

PERSONE

LA NUTRIZIONISTA SARA FARNETTI STA LAVORANDO A UNA TRASMISSIONE SULLA CONSAPEVOLEZZA ALIMENTARE

Obiettivo: guarire, non solo curare

di Giuliana Gargiulo

Una complessa interiorità, la figura esile, i lunghi capelli biondi, i modi schivi quanto il sorriso sono soltanto alcuni aspetti immediati che si sommano alla qualità e alla serietà. Dottore in Medicina, nutrizionista esperta dei problemi dell'alimentazione e dei danni che, consciamente o inconsciamente, molti vivono, incarichi, pubblicazioni, premi ricevuti e altre conquiste della carriera accademica, sono tra i tanti meriti di Sara Farnetti (nella foto), internista che si occupa dell'aspetto funzionale della Medicina e quindi degli organi. Razionale ma passionale, progettuale al punto da trasformare anche "i sogni e i desideri in obiettivi realizzabili", Sara Farnetti anticipa un futuro di successo basato sulla sua maniera di essere: acuta, seria e professionale.

Vuole raccontarmi partendo dal principio? Come è cominciata la sua storia di donna e poi di medico?

«Sono figlia unica, nata a Bracciano in una famiglia borghese. Da piccola ero una bambina saggia che aveva inventato di giocare alla banca, anche per questo detta in famiglia "il piccolo saggio", timida ma convinta di avere qualcosa da dire, come mi accade anche oggi, nonostante sia rimasta timida... La vita poi mi ha portato a parlare in pubblico, alle riunioni rotariane e in altre occasioni dettate dalla mia professione di medico».

Come, quando e perché decise che sarebbe diventato un medico e quindi scelse di studiare



medicina?

«Avrei voluto fare l'archeologa ma a quattordici/quindici anni cominciai a pensare alla Medicina olistica, branca che considera l'uomo nella sua interiorità. Sono stata sempre curiosa e interessata all'amore per la ricerca, percorso che ho affrontato soprattutto per conoscere me stessa. A quattordici anni ho veramente let-

to di tutto e a tutti i costi sono voluta andare in India. Lo volevo con una tale caparbieta che ho convinto mio padre ad accompagnarmi. Ho vissuto così il mio "passaggio in India". L'esperienza ha messo in crisi tante convinzioni e credenze che avevo fino a quel momento. Sono sempre stata studiosa e interessata a quanto mi stava intorno, la conoscenza

dell'India mi ha aiutato a capire. Ero un'adolescente con una energia che mi spingeva a tutti i costi ad applicarla. Anche per questo, ad un certo punto, ho approfondito lo studio e l'esperienza di lavoro con ragazzi con disturbi comportamentali. Quasi subito però capii che non mi interessava tanto la psichiatria quanto la medicina interna, che ha una visione globale di ogni aspetto e problema dell'individuo».

Nel frattempo... in aggiunta al lavoro che svolge in ospedale è diventata la nutrizionista che tutti vorrebbero conoscere...

«Mi entusiasma molto l'impiego terapeutico di quanto ingeriamo... Non a caso l'inizio della medicina parte proprio dall'uso degli alimenti. L'interesse per questo problema è anche andato avanti perché avevo seguito una malata in trattamento chemioterapico... Attraversando i vari passaggi di terapia e riabilitazione pensai che questo sistema di conoscenza era quello che mi piaceva».

Vuole spiegarmi meglio il nesso tra gli alimenti che ingeriamo e le conseguenze per la salute?

«La verità è che nessuno si è preoccupato di indagare su che cosa si scatena nell'organismo in collegamento all'alimento che ingeriamo. Quello che andrebbe approfondito, e che è importante, è la reazione soggettiva, perché ciascuno di noi è diverso da un altro e perciò ciascuno necessita di una sua personale protezione».

Maestri in questo senso ne ha avuti?

«Senz'altro il maestro della mia vita è

padre. Un insegnamento fondamentale mi è venuto da Domenica Arcari Morini che ha approfondito la funzione degli alimenti e la loro associazione. Ho incontrato poi tanti maestri che hanno contribuito ad arricchire le mie cognizioni.

Ringrazio la mia buona stella perché ogni incontro si somma alla capacità di auto-completamento. Credo di avere la qualità della sintesi, una mia voglia autentica».

Nella sua formazione e/o crescita contano i ricordi?

«In linea di massima dimentico la sofferenza, anche se sono portata a non cancellare il patrimonio che mi ha formato».

Figlia unica ha sofferto mai di solitudine?

«Da piccola avrei voluto avere un fratello poi... sono una solitaria! Per fortuna mi sento in compagnia».

Al di là del suo lavoro di medico come è la sua vita? Per esempio sa che cos'è la paura? L'ha mai vissuta?

«Il mio schema di vita è sempre in anticipo... Credo di vedere tante cose prima ancora di altri o anche prima che avvengano... Più che la paura, conosco il disagio».

La volontà è una qualità che le appartiene? Quanto ha aiutato il suo percorso professionale?

«La volontà non mi manca. Non esiste andare avanti da sola, le qualità sono necessarie. La volontà, la determinazione devono durare sempre e, se in me esistono, è perché seguono le mie spinte o addirittura lo diventano».

È o no ambiziosa?

«Non lo so. Forse un motore della vo-

lontà è proprio l'ambizione, che se non è controllata può anche fare uscire di strada».

Crede nei sogni? Che cosa ne pensa?

«I sogni, il desiderio, nel momento in cui nascono nel cuore e prendono forma nella mente, diventano progetti. Ogni desiderio porta sempre in sé qualcosa di più grande: la possibilità di dargli corpo e forma. Dare vita ad un sogno è un po' partecipare alla creazione della nostra esistenza. Per me i sogni sono veri».

È reale l'inquietudine che nonostante l'aspetto distaccato, sembra appartenerle?

«Credo sia un problema di curiosità, la voglia di migliorare, la passione per la ricerca in un momento della mia vita, che ho contrastato. Poi ho cominciato a capire e sono andata avanti. Perché capire si può. Sarei più completa se potessi innamorarmi. Purtroppo troppo spesso alcuni incontri mi annoiano».

Un progetto vero ce l'ha?

«In questo momento sto lavorando con Marisa Laurito e Manuela Metri ad una trasmissione televisiva in cui finalmente si potrà parlare di consapevolezza alimentare e di come funzionano gli alimenti nell'organismo... Se ne sa ancora troppo poco».

Che vuol dire per lei essere medico?

«Significa vivere la tensione e quindi avere gli strumenti per guarire. Oggi la nostra medicina tende a curare e quindi a cronizzare. Invece guarire significa riconoscere il problema e quindi riuscire a superarlo».

Che cos'è per lei la medicina?

«La vivo come la mia vita».

IL LIBRO

"UNA LEGGENDA CHIAMATA SOLE E ARATRO" DI DAVIDE BATTIPAGLIA

La storia d'un politico d'altri tempi

di Luigi Orlandi

«Filippo Masi era il sindaco, il parroco, il medico e il farmacista messi insieme non con le loro professionalità naturalmente, ma per la capacità di ascoltare e di risolvere mille affanni delle persone che a Lui si rivolgevano» Queste poche righe, mutuata dalla prefazione di Geronimo alla prima opera letteraria di Davide Battipaglia, definiscono con precisione ciò che fu per la gente di San Vitaliano la figura di Filippo Masi, primo cittadino del piccolo comune del nolano ininterrottamente dal 1944 al 2000. Una leggenda chiamata "Sole e aratro" racconta una quanto mai avventurosa cavalcata politica, nel corso in mezzo secolo di storia. Sin dalle prime battute l'intera vicenda appare segnata dal destino, sulla scia d'un percorso ineluttabile. La stella di Filippo Masi comincia infatti a brillare già dal '44, quando un'investitura a dir poco speciale mette nelle mani di un

giovane ventenne le sorti di San Vitaliano; la seconda guerra mondiale deve ancora terminare, non c'è democrazia, non esistono elezioni: quello che egli detiene è un potere provvisorio, assegnatogli dal Cln. Alle prime elezioni regolari dell'Italia neo-repubblicana nasce però un mito autentico: la lista "Sole e aratro", inarrestabile ed invincibile. Nonostante numerosi tentativi di brogli elettorali e inaspettati voltafaccia, Filippo Masi vince negli anni, inaugurando il sorgere d'un vero e proprio credo: il "masismo". Oltre ad un politico onesto e leale, avverso a bieche logiche di partito - fu soprattutto un uomo vicino alla sua gente, attento ai problemi dei concittadini, solerte nella modernizzazione del paese. La memoria collettiva di San Vitaliano ancora ricollega la sua immagine alla costruzione del Municipio o i radicali interventi all'impianto idrico e fognario che permisero di fuggire il contagio di epatite. Dall'altra indelebile rimarrà il ricordo di un

uomo eccezionale, amato e rispettato da tutti, capace di risollevarsi da accuse infamanti od infondate e alzare la testa anche dopo scossoni epocali come il terremoto dell'80 o la bufera tangentopoli. Un cinquantennio di emozioni forti, alleanze politiche decennali e poi incredibilmente disattese, capovolgimenti di fronte, elezioni al cardiopalmo e trionfi assoluti. Contribuisce ad avvicinare senza dubbio il lettore lo stile polifonico dell'autore, abile nel cambiare spesso registro: a volte asciutto e lapidario, solenne e magniloquente quando oc-

Una leggenda chiamata "Sole e aratro"



Prefazione di Geronimo

corre. Il libro è edito da Guida e la stampa affidata ad Arti Grafiche Solimene.

PROGETTO ALLA MEDIA "CORTESE"

Ambientiamoci a scuola, la natura è sorella

Una lodevole iniziativa a tutela dell'ambiente si è svolta la scorsa settimana nella scuola media Cortese di Napoli messa a disposizione dal Dirigente Scolastico. Essa è stata promossa dal Presidente professor Roberto Leoni della "Fondazione Sorella Natura" (un ente di protezione ambientale riconosciuta dallo Stato) e dal professor Bruno Palmieri, referente Regionale del Miur per le politiche ambientali e beni culturali ed autore del progetto "Ambientiamoci a scuola". Erano presenti dirigenti scolastici e docenti referenti di Istituto per l'ambiente e un buon numero di professori delle 5 province campane.

Roberto Leoni ha sottolineato che "Sorella Natura" pur essendo una fondazione laica si richiama agli ideali francescani per la tutela dell'ambiente, per il rispetto della vita, la salvaguardia dei valori etici. Per questi motivi è importante e neces-

sario rivolgersi a tutti ed in particolare ai giovani. Questi ultimi devono comprendere che è necessario il rispetto della natura e non devono dimenticare che l'uomo e la sua vita in tutte le manifestazioni e le fasi sono un bene supremo da tutelare. La vita e la natura - ha condiviso Palmieri - devono essere vissute con amore. Tale affermazione resta ineludibile perché è iscritta nelle fibre dell'uomo ed è, a tempo stesso, una domanda metafisica che la cultura negativa di oggi deride attraverso i predicatori del disincanto. Leone ha affermato che chi tutela la vita di ogni essere non può essere favorevole a procedimenti che causino morte o violazione del patrimonio di bio-diversità. Il messaggio di San Francesco di Assisi, ha continuato, al quale ci ispiriamo, esprime in maniera mirabile con la poesia del "Cantico delle creature" queste verità. Aurora Cacopardo

LA RACCOLTA

L'AUTORE PARLA DI QUANDO LA CANZONE ERA CONSIDERATA, NELLE REDAZIONI, ARGOMENTO DI SERIE B

De Angelis racconta i suoi quarant'anni di giornalismo musicale

di Silvia Catalano

In un intenso e suggestivo scenario, la Cappella del Santissimo Salvatore alla Pietrasanta, Enrico De Angelis ha presentato la sua ultima fatica, il libro "Musica sulla carta, quarant'anni di giornalismo intorno alla canzone". Il libro raccoglie tutti gli articoli, o meglio, tutte le critiche musicali scritte da De Angelis, dal 1969 ad oggi, sui più importanti esponenti della musica italiana. Proprio sulla parola "critica" De Angelis si è soffermato durante la presentazione: «Con i tempi che corrono - ha detto l'autore - non farei il giornalista perché oggi c'è un'overdose di informazione, ma si tratta di informazione

sbagliata che si occupa solo di gossip e di spettacolo e che rinuncia ad analizzare criticamente eventi e personaggi». Il giornalista musicale ha continuato: «Quando ho iniziato la canzone era considerata, dai redattori di giornali, un mezzo espressivo di serie B, non comprendendo che valori come il pacifismo e l'antimilitarismo io e tanti altri li abbiamo appresi proprio grazie alle canzoni di Tenco e di De André». L'articolo che apre il libro, il primo scritto dal giornalista, è su Luigi Tenco e proprio a proposito di Tenco De Angelis ha ricordato di aver coniato l'espressione "canzone d'autore", prendendola in prestito dal mondo del cinema.

Ha poi ricordato i suoi incontri con Fabrizio De André e soprattutto la sua amicizia con Paolo Conte. A proposito di quest'ultimo ha raccontato: «Fui io nel lontano 1976 a farlo esordire in un piccolo teatro di Verona, catturato dai suoi testi pregni di ironia e sarcasmo per descrivere il provincialismo piccolo-borghese, dal suo essere allo stesso tempo musicista e paroliere, senza però alcuna tecnica vocale». La presentazione è stata arricchita dalle letture di alcuni articoli tratti dal libro da due lettrici d'eccezione, le sorelle Amelia e Francesca Rondinella, e dall'ascolto di alcune canzoni di Tenco, De André, Conte intonate dal cantautore Piji. Enrico De Ange-

lis ha avuto anche modo di parlare della musica in ambiente campano, a cui è particolarmente legato per le sue origini casertane, ponendo l'accento su come non sia più in grado di riproporre i fasti d'un tempo. La parte conclusiva della presentazione è stata arricchita dagli interventi di ospiti rappresentativi della musica campana come Fausto Mesolella, Fausta Vetere e Nando Citarella. La serata non poteva chiudersi se non con un concerto in onore di Luigi Tenco in cui è stato riproposto non solo il Tenco malinconico, ma anche quello pungente e penetrante delle ballate satiriche.

Musica sulla carta

Quarant'anni di giornalismo intorno alla canzone

