

Postfazione

Sono belli i libri. È bello aggirarsi tra gli scaffali e sfogliare attirati dal titolo, o dalla copertina, o semplicemente prendendo a caso. Come nello studio dove il dottor Fatati ci ha condotto tra volumi che, si capisce, sono raccolti nell'arco di una vita. Quelli che sono il ricordo di storie e di persone, insieme con quelli acquistati nell'edicola dell'Ospedale, di cui anche noi, ormai, ci sentiamo un po' clienti. Ci siamo concessi "quel piacere materico della pagina scritta" e abbiamo goduto "della possibilità [dei libri] di essere personalizzati con piccole annotazioni, sottolineature leggere o improvvisati segnalibri". Il risultato è un'atmosfera accogliente e confidenziale, che ci ha tenuto compagnia e ci ha aiutato a riflettere. Il paradosso di pagine scritte che, raccontando di altre pagine scritte, in realtà ci portano fuori da qualsiasi biblioteca. Per strada, nelle cucine e nelle piazze, dove la vita è quella vera. Si capisce da questo che un libro è buono: il sapore ed il profumo sono quelli di ogni giorno.

La riflessione del dottor Fatati muove da un dubbio di fondo, ed è il dubbio sul senso. Il senso di

vivere in un mondo dove "...la perdita di necessità prioritarie si accompagna all'omologazione in un consumismo, immemore delle tradizioni e quindi senza documenti, che trasforma il soggetto in oggetto, seppur consumante". Per chi si occupa di cura è davvero importante mettere a fuoco con chiarezza un tale punto di partenza. Perché in realtà il tema di questo piccolo libro è la cura. Non intesa semplicemente come terapia ma piuttosto intesa come cura con la "C" maiuscola, che significa ricerca comune di senso, nei tempi lunghi della malattia cronica e dell'esistenza, in un percorso che coinvolge pazienti e terapeuti insieme.

Il dottor Fatati è un dietologo diverso da tanti che abbiamo conosciuto. Non il dietologo che prima di tutto proibisce e costruisce steccati: da una parte chi può aspirare ai piaceri della vita e dall'altra il malato condannato all'insignificanza del riso in bianco. Il dottor Fatati è uno che ama la buona cucina.

Il risultato è un libro pieno di sapori, che parte dalla certezza che "la fredda razionalizzazione di alcune prescrizioni dietetiche, per quanto scientificamente corretta, è destinata all'insuccesso" proponendo come alternativa di tenere conto delle "abitudini alimentari positive", per ottenere una "terapia nutrizionale culturalmente specifica": una bella definizione per identificare una terapia molto probabilmente più efficace e sicuramente più piacevole.

Sono molti i sapori descritti, e non solo strettamente correlati al senso del gusto.

Il sapore della tavola intesa come momento conviviale, di scambio, di vicinanza, di identificazione culturale. Afferma l'autore che "la cucina insieme alla lingua rappresenta l'ultima cosa che resta a chi migra" ed è molto importante per un dietologo avere una tale considerazione della cucina: la cucina come la lingua. Partire da un presupposto di questo tipo significa rispetto. Rispetto per il paziente e per le sue rinunce e consapevolezza di tutte le abitudini che si dovranno cambiare per assicurarsi forse un po' più di durata e di salute del corpo.

Il sapore dei gesti: "...la sequenza di gesti e movimenti che caratterizzano il nostro modo di consumare i pasti e di bere... ad esempio la bottiglia preziosa di vino, degustata in occasioni particolari e con persone care al padrone di casa...". Altri significati ancora più di nicchia, come quello espresso, per esempio, nella parte dedicata all'orto: "...l'alternanza freddo/caldo, secco/pioggia, semina/raccolta, vuoto vegetale/fioritura, vita/morte sono tutte espressioni che si ritrovano nella cultura dell'orto e a cui si possono dare significati assoluti, come l'accettazione della stessa morte", scrive il dottor Fatati. E mentre i diversi temi si richiamano a vicenda e ci portano apparentemente lontani dalla medicina, restituiscono in realtà alla cura, quella appunto con la "C" maiuscola, il suo vero e più profondo significato di ricerca collettiva, di equilibrio esistenziale.

Proseguendo nella lettura, ci imbattiamo ancora nella solita affascinante edicola dell'Ospedale e questa volta il libro è di Paulo Coelho e si intitola *La strega di Portobello*. La citazione in bocca ad un dietologo suona allegramente provocatoria soprattutto dove dice: "E perché dobbiamo essere magri?...Anziché pensare al modo per avere una vita migliore, siamo ossessionati dal peso. ...Chi ha inventato la storia che bisogna essere magri tutta la vita?...Anziché bruciare artificialmente le calorie, cercate di trasformarle nell'energia necessaria per realizzare i sogni...". Mi rendo conto e se ne rende conto sicuramente il dottor Fatati: non possiamo in questo caso parlare di *medicina basata sulle evidenze*, o meglio siamo nell'ambito di evidenze di tipo diverso. È in gioco l'essenza multiforme dell'esistenza, che non si presta ad essere incasellata in modo definitivo in nessuna statistica ma è fatta piuttosto di fantasia, di poesia e di bellezza.

La cosa interessante a questo punto è che il dottor Fatati è prima di tutto un medico. Non a caso i primi capitoli sono quelli dove le citazioni di tipo scientifico sono più presenti. Per chi come me è medico si tratta di un esordio confortante. Questa volta però gli elementi scientifici sono intesi semplicemente come strumento di lavoro, più o meno utile a seconda dei casi: non sono né l'inizio né la fine di tutto. L'inizio e la fine di tutto è là fuori nel mondo, in tutti quei sapori, nelle emozioni, in tutta

la fragilità e nello smarrimento, non solo in quelle che, per semplicità, abbiamo chiamato malattie.

Scrivo queste righe con la finestra aperta e sento i bambini dall'altra parte della strada uscire vocianti da scuola nel sole di settembre. Anche mia figlia Maria, che ha nove anni, mi ha raggiunto in studio e adesso è qua vicino a me. Venendo sono passato in panetteria e le ho preso un bombolone alla crema per merenda. Erano tantissimi anni che non ne compravo uno. Adesso ne riconosco il profumo. È il profumo della spiaggia di Alassio in Liguria, con gli ombrelloni blu e una sabbia finissima. Io ho più o meno sei anni e una maglietta con le maniche corte, a righe orizzontali arancioni e verdi.

Di emozioni di questo tipo tiene conto il dottor Fatati quando compila le sue diete. Il suo piccolo libro ci conferma che le ricette di cucina sono di una materia speciale, che è la stessa dei ricordi, e dei ricordi d'infanzia. Materia fragile e preziosa da maneggiare con cura.

Luca Aimetti
Medico di medicina generale
Villar Perosa, Torino