ANSA

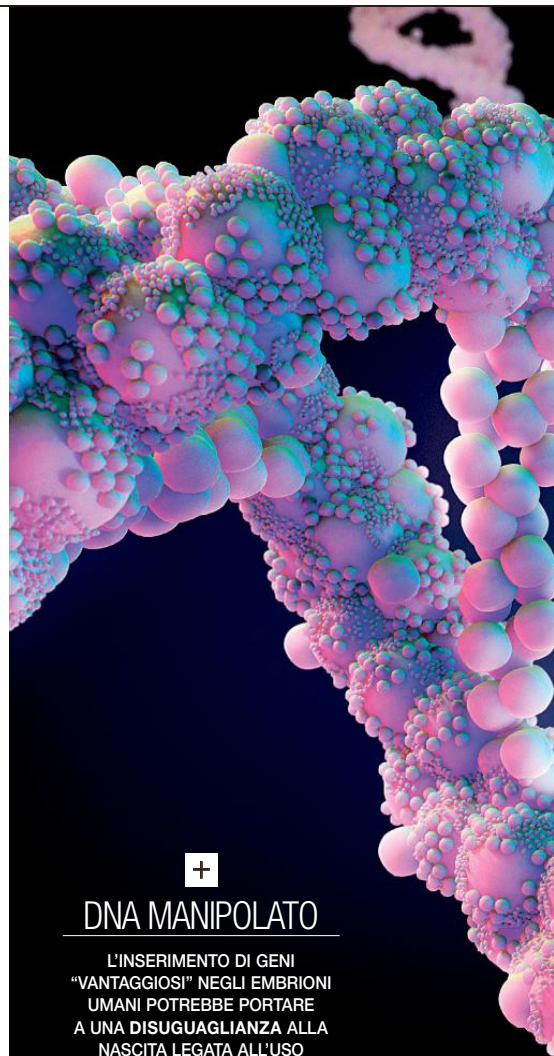
TRA LA VITA E LA MORTE LA QUESTIONE È BIOETICA

di Alex Saragosa

Eutanasia, maternità surrogata, ricerca sugli embrioni: due filosofi, **Gilberto Corbellini** e **Chiara Lalli**, propongono un vademecum per orientarsi nei dilemmi morali

Il 25 febbraio, in una clinica svizzera, Fabiano Antoniani, Dj Fabo, 40 anni, reso tetraplegico e cieco da un incidente stradale, mordeva un pulsante, iniettandosi un mix letale di farmaci. Per mesi aveva chiesto di poterlo fare in Italia, inutilmente. Il giorno prima la Corte d'Ap-

pello di Trento aveva riconosciuto a due uomini il diritto di figurare come genitori di due gemelli partoriti in Canada da una donna che li aveva fatti nascere per loro. Nei mesi precedenti si erano alternate proteste contro la sperimentazione sugli animali e annunci di esperimenti di modifica di geni in embrioni umani. Episodi diversissimi, ma collegati da un filo: il mondo ci propone di continuo dilemmi etici, sulla vita, la morte e la natura umana, alcuni impensabili fino a pochi decenni fa. Due docenti di bioetica, Gilberto Corbellini (della Sapienza di Roma) e Chiara Lalli (dell'Università di Teramo), hanno scritto un libro, *Bioetica per perplessi* (Mondadori), che vuole offrire un aiuto per orientarsi su una decina di questi temi: dalle neuroscienze alla tutela ambientale, dalla fecondazione assistita al fine vita.



DNA MANIPOLATO

L'INSERIMENTO DI GENI "VANTAGGIOSI" NEGLI EMBRIONI UMANI POTREBBE PORTARE A UNA DISUGUAGLIANZA ALLA NASCITA LEGATA ALL'USO DI TECNICHE COSTOSE

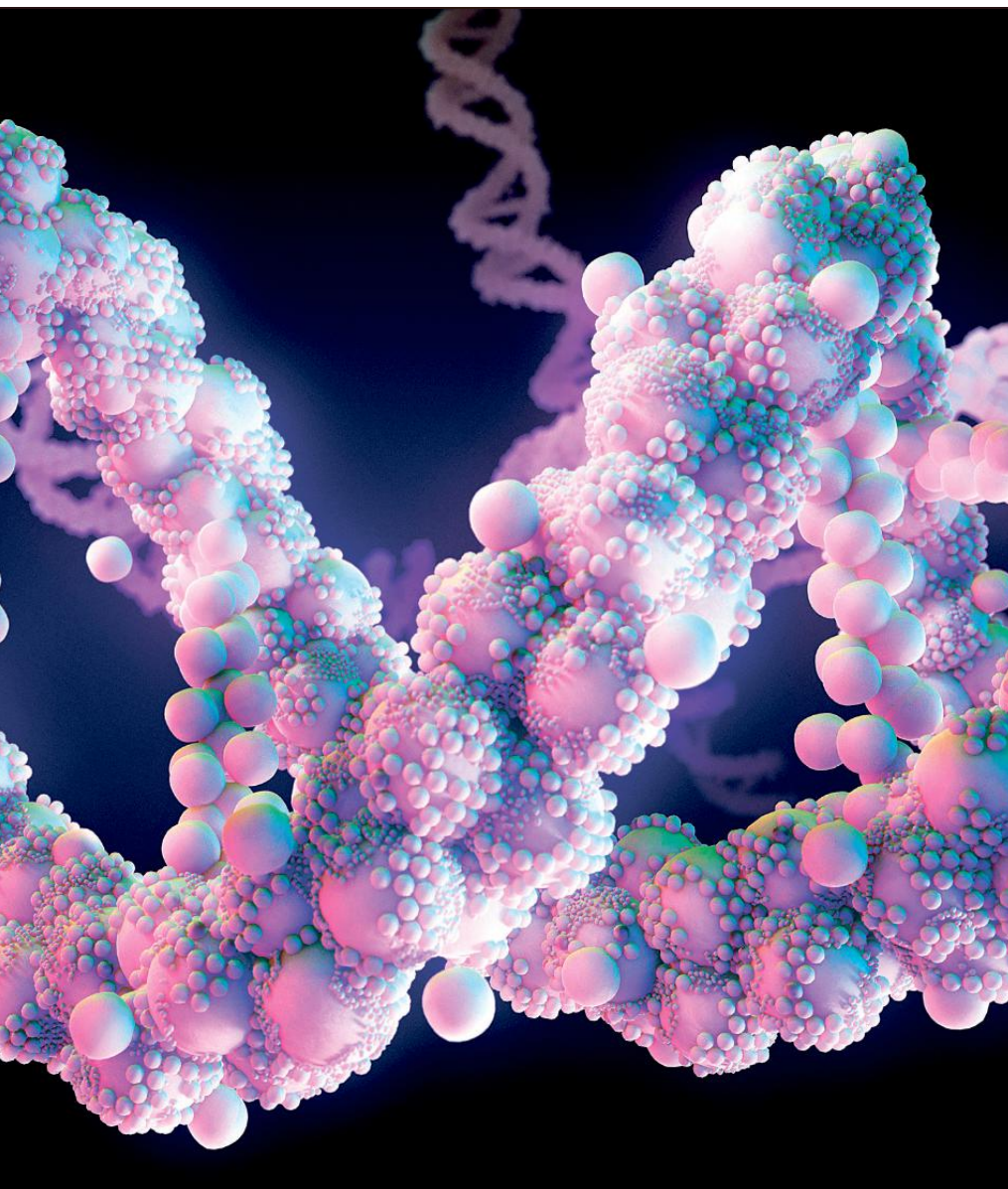


GETTY IMAGES



SPERIMENTAZIONE

C'È CHI CHIEDE DI ABOLIRE DEL TUTTO LA SPERIMENTAZIONE SUGLI ANIMALI, MA TUTTE LE TERAPIE FARMACOLOGICHE E CHIRURGICHE USATE OGGI SI DEVONO A QUESTA PRATICA



ne tra bene e male, ma solo la necessità di cooperare per sopravvivere.

Qual è invece il criterio generale su cui si fonda la “bioetica per perplessi”?

Corbellini: «Uno molto semplice, delineato dal filosofo britannico John Stuart Mill nel XIX secolo, e poi approfondito un secolo dopo da Joel Feinberg: perché limitare la libertà di scelta di una persona in possesso delle sue facoltà, se non danneggia altri? Sembra ovvio, ma, come ha mostrato lo psicologo Jonathan Haidt, quando esprimiamo giudizi su casi moralmente rilevanti, anche se non causano danno a nessuno, sono le emozioni, come la paura di abusi o il disgusto per chi ha altre inclinazioni sessuali, a guidare le nostre scelte: la ragione interviene solo dopo, per tentare di giustificarle. Se esaminassimo davvero razionalmente i fatti, molte cose cesserebbero di apparirci controverse».

Uno dei temi più dibattuti in queste settimane è quello del fine vita.

Corbellini: «Il punto in questo caso è: a chi faccio danno se decido autonomamente e lucidamente che la mia vita, per ragioni obiettive, come una malattia incurabile, mi è diventata insopportabile e va terminata? A nostro parere a nessuno».

Forse si fa male ai propri cari? O alla società?

Corbellini: «Ma la mia vita non è dei “miei cari” o della società, è mia. E posso prendere decisioni che provocano dolore a parenti e amici e danni sociali, per esempio sperperare il mio denaro con il gioco d’azzardo, senza che lo Stato si sogni di proibirmelo: come scrisse Mill nel saggio *On Liberty* “non si può costringere un altro a fare ciò che per noi è il suo bene”. Però se decido di morire in modo dignitoso, indolore e trasparente, scatta il divieto di assistermi. Dietro a questo divieto non ci sono motivazioni razionali, ma l’idea che della nostra vita può disporre solo Dio, formulata già da Sant’Agostino, contro i pagani che giustificavano il suicidio per tutelare dignità e onore. Chi crede fa bene a seguire questa convinzione, che peraltro non è stata condivisa da tutti i pensatori cristiani: per Michel de Montaigne, per esempio, se la vita è peggio della morte, Dio darebbe il permesso di uccidersi. Ma perché lo Stato vuole imporre questa condotta anche a chi non crede?»



+

UN FIGLIO PER UNA COPPIA GAY

NELLA STORIA, DICE CHIARA LALLI, LA FELICITÀ DEI BAMBINI NON È MAI DIPESA DALLA COMPOSIZIONE DELLA FAMIGLIA MA DALLA QUALITÀ DELLE RELAZIONI AL SUO INTERNO

L’aspirazione del saggio è da una parte dare profondità storica alle controversie bioetiche, dall’altra affrontare le questioni morali nel modo più empirico possibile, usando i più recenti e autorevoli studi sulle basi psicologiche della moralità umana e su come questa venga modulata dai contesti socioculturali. Viene così proposto un punto di vista libertario e razionale (gli autori dicono «argomentativo») sull’annoso tema della distinzione tra bene e male, che nel tempo ha prodotto risposte di ogni tipo: dall’etica religiosa, per cui è giusto ciò che prescrive Dio, alla “razionalista”, che affida appunto alla ragione il compito di individuare verità morali assolute, dal relativismo etico, per cui diverse società producono diversi sistemi di valori, tutti legittimi, fino al “nichilismo” secondo cui non esiste distinzione

Colite qual è il problema?

Dalla Ricerca Aboca un innovativo complesso molecolare di resine, polisaccaridi e polifenoli, per il trattamento della Sindrome dell'intestino irritabile

La colite, oggi definita più precisamente **Sindrome dell'intestino irritabile** o IBS (dall'inglese Irritable Bowel Syndrome), è un disturbo cronico che interessa non solo il colon ma anche altri tratti dell'intestino. Il suo iter diagnostico è a volte lungo e difficile.

Dolore, gonfiore addominale e irregolarità intestinale come stipsi, diarrea o alternanza di entrambe, associati o meno a variazioni dell'aspetto delle feci, sono i sintomi tipici dell'IBS: una problematica assai diffusa nella popolazione italiana, che interessa soprattutto le donne nelle fasce di età centrali, quelle cioè caratterizzate da un più intenso impegno lavorativo e familiare. Fattori genetici, ambientali e di stress predispongono a questa sindrome. Anche l'abuso di farmaci, l'alterazione della flora batterica intestinale e le infezioni gastrointestinali possono influire sul benessere dell'intestino, un organo assai complesso.

Quali rimedi si hanno a disposizione? È possibile oggi trattare il problema non intervenendo solo sui sintomi?

Dieta e farmaci (antispastici, antidiarroici, lassativi, antidepressivi, ecc.) rappresentano il classico trattamento.

Oggi è possibile affrontare il problema agendo a livello locale e focalizzando l'attenzione su una delle principali cause dell'IBS ovvero l'aumentata permeabilità della mucosa intestinale. Questa permeabilità causa il passaggio di sostanze irritanti, che possono generare uno stato di irritazione e di sensibilità nell'intestino.

Dalla Ricerca Aboca nasce un approccio terapeutico innovativo per la Sindrome dell'intestino irritabile, in grado di proteggere la mucosa dall'azione aggressiva degli agenti esterni dannosi, favorendo il graduale recupero della funzione di barriera della mucosa intestinale.

Colilen IBS agisce grazie ad ActiMucin®, complesso molecolare vegetale brevettato, composto da resine, polisaccaridi e polifenoli. ActiMucin® interagisce con la superficie mucosale intestinale formando un film protettivo che protegge la mucosa dal contatto con le sostanze irritanti. Grazie a questo meccanismo d'azione, **Colilen IBS riduce gradualmente i disturbi intestinali e apporta un aiuto nel trattamento dell'intestino irritabile, migliorando la qualità di vita del paziente.**



Colilen IBS opercoli agisce grazie ad ActiMucin®, complesso molecolare vegetale brevettato



È UN DISPOSITIVO MEDICO  0477
Leggere attentamente le avvertenze e le istruzioni per l'uso.
Aut. Min. del 20/01/2017

Colilen IBS
Flacone da 96 opercoli,
senza glutine.
Disponibile in farmacia,
parafarmacia ed erboristeria.

C'è chi dice che dando questa libertà lo Stato si comporterebbe come i nazisti, che eliminavano i disabili.

Corbellini: «È un'assurdità: i nazisti decidevano chi eliminare, qui parliamo di persone che chiedono allo Stato di essere aiutate a terminare le loro sofferenze».

Da noi sono reato sia l'aiuto a morire che il suicidio assistito. È però garantito il diritto a rifiutare qualsiasi trattamento medico. Perciò, se questo è un salvavita, come la respirazione assistita, rifiutarlo diventa di fatto un accesso all'eutanasia passiva.

Lalli: «Questo in teoria. Ma non essendoci una legge specifica, tutto dipende dall'interpretazione dei giudici. La richiesta di essere sedati e scollegati dal respiratore fu respinta sia a Piergiorgio Welby, nel 2006, che a Giovanni Nuvoli, nel 2007, entrambi afflitti da Sla. Welby fu poi assistito ugualmente da un medico, che per questo subì un processo, anche se alla fine fu assolto. Il medico che doveva assistere Nuvoli venne invece fermato dai carabinieri e Nuvoli si lasciò morire di fame, restando cosciente. Se vi pare una cosa civile».

E se una persona ha perduto coscienza e non può esprimere la sua volontà?

Lalli: «Allora servirebbe quel "testamento biologico" previsto in quasi tutta Europa, ma non in Italia».

Insomma un groviglio di situazioni molto diverse. Voi come le risolvereste?

Lalli: «Non dobbiamo inventarci nulla: in Olanda, Belgio, Lussemburgo, Colombia e Canada è ammessa l'eutanasia attiva per volontà del paziente, possibile dopo richieste ripetute, visite mediche e psicologiche che accertino fondatezza, stabilità e autonomia della decisione presa».

C'è chi teme una "china scivolosa", con sempre più persone ammesse all'eutanasia.

Lalli: «La china scivolosa è smentita dai fatti. Negli Stati citati non c'è stato un aumento dei casi di eutanasia, essendo questa solo una delle opzioni: chi sceglie di attendere la morte naturale può contare su assistenza e strutture specializzate. E l'esistenza dell'opzione euta-

«LA MIA VITA NON È DI DIO MA NEPPURE DEI MIEI CARI O DELLA SOCIETÀ. LA MIA VITA È MIA»



SOPRA, GILBERTO CORBELLINI E CHIARA LALLI, DOCENTI DI BIOETICA ALLA SAPIENZA DI ROMA E A TERAMO. A SINISTRA LA COPERTINA DI **BIOETICA PER PERPLESSI** (MONDADORI, PP. 408, EURO 32)

nasia allevia l'ansia dei pazienti terminali, anche se non pensano di ricorrervi».

Corbellini: «La china scivolosa è in atto nei Paesi che vietano l'eutanasia. Il rapporto Eureld, pubblicato da *Lancet* nel 2003, stima che in Italia almeno il 19 per cento delle morti di malati terminali sia "accelerata" dai medici, spesso senza chiedere nulla al paziente, una pratica destinata a dilagare con l'invecchiamento della popolazione. È proprio per evitare questa "eutanasia criptica" che l'Olanda ha dibattuto e fatto sperimentazioni sull'eutanasia fin dagli anni 70, affinando la sintonia fra giudici, politici e medici, fino ad arrivare, nel 2002, a norme coerenti e univoche, per rispettare la volontà delle persone, evitando errori ed abusi».

Vediamo l'estremo opposto, l'inizio della vita, in particolare le coppie gay che hanno figli usando la maternità surrogata. Molti lo vedono come sfruttamento di donne povere, che "affittano l'utero" per soddisfare un desiderio egoistico di avere un figlio, che dovrà poi vivere in una "famiglia innaturale".

Lalli: «Chi viene danneggiato? Non i genitori, che ne sono felici. Non la donna, che si offre volontariamente, spesso senza fine di lucro. Il figlio? Per provarlo bisognerebbe dimostrare che per lui "non esistere" sarebbe stato meglio di esistere. Quanto al presunto egoismo, tutti siamo nati per volontà dei nostri genitori, senza essere consultati. E sulla "innaturalità", vorrei ricordare che nella storia ci sono state famiglie di ogni tipo e che la felicità dei figli non è mai dipesa dalla loro composizione,

ma dalla qualità delle relazioni».

Altro tema caldo di bioetica sono le manipolazioni genetiche sugli embrioni umani che potrebbero portare all'inserimento di geni vantaggiosi, per esempio per l'intelligenza, dando un vantaggio incolumabile ai figli di chi può permettersi queste costose tecniche.

Corbellini: «Anzitutto si tratta di un futuro lontano, perché nessuno sa ancora quali siano queste combinazioni genetiche vantaggiose. Inoltre già oggi i figli dei ricchi sono avvantaggiati, per esempio dal frequentare scuole migliori: non serve l'ingegneria genetica per creare disuguaglianze. Certo, un "vantaggio genetico iniziale" a pagamento per pochi sarebbe grave, ma il rimedio non è proibire le manipolazioni sugli embrioni, che possono aiutarci a prevenire tante patologie, quanto piuttosto lavorare perché queste tecniche siano messe a disposizione di tutti».

La ricerca biologica suscita anche una controversia etica sull'uso degli animali per le sperimentazioni. Per alcuni le cavia dovrebbero avere gli stessi diritti degli uomini di non essere sottoposti a ricerca senza il loro consenso.

Corbellini: «È un non senso: in natura non esistono diritti. Alla base di questi, come aveva già suggerito Thomas Hobbes nel XVII secolo, c'è un contratto fra individui in grado di comprendersi, con gli altri animali non possiamo stringere accordi. Provate a negoziare il vostro diritto alla vita con un leone nella savana».

Lalli: «Questo non significa che possiamo fare di loro quello che vogliamo: come sosteneva Jeremy Bentham, avendo la scienza dimostrato che gli animali provano dolore, siamo moralmente obbligati a evitare loro sofferenze inutili. L'uso degli animali deve essere soggetto a restrizioni crescenti, via via che aumenta la loro complessità cerebrale. Ma chi propone di abolire del tutto questo tipo di sperimentazione dovrebbe, per coerenza, evitare di usare medicine e procedure chirurgiche, essendo state queste tutte sperimentate su cavia. Inoltre milioni di topi e ratti vengono uccisi nelle città, per evitare che invadano le case, senza suscitare le proteste che sentiamo per l'uso di cavia nei laboratori: eppure sono le stesse specie».

Alex Saragosa

PER SALVARE UN AVVOLTOIO C'È BISOGNO DI CAROGNE

di **Francesco Mezzatesta**
foto di **Carlo Galliani**

In **Sardegna** restano 120-140 grifoni. Per aiutarli la Regione li ha promossi spazzini: si nutriranno con le carcasse degli animali morti, che gli allevatori lasceranno per loro in appositi recinti

Buone notizie per gli avvoltoi. Approvato dall'Unione europea, è partito un progetto di conservazione per il Grifone che vive in Sardegna. Il programma si chiama Life Under Griffon Wings e vuole evitare l'estinzione degli ultimi 120-140 esemplari che ancora si riproducono nella splendida zona rocciosa tra Bosa e Alghero. Come tutti gli avvoltoi, i grifoni (*Gyps fulvus*) non sono in grado di predare e si nutrono solo di animali già morti. Di qui la direttiva della Regione Sardegna, sul modello di quanto hanno già fatto in Spagna e Francia. Le spoglie degli animali morti per cause naturali non dovranno più essere portate fino a qualche lontano inceneritore o seppellite, come previsto dai vecchi regolamenti veterinari. Verranno invece lasciate nella stessa azienda alla quale appartenevano, in appositi recinti di alimentazione chiamati "carnai". Questo sarà un vantaggio per gli allevatori, perché ridurrà le loro spese di trasporto, ma avrà so-

prattutto un altro risultato: a smaltire le carcasse nell'entroterra di Bosa e sull'altopiano di Campeda d'ora in poi penseranno loro, i grifoni, che così avranno di che nutrirsi.

Questi grandi rapaci si comportano come spazzini naturali: eliminano in rapidi banchetti le carogne e non corrono neppure il rischio di diventare vettori di malattie infettive o parassitarie. L'evoluzione li ha dotati infatti di un sistema immunitario a prova di infezioni grazie al pH estremamente acido del loro apparato digerente, che riesce a mettere fuori uso i principali virus e batteri.

Grazie alla collaborazione degli allevatori con questo progetto – promosso dal Comune di Bosa, dal Dipartimento di Medicina veterinaria dell'Università di Sassari, dall'Agenzia FoReSTAS e dal Corpo forestale sardo – si prevede l'attivazione di ben quaranta carnai. Destinati a essere "ripuliti" costantemente. I grifoni, che hanno un'apertura alare di quasi tre metri, veleggiano infatti per ore sfruttando le correnti di aria calda ascensionale in cerca di cibo. Volando, anche se molto distanti tra loro, si tengono sempre d'occhio l'un l'altro grazie alla vista acutissima. Il primo che identifica una possibile fonte di cibo compie particolari volteggi a spirale e questi vengono notati dal resto del gruppo, che arriva sul posto in un battibaleno. Poi, ad avere la precedenza nel banchetto, non è l'individuo più forte o anziano, ma quello più affamato. E l'equità non è la sola

+
UN GRIFONE
IN VOLO. SOTTO,
A SINISTRA, GRIFONI
SI SPARTISCONO
LA CARCASSA DI UN
ANIMALE; A DESTRA
L'AVVOLTOIO MONACO:
ESTINTO IN SARDEGNA
NEGLI ANNI SESSANTA,
POTREBBE ESSERVI
REINTRODOTTO



qualità dei grifoni. Sono anche fedeli: raggiunta, a quattro o cinque anni, la maturità sessuale, formano coppie che durano tutta la vita, la femmina depone un solo uovo per stagione e ad accudirlo pensano entrambi i partner.

Oggi a minacciare la sopravvivenza dei grifoni sono soprattutto le carcasse delle volpi che vengono combattute con



il veleno perché predano gli agnelli. I grifoni mangiano le volpi avvelenate e muoiono anche loro. Negli anni Sessanta proprio a causa della pratica anti-volpi si estinsero gli ultimi avvoltoi che vivevano in Sicilia e, per far fronte a questa minaccia, il Corpo forestale sardo attivò il primo nucleo cinofilo antiveleno. Oggi si fa un altro passo avanti. Dice Fiammet-

ta Berlinguer, responsabile scientifica del progetto Life: «In passato in Sardegna c'erano un migliaio di grifoni, oltre ad altre specie, come l'Avvoltoio monaco (*Aegypius monachus*) e il Gipeto (*Gypaetus barbatus*). Con l'attuazione del progetto Life è possibile che nella nostra isola si creino le condizioni per la loro reintroduzione che, oltre a salvaguardare queste specie, potrebbe incrementare l'ecoturismo, come avviene in Spagna in Estremadura nel Parco di Monfrague.

Per i turisti l'agenzia regionale FoRESTAS, con il Centro recupero fauna di Bonassai, sta già realizzando sentieri e capanni di osservazione. Perché il progetto Life riesca però conta soprattutto la gente del posto. Mauro Aresu è un ambientalista che si occupa di grifoni fin da

quando, giovanissimo, seguiva il suo maestro Helmar Schenk. «In casi come questo» dice «è fondamentale il coinvolgimento di pastori e allevatori. Per fortuna i primi incontri per i carni aziendali fatti a Macomer, Bosa e a Villanova Monteleone hanno dato risposte molto incoraggianti. E poi, a volte, anche le coincidenze aiutano. A Bosa hanno scelto come assessore all'ambiente Alfonso Campus, ovvero la persona che si occupa del monitoraggio e della protezione della locale colonia di grifoni. Così ora a Bosa c'è anche un Infopoint dedicato agli avvoltoi: utile ai turisti, ma anche a evitare i danni di disturbo ai nidi da parte di fotografi ed escursionisti troppo curiosi». Perché anche gli eccessi di entusiasmo alla fine possono risultare dannosi. ■



di Sofia Gnoli

Alla **Reggia di Venaria** una mostra sull'immaginario animale nella moda. Non solo seduzione esuberante: vedi il celebre Maestro francese...

Interno notte. In una sorta di party hippy londinese, lei si muove con aria stralunata, sotto l'effetto di droghe. Lui si avvicina e le dice: «Pensavo che fossi a Parigi». Lei vitrea risponde: «Ma io sono a Parigi». Se questo scambio di battute tra David Hemmings e Veruschka in *Blow-Up* (1966) di Antonioni è diventato storico, altrettanto celebre è la mise indossata in quella scena dalla modella: un'aderentissima tuta pitonata, la stessa con cui l'anno prima l'aveva immortalata il fotografo americano Peter Beard. Risale a quegli anni, all'epoca del suo primo viaggio in Africa, l'avvicinamento di Veruschka al body painting e alle metamorfosi animali. A quello scatto ne seguirono altri, soprattutto firmati da Franco Rubartelli, sua fiamma dell'epoca. «All'inizio mi trasformavo in animale attraverso la pittura del corpo» ricorda oggi Veruschka. «La nudità del corpo umano mi disturbava e percepivo invece l'illusione generata dai colori delle pellicce o delle piume come una possibilità di trasformazione».

Parte da qui *Jungle. L'immaginario animale nella moda*, la mostra che verrà inaugurata il prossimo 12 aprile a Torino (Reggia di Venaria, fino al 3 settembre) dove attraverso circa cento pezzi, ver-



CONDÉ NAST COLLECTION

A SINISTRA, DEFILÉ DI CHRISTIAN DIOR DEL 1947. SOTTO, **VERUSCHKA** FOTOGRAFATA DA FRANCO RUBARTELLI PER *VOGUE* (1970). IN BASSO, FOULARD **ZOO** (2000) E FOULARD **PANTERA NERA** (1987-'88), TUTTI E DUE DI SALVATORE FERRAGAMO



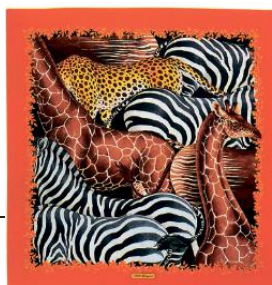
LO STILE È UNA GIUNGLA DOVE SFILANO VERUSCHKA E DIOR

ranno ripercorsi i diversi modi in cui il manto degli animali esotici è stato utilizzato e riletto dalla moda.

Spiega l'antropologa Simona Segre, curatrice dell'esposizione: «La metamorfosi sarà uno dei temi centrali della mostra per la sua grande attualità in un mondo in cui ormai l'essere umano può costruire la propria identità indipendentemente dai limiti posti dalla natura». In questo senso, dai "travestimenti" di Veru-

schka si passerà alle donne insetto di Thierry Mugler e alle creature fantastiche immaginate da Iris van Herpen.

Accanto a questa dimensione più onirica, la mostra si soffermerà sui vari volti dell'*animalier*. E, a dispetto dei cliché che associano spesso tali fantasie a un immaginario di esplicita seduttività, verranno messi in luce anche aspetti più raffinati. Come quelli illustrati da Christian Dior che, pur essendo maestro di una moda romantica e sofisticata, incluse fantasie maculate già nella sua prima, straordinaria, collezione del 1947. Così i motivi *animalier* dimostrano ancora una volta di essere un classico dello stile. In passerella e sulla strada. □



PRO FORMA

AURELIO
MAGISTA

L'educazione
discreta
del relax



Dalla numerosa famiglia di Febo, poltrone, divani, sedie creati da Antonio Citterio per Maxalto, scegliamo la *chaise longue*: seduta perfetta per quest'epoca ibrida e no gender. Incrocio fra sedia e divano, con il suo schienale interrotto ci parla di un relax che resta sempre sorvegliato, educato e vagamente ottocentesco, a sottolineare che le buone maniere non passano mai di moda. Interessante anche il mix di materiali: acciaio per la struttura, legno per i piedi e il basamento, tessuto o pelle per il rivestimento, poliuretano e piume per le imbottiture. www.bebitalia.com

ARTE DOMESTICA

ELFI E FATE TROVANO CASA (SOSTENIBILE) IN GIARDINO

Quando si decide di comprare una casetta di legno da mettere in giardino, non si può fare a meno di pensare a quelle con cui si giocava da bambini, immaginandole piene di streghe e di elfi. Poi, al momento della consegna, ci si sveglia rapidamente dal sogno e in giardino finisce una casetta standard, dalle forme squadrate e banali, che i fratelli Grimm non avrebbero mai neanche considerato per i loro racconti.

Se si vuole qualcosa che unisca alla funzionalità di una casetta in legno le fantasie infantili, aggiungendoci pure un tocco di sostenibilità, si può andare a dare un'occhiata ai lavori dell'americano Dan Pauly che,

con la sua società The Rustic Way, si è specializzato nel creare miniabitazioni di alta qualità che però, con i loro muri storici e i tetti concavi, i camini che salgono a zig-zag e le finestrelle con il balconcino, sembrano uscite da un cartone Disney o da un film di Tim Burton.

Dan Pauly è un artista artigiano, discendente da quattro generazioni di falegnami, il cui bisnonno svizzero arrivò negli Usa a costruire i granai nel Mi-

dwest. «Il materiale che uso lo vado a recuperare nelle campagne» racconta Pauly. «Così, quando smantello un granaio abbandonato, penso di poter lavorare lo stesso legno che è passato per le mani di mio nonno, oltre un secolo fa. Salvare dal degrado quel materiale non solo mi rende felice, ma mi permette di osservare le tecniche dei miei colleghi di allora, che con mezzi rudimentali creavano opere forti e belle: erano dei veri artisti».

Trovato il legno antico, Pauly lo lavora esaltandone la patina e i segni creati dal tempo, lasciando che sia il materiale stesso a guidarlo nella creazione delle sue bizzarre casette, così che nessuna sia uguale alle altre. In effetti, queste abitazioni da gnomi e fate, che apparirebbero grottesche se realizzate con multistrato e legni moderni, appaiono invece del tutto naturali grazie al materiale ultrasecolare di cui sono composte. Una naturalezza fantastica che però costa caro: dai 13 mila dollari della casetta per i bambini, ai 24 mila per quella attrezzata a sauna.

(alex saragosa)



A DESTRA, UN INTERNO E UN ESTERNO DI DUE CASETTE DA FIABA, IN LEGNO RICICLATO DA VECCHI GRANAII, E IL LORO CREATORE, L'ARTISTA ARTIGIANO STATUNITENSE **DAN PAULY**

BAGAGLI ADDIO

IN CITTÀ CON LE MANI LIBERE

Devi lasciare la stanza d'albergo ma il tuo aereo partirà solo in tarda serata? Che fare dei bagagli? Trascinarseli dietro o andarli a recuperare più tardi in hotel? BagApp è una nuova applicazione, disponibile gratis, che offre ai viaggiatori una rete ramificata di depositi bagagli per consentire di muoversi a mani libere. I prezzi partono da tre euro per bagaglio la prima ora (due per le ore successive) e la prenotazione (annullabile fino a un'ora prima) si può fare in qualsiasi momento.

La funzione "Portami lì" mostra il percorso per raggiungere il deposito su Google Maps. Il servizio è pensato anche per chi transita in una città per poche ore o per chi fa shopping e non vuole passare la giornata carico di buste. Partita da Londra, l'iniziativa si è estesa a Milano, Roma, Venezia, Berlino e Praga e presto coinvolgerà altre città d'Europa. (lorenzo perrelli)



GETTY IMAGES

ATTENTI, IL CIBO NON SI SPRECA PERÒ GIOCARCI SARÀ F.I.CO

di Francesca Frediani

Nel suo nuovo libro **Andrea Segrè** parla di "intelligenza alimentare". E per farla crescere ha ideato a Bologna un parco scientifico: Fabbrica italiana contadina

Sedici miliardi di euro. L'uno per cento del nostro Pil. È la quantità di cibo sprecato in Italia nel 2015, secondo i dati Waste Watcher. Tanto più impressionanti se pensiamo che il 75 per cento di questo spreco avviene nelle abitazioni: le pietanze che mettiamo in tavola ma non consumiamo, il cibo che lasciamo scadere in frigorifero e che poi gettiamo nel cassonetto. «Siamo soliti dare la colpa dello spreco alimentare alla ristorazione, alla produzione, alla distribuzione. In realtà la causa principale siamo noi famiglie. E lo spreco domestico è senza appello. Il cibo buttato nella spazzatura non è in alcun modo recuperabile» dice Andrea Segrè, docente negli atenei di Bologna e di Trento, sostenitore del movimento Spreco Zero e ideatore di Last Minute Market – il progetto dell'Università di Bologna, di cui fa parte l'Osservatorio



SOPRA, ANDREA SEGRÈ, AUTORE DI *MANGIA COME SAI* (EMI, PP. 93, EURO 9,50) E UN RENDERING DI F.I.CO, IL PARCO AGROALIMENTARE DI PROSSIMA APERTURA A BOLOGNA

Waste Watcher, che si occupa di donare a enti caritatevoli il cibo recuperato dalla grande distribuzione – nonché ispiratore e promotore della normativa antispreco recentemente approvata in Italia.

Il suo ultimo libro *Mangia come sai. Cibo che nutre, cibo che consuma* (Emi, pp. 93, euro 9,50), che il 23 aprile sarà presentato al Link Festival di Trieste, contiene alcune lezioni tenute tra New York, Buenos Aires, Francoforte e conclude un'ideale trilogia composta da *L'oro*

nel piatto (Einaudi) e *Cibo* (Il Mulino).

La parola chiave per invertire la tendenza, dice Segrè, è *prevenzione*. Per questo ha ideato F.i.co (Fabbrica italiana contadina)-Eataly World, il parco agro-alimentare di carattere ludico-scientifico dove sarà possibile osservare l'intero ciclo produttivo delle nostre eccellenze alimentari «dal campo alla tavola» che a breve aprirà a Bologna. «Bisogna promuovere un'educazione alimentare nelle scuole di ogni ordine e grado, a partire dalle materne, e in ogni occasione, persino nei corsi prematrimoniali». Solo così sarà possibile arrivare a quell'*intelligenza alimentare* (ricalcata su quella ecologica di David Goleman), utile a comprendere i veri effetti del cibo su chi lo mangia e sull'ambiente, dai quali discende come inevitabile corollario la necessità di non sprecare.

Tornare alle origini, sulle tracce di Pellegrino Artusi e della sua cucina a chilometri zero *ante litteram*: approvvigionamento diretto di materie prime di alta qualità e massima attenzione agli sprechi. «Non come questi cuochi della *spadelling age*, che più che educazione alimentare fanno marketing di se stessi». ■

CUCINE DEL MONDO

CHEF KUMALÈ
chef@kumalè.net

Quando dietro l'acidità si nasconde la bontà

La kapusniak è una zuppa invernale popolare in Polonia, potete insaporirla aggiungendo cumino o maggiorana, a fine cottura. Per una versione meno acidula sciacquate invece i crauti sotto l'acqua prima di aggiungerli in cottura. Per prepararla, tagliate la pancetta a striscioline e fatela bollire in una pentola con due litri di acqua fredda insieme alle costine. Quando saranno lessate aggiungete l'alloro, i grani di pimento e il pepe. Tagliate a tocchi le carote, tritate sedano e prezzemolo e uniteli alle carni. Fate cuocere per circa 10 minuti. Aggiungete le patate tagliate a cubetti e il cavolo dopo averlo strizzato dal suo liquido e tritato. Aggiustate di sale e insaporite con la paprika. Se la zuppa dovesse risultare troppo acida aggiungete un po' di zucchero. Servite con fette di pane abbrustolito.

INGREDIENTI

400 gr di crauti, 500 gr di costine di maiale, 300 gr di pancetta affumicata, 4 patate, 2 carote, 1 ciuffo di prezzemolo, 1/4 di sedano, 2 foglie di alloro, 3-4 grani di pimento, 1 cucchiaino di paprika, grani di pepe





MANGIA E BEVI

GIANNI E PAOLA MURA



Davanti al Foro il fritto alla romana fa persino bene

Una *lochescion* così ce l'hanno in pochi, proprio davanti alla Colonna Traiana, tra il Foro e l'Altare della Patria. Palazzo Valentini ospita questo locale giocato su tre colori, bianco, nero e rosso, due salette in tutto, aperto dall'ora del cappuccino al dopoteatro. L'insegna fa riferimento alle Domus patrizie, visitabili in un suggestivo percorso sotterraneo con la voce di Piero Angela a fare da guida. Altra caratteristica: è un'enoteca provinciale. Tutti i vini sono prodotti in provincia di Roma, più numerosi di quanto ci si aspetti e in alcuni casi sorprendenti, con ricarichi molto bassi. La terza caratteristica crediamo sia la più importante: dal 2014 la gestione è affidata a Men at Work, cooperativa sociale che dal 2003 favorisce l'occupazione e l'inserimento nel mondo del lavoro di persone a rischio di esclusione. Dal carcere di Rebibbia, l'Orto della Casa, un ettaro circa, fornisce molte delle verdure in menù, e un laboratorio di pasticceria fornisce i dolci. Dopo la consulenza gastronomica di Mario Pasquali, chef di Campagnano, il progetto è affidato a Lorenzo Bernardini, affiancato da Maria Cantarelli. Ai fornelli tre giovanissimi, usciti dall'istituto Gioberti: Leonardo Mascolo, Giorgia Di Marzio e Arianna Salvi. Si mangia rigorosamente romano: fritti misti (bocconcini di patate con provola e guanciale, mozzarelline di bufala, costicelle d'abbacchio, polpettine di lesso), tagliere di salumi o formaggi, anche i formaggi arrivano da Rebibbia, carciofo a metà strada tra giudia e romana. Primi della tradizione, tutti ben eseguiti: cacio e pepe, gricia, amatriciana, carbonara. Ma anche gnocchi

e vongole, fettuccine cicoria e pecorino, ravioli ripieni di salsiccia con sugo di pomodoro e carciofo croccante. Tra i secondi consigliamo le polpette, fritte o brasate. In alternativa: hamburger con patate al cacio e pepe, tortino di verdure, abbacchio al forno, coratella con carciofi. Si chiude in semplicità: ciambelline e ciambellone, tozzetti, crostate, dolci al cucchiaino. Come semplice, senza fronzoli, rispettosa della tradizione ma non ancorata ad essa, basata su buone materie prime, vuole essere la cucina. Servizio cordiale, conto leggero. Trattandosi di zona ad alta densità turistica, sempre meglio prenotare.

TERRE E DOMUS

Foro di Traiano 82, Roma;
info: tel. 06-69940273;
chiuso martedì; **ferie:** 15
giorni in agosto; **carte di**
credito: tutte; **costo:**
antipasti 6/15 euro;
primi 11/14; secondi
10/15; dolci 4/6



LA BOTTIGLIA

NON SEMPRE 2015

La Felce
Ortonovo (SP)

Per un vino
come questo
si aspetta
l'anno giusto

Andrea Marcesini ha studiato Agraria ma ha fatto, oltre al coltivatore, altri lavori. Finché il padre Franco gli ha passato il testimone, ossia la vigna, quella che aveva ricevuto da suo padre Renato. Generazioni di vignaioli anche da parte della madre, nata a Montalcino. Andrea volta pagina: il vino lui lo imbottiglia, prima vendemmia il 2001. Governa 3,5 ettari di vigna, suddivisi in ben 11 appezzamenti. Parte a Ortonovo, su terreni sabbiosi favorevoli ai vitigni a bacca nera, parte a Castelnuovo Magra, dove

prevalgono i bianchi. Alcune etichette recano nomi esplicativi. Il Quotidiano, bianco e rosso, è il vino compagno di ogni pasto, gradevole, non pesante. In origine 400, solo 400 bottiglie, è un blend di Vermentino, Malvasia e Trebbiano. La nostra etichetta, Non sempre, dice che il vino viene prodotto solo nelle annate che lo meritano. A base di Vermentino, vendemmia a metà settembre, matura sui lieviti un anno in inox e parte da molti no: agli enzimi, ai chiarificanti, alla filtrazione. L'assaggio è un piacere: profumi di fiori bianchi, foglie e scorza di limone, aria di mare. Sorso fresco, minerale, fascino complesso e lunga persistenza. A Monterosso (La Spezia) all'Enoteca Internazionale, a Bari da Vineria Est! sui 18 euro.

SPESA INTELLIGENTE

AL SUPERMERCATO L'ETICHETTA CONTA

Enrico Cinotti, vicedirettore del mensile *Il Salvagente*, da più di vent'anni è attento osservatore del mondo dei consumatori. E molto utile è il suo ultimo libro, con un titolo alla Wertmüller: *È facile fare la spesa se sai leggere l'etichetta* (Edizioni Newton Compton, pp. 250, euro 10). Mentre il sottotitolo ricorda Woody Allen: *Tutto quello che devi sapere per evitare inutili rischi e tutelare la tua salute*. Un'etichetta, oltre alla data di scadenza, deve fornire altre informazioni: additivi, modalità di conservazione. Libro utile per quando, negli ipermercati, l'unico interlocutore è uno scaffale.





AUTOMOTORI

VALERIO BERRUTI



DUE RUOTE

VINCENZO BORGOMEIO



ADESSO ANCHE I PIÙ SPORTIVI HANNO VOGLIA DI FARSI SPAZIO

La Panamera Sport Turismo

è la nuova Porsche cinque posti (anzi, 4+1) con l'estetica e il comfort che strizzano l'occhio a una wagon



SOPRA, LA PORSCHE PANAMERA SPORT TURISMO APPENA PRESENTATA AL **SALONE DI GINEVRA**. SOTTO, L'INTERNO CON L'AREA DI GUIDA. DELL'AUTO SARANNO PRODOTTE CINQUE DIVERSE VERSIONI



Ormai nel mondo dell'auto non ci si scandalizza più di nulla. D'altronde se è in arrivo un Suv Lamborghini e subito dopo uno firmato Rolls, ci si può meravigliare della Porsche che ha appena presentato al salone di Ginevra il suo primo modello wagon? No di certo. Anzi, nel giro di qualche mese diventerà pura e semplice normalità.

Nel frattempo, però, cerchiamo di capire meglio di cosa si tratta. In realtà la Porsche della svolta (stilistica) è una Panamera con la coda. Anzi una *shooting brake* come dicono gli esperti, un po' berlina, un po' coupé e un po' (di più) wagon. Qualcosa che potrebbe attrarre chi in una Porsche cerca anche un po' di spazio e non è interessato al mondo Suv così tanto di moda. Nel caso della Panamera Sport Turismo (questo il nome scelto a Zuffenhausen) la sorpresa è rappresentata da un inedito portellone *king size* ad azionamento elettrico, un maggior spazio in altezza del vano bagagli, una soglia di carico ribassata (quindi più comoda) e una capienza compresa tra 520 e 1.390 litri. L'altra novità è costituita dall'abitacolo, definito «4+1», con un posto sul divanetto posteriore adatto, però, a un bambino. Per il resto, la nuova Panamera è lunga oltre cinque metri (5,049 per l'esattezza) e si differenzia dalle berline a partire dai montanti centrali. Debutta anche uno spoiler sul tetto estraibile e adattivo: l'angolo di inclinazione può essere posizionato su tre livelli in base alla situazione di guida e alle impostazioni della vettura per migliorare la stabilità in base al carico e ridurre i rumori provocati dal vento.

Le versioni disponibili sono cinque (Panamera 4, 4S, 4S Diesel, 4 E-Hybrid e Turbo) e il prezzo di listino parte da 101 mila euro per la 4 con motore benzina da 330 cavalli ma si fa presto a salire visto che per avere la Sport Turismo Turbo di euro ne servono 164 mila. D'altronde, parliamo pur sempre di una Porsche. **□**

Scrambler R/T: come lei, per ora, non c'è nessuna

Fin dove ci si può spingere con l'elaborazione di una Scrambler? Un'idea arriva

dalla R/T realizzata per la Ducati dal team Anvil Motociclette che per un modello di largo consumo (a due anni dal debutto sono state vendute nel mondo 32 mila Scrambler) ha messo in piedi un pezzo unico, ma pronto a essere replicato all'infinito, di rara bellezza.

L'idea di base della Special Scrambler R/T è strizzare l'occhio al mondo della moda e alle attuali tendenze metropolitane, pur mantenendo un preciso riferimento al passato. Ci sono diverse citazioni stilistiche al modello Ducati Road and Track che negli anni Settanta è stato una specie di mito per la gamma dei modelli Scrambler. Alla Anvil sono andati a "pulire" ogni orpello, realizzando una moto minimalista che mantiene integro solo il motore e parte del telaio anteriore, mentre tutto il resto è stato rimodellato. Non mancano citazioni puramente yankee, come la sella in pelle o il manubrio, simile a quelli utilizzati nelle competizioni nei deserti della California.





CHE BELLEZZA
LAURA LAURENZI



A TAVOLA E ALLO SPECCHIO SIAMO ARRIVATI ALLA FRUTTA

I consumi "verdi" degli italiani aumentano. Una svolta salutista che coinvolge anche il settore della cosmetica. Sempre più **naturale**



SHUTTERSTOCK

Una maschera al frullato di pera contro la pelle grassa, le bucce di quattro limoni nell'acqua calda della vasca con chiodi di garofano a rendere il bagno rilassante, uno scrub fatto con i semi del kiwi misti a miele grezzo. E ancora: impacchi detox al pomodoro e zucchero, trattamenti antiage alle bucce di uva rossa, maschere idratanti a base di foglie di lattuga lessata con farina d'avena. La voce principale è "salute", è "dieta mediterranea", è "mangiate ogni giorno cinque porzioni di frutta e verdura". Ma da qualche parte, magari piccola piccola, deve esserci anche la voce che dice "bellezza naturale" nell'impennata dei consumi di frutta e verdura sulle tavole degli italiani. Una svolta salutista definita epocale dagli addetti ai lavori.

Nel 2016 abbiamo mangiato circa 320 chili a testa di frutta e verdura (il cui prezzo negli ultimi mesi è lievitato di oltre il 20 per cento), tre chili in più rispetto all'anno precedente, stando alla Coldiretti. Viva le zucchine, abbasso la bistecca. Questo andamento dei consumi è determinato soprattutto dalle preferenze alimentari dei giovani, i cosiddetti *millennials*, che fanno sempre più attenzione al benessere a tavola. Il risultato è che la spesa per frutta e verdura degli italiani raggiunge i 98,55 euro al mese per famiglia: secondo i dati Istat sorpassa quella per la carne ed è diventata la prima voce del budget alimentare delle famiglie, con una rivoluzione sulle tavole che non ha precedenti.

La frutta più comprata? Le mele, seguite dalle arance. La verdura vede, al primo posto, patate a parte, i pomodori, seguiti dalle insalate. Nel computo dei dati continuano a pesare molto gli sprechi dovuti soprattutto alla deperibilità del prodotto, con una stima di quasi un frutto o un ortaggio su quattro che finisce nel bidone della spazzatura o nelle case o nel percorso dal campo alla tavola.

E pensare che l'impiego artigianale per maschere della nonna, impacchi beauty e creme varie riguarda quasi sempre le bucce di frutta e verdura che finirebbero comunque nel secchio, o frutta e ortaggi ormai troppo maturi per essere mangiati. Insomma, gli scarti. **Q**

CON FRUTTA E VERDURA
(E I LORO SCARTI)
SI POSSONO REALIZZARE
IMPACCHI DETOX
E CREME BIO



VETRINE

SOFIA
GNOLI

1 BELLEZZA IN FIORE

Fa parte della collezione La Petite Robe Noire Lip & Cheek Tint, gel due in uno per guance e labbra. Idratante e rimpolpante, esalta l'incarnato con una sfumatura rosata. **Di Guerlain, 31,95 euro**

2 LA CIPRIA È UNA ROSA

A prima vista sembra una rosa. E invece La Rose à Poudrer è una cipria lussuosa contenuta in una scatola-gioiello. Ogni suo petalo è infuso di una brillante polvere madreperlacea per donare a viso e décolleté un tocco di luce radiosa. **Di Lancôme, 66 euro**

3 POZIONE D'AMORE

Fa parte della linea The Secret Potion, Bois D'Amour, l'eau de parfum unisex in cui alle note di cipresso e ginepro, seguono quelle del patchouli e dell'incenso. Nel fondo, muschio, ambra e miele. **Di Wycon, 24,90 euro**

4 LA LUCE DEI SUOI OCCHI

Appartiene alla linea di make up ispirata ai colori vividi dei giardini italiani, Ombretto Doppio Effetto Wet & Dry, ultra-luminoso grazie alla presenza di speciali micro-perle. **Di Collistar, 15 euro**

5 CAPELLI FLUO

Per donare un tocco grintoso al proprio look è nato Colorista Spray 1-Day Color, la tintura che va via con uno shampoo. Oltre alla nuance Mint (foto), è disponibile in altre sei sfumature al neon. **Di L'Oréal Paris, 9,99 euro**

