

il Resto del Carlino

SABATO 9 maggio 2020
1,60 Euro

Bologna

FONDATA NEL 1885
www.ilrestodelcarlino.it



Emilia Romagna

**I medici: «Regole certe per i test sul sangue»
C'è già la lista di attesa**

Tassi a pagina 8



Le regioni scalpitano: fateci riaprire

I governatori: negozi aperti dal 18 maggio. Bolzano accelera il via libera. Accordo sul Mes in Europa, ma il governo si divide
Decreto ripresa: prezzo massimo delle mascherine a 1,5 euro. Gli scienziati: fatele in casa. Giù i contagi, virus più debole

SERVIZI
da p. 2 a p. 13

Economia in terapia intensiva

Nessuno si salva senza aiutare i sommersi

Bruno Vespa

Anche in questa, come in ogni guerra, ci sono i sommersi e i salvati. I salvati sono i 18 milioni di lavoratori dipendenti. I sommersi sono i 5 milioni di autonomi ufficiali, ai quali si aggiungono gli oltre tre milioni di lavoratori in nero.

Dai sondaggi le differenze tra i sommersi e i salvati emergono in modo drammatico. I salvati sono quasi indifferenti alla fretta sulle riaperture, non si sentono al sicuro dal contagio, lasciano che il governo decida con calma. I sommersi sono sommersi molto più di quanto i salvati non immaginino. Se hanno paura, sono costretti a darsi coraggio.

Continua a pagina 13

**GIRO DI VITE SUI NAVIGLI A MILANO DOPO LA MOVIDA SENZA REGOLE
CITTÀ AFFOLLATE, FA PAURA IL PRIMO WEEKEND DELLA FASE 2**

MA COSÌ NO



La folla ai Navigli di Milano che ha fatto scattare i controlli

Mingoa e Passeri
alle pagine 2 e 3

DALLE CITTÀ

San Lazzaro, aveva 44 anni

**Travolge in auto un cinghiale e si schianta
Morto vigilante**

Pederzini in Cronaca

Bologna, fatta da tre ricercatrici

Covid e piastrine, scoperta del Rizzoli fa ben sperare

Barbetta in Cronaca

Aspettando il via al campionato

Doppio Bologna: ecco l'idea

Di Milano



Il neurochirurgo Maira: come è cambiata la mente

**«Ci siamo tutti adattati
Cervello batte morbo»**

Cutò a pagina 15



Generazione senza notte prima degli esami

**La lezione di Moccia
«Ragazzi, siete già maturi»**

Bogani a pagina 11

Prova Sustenium

Per il tuo benessere fisico e mentale.

oltre 70 benefici* per il tuo benessere fisico e mentale.

- MUSCOLI
- OSTEA
- SISTEMA IMMUNITARIO
- MENTE
- BELLEZZA DI BELLE, UNGHIE E CAPELLI
- FUNZIONE CARDIACA

*Indicazioni sulla salute approvate per le vitamine e i minerali contenuti nel prodotto.
Gli integratori alimentari non vanno intesi come sostituti di una dieta varia, equilibrata e di uno stile di vita sano.

A. MENARINI

«Il cervello è più forte del virus» Lo scienziato: reagiremo allo stress

Il neurochirurgo Giulio Maira: dall'ansia all'adrenalina, la capacità di adattamento è la nostra arma migliore
«Maggiori ore di sonno ci fanno resettare i cattivi pensieri, McCartney scrisse Yesterday nel dormiveglia»

di Massimo Cutò

«Il cervello è ancora un mistero. Contiene 100 miliardi di neuroni e 150 miliardi di sinapsi, che trasmettono gli impulsi nervosi tra i neuroni. E gli assoni, che trasportano l'impulso all'interno del neurone, si dipanano per 160mila chilometri: un terzo della distanza fra Terra e Luna. Su questo sistema complesso si è abbattuto il Coronavirus, ribaltando il tavolo». Giulio Maira è uno dei più grandi neurochirurghi del mondo. Ha 76 anni, di cui 40 spesi a studiare il cervello. Ed è un ottimo divulgatore.

Professore, lei ha scritto un libro che si intitola Il cervello è più grande del cielo. Durante la reclusione abbiamo vissuto con il cielo in una stanza: che cosa è accaduto alla nostra mente?

«Ci siamo trovati davanti a una situazione eccezionale. Il cervello ha subito una ferita: paura e stress emotivo l'hanno bombardato con informazioni ansiose. Ma sa reagire».

Come?
«Partendo dall'angoscia per costruire cose diverse se vogliamo uscirne: nuovi lavori, nuovi rapporti, nuovi modi di pensare. L'ansia fa scattare un interruttore primordiale, che attiva le difese contro l'aggressore esterno liberando adrenalina. Ma in questo caso la secrezione di cortisolo troppo prolungata riduce la serotonina, il trasmettitore di felicità. Ecco perché ci siamo sentiti depressi in quarantena». **Qual è il modo per attivare lo scudo?**

«Il cervello siamo noi. Contiene i ricordi, l'amore, i sogni. Quando è in pericolo tira fuori l'arma migliore: la capacità di adattamento».

In che forma la esprime?

«Il meccanismo del pensiero è rapido o lento. Nel primo caso la risposta è emotiva e intuitiva, nel secondo dà risposte più razionali. È successo così con i decreti a ripetizione della Presidenza del Consiglio: dopo una serie di provvedimenti d'emergenza, si progetta il futuro del post epidemia».

E noi, chiusi nelle case e circospetti nelle uscite?

«Il cervello impara sempre. Il Covid non è solo lutto e terrore: ci ha fatto capire quant'è straordinaria la normalità proprio perché ci è venuta a mancare. Siamo stati capaci di relazionarci con gli altri pur in un ambiente ristretto. E questo è avvenuto in coincidenza della primavera: il



Il Covid ha costretto a quasi due mesi di isolamento; a destra, il neurochirurgo Giulio Maira, 76 anni

risveglio della natura contrapposto al buio di questi giorni tristi ci ha fatto riflettere sul rispetto dell'ecosistema. Tutte sensazioni che il cervello ha messo nello zaino per ripartire».

La quarantena ha alterato la percezione della realtà? Stavamo in pigiama senza capire se eravamo appena svegli o stavamo andando a letto.

«Vero. La ripetitività delle giornate ha generato un effetto noia. Ma la noia ha un ruolo chiave nella creatività. La mente priva di compiti quotidiani può vagare libera ed è così che nascono le idee. Altro fattore positivo è il sonno: si dorme di più e si resettano i cattivi pensieri. Non è forse in uno stato di dormiveglia che Paul McCartney ha scritto Yesterday?».

Parliamo dei nostri sensi. Qual è stato più attaccato dalla quarantena?

«Il tatto senza abbracci si è impoverito. Chi è stato contagiato ha avuto gusto e olfatto inibiti. L'udito si è sdoppiato fra il silenzio delle strade e l'urlo delle sirene. Ma il colpo peggiore l'ha subito la vista: le bare trasportate di notte dai militari, le terapie intensive... Soprattutto i bambini

rischiano un trauma psicologico: il loro cervello è una spugna, bisogna spiegare che cosa accade e magari distrarli con una favola».

E il sesto senso? Intendo l'eros, la libido.

«L'euforia nelle coppie ha caratterizzato la prima parte della reclusione. Poi serotonina e ossitocina sono calate e ci siamo spenti».

Molti pensavano che l'effetto virus avrebbe riempito un po' di culle...

«Speriamo che primi giorni di reclusione siano bastati» (ride).

Anziani e giovani, chi si adatta meglio?

«I nonni hanno il vantaggio dell'esperienza: hanno perso cellule ma acquisito connessioni, meno alberi ma con più rami. I ragazzi sono più esposti».

E uomini e donne? Hanno reagito in maniera diversa?

«I due sessi hanno l'1% di geni diversi. Sembra nulla ma per capirci tra Einstein e uno scimpanzé la differenza è dell'1,5%. Gli uomini posseggono più neuroni, le donne hanno più connessioni: sono multitasking e così se le cavano meglio. Avere lasciato fuori dalle cabine di comando è stato un suicidio».

Professore, lei parla del virus in relazione al genere umano: crede che gli italiani appartengano a questa specie? (Ride di nuovo)

«Gli italiani si comportano benissimo. Il loro cervello funziona».

CHI È

È consulente dell'Humanitas

1 Eccellenza

Giulio Maira, 76 anni, è un neurochirurgo di fama mondiale. Vanta una formazione didattica e professionale di alto profilo presso numerosi ed eccellenti centri europei e nazionali.



2 Incarichi

Attualmente dirige il centro di Neurochirurgia della Casa di Cura Quisisana di Roma, è senior consultant in ambito neurochirurgico presso l'Istituto clinico Humanitas di Milano e presiede la Fondazione Atena Onlus che promuove la ricerca delle neuroscienze.

SCEGLI SERIETÀ E COMPETENZA!



ACQUISTIAMO ANCHE
IMPORTANTI

CORALLI • VASI CINESI •
DIPINTI ANTICHI
SCULTURE IN MARMMA
PARIGINE IN BRONZO
MOBILI DI DESIGN
ANTIQUARIATO
OROLOGI DI SECONDO

SOPRALLUOGHI

CHIAMACI ORA

Roberto tel. 349.111111
Tiziano tel. 348.3582502
Giancarlo tel. 348.3921005

cina@barbieriantiquariato.it - www.barbieriantiquariato.it

Massime valutazioni | Pagamento immediato | Pareri di stima anche da fotografia | Ritiriamo intere eredità | Acquistiamo in tutta Italia

PROCESSO POSITIVO

«La ripetitività genera noia, ma stimola anche la creatività. Ed è così che nascono le idee»