

La battaglia contro il tumore si vince con la conoscenza



Intervista di Donatella Di Paolo

Ai giovani del futuro. Al futuro dei giovani. Dal Quaderno Intelligente **"Sapere è Vivere"** di **Giorgio Macellari**. Un futuro che noi tutti vorremmo senza cancro, che nel libro viene descritto come la ribellione del caos contro l'ordine, della malattia contro la salute, della disperazione contro la speranza, della morte contro la vita.

Impresa non facile, ma ecco che in 48 pagine, che di drammatico non hanno nulla, si possono trovare le mosse anticancro, a partire dal segreto per vincere. Già' perché per avere un futuro, per aggiungere tanti anni alla nostra vita, per riempire di vita i nostri anni – dice il professor **Giorgio Macellari**, classe 1952, senologo cresciuto a fianco di Umberto Veronesi – occorre **sapere**.



Umberto Veronesi con Giorgio Macellari

Se conosci il nemico lo puoi sconfiggere senza troppa difficoltà, sacrifici o sofferenza. Un quaderno pop, linguaggio semplice e diretto, fondato su rigorose evidenze scientifiche e impreziosito da artistiche e simpatiche

illustrazioni a mano. E allora, guardiamoci dai nemici esterni e interni, dove un pensiero particolare va ai giovani, al nostro Futuro, che fumando e bevendo con troppa disinvoltura negano alla vita il valore che possiede.

*Un capitolo particolare e' dedicato al **tumore al seno**. Sembra impossibile ma oggi in Italia 1 donna su 8 svilupperà un tumore al seno nel corso della vita. E poi ecco un' appendice con quelle tante domande che ci passano per la mente e alle quali non sappiamo dare una risposta precisa. Troverete **la risposta**, puntuale. Parrà strano, ma alla fine, la parola di **tumorata**, su quel **quadernino** lo guarderete con il sorriso, sarà un po' come la carezza di un amico, la speranza in formato tascabile, la pacata risposta all'ansia e capirete che di **cancro si può vivere**.*

Di ignoranza e di paura si può morire.



il Dottor Giorgio Macellari

PROFESSORE, QUANDO HA DECISO DI COLMARE UNA LACUNA, OSSIA DI ASSOCIARE ALLA PAROLA TUMORE LA PAROLA CONOSCENZA REGALANDO A TUTTI COLORO CHE NON SONO DEL MESTIERE QUELLA CONSAPEVOLEZZA CHE E' IL CONTRARIO DEL TERRORE?

Il progetto del **Quaderno** nasce da un'esperienza trentennale di divulgazione fatta nelle Scuole e in numerose Istituzioni e Associazioni del territorio piacentino. L'idea era di farne un oggetto di agevole consultazione e di pratico impiego, adottando una modalità comunicativa che non lasciasse trasparire la presenza del **"camice"**. L'impostazione grafica e il corredo illustrativo mi pare abbiano centrato questi obiettivi. Inoltre, ho creduto molto nella **gratuità** dell'iniziativa perché ci tenevo a garantire un egualitarismo di accesso a informazioni "salvavita". Infine, l'abbinamento delle parole cancro-conoscenza deriva dalla nozione che chi più sa più a lungo vive, trovandosi attrezzato di poderosi strumenti culturali per difendersi dalle insidie della vita.

SE LO CONOSCI LO EVITI. IL CANCRO HA I SUOI AMICI CHE SONO I NOSTRI NEMICI. MA VOI SAPETE COME ATTACCARLO. E ALLORA DIAMO I NUMERI ... CINQUE SEGRETI CONTRO IL CANCRO...

Non sono segreti, ma regole di buon senso. **1, non fumare. 2, bere con moderazione. 3, adottare una dieta equilibrata, senza rinunciare al piacere della buona tavola. 4, svolgere un'attività fisica regolare e gradevole. 5, riempirsi la vita di amicizie, affetti, interessi e sogni.**

TUMORE AL SENO, QUAL E' IL MIGLIOR CONSIGLIO CHE UNA MADRE PUO' DARE AD UNA FIGLIA?

Considerare l'**autosorveglianza del seno** una pratica naturale, come lavarsi i denti e curare l'igiene della persona, senza timori. Rispettarsi, ma non più di quanto si rispettino gli altri. Non lasciarsi spaventare da niente, tantomeno del cancro: ogni problema che la vita ci propone ha una soluzione.

EPPURE ...NONOSTANTE TUTTO ECCO CHE ARRIVA. QUELLO CHE LEI DEFINISCE UN DRAMMA DIABOLICO CHE SI CONSUMA TRA CELLULE CHE CERCANO LA VITTORIA DEL DISORDINE SULLA DISCIPLINA , DELL'ANARCHIA SULLA LEGGE. IL MESTIERE DI VIVERE CI PIACE, ANZI SAPPIAMO CHE VIVERE A LUNGO DEVE ESSERE IL NOSTRO CAPOLAVORO. MA LA DISPERAZIONE E' LI', HA LA BOCCA SPALANCATA. COSA FARE?

La paura è un sentimento indispensabile per affrontare i problemi, perché testimonia una presa di coscienza. Ma non dev'essere panico, che paralizza. In quest'ottica il **sapere** è un formidabile alleato, perché il primo strumento per non lasciarsi travolgere dagli eventi avversi è conoscerne le cause e le modalità d'azione. La disperazione nasce dall'idea che non ci sia più nulla da fare. Questo è un errore: nella vita c'è sempre qualcosa che si può fare. Il sapere e l'intelligenza aiutano a trovare quel qualcosa e a trasformare la disperazione in risposta positiva.

UN LIBRO PREZIOSO FOSSE SOLO PER LE DUE FRASI CHE LO CHIUDONO.

"AMATI E AMA".

"CERCA CIO' CHE AMI. E AMA CIO' CHE HAI TROVATO".