

ITALIANO

FOBIE

La cura è dentro di noi

Sostanze endogene, cioè prodotte dal nostro organismo, potrebbero curare stati di ansietà e paura, e aiutare a rimuovere eventi traumatici. Sono i cannabinoidi, molecole che circolano nel sistema nervoso e vengono captate dai neuroni per trasmettere loro un messaggio di tranquillità. La scoperta, pubblicata su *Nature*, è del team di Beat Lutz dell'Istituto tedesco di psichiatria Max Planck a Monaco. I ricercatori hanno effettuato esperimenti su topi normali e su topi geneticamente modificati, sottoponendoli a leggeri shock con piccoli rumori, fino al momento in cui tutte le cavie davano segno di terrore al minimo suono. Cessata la fonte di shock, i topi normali nel giro di una settimana dimenticavano la spiacevole sensazione; quelli "modificati", privati della possibilità di ricevere il messaggio dei cannabinoidi, continuavano a essere terrorizzati. Attualmente la terapia per curare le fobie consiste nell'esporre i pazienti all'oggetto della paura in maniera graduale e in un ambiente sicuro. Gli scienziati pensano, invece, che in futuro queste sostanze, o farmaci che ne stimolino la produzione, possano essere usate per accelerare la guarigione. Ora i ricercatori vogliono vedere se, somministrando a topi normali una quantità elevata di cannabinoidi, questi riescano a dimenticare più in fretta lo shock.

(*Galileo*: Giornale di scienza e problemi globali. Disponibile em: <www.galileonet.it> Accesso em: 01 ago. 2002.)

Vocabulário:

cavia: cobaia

Q - Il testo ci fa sapere che

- V) l'organismo umano è capace di produrre sostanze che avrebbero il potere di curare le fobie.
- F) una sostanza endogena è una sostanza che non è prodotta dall'organismo stesso.
- V) i cannabinoidi sono sostanze endogene che servono a diminuire gli stati di paura e ansietà.
- V) le molecole dei cannabinoidi circolano nel sistema nervoso e sono prese dai neuroni.
- F) i cannabinoidi sono sostanze che si trovano soltanto nell'organismo di topi geneticamente modificati.

Q - Secondo il testo

- V) gli esperimenti fatti su topi normali dimostrano che il loro organismo ha difese naturali contro le fobie.
- F) i cannabinoidi sono sostanze efficaci soltanto contro shock dovuti a rumori ambientali.
- F) gli esperimenti fatti su topi non possono servire di base per studiare l'organismo umano.
- F) attualmente non esiste nessun tipo di terapia per curare le fobie.
- V) gli scienziati pensano che in futuro sarà possibile mettere a disposizione farmaci che introducano i cannabinoidi nell'organismo umano o ne stimolino la produzione.

Q - In questo testo leggiamo che

- F) negli esperimenti, le cavie erano sottoposte a shock fino a morire.
- F) durante gli esperimenti, solo i topi geneticamente modificati davano segni di paura.
- V) dopo un certo periodo di tempo, anche cessata la fonte di shock, i topi geneticamente modificati continuavano a sentire paura.
- V) negli esperimenti, a un certo momento, un minimo suono era già capace di terrorizzare i topi normali e quelli geneticamente modificati.
- F) alla fine degli esperimenti, le cavie non sentivano più alcun rumore.

Q - Secondo il testo

- F) la scoperta sui cannabinoidi non cambierà sostanzialmente l'attuale terapia per curare le fobie.
- F) attualmente, la terapia per curare le fobie negli uomini sottomete i pazienti a shock improvvisi.
- V) si spera che con la nuova scoperta delle proprietà dei cannabinoidi si riesca ad abbreviare il tempo di guarigione di chi soffre di fobie.
- F) i ricercatori hanno poca fiducia di vedere i risultati delle loro ricerche su organismi umani.
- V) per approfondire le loro ricerche sui cannabinoidi, gli scienziati vogliono fare nuovi esperimenti su topi normali.

Da un'intervista a Osvaldo Bagnoli, allenatore di calcio.

Quando era piccolo, cos'era il calcio per lei?

Intanto c'è da chiarire una cosa. Parlare di quando ero piccolo io vuol dire parlare di sessant'anni fa: tante, tante cose erano molto diverse. Se penso che giocavo nel cortile o in mezzo alla strada o nei prati - che c'erano nella stessa Bovisa, dove sono nato - si vede subito che il panorama era completamente diverso. Un altro mondo. C'era anche più povertà. La Bovisa ancora adesso è un rione di lavoratori, di stabilimenti. Noi avevamo tanti divertimenti basati solo sulla corsa: andare a nascondersi, correre dietro alla lippa: si dava un colpo, poi si buttava lì, si contavano i passi... Tutte cose di piccolo costo. E la palla era un gioco, un divertimento, anche una palla di piccole dimensioni. Anzi, non era neanche tanto facile avere la palla di gomma: noi facevamo la palla di carta bagnata, la legavamo un po' con la corda... Con poco ci divertivamo in tanti. Oggi probabilmente per andare a dar due calci devi arrivare a otto anni e iscriverti alla "scuola calcio"! La nostra scuola calcio erano i prati!

E lì nasceva la prima passione per il gioco del calcio, che non era uno sport così presente, come oggi, alla televisione, ovunque; mi arrivava giusto qualche fotografia sul giornale. Eravamo attaccati alle squadre del rione. Allora c'era alla Bovisa la Stelvio, la Teretti Tanfani; andavamo a vedere queste squadre di ragazzi o amatori, che ci davano modo di sognare di diventare anche noi giocatori.

Se lei avesse poteri "assoluti" cosa farebbe per il calcio italiano?

Se avessi una bacchetta magica? Cercherei di cambiare un po' il modo di pensare a tutti quelli che iniziano a fare gli allenatori, a tutti i responsabili dei settori giovanili, a tutti i dirigenti... Con la bacchetta magica lo posso fare, no?! Ecco, se ce l'avessi: io farei capire loro che si dovrebbe lasciare molto divertimento ai giovani. In questi ultimi venti anni si è discusso tanto; si mette davanti il modo della squadra, le posizioni in campo, la tattica e forse si trascura un po' proprio il divertimento. Metterei forse anche un limite di età: fino a quattordici anni divertitevi! E toglierei ai presidenti l'idea che un allenatore è valido solo se vince: io guarderei se questa persona è brava, se si comporta bene durante la settimana, anche se poi la domenica vince meno perché pensa a far divertire i suoi giocatori.

(Golem, 7 luglio 2002.)

Vocabulário:

allenatore di calcio: treinador de futebol

Bovisa: quartiere industriale della periferia di Milano

rione: quartiere

lippa: gioco infantile, consistente nel far volare un bastoncino battendolo con un legno più lungo

Q - Nella risposta alla prima domanda, Osvaldo Bagnoli

- V) ci racconta come si divertivano i bambini della Bovisa sessant'anni fa.
- V) confronta la diversa maniera di giocare a palla di quando era bambino e oggi.
- F) ci dice che quando era bambino si preferiva correre dietro alla lippa che giocare a palla.
- F) commenta che la televisione oggi trasmette i giochi delle piccole squadre di rione.
- V) ci racconta come una volta tra i bambini nasceva la passione per il calcio.

Q - Dal testo possiamo dedurre che

- V) Osvaldo Bagnoli non è più tanto giovane.
- F) alla Bovisa, quando Bagnoli era bambino, si poteva giocare solo nei cortili chiusi degli stabilimenti.
- V) una volta, per giocare a palla ci si accontentava di poco, anche di una palla fatta artigianalmente.
- V) in passato era molto meno complicato imparare a giocare a palla.
- F) per potersi iscrivere a una scuola di calcio, oggi, bisogna sapere già giocare.

Q - L'allenatore ci dice che quando lui era bambino:

- F) la passione per il calcio nasceva grazie alla televisione, che era presente ovunque.
- V) la diffusione dello sport del calcio avveniva principalmente per mezzo dei giornali.
- V) si conoscevano bene i giocatori amatori delle squadre del rione.
- V) anche se erano solo amatori, i ragazzi delle squadre del rione facevano nascere ai bambini il sogno di diventare dei giocatori.
- F) i ragazzi del rione nemmeno se lo sognavano di diventare dei grandi giocatori.

Q - Nella risposta alla seconda domanda, Bagnoli sostiene che:

- F) per cambiare un po' il modo di pensare nel calcio, si dovrebbero dare poteri assoluti agli allenatori e non ai dirigenti.
- F) la cosa più importante per migliorare il calcio italiano sarebbe sostituire tutti i responsabili dei settori giovanili e tutti i dirigenti.
- F) da venti anni a questa parte si è data più importanza alla posizione della squadra in campo piuttosto che a una vera e propria tattica.
- V) sarebbe opportuno che, invece di preoccuparsi solo della tattica del gioco, gli allenatori pensassero anche a far divertire i loro giocatori.
- V) a pensare tanto agli schemi tattici della squadra ci si è dimenticati di quanto sia anche importante che in un gioco ci si diverta.

Q - Secondo Bagnoli:

- V) è sbagliata l'idea che un allenatore vale solo se porta la sua squadra alla vittoria.
- F) il vero e unico criterio per giudicare un allenatore è se la sua squadra vince o no.
- V) per giudicare se un allenatore è bravo, non si deve tenere conto solo delle vittorie, ma anche del suo comportamento.
- F) bisogna essere sicuri che un allenatore non sia bravo con i suoi giocatori.
- F) i giocatori possono divertirsi durante la settimana, ma la domenica devono vincere.

**Q - Da questa vignetta si deduce che**

- F) da un po' di tempo la Ferrari non riesce a vincere.
- V) non è più una novità che la Ferrari vinca.
- F) questi signori sono entusiasti per le vittorie della Ferrari.
- F) gli italiani non assistono più alle corse della Formula 1.
- V) le vittorie riportate dalla Ferrari non sono più un fatto insolito.