

Colin Masters: una scoperta per fermare l'Alzheimer

di Rita Angelini e Mario Masi

Colin Masters è un medico e professore australiano noto per la sua ricerca sulla malattia dell'Alzheimer e su altre malattie neurodegenerative, tra cui la malattia di Creutzfeldt-Jakob. Direttore esecutivo della Mental Health Research Institute è anche il Vice Direttore dell'Istituto di Neuroscienze e salute mentale, il capo della divisione Salute Mentale e consulente presso il Royal Melbourne Hospital. I suoi risultati sono stati riconosciuti con numerosi premi internazionali – tra cui il Premio Potamkin (1990), il Premio di Ricerca Max Planck (1992), il Premio Zülch (1995), il Premio Re Faisal (1996), il Premio Alois Alzheimer (1998), la Lennox K Premio Nero (2006), il Grand Hamdan Award (2006) e il Premio Victoria (2007), Medaglia d'CSIRO per il successo della ricerca (2011).

A lui si deve la recente scoperta della proteina beta-amiloide, responsabile della demenza. Il suo lavoro nel corso degli ultimi 35 anni ha portato allo sviluppo di nuove diagnosi e strategie terapeutiche.

Ne parliamo con lui in una intervista esclusiva.

Quali sono i test più affidabili per riconoscere presto le persone destinate a sviluppare la malattia neurologica, quando ancora non ci sono segni manifestati?

Nelle fasi precliniche dell'Alzheimer, c'è un segnale rilevabile nella scansione PET e nel fluido cerebro-spinale. Accoppiato a fattori di rischio genetici, come ApoE4, questi parametri sono stati testati per la loro affidabilità nel predire il futuro verificarsi dell'Alzheimer.

In che modo il farmaco ADUCANUMAB rallenta il declino mentale

della malattia?

Questo anticorpo monoclonale si lega alla Abeta biologica e aiuta il corpo a cancellarlo; può anche aiutare a neutralizzare la sua tossicità.

Ci sono fattori psicologici, come la morte di un parente o altri eventi scioccanti, che possono influenzare la manifestazione dell'Alzheimer?

Vi sono delle situazioni in cui un'anestesia totale può evidenziare e smascherare la malattia dell'Alzheimer ancora latente, ma questo è ancora oggetto di studio. Inoltre ci sono poche prove, come lutti etc., che possono far scoprire un quadro preclinico dell'Alzheimer.

Qual è il ruolo della proteina Beta-Amiloide nel declino del processo cognitivo?

La proteina Abeta causa la degenerazione delle sinapsi che si accumulano nel cervello. Essa si incrementa con l'età, fino alla cancellazione del cervello anziano. Le cause esatte sono sconosciute, ma potrebbero essere relative al genotipo ApoE. La maggior parte dei casi di insorgenza tardiva sono quindi causati dall'Abeta.

Quali sono le sue speranze per il futuro?

Spero che alla fine verrà scoperta una terapia che possa modificare la malattia, che possa ritardare l'insorgenza e che possa addirittura impedire il verificarsi dell'Alzheimer.

Scopri il linguaggio del corpo con la PNL

di *Mario Masi*

Guardate i piedi del vostro interlocutore: se sono rivolti verso di voi vi sta ascoltando con attenzione. Il linguaggio del corpo infatti rivela la verità dei nostri pensieri intimi e delle nostre sensazioni. E' un linguaggio primitivo, il primo vero linguaggio universale. In una normale comunicazione le parole possono mentire, sviare, confondere ma la nostra abilità nel giocare con le parole non potrà mai avere la meglio sul linguaggio che la gestualità del nostro corpo istintivamente pone in essere.



Ne parliamo con **Alessandro Ferrari**, consulente di marketing & commerciale per grandi imprese, con una forte passione personale per tutto ciò che riguarda le potenzialità della mente umana. Ferrari usa tecniche e strategie legate alla focalizzazione e al ricondizionamento neuronale, nonché concetti appresi dalle centinaia di libri e corsi effettuati sullo sviluppo personale e sul marketing da oltre 20 anni.

E' possibile utilizzare la PNL e il linguaggio del corpo per migliorare le relazioni?

La qualità della nostra vita è direttamente proporzionale alla qualità delle nostre relazioni. La qualità delle nostre relazioni è direttamente proporzionale alla qualità delle nostre comunicazioni. Il 91% della comunicazione paraverbale e non verbale è esercitato a livello inconscio. Ecco quindi che la PNL ci aiuta a migliorare la qualità delle nostre relazioni insegnandoci a comunicare meglio con noi stessi (dialogo interno) e con gli altri. Questa è la stretta correlazione tra PNL e Linguaggio del corpo ed è ciò che ha decretato il grandissimo successo dei seminari che da oltre un anno replico in varie città d'Italia per la grande richiesta. Quasi tutti i seminari registrano il tutto esaurito e la "voglia" di imparare e scoprire il linguaggio del corpo da parte della gente è in crescita esponenziale. Anche il mio blog, con le video pillole dedicate alla PNL e al linguaggio del corpo, è stato preso d'assalto. Quasi 50.000 pagine viste solo nell'ultimo mese.

In una normale comunicazione quanto vale la 'parola'?

La 'parola' vale solo il 7% di ciò che comunichiamo. La voce vale il 38% (Volume, tono, ritmo, pause) e il rimanente 55% è affidato all'uso del corpo (le espressioni facciali, gli atteggiamenti corporali, i movimenti.)

Cosa dobbiamo guardare per capire se piacciamo a qualcuno?



Alessandro Ferrari

Va fatta una doverosa premessa. Per valutare correttamente il linguaggio del corpo dobbiamo innanzitutto contestualizzare ogni singolo segnale e solo in presenza di almeno tre segnali congruenti possiamo avere elementi sufficienti per interpretare ciò che il nostro interlocutore ci sta comunicando. Segnale inequivocabile di “gradimento” da parte del nostro interlocutore nei nostri confronti è innanzitutto la direzione dei piedi, che in questo caso, sarà direttamente rivolta a noi. La parte inferiore del corpo è controllata completamente dall’inconscio e quindi “non mente” lasciando trasparire ciò che pensiamo veramente. Altro segnale inequivocabile, seppur difficile da cogliere, è la dilatazione delle pupille. Quando guardiamo qualcosa o qualcuno che ci “piace” le pupille (a parità d’intensità luminosa) si dilatano. Viceversa tendono a restringersi. Terzo segnale inequivocabile è l’espressione del viso. Se il nostro interlocutore ha un’espressione facciale rilassata, mantiene il contatto oculare e ci sorride spesso, significa che ci trova gradevoli. In ambito più strettamente seduttivo sono poi molti altri i segnali tra cui tutti gli auto sfioramenti e l’utilizzo della voce (paraverbale) con tonalità e modulazioni particolari. Un esempio è anche riportato in questo [video](#) che parla dell’evento proprio dedicato a quest’argomento in programma a Milano Marittima sabato 21 maggio 2011.

Quali sono gli errori comuni da evitare in una normale comunicazione?

Bisogna mantenere sempre un atteggiamento corporeo e facciale rilassato. Evitare di parlare con una modulazione vocale "monotonica". Evitare di utilizzare "intercalazioni" ripetute in modo assiduo (ehm, cioè, quindi...ecc.). Non tenere mai le mani in tasca (neanche nelle tasche posteriori). Evitare di fissare in modo innaturale il nostro interlocutore o, viceversa, non mantenere il contatto oculare. A tavola evitare di tamburellare le dita sul tavolo o giocare con posate e bicchieri. Questi sono solo alcuni degli errori più frequenti da evitare.

Quali testi consigli a a chi vuole comprendere meglio la PNL?

I testi sono tantissimi. In assoluto mi permetto di suggerire i testi scritti da uno dei cofondatori della PNL Richard Bandler. Per i neofiti il testo che sicuramente può introdurre, meglio di altri alla PNL è "Scelgo la Libertà" dello stesso Richard Bandler.

www.alessandro-ferrari.it

Itali@Magazine presenta “Il Colpo” di Raffaele Manco

Di *Maria Rosaria De Simone*

Aprire un giornale ogni mattina e conoscere cosa accade nel mondo. Scorrere un magazine on line e dare uno sguardo che va più in là. E poi una telefonata ad un amico, un avviso in ufficio.



“Il Colpo” di Raffaele Manco

Gesti normali, di ordinaria consuetudine, che appartengono solo all'uomo moderno e che hanno modificato il corso della sua storia. Da quando un giovane italiano, con la passione della Fisica, **Guglielmo Marconi**, inseguì le sue intuizioni con tenacia, ed arrivò a costruire la prima telegrafia senza fili. Fu nel 1898 che un giornale pubblicò il primo servizio di cronaca con l'esito delle regate di Dublino, perchè immediatamente avvisato con il telegrafo senza fili. Fu nel 1910 che i passeggeri di un piroscafo in navigazione sull'Atlantico poterono ascoltare la voce del tenore **Enrico Caruso**, che cantava in un teatro di New York. Nel 1931 che si inaugurò la stazione radio del Vaticano, il primo impianto capace di trasmettere in tutto il mondo e con il quale il **Papa Pio XI** impartì la benedizione apostolica che giunse ovunque. Marconi, lo scienziato che amò profondamente la sua

patria, che non si fermò di fronte al rifiuto del governo italiano a finanziargli il progetto per la ricerca, nonostante fosse giunto a realizzare il telegrafo senza fili grazie ai finanziamenti del governo inglese, riservò comunque alla sua patria la facoltà di usare il suo brevetto senza pagare i diritti.

Ebbene, a Guglielmo Marconi il regista **Raffaele Manco** dedica *"Il colpo"*, un corto che ricorda l'esperimento del 1895 di Marconi nelle terre bolognesi della sua famiglia salutato da un colpo di fucile con cui un suo amico lo avvisava della riuscita dell'esperimento stesso.

Itali@magazine presenterà l'evento che si terrà nella prestigiosa Aula Marconi del **CNR** a Roma il **21 gennaio**, alle ore 16.30, al quale parteciperanno insigni ed autorevoli ospiti del mondo culturale e che avrà come ospite d'onore la principessa **Elettra Marconi**.

L'ingresso è libero. Un'ottima occasione per una crescita culturale personale e per ricordare un grande uomo ed un illustre scienziato.

Il caso "Palermo" : Una bomba ecologica pronta ad esplodere



di **Salvo Misseri** e **Federica Ricci** (FareAmbiente Giovani)

Lo smaltimento dei rifiuti nella città di Palermo sta diventando un serio e grave problema che si ripropone di continuo ad intervalli di mesi. L'ultima emergenza che si è affrontata in questi giorni riguardava l'accumulo di cataste di rifiuti solidi urbani nelle vie della città, causata da un guasto, del trituratore di Bellolampo.

Per alcuni giorni la città si è risvegliata, dopo nottate passate tra i roghi dei cumuli di rifiuti dati alle fiamme, in una situazione di emergenze igienico-sanitaria. Non è un problema nuovo dovuto al guasto del macchinario, ma si rinnova da mesi come una sorta di presagio che non fa sperare per il meglio. La situazione peggiora di mese in mese, e non fa presagire niente di buono. Siamo in presenza del pericolo di un possibile reiterarsi del caso " Napoli " anche a Palermo.

I fatti ci dicono che Bellolampo oramai è al collasso, si cerca di sistemare la nuova vasca di raccolta che può dare ancora un'autonomia di due mesi all'incirca. I fatti ci dicono che a causa della non curanza del sito dove si smaltiscono i rifiuti nei mesi scorsi si è presentato il problema del percolato che, fuoriuscendo dalle montagne di rifiuti, ha formando una sorta di laghetto altamente inquinate, col serio pericolo (e tuttora il rischio non è scongiurato) di inquinare le falde acquifere.

Siamo in presenza di una raccolta differenziata che non decolla, per la mancanza di collaborazione dei cittadini, che alcune volte sono esenti da colpa visto la scarsità di informazioni e soprattutto la mancanza di puntualità ed efficienza del servizio di smaltimento urbano che lascia per giorni i rifiuti nei contenitori appositi, portando un degrado anche all'interno dei condomini (ancora troppo pochi) che usufruiscono della raccolta "porta a porta".

Palermo, una città dove si formano pire di rifiuti nella notte la quale sembra presentarsi come una sorta di oscuro presagio di un domani non molto lontano. Palermo, una volta detta la "*Conca d'Oro*", dove oggi resta bene poco. L'ambiente che dovrebbe costituire il sostentamento, l'habitat naturale dell'uomo cede il passo all'opportunismo affaristico della società in cui viviamo. Soluzioni ai problemi non se ne trovano, il business intorno agli affari che si celano dietro lo smaltimento dei rifiuti sembra essere l'ultima frontiera di un mondo che lucra anche mettendo in pericolo la salute delle persone, perché violentare l'ambiente in cui viviamo significa questo, mettere a repentaglio la salute delle persone.

Quando si troverà una soluzione a questo problema, quando si potranno realizzare qui termovalorizzatori che qui si attendono da anni ma di cui sembra sia scomparsa memoria? Quando finirà questo inutile girare intorno al problema, cercando nuovi siti dove scaricare i rifiuti deturpando un paesaggio, un ambiente già in difficoltà.

Se non si cercherà di cambiare qualcosa, se non si cercherà di affrontare la questione in maniera seria e con discernimento, l'equilibrio della nostra città sarà segnato dai giorni che scandiscono la durata di Bellolampo, e non ne sono rimasti molti. I giovani di FareAmbiente Sicilia sono scesi in campo per contrastare le scelte politiche sbagliate. I giovani hanno più volte ribadito la necessità di costruire impianti adeguati per lo smaltimento dei rifiuti, oltre a portare avanti una dura campagna di sensibilizzazione rivolta non solo ai

cittadini ma alle amministrazioni in primis.

Ci auguriamo che le nostre proposte vengano prese in considerazione, e che ci venga garantito il diritto di vivere in un ambiente salubre

Se l'apocalisse climatica non regge

Di Francesca Lippi



“Questo libro nasce per complicare un po’ le cose, rendendo un gran servizio a chi desidera informarsi”. Così il metereologo Guido Guidi commenta ‘No slogan: l’eco-ottimismo ai tempi del catastrofismo’ (Sangel Edizioni) presentato dalla giornalista Emanuela Ronzitti presso la Sala delle Colonne a Palazzo Marini a Roma. L’istant book scritto a sei mani dal giornalista Mario Masi, dal micrometereologo e microclimatologo del Istituto di Biometereologia del Cnr Teodoro Georgiadis e dall’agroclimatologo dell’Università di Milano Luigi Mariani, sfata una serie di miti ecologisti ed apocalittici di moda negli ultimi tempi. I tre autori,

infatti, non espongono tesi e teorie bensì fatti e numeri che fanno crollare i timori collegati all'Antropological Global Warming (Agw), meglio conosciuto come 'riscaldamento globale'. L'idea è quella di attribuire il giusto peso a ciò che è noto con certezza, a ciò che è solo supposto ed infine a ciò che dev'essere visto come puro preconconcetto, o credenza, in merito ai tanti temi legati al sistema climatico ed alla sua possibile modifica.

"No slogan è un libro fuori dal coro, che cerca di andare oltre la controversia fra i cosiddetti 'catastrofisti' e 'negazionisti'. La discussione sull'ambiente e sul clima ha assunto il vigore di un appassionato confronto tra due diversi sistemi di pensiero", afferma Mario Masi. "Questa perenne rissa ideologica disturba la comunicazione ambientale, che dovrebbe avere sempre e solo a riferimento il dato scientifico e non essere viziata da pregiudizi ideologici. Lo scopo del libro è quello di fare una corretta comunicazione ambientale, basata su dati oggettivi, che sappia parlare un linguaggio chiaro e fruibile a tutti, non solo agli addetti ai lavori".

Fatti e non chiacchiere

"L'idea del libro", spiega Teodoro Georgiadis, "è venuta in mente a Mario Masi partendo dalla base di lunghe chiacchierate con me e Mariani durante le quali si discuteva della limitatezza, e spesso dell'infondatezza, di un approccio da attivista politicizzato sui temi dell'ambiente in generale, e su quello ancora più caldo del clima in particolare". Il ricercatore del Cnr dice che si era evidenziata la necessità di "costruire una chiarezza dei fatti che trascendesse orientamenti politici e differenti visioni del mondo". E lo stesso slogan 'no slogan' (è il caso di dirlo) è la base di partenza di questo tentativo di chiarezza. "Se la comunicazione fosse veramente scientifica" prosegue Georgiadis, "non ci sarebbero slogan catastrofisti o negazionisti". L'idea è che le polemiche che scaturiscono

dalle tematiche ambientali trovano la loro origine in due motivazioni principali: “la prima la voglia o forse necessità di ancorarsi ad una spiegazione scientifica del proprio futuro, ovvero la paura dell’ignoto, l’*horror vacui*, che in una società edonistica e contraddittoria ancora di più fa sentire la propria presenza”. La seconda motivazione invece è che “le scienze ambientali siano delle soft-science”. Queste sono le meno galileiane e risentono maggiormente del consenso sociale, offrendo il fianco ad interpretazioni dei dati più teleonomiche. “Infatti”, conclude Georgiadis, “spesso molti accettano che un concetto non sia scientificamente provato, per il solo motivo che educa le persone, nonostante una pratica del genere sia rigorosamente vietata dal pensiero scientifico: se una cosa non è giusta vuol dire che è sbagliata, e l’educazione passa solo per la verità”.

Tutto muta

Come rispondono, però, gli studiosi alle denunce di incremento allarmante delle temperatura globali? “Il clima”, insiste Mariani, “è per sua natura mutevole e prove geologiche della sua passata variabilità sono talmente numerose che dovrebbe essere impossibile ignorarle”. I dati in possesso degli addetti ai lavori, infatti, evidenziano come “fasi caldissime e molto siccitose abbiano avuto luogo sul pianeta ben prima che le attività umane avessero un’entità significativa”. Le attuali ondate di caldo che sono state definite in maniera sensazionalistica ‘senza precedenti’ non sarebbero quindi una novità tanto quanto non sarebbe vero che stiamo passando il peggiore dei periodi possibili da un punto di vista ecologico. Mariani ricorda per esempio che, fra il 1718 e il 1719, a Parigi sono morte ben 450mila persone per colpa del caldo eccessivo “durante quella che è stata comunemente ritenuta una piccola era glaciale”. Georgiadis e Mariani spiegano così che l’attuale mortalità osservata in estate nelle nostre città non è tanto effetto del global warming quanto del riscaldamento urbano o urban warming con l’unica differenza che il livello

di interesse per quest'ultimo è di gran lunga inferiore rispetto al primo. I due ricercatori affermano così che credere al concetto di 'sostenibilità' significa porre l'uomo al centro del sistema naturale come soggetto dotato della "capacità di leggere la realtà per mezzo di strumenti scientifici e di agire a ragion veduta sulla realtà stessa". L'obiettivo deve essere garantire non solo la sopravvivenza e la vita dignitosa ai propri simili, ma anche il diritto ad una esistenza altrettanto dignitosa degli altri esseri viventi che popolano il pianeta.

L'ecomostro è la CO2?

E per quel che riguarda la tanto temuta CO2 additata come la principale nemica dell'ambiente? "Probabilmente è perché non viene mai detto, ma pochi sanno che i veri composti climalterante del nostro pianeta sono due prodotti del tutto naturali, quali il vapor d'acqua, che rappresenta da solo il 79% e il metano". Mariani e Georgiadis affermano che a sua volta la CO2 è un elemento naturale fondamentale per il ciclo del carbonio: "senza anidride carbonica infatti la vita non esisterebbe visto che è il frutto dei processi di combustione come la respirazione".