



Prof. FEDERIGO BOCCHETTI

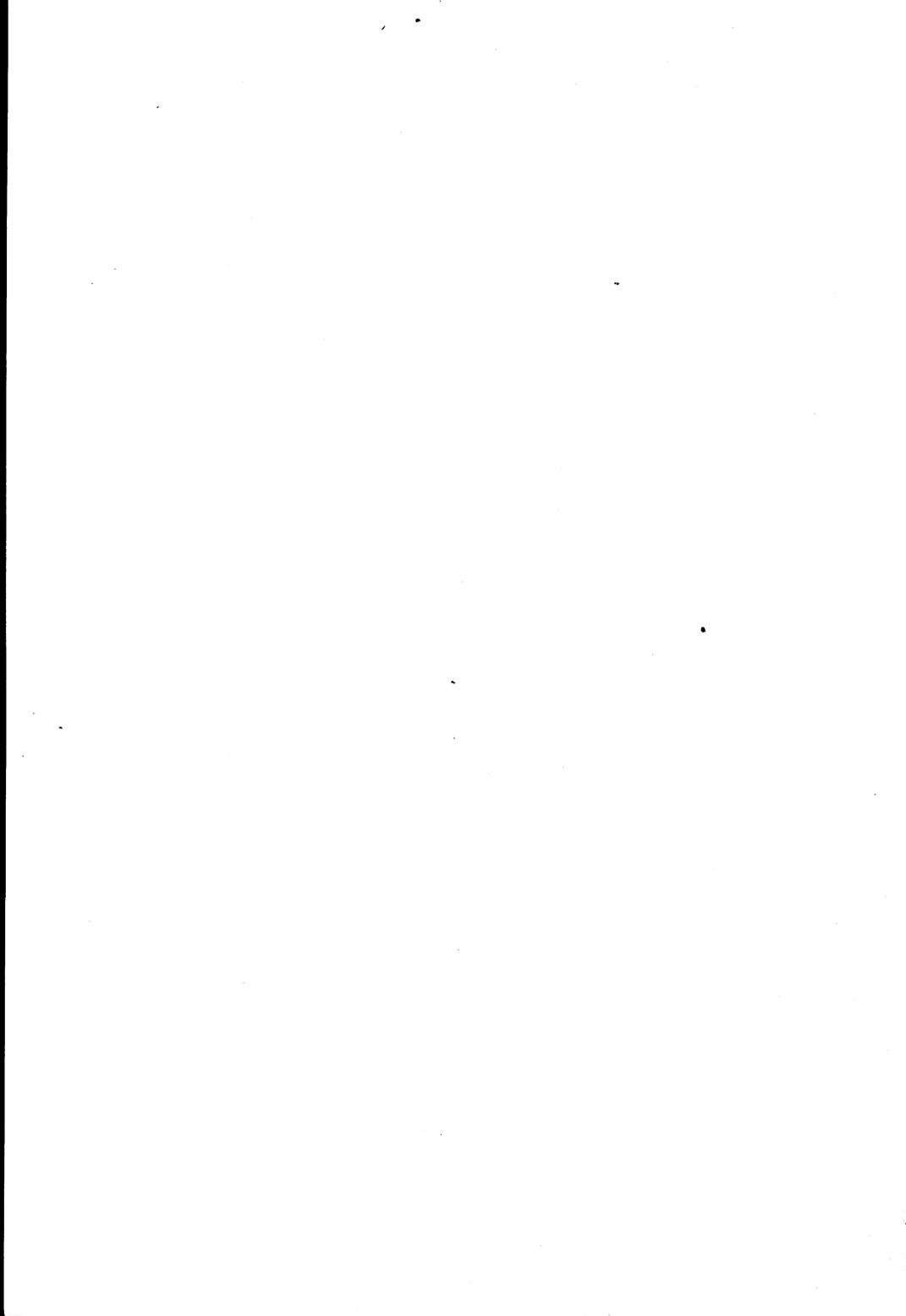
“ TRASMISSIONI SPECIALI IGEA „

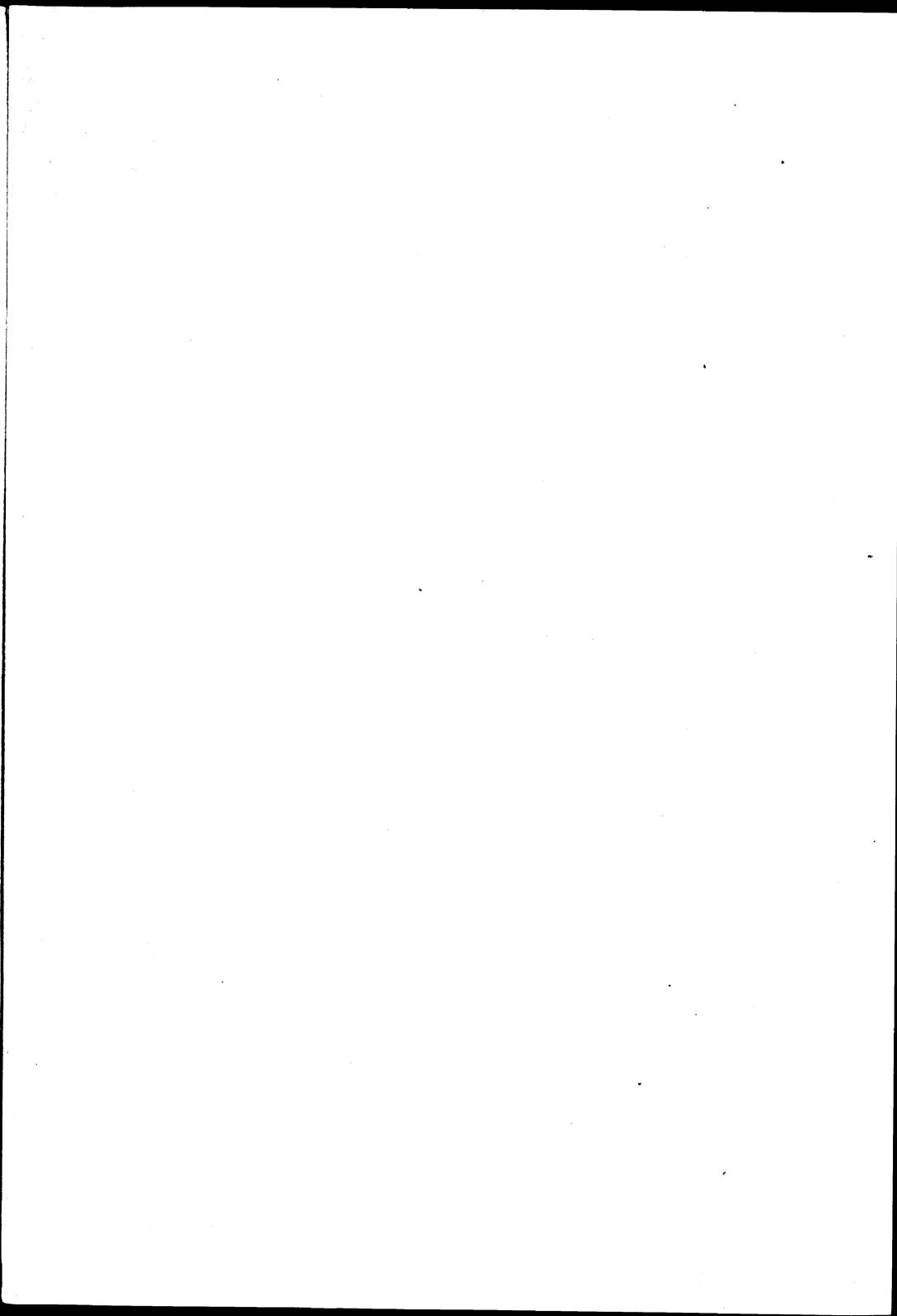
AL MARE O SUI MONTI?

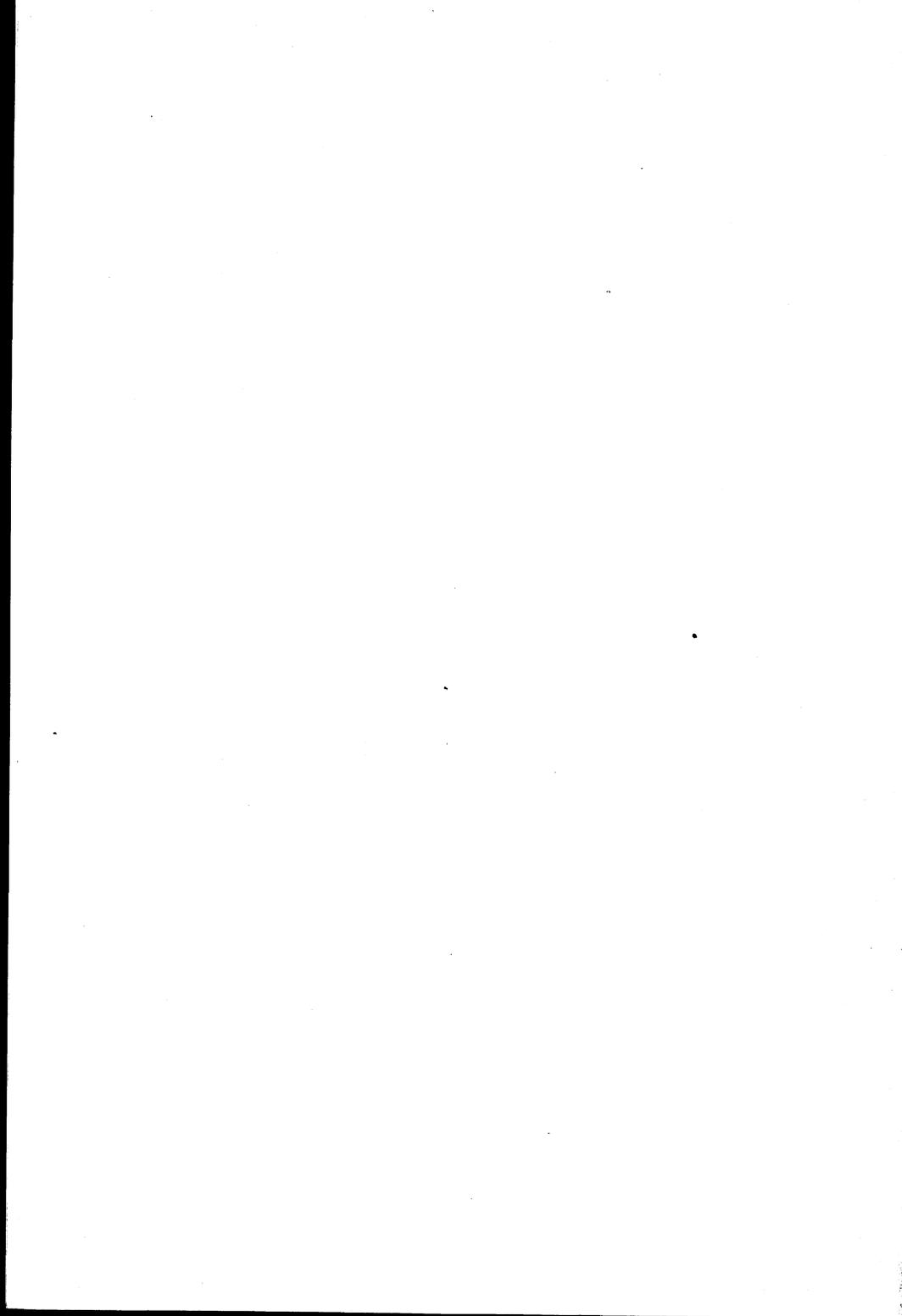
(Estratto da « Le Forze Sanitarie » - Anno VIII - N. 13, del 15 luglio 1939-XVII)



STABILIMENTO TIP. «EUROPA» - ROMA, VIA S. MARIA DELL'ANIMA, 45







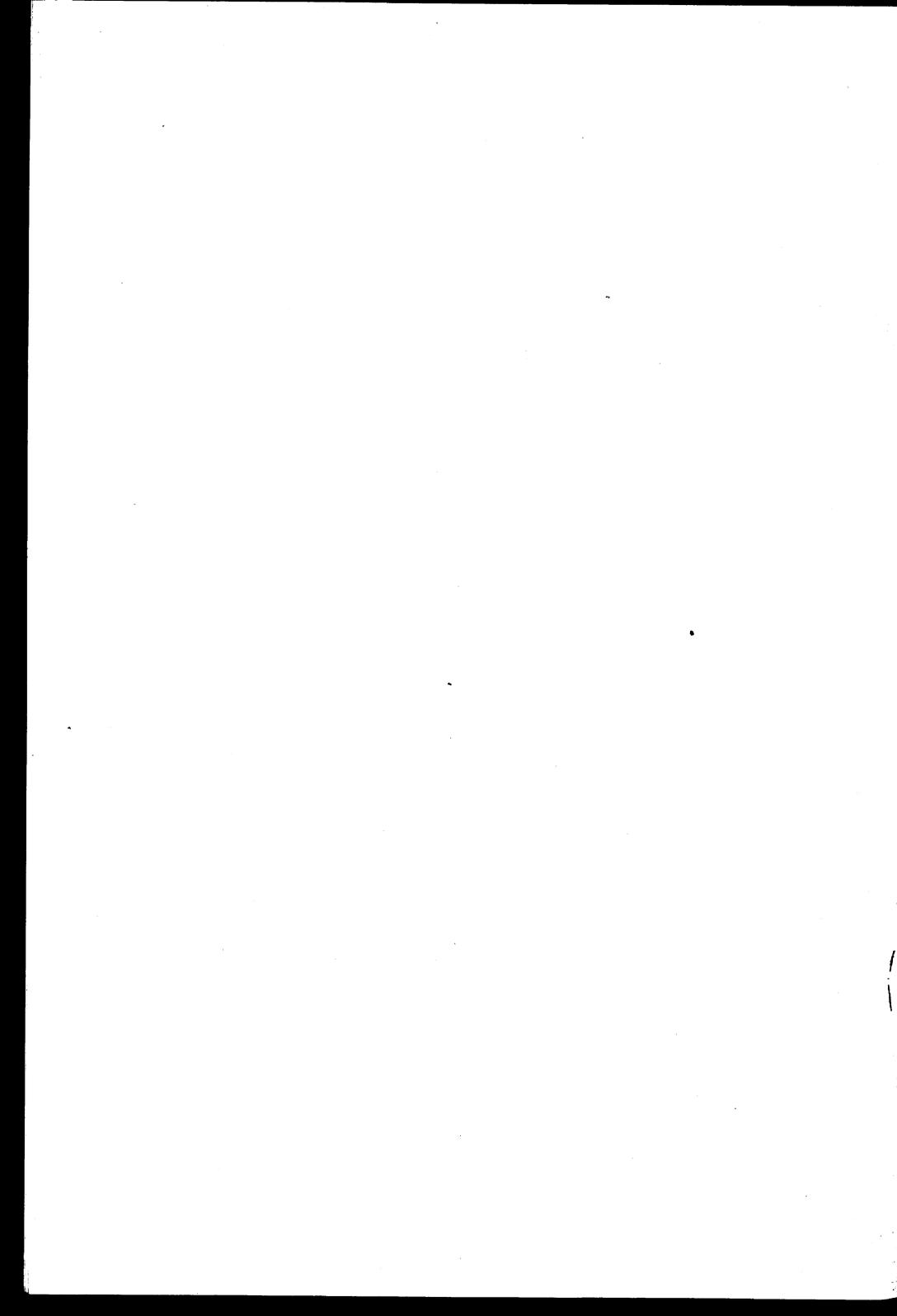
Prof. FEDERIGO BOCCHETTI

“ TRASMISSIONI SPECIALI IGEA „

AL MARE O SUI MONTI?

(Estratto da « Le Forze Sanitarie » - Anno VIII - N. 13, del 15 luglio 1939-XVII)





IL MEDICO: Oggi la comitiva dei dulcamara che nelle precedenti domeniche si è seduta vicino ai vostri letti per dire a te ed a tutti gli ammalati ricoverati negli ospedali cose liete e scherzose allo scopo di distrarti dal tuo male, ha tagliato la corda e se ne è andata: due al mare e due ai monti e così tocca a me oggi farti compagnia. Mia cara, tutti fuori, al mare o ai monti, treni popolari, scampagnate.

LA MALATA: Beati loro! Dottore, appena io entrò in convalescenza, che cosa mi consigliate? Mare o monti?

IL MEDICO: Mare o monti? E' questa la domanda di tutti i giorni: la domanda assillante di quelli che vanno in villeggiatura. Dottore che mi consiglia? Mare o monti? E lo chiedono a noi medici, alle famiglie conoscenti, alle guide delle stazioni climatiche. Al mare o ai monti? E' una domanda che si ripete da secoli e non è possibile dare una risposta se quando e dove converga il mare e se dove e quando convengano i monti.

LA MALATA: Possibile dottore nonostante i grandi progressi della Scienza, nonostante tutte le conquiste della medicina?

IL MEDICO: Sì è proprio così, nonostante tutti i prodigi della Scienza, direi io, non ancora è possibile stabilire a quali individui e in quali convalescenze, e in quali stagioni faccia più bene il mare o la montagna. Ogni individuo reagisce a modo proprio. Domanda antica e sempre di attualità. Mare o monti? Venti secoli or sono al letto del console romano Amneo Gallione, convalescente da una lunga malattia esauriente,

i medici discussero a lungo se consigliare un viaggio di mare o un soggiorno di montagna. I medici, cosa insolita, furono d'accordo e decisero per il mare.

LA MALATA: Naturalmente i medici ci... azzeccarono.

IL MEDICO: Ma certo, ed Amneo Gallione fece un lungo viaggio di mare e dopo tre mesi tornò al potere. Ma oggi è più difficile di allora perchè il pubblico non chiede consigli soltanto al medico ma è suggestionato dalla propaganda che fanno le grandi società alberghiere, le città climatiche, con tutti i loro richiami allettanti, spettacolari. E così non è infrequente, che molta gente va a cercare la salute tra i profumi alpestri mentre farebbe meglio a cercarla nella frescura che porta sulle spiagge marine l'ampio soffio del maestrale e viceversa.

LA MALATA: Ma dottore che linguaggio fiorito adoperate oggi!

IL MEDICO: E' la nostalgia del mare e dei monti che sento oggi, e sentirò per tutta l'estate in cui sarò costretto a non lasciare mai il servizio dell'ospedale.

LA MALATA: Meno male, voi state bene in salute e che dobbiamo dire noi malati?

IL MEDICO: Via tu presto lascerai l'ospedale e dimenticherai i medici e le medicine.

LA MALATA: Magari, dottore, ma io mai dimenticherò tutte le cure avute dai signori dottori. Ma ditemi un po', tornando al discorso di prima, come mai io un tempo andavo al mare ed ai monti, quando ero più giovane, e stavo benone ovunque a mille, duemila metri, e sulle spiagge cocenti del mare?

IL MEDICO: Ma che c'entra tutto questo. Tu allora eri sana, sanissima e per giunta molto giovane; io parlò invece dei convalescenti, dei predisposti al male, dei

Conversazione che ha fatto parte del programma speciale delle trasmissioni "Igea", dirette ai 350.000 malati d'Italia, organizzate dall'E.I.A.R. in collaborazione col Sindacato nazionale fascista dei medici.

malati. Per questi occorre saper scegliere il mare o la montagna ed in questo può essere utile solo il medico. Tu evidentemente ricordi i tempi della tua prima giovinezza... venti, quindici anni or sono.

LA MALATA: Dottore prego... un tantinello, un tantinello meno.

IL MEDICO: Vada per... cinque anni or sono... allora andavi in villeggiatura e preferivi le spiagge dalle grandi avventure, le montagne le più mondane e poco allora ti preoccupavi dell'insonnia, della pressione del sangue, dei tuoi nervi e del fegato che ogni tanto ne fa una delle sue; eri spinta soltanto da uno spirito ardente di curiosità di vita o da un suadente bisogno di solitudine romantica e non portavi nel tuo bagaglio termometro e medicine, ma desideri acuti, nostalgie mordenti di soavi ed inebrianti sogni d'amore, aspirazioni di libertà illimitate, costumi e racchette, macchine fotografiche e pochi libri, molta carta da lettere e molti dischi.

LA MALATA: Che bei tempi dottore!

IL MEDICO: Ma oggi è un'altra cosa; tu sei una malata e per giunta con qualche annetto al di là della... di' tu, come vuoi.

LA MALATA: ...come sento.

IL MEDICO: Beh! Vada pel « come sento », e l'indicazione del mare o della montagna deve essere data dal medico. I convalescenti tutti che giorno per giorno sentono ritornare la vita pensano con acuta nostalgia al mare.

« Dottore mi ci vorrebbe un po' di mare! », ed il pensiero degli ammalati vaga nostalgico alla quiete riposante della immensa distesa azzurra, alle magiche visioni di quel lento dilagare di tinte armoniose al tramonto e a quell'acuto odore di salsedine che dilata i polmoni. Infatti a chi chiede quiete, il mare risponde con generosità e dona il benessere.

LA MALATA: Ma perchè, dottore, il mare ha tante virtù curative che gli albergatori ed i proprietari di case al mare fanno pagare ben care?

IL MEDICO: L'uniformità della temperatura, la purezza dell'aria, la ricchezza di ozono, di luce, di calore, la mobilità dell'aria e quindi la formazione delle brezze di terra e di mare, la presenza di acqua polverizzata ricca di sali, l'alta pressione atmosferica, l'umidità costante marina, e poi lo jodio, i raggi ultravioletti, la radio-attività, tutto questo stimola, sferza potentemente gli organismi e ne modifica le funzioni respiratorie, circolatorie, nervose. L'appetito aumenta, e con esso il peso, i polmoni respirano meglio; aumenta

la traspirazione cutanea, aumentano i globuli rossi del sangue, diminuisce l'acido urico. Perciò gracili, anemici, minorati organici, dispeptici, nervosi, malati di tubercolosi ossea, malati di tubercolosi polmonare lieve, di catarro bronchiale cronico, convalescenti di lunghe malattie, tutti trovano grande giovamento al mare.

LA MALATA: Ma come mai, dottore, non tutti poi traggono giovamento dal mare ed anche quelli che sono perfettamente sani? Capisco che per i malati occorre l'indicazione del medico ma per i sani non credo che occorra un uguale consulto. Ho visto tante volte molte mie amiche ritornare dal mare più deboli, più fiacche di prima... e con molto denaro in meno in tasca.

IL MEDICO: Sì, proprio quelle amiche, che si esibiscono per ore ed ore al sole, che fanno il bagno che dura due o tre ore, che fanno elioterapia senza metodo, che passano i pomeriggi nelle sale da tè, ove di ossigenato non vi sono che i capelli delle signore, che passano le serate negli stabilimenti a ballare, ove i vecchi scapoli trovano il ritmo della loro vita negli *jazz-band* che gettano lo stordimento al cervello di quella gente innocua che invano cerca il riposo. Tutta gente questa che vive di fatuità di spiaggia e pochi ascoltano le armonie delle onde, pochi profitano intelligentemente del nostro divino sole ardente, pochi pensano nel riposo e nel silenzio ripartori ai miti che fiorirono sulle nostre spiagge radiose.

Per questi soltanto il mare ha sempre una parola profonda ed i nervi si quietano ed i colori sereni sul volto ritornano come le primi luci di un'alba.

I convalescenti che vanno al mare e che scrupolosamente seguono i consigli del medico e che quindi non possono essere attratti dalle fatuità ed eccessività di spiaggia, risorgono rapidamente.

LA MALATA: Non sogno che questo, dottore!

IL MEDICO: Sai come d'Annunzio descrive con la sua potenza immaginativa gli effetti del clima marino sul convalescente? « Il convalescente rinveniva sensazioni obliate della puerizia, quell'impressione di freschezza che danno al sangue puerile li aliti del vento salso, quelli inesprimibili effetti che fanno le luci, le ombre, i colori, gli odori delle acque sull'anima vergine. Il mare non soltanto era per lui una delizia degli occhi, ma era una perenne onda di pace a cui si abbandonavano i suoi pensieri, una magica fonte di giovinezza, in cui il suo corpo riprendeva la salute ed il suo spirito la nobiltà. Il mare aveva per lui l'attrazione misteriosa di una patria, ed egli vi si abbandona-

nava con una confidenza filiale, come un figliol debole nelle braccia di un padre onnipotente. E ne riceveva conforto; perchè nessuno mai ha confidato il suo dolore, il suo desiderio, il suo sogno al mare invano ».

LA MALATA: Magnifico! Ma dottore questa volta vi ho preso in castagna. D'Annunzio non ha scritto « alla montagna voglio ritornare! »?

IL MEDICO: Ma d'Annunzio amava tutto ciò che è bello ed è bello tutto ciò che è espressione della Natura. Sì, mia cara, « alla montagna io voglio ritornare ». Così ho scritto su di una mia vecchia cassa che custodisce gelosamente la mia piccozza ed il mio sacco che mi seguirono nella giovinezza, nel mio tenace vagabondare sui monti dell'Abruzzo! « Alla montagna voglio ritornare ». Infatti, è così intenso il filtro che appresta la montagna allorchè si vive su di essa che resta sempre nell'anima il desiderio di ritornarci.

Rododendri purpurei, nemi di luce, rocce fantomatiche, sinfonie di bianco maggiore!

LA MALATA: Allora dottore consigliatemi la montagna!

IL MEDICO: Sì, anche il clima di montagna è tonificante, fortemente tonificante. L'elevazione sul mare, la diminuita pressione atmosferica, la purezza dell'aria, l'abbassamento della temperatura, la massima insolazione, la scarsa umidità atmosferica, le emazioni radioattive, lo stato elettrico dell'atmosfera, tutte queste caratteristiche proprietà del clima di montagna esercitano sull'organismo una forte azione sferzante: il respiro diventa più frequente e più profondo, aumenta la velocità della corrente sanguigna, diminuisce la pressione della corrente arteriosa, la circolazione cutanea si fa più attiva, l'appetito cresce, le funzioni digestive si rialzano, il sonno è più tranquillo e più riparatore.

Perciò in montagna, purchè non si vada troppo al di là di mille metri sul livello del mare, si giovano i cardiopazienti, gli arteriosclerotici, gli ipertesi, gli ipersensibili, gli asmatici, i tubercolotici non gravi, i deboli per malattie esaurienti o infettive, i predisposti alle malattie croniche costituzionali.

Come farebbero bene tutti i giovani se la domenica disertassero le città e andassero a passare qualche ora in montagna; forse questo sarebbe più utile che vedere un film, imparare auristi od ablativi che col tempo si dimenticano ugualmente.

LA 2ª MALATA: Ma dotto! Sapete che 'ndov'abbito io, a Trastevere, tutti li regazzini so' partiti pe' le colonie, a Rocca de Papa e a Porto d'Anzio? La sora

Nina e la sora Rosa so' annate domenica a visità li pupi ar mare e so aritornate proprio contente. Che bellezza, dottore mio! M'hanno detto che pe' ordine der DUCE er Fascio de Roma ne deve manna' ventimila quest'anno!

IL MEDICO: E in tutta Italia un milione! Infatti tutte le nostre spiagge e le nostre colline ed i nostri monti sono affollati di bambini del popolo. E' questo il volto umanissimo della Rivoluzione fascista! Un milione di bambini al mare e sui monti a spese del Fascio.

LA 2ª MALATA: Ve pare gnente?! Na vorta a li tempi mia, pe manna' un regazzino in colonia bisognava esse figli de papà! E ce ne annavano pochi assai!

IL MEDICO: Stai zitta che se ti arrabbi la febbre ti aumenta.

LA 1ª MALATA: Lo vede dottore che voi preferite la montagna, si sente!

IL MEDICO: Andavo sempre in montagna quando ero giovane, senza libri, senza carta da scrivere, senza tutto quel bagaglio mondano che inaridisce il cuore ed avvelena lo spirito. Mettevo la mia anima in contatto della montagna, mi assopivo di fronte alla maestà dei monti, e solo così sentivo il profumo delle genzane, dei ciclamini, la musica delle cascate; solo così a contatto diretto con la grande maestosa natura, io sentivo le armonie che popolano i silenzi della notte, infestate da farfalle dalle ali multicolori, da pavonie dagli occhioni di smeraldo, da turbe di falene vagabonde, da coccinelle che ronzano, da turbe di ditteri che danzano. Ed in lontananza il canto mi giungeva nostalgico:

*« Quando fa calle è mejo de durmine,
quando fa frische mejo de cantane:
viva la gioventù che sempre canta
perchè ju tiene lo core contento! ».*

LA 1ª MALATA: Dottore quanto siete bravo oggi! Allora ditemi io dovrò andare ai monti o al mare?

IL MEDICO: Prima devi guarire e poi vedremo.

LA 1ª MALATA: Caro dottore, mi avete messa tanta poesia nell'animo che mi sento ringiovanire e se mi consigliaste un clima dove potrei guadagnare quel tantinello... tantinello di gioventù perduta...

IL MEDICO: Ecco un desiderio per la cui vetta non vi sono nè piccozze nè corde, ecco un mare di desideri per cui non vi sono nè barche nè vele.

Ed ora mia cara, per voi malati, oggi è stato predisposto tutto un programma musicale di canzoni e di canti sui monti e sul mare.

~~301507~~

