

GIORGIO NOSEDA

«Non dimenticherò mai il gol che Puci Riva segnò all'Italia»

Il suo grande contributo alla lotta contro il cancro riesce quasi a far passare in secondo piano il ruolo che ha avuto nell'ambito della cardiologia, che invece è la sua specializzazione. Classe 1938, mendrisiense, Giorgio Nosedà ha avuto una vita attiva come pochi: al di là del suo ruolo di medico e primario, ha fatto anche politica (deputato in Gran Consiglio dal 1975 al 1989) ed è stato attivo in numerose associazioni. Personaggio svizzero dell'anno nel 2007, è stato presidente della Lega svizzera contro il cancro, della Fondazione per la ricerca svizzera contro il cancro, di Onco Suisse e fondatore dell'Istituto di Ricerca in Biomedicina (IRB) di Bellinzona.

III Professore, si dice che fare sport faccia bene alla salute, ma il mondo dello sport è ancora sotto shock per le recenti morti improvvise di due giovani atleti, il calciatore italiano Davide Astori e il ciclista belga Michael Goolaerts. Come spiegarle?

«Senza conoscere i risultati di un'autopsia e le analisi tossicologiche è difficile esprimersi. Una cosa è certa: tutti coloro che fanno sport, e non solo gli atleti di punta, dovrebbero sottoporsi regolarmente a dei controlli approfonditi. In generale queste morti improvvise sono dovute ad un disturbo elettrico del cuore, che non riesce più a contrarsi, il che provoca un arresto cardiaco. Solitamente la maggior parte di questi disturbi è diagnosticabile, ma le patologie sono tante, il rischio zero non esiste, e certi problemi non possono essere individuati fino a quando non si manifestano. Nei casi della morte improvvisa di atleti, è importante che vengano sempre fatte un'autopsia e dei prelievi, per costituire una banca dei disturbi genetici che non si manifestano all'esame cardiologico e possa servire nel futuro».

L'affermazione secondo cui lo sport fa bene alla salute resta dunque valida?

«La salute trae giovamento dall'attività fisica. Purtroppo diverse malattie, sia a livello cardiovascolare, sia di tipo oncologico, sono dovute a due fattori: una dieta sbagliata, troppo ricca di grassi saturi e calorie, e la mancanza di attività fisica. Attenzione: non dico che bisogna fare competizione, dico che è necessario muoversi, senza arrivare allo sport estremo che può comportare dei rischi».

A proposito di diete sbagliate, che ne è oggi della famosa dieta mediterranea? Qualcuno tenta di metterla in discussione...

«È sbagliato, rimane valida. Oggi si demonizzano i carboidrati, costituiti da zuccheri semplici, come quelli che si mettono nel caffè e troviamo nei dolci, e da quelli complessi, gli amidi, presenti nel pane, nelle patate, nelle paste alimentari. Vanno soprattutto limitati quelli semplici, mentre gli idrati di carbonio complessi, cioè gli amidi, non sono così dannosi: mangiare pasta due-tre volte la settimana non fa male. Resta valido il consiglio di evitare grassi saturi, cioè i grassi animali, e si faccia uso di olio di oliva, possibilmente crudo, per i condimenti».

Professore, lei pratica o ha praticato sport?

«Se intende sport a livello di competizione no, mai. Però mi è sempre piaciuta la montagna e ho camminato molto. Ancora adesso una o due volte a settimana faccio dei giri nella valle della Breggia».

Quando è l'ultima volta che è andato allo stadio a vedere la sua squadra del cuore?

(Ride...) «Cinquant'anni fa! Sono molto distante dallo sport competitivo, però nutro degli affetti: uno è il Chiasso, l'altro l'Ambri Piotta. E la domenica sera o il lunedì devo sapere che risultati hanno fatto le mie squadre. Premetto che non sono un tifoso sfegatato: per esempio adesso che il Lugano giocava la finale contro lo Zurigo tifavo per i bianconeri. Tifo Ambri perché l'Ambri c'era già quando andavo alle scuole elementari e sono molto amico di Mario Botta, che ha firmato il progetto per la nuova arena dei biancoblu. Speriamo che si possano trovare i finanziamenti per realizzarla, perché a mio modo di vedere è urgente».

Se volge lo sguardo agli inizi della sua carriera di medico e vede i progressi compiuti dalla medicina in Ticino cosa mi dice?

«Che c'è stato un cambiamento epocale, siamo usciti dal Medioevo. Quando arrivai a Mendrisio nel 1974 - eravamo nel vecchio Turconi, oggi Accademia dell'architettura - c'erano ancora i cameroni con dieci pazienti e io avevo lo studio in cantina. Non c'erano ancora le cure intensive: io mi ero formato a Berna e da lì feci venire in Ticino alcune infermiere specializzate per organizzare un reparto di cure intensive, ma i malati non erano isolati. Uno piangeva, l'altro gridava, uno si lamentava, le infermiere erano esauste e vo-

TESTI DI
TARCISIO BULLO
FOTOGRAFIE DI
CHIARA ZOCCHETTI



levano dare le dimissioni. La mia lotta per migliorare le cose finì per costarmi il licenziamento, rientrato solo grazie alla mediazione del Consiglio di Stato in corpore e alla promessa di costruire il nuovo ospedale. Era davvero un altro mondo rispetto a oggi e anche i rapporti con la politica erano più diretti. La medicina ha compiuto enormi progressi grazie alla tecnologia, ma a mio modo di vedere ha perso un po' dal punto di vista dei rapporti umani. Studi recenti dimostrano come un medico dedichi solo il 20% del suo tempo ai pazienti, il resto è riservato a rapporti e burocrazia».

Lei può essere considerato uno dei padri dell'IRB, l'Istituto di Ricerca in Biomedicina di Bellinzona. Oggi sarà orgoglioso degli sviluppi avuti dalla sua creatura.

«L'IRB è nato perché l'Università della Svizzera Italiana aveva previsto tre facoltà di tipo umanistico e a me e qualche amico sembrava che un polo universitario non possa dirsi tale se non contempla anche una facoltà scientifica. Così, in previsione di sviluppi futuri, abbiamo avuto l'idea di creare questo polo di ricerche in biomedicina. A Bellinzona l'IRB ci è arrivato per caso, perché io cercavo una sede a Lugano ma non la trovavo, così una sera il mio amico Paolo Agustoni, allora sindaco della Capitale, mi propose di fondarlo nella sua città e mi trovò anche lo stabile adatto. Fui io a firmare l'atto di fondazione con Agustoni nel 1997 e da lì è partito tutto».

Siete stati bravi a trovare le persone giuste per mandarlo avanti...

«Abbiamo anche avuto fortuna. Il Basel Institute for Immunology di Basilea, che faceva capo alla Hoffman-La Roche - e che in vent'anni ha dato al mondo tre premi Nobel - venne chiuso. Alcuni ricercatori, fra i quali Antonio Lanzavecchia, rimasero senza lavoro e noi li abbiamo portati a Bellinzona. Adesso Lanzavecchia, il nostro direttore, è diventato una celebrità e il polo bellinzonese ha raggiunto risonanza internazionale. Eravamo partiti con una trentina di ricercatori, ora siamo a circa 200 e io, il giorno della posa della prima pietra del nuovo istituto, mi sono permesso di dire che la nuova sede nasce già piccola».

Torniamo al suo rapporto con lo sport.

Lei dice di non andare allo stadio e guardare poco sport in tivù. Neanche il Mondiale di calcio che sta per arrivare?

«Ah sì: per la Nazionale di calcio e per Federer faccio delle eccezioni. Quando gioca la Svizzera io e mia moglie ci mettiamo sul divano e guardiamo la partita. Durante il Mondiale non vedrò solo i rossocrociati, ma anche qualche altro incontro. La mia passione per la Nazionale viene da lontano».

Ci racconti...

«Da bambino ricordo che mio papà era un grande tifoso. Un giorno, stavo in collegio a Maroggia, ci hanno portato a Lugano a vedere Svizzera-Italia. Credo fosse l'inaugurazione dello stadio di Cornaredo. Risultato 1-1, gol della Svizzera di Puci Riva. Eravamo in vantaggio, siamo stati raggiunti. Ricordo l'entusiasmo dello stadio, la gioia del pubblico. Lì è nata la mia passione per la Nazionale».

La discussione sull'identificazione di qualche calciatore della Nazionale nei valori del Paese non si ferma. Lei che ne dice?

«Se è ordinata e controllata, io sono a favore dell'emigrazione dei popoli e contro le chiusure che vediamo anche in Ticino, dove abbiamo dimenticato che nei secoli scorsi siamo stati noi ad emigrare per non morire di fame e di stenti. Se uno che era straniero ed è diventato svizzero è bravo al punto da essere chiamato in Nazionale non ci vedo proprio niente di male».

Per finire, che sport ci consiglia di praticare per stare in salute?

«Di regola o si corre o si pedala. Il mio consiglio è di pedalare. In bicicletta si allenano il cuore e la circolazione, ma non si caricano le articolazioni in modo errato, come succede facendo jogging. Vorrei che la bicicletta, specie adesso con l'avvento delle e-bike, fosse favorita: non ne guadagnerebbe solo la salute, ma anche l'ambiente».

Visto da vicino

Fra pochi mesi festeggerà gli ottant'anni, ma Giorgio Nosedà di sicuro non dimostra l'età che ha. È un uomo intelligentemente brillante, una persona intellettualmente curiosa e sensibile, che non sembra aver voglia di rallentare il ritmo a dispetto dell'età. Nella sua brillante carriera di complimenti ne ha ricevuti molti, ma ce ne sarà stato uno che forse gli avrà fatto più piacere di altri. Glielo chiedo e lui trattiene il respiro per un attimo, difficile dire se per schermirsi oppure solo per andare alla ricerca di qualche flash. Ripensa a tutte le belle parole che gli sono state dedicate quando ha lasciato la presidenza dell'IRB, oppure quella delle organizzazioni svizzere contro il cancro («ho sempre fatto tutto a titolo gratuito»), poi sceglie modestamente di privilegiare i rico-

noscimenti che ha ricevuto da tanti suoi pazienti che hanno sconfitto la malattia. «I ringraziamenti per la mia attività di medico curante, avuti da tanta gente anche umile, sono stati i complimenti più toccanti, perché venivano dal cuore». Uomo di scienza, abituato a confrontarsi con la razionalità, Giorgio Nosedà è capace di sorprenderti parlando delle sue emozioni, come quando ci racconta delle sensazioni che ha provato quando, giunto in vetta al Kilimangiaro, a quasi seimila metri, ha potuto ammirare durante la notte il firmamento. «Non c'era nessun'altra luce, nessun bagliore, il cielo era di un nero assoluto. Non credo che esista al mondo la felicità perfetta, ma forse vedendo il cielo stellato in quel momento l'ho percepita: mi è parso di entrare nel miste-

ro di questo universo» afferma questo medico che sembrava destinato alla carriera di avvocato, ma che è stato folgorato dalla figura di Albert Schweitzer, medico al servizio in Africa, tra i più poveri. «Se possedessi una bacchetta magica e potessi far tornare in vita un personaggio della storia per una sera, sceglierei lui. Oppure Alexander Fleming, che ha scoperto la penicillina e non l'ha mai brevettata, perché non voleva guadagnare soldi con la sua scoperta. Se ci pensiamo, questo è un gesto mirabile, ci sono poche altre persone al mondo così nobili: ha salvato milioni e milioni di persone, senza guadagnarci nulla» dice Nosedà, un medico aperto al prossimo ma che - afferma - «come tutti ho anch'io i miei momenti di irritabilità».

1. 16.10.2015 Franco Ambrosetti
2. 11.11.2015 Daniele Finzi Pasca
3. 22.12.2015 Mons. Valerio Lazzeri
4. 31.12.2015 Lorenzo Albrici
5. 12.02.2016 Franco Gervasoni
6. 09.04.2016 Dany Stauffacher
7. 27.05.2016 Wolfram Merkert
8. 30.09.2016 Daisy Gilardini
9. 19.11.2016 Piero Martinoli
10. 16.12.2016 Bruno Giussani
11. 28.01.2017 Ottavio Lurati
12. 02.03.2017 Fides Baldesberger
13. 04.04.2017 Tiziano Moccetti
14. 01.06.2017 Mauro Dell'Ambrogio
15. 24.06.2017 Renzo Ferrari
16. 27.09.2017 Pietro Leemann
17. 25.11.2017 Fabio Pusterla
18. 14.02.2018 Silvio Tarchini
19. 06.03.2018 Tiziana Soudani