



TESTIMONI

La malattia l'ha costretto a rinunciare all'insegnamento alla Pontificia Università della Santa Croce. Ma in una parrocchia romana ascolta chi cerca una guida. E sta diventando un riferimento per gli ammalati

«Con la Sla, sacerdote fino in fondo»

GIUSEPPE MUOLO

Appena varcata la soglia della parrocchia di San Josemaría Escrivá, quartiere Ardeatino di Roma, si viene subito immersi nella luce che dalle grandi finestre della chiesa irrompe nell'unica navata. La stessa luce che si percepisce negli occhi di una signora che si è appena confessata da don Alvaro Granados. Sono le 10.30 di un venerdì mattina e il sacerdote spagnolo, nonostante sia malato di Sla da sei anni, non rinuncia al suo ministero. Dopo aver celebrato la Messa nella cappella feriale, si dedica nel suo studio alle visite di amici e parrocchiani, così come fa tutti i giorni. Un'ora e mezza al mattino e un'ora e mezza al pomeriggio. Alle sue spalle c'è il quadro di un vicolo di paese, un dono che proprio qualche giorno fa alcuni di loro gli hanno portato.

«Mi fanno sentire vivo e ben voluto - dice don Alvaro -. A volte vengono per confessarsi, mi parlano dei loro problemi spirituali e familiari. A volte invece vengono solo per un saluto e per portarmi un piccolo regalo. Sono molto contenti di vedermi, ma sono io quello che ricevo più benefici da questi incontri, così come dalla vicinanza dei miei familiari e dei sacerdoti. Credo che ogni malattia si possa vivere bene solo se si è circondati di persone che non ti fanno sentire un peso. Che ti dimostrano il loro amore». E il pensiero del sacerdote va anche agli operatori sanitari che lo curano quotidianamente. «Con loro ho un rapporto che oltrepassa quello professionale. Sono straordinari, trascorriamo insieme nove ore al giorno. Posso dire che ci divertiamo. Grazie a Dio e a tutte queste persone sto vivendo con grande serenità».

Don Alvaro ha sessant'anni. Una vita dedicata alla direzione spirituale di sacerdoti e fedeli e alla pastorale in parrocchia. Attività che, nonostante tutto, continua a portare avanti nella parrocchia di San Josemaría. È nato a Madrid nel 1964, si è laureato in Giurisprudenza presso l'Universidad de La Laguna a Tenerife nel 1988 ed è venuto a Roma per studiare teologia fondamentale all'Università della Santa Croce, dove nel 1996 è diventato dottore in Filosofia, con specializzazione in Antropologia filosofica. È stato ordinato sacerdote nel 1994 e tra gli anni 1995 e 2006 ha esercitato il suo ministero come formatore presso il Collegio Ecclesiastico Internazionale "Sedes Sapientiae". È stato anche rettore del Collegio sacerdotale Tiberino e nel 2009 presso la Lateranense ha conseguito il dottorato in Teologia pastorale, che ha insegnato alla Santa Croce fino a quando la Sla non ha fatto irruzione nella sua vita.

«Inizialmente mi sono accorto di non avere più la sensibilità del piede destro. Così, dopo alcune visite mediche mi hanno diagnosticato la malattia. Prima ho perso il movimento degli arti inferiori e poi di quelli superiori. Da un anno sono completamente immobilizzato. Posso muovere solo la testa, la mandibola e la bocca». Questo però non gli ha impedito di continuare a essere un sacerdote a tutto tondo. Cioè, un uomo di relazioni. Con Dio e con i fedeli. «È una malattia pesante, dura - dice della Sla -, ma mi ha permesso di maturare e soprattutto di capire quali sono le cose che veramente contano nella vita. Oltre al valore della fede cristiana, in questi anni di infermità, ho scoperto e riscoperto il grande valore delle relazioni umane, ciò per cui vale veramente la pena lottare in questo mondo. Chi ha molte relazioni con le persone è ricco, chi non ne ha è povero».

Ed è proprio da una relazione che sono nati i video che don Alvaro pubblica su YouTube da

un anno, in cui commenta il Vangelo per i malati. «Questi video sono soprattutto il frutto della testardaggine di un mio caro amico dottore, che si impegna a realizzarli. Io da solo avrei mollato subito. Invece, grazie al suo incoraggiamento, sono andato avanti. Mi auguro che possano essere utili a chi come me è nella sofferenza. E spero di poter dare un senso alla malattia di altre persone anche da sacerdote infermo».

La forza, dice senza mezzi termini don Alvaro, gli viene dal Vangelo. Qual è la pagina che sente più vicina in questo momento? «C'è l'imbarazzo della scelta - risponde -. Ma mi ricordo

spesso il passo della vedova al tempio, che con due spiccioli riesce a entusiasmare Cristo, cioè Dio. Io penso che offrendo a Lui le piccole cose della mia malattia, gli acciacchi, un dolore improvviso, un momento di disagio, è come se mi avvicinassi al comportamento della vedova. Non sto dando niente concretamente, ma per Dio è tanto, è tutto. Lo riempie di amore. Offrendo i piccoli e grandi disagi che attraverso, posso colmare di gioia il cuore di Dio. Questo mi entusiasma e mi aiuta a dare un senso alla mia malattia».

La forza gliela danno anche gli insegnamenti di san Josemaría Escrivá de Balaguer, fondatore dell'Opus Dei, canonizzato nel 2002 da papa Giovanni Paolo II. È a lui che è dedicata la parrocchia dove don Alvaro risiede attualmente. «Egli diceva che le persone più importanti della Chiesa sono i malati. Essi hanno accompagnato la storia del cristianesimo. Da sempre ci sono persone che offrono con amore e con fede a Dio la propria malattia, diventando come le fondamenta della comunità ecclesiale. Solamente quando saremo nell'altra vita capiremo quanta importanza hanno avuto i malati nel sostenere la Chiesa e l'umanità con il proprio sacrificio silenzioso di accettazione della malattia come offerta a Dio in Cristo».

Ed è proprio a chi come lui è nella sofferenza che don Alvaro vuole mandare un messaggio. «Ai malati vorrei dire che giochiamo un ruolo importantissimo in una società che sta diventando sempre più individualista. Aiutiamo tutti a essere rispettosi delle persone in quanto tali. Questo è particolarmente importante oggi, perché dilaga la tendenza a valutare la persona solo per la sua utilità, per quanto guadagna, per quanto è bella, per quanto fa rendere un'azienda. Invece no, l'essere umano ha un valore infinito solo per il fatto di essere tale. Noi malati ricordiamo a tutta la società questo principio fondamentale: la dignità infinita della persona, come insegna il dicastero della Dottrina della fede nel recente documento *Dignitas infinita*».

Infine, anche un pensiero per Salvatore Mazza, vaticanista di *Avvenire* morto di Sla il 26 dicembre 2022: «Durante la sua malattia ha offerto tanti scritti, incoraggiando tutti ad affrontare il proprio calvario», ricorda il sacerdote. Che ci tiene a salutare e ringraziare in modo particolare i membri di Aisla, l'Associazione italiana Sclerosi laterale amiotrofica: «Bisogna credere fortemente in questa associazione. Le difficoltà sono tante, a volte ci sembra di scalare una montagna infinita. Ma i frutti stanno arrivando e arriveranno in futuro. Grazie per quello che fate. Con queste parole - conclude - vorrei salutarvi tutti, con l'augurio di vivere con pace e tranquillità gli anni che Dio vorrà donarci. Evviva la vita».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Don Alvaro Granados, 60 anni, malato da sei, celebra Messa, fa direzione spirituale, confessa. E su Youtube spiega il Vangelo



Don Alvaro Granados, 60enne spagnolo, nel suo studio della parrocchia di San Josemaría Escrivá, quartiere Ardeatino di Roma

OGGI LA GIORNATA MONDIALE

Sclerosi multipla, diagnosi precoce contro la disabilità

Il virus della mononucleosi è «un prerequisito» dell'insorgere della Sclerosi multipla, anche se «non è chiaro ancora in che modo un virus così comune possa contribuire» a far sviluppare la malattia. L'ha detto Kjell-Morten Myhr dell'Università norvegese di Bergen intervenendo ieri alla prima giornata del congresso annuale della Fism, la Fondazione dell'Associazione italiana Sclerosi multipla, che si chiude oggi a Roma nella Giornata mondiale dedicata alla malattia. In Italia i pazienti sono 140mila, con

3.600 nuove diagnosi l'anno. La ricerca sta ottenendo notevoli risultati nella diagnosi precoce, decisiva per mantenere una qualità e un'aspettativa di vita non dissimili da chi non è affetto dalla malattia. Anticipare il più possibile la diagnosi consente di partire tempestivamente con trattamenti a loro volta sempre più efficaci, in grado di abbassare il rischio di disabilità. «C'è bisogno di una ricerca che produca ricadute concrete sulla vita delle persone con Sm», ha ricordato la vicepresidente Aism Rachele Michelacci.

MARIA FRIGERIO, GIÀ DIRETTRICE DI CARDIOLOGIA AL NIGUARDA DI MILANO, CON UNA LUNGA ESPERIENZA NEI TRAPIANTI

Da medico a malata (e scrittrice): «Decisivo l'ascolto di noi pazienti»

COSTANZA OLIVA

«All'inizio mi arrabbiavo, ma ho imparato che con la malattia si può convivere: me lo hanno insegnato i miei pazienti». Nella consapevolezza delle parole della dottoressa Maria Frigerio, direttrice di Cardiologia all'Ospedale Niguarda di Milano fino al novembre 2021, risuonano i tanti anni di esperienza professionale. Da quando, alcuni anni fa, le è stato diagnosticato il morbo di Parkinson, si è trovata a vivere lei stessa la malattia in prima persona. «Non bisogna considerarla una maledizione del destino e nemmeno un'anomalia, non è così strano ammalarsi - spiega -. E di fronte alla realtà non è che si possa fare un granché. Tutto sommato è meglio guardarla per quello che è, e trovare il modo di adattarsi». È una donna minuta ma imponente ed elegante. Ora che è in pensione ha potuto riscoprire l'antica passione per la scrittura. Ricorda di aver imparato a leggere quando aveva quattro anni, imitando la sorella maggiore. «Il mio professore di italiano del liceo mi disse che dovevo fare la scrittrice, non il medico. Ma speravo di poter dedicare il tempo libero alla letteratura, mentre la medicina non poteva essere un hobby. Per questo non gli ho dato retta e sono diventata una cardiologa, però è rimasta una grande passione». E scrittrice, alla fine, la dottoressa Fri-

gerio è diventata davvero. Nel 2023 ha vinto il primo premio per la sezione gaggistica e il premio speciale «Giuseppe Moscati» per la sezione narrativa del concorso letterario per medici scrittori "premio Cronin", promosso dall'Associazione Medici Cattolici Italiani. E al Salone del Libro di Torino ha portato *Il cuore che visse tre volte. Storie di cuori in transito* (De Nicola Editore), racconti di esperienze di vita in ospedale raccolte da chi per oltre 20 anni è stata a capo del reparto di insufficienza cardiaca e trapianti dell'Ospedale Niguarda di Milano, che chiama «la seconda, se non prima casa». Un libro in cui toni e registri diversi si incontrano in una narrazione che pone l'accento sulla centralità del paziente e sull'importanza della personalizzazione delle cure. Il titolo corrisponde a quello del primo racconto, il più caro e personale. È il cuore di suo fratello, del suo «super fratello», che per Maria, la sorella minore, era un modello e «un po' un mito». Quando è mancato, poco dopo aver compiuto 40 anni, il cuore di Alberto ha compiuto altri due viaggi in due pazienti in attesa di trapianto proprio nel reparto della dottoressa Frigerio. La sua esperienza di medico e di parente si intreccia con quella dei pazienti e vibra in una narrazione puntuale, intima e profonda. «L'aspetto fondamentale, secondo me, è tener presente che quando lavoriamo con i pazienti ciascuno ha la sua unicità, anche nel modo in cui

reagisce e manifesta la malattia», sottolinea la dottoressa Frigerio. L'umanizzazione passa anzitutto dalla comunicazione. «Bisognerebbe insegnare a relazionarsi con il paziente, per imparare a dare le cattive notizie nel modo migliore, ma anche per informare correttamente non solo sui termini legali per il consenso informato ma perché le persone capiscano davvero». Attenzione al paziente significa anche personalizzazione delle cure, avendo la capacità di andare oltre quella che Maria Frigerio chiama «l'ossessione» per le linee guida. «Sono raccomandazioni, non norme cogenti, e bisogna sempre valutare se si adattano al proprio paziente. Le linee guida ci danno una traccia, poi però bisogna fare un passo ulteriore. Dobbiamo ricordarci che curiamo un paziente alla volta: statisticamente, la maggior parte dei pazienti con insufficienza cardiaca è anziana, ma ciò non esclude che una

giovane donna possa esserne affetta. È importante non avere i paracocchi: quello che ci troviamo di fronte è un paziente, la sua storia e quello che noi siamo capaci di vedere, ascoltare e tirare fuori». Contemporaneamente, bisognerebbe rivalutare il tempo che il medico passa con il paziente: «Una visita ambulatoriale specialistica è retribuita pochissimo, mentre un esame strumentale viene valorizzato molto di più. Si dà più risalto alla tecnologia che non alla competenza clinica o alla capacità di relazione. Chi è che dà valore al medico che si mette a organizzare bene la terapia affinché un paziente tolleri e accetti di prendere tutte quelle medicine?». Un vero punto dolente è l'organizzazione. «Da paziente ho sperimentato davvero la difficoltà di trovare la presa in carico - ammette la dottoressa Frigerio -. E mi dispiace perché io invece l'ho sempre difesa per i pazienti trapiantati o in lista, e ne sono molto fiera. Ci dicevano che i nostri pazienti erano troppo coccolati, ma è la cosa più logica che ci sia. Il nostro laboratorio di ecocardiografia sapeva che ogni giorno gli avremmo fornito un certo numero di pazienti, ancor prima di conoscere i loro nomi. Sapevamo la misura delle nostre esigenze: se il paziente che viene oggi a fare la visita deve rifare l'ecocardiogramma dopo sei mesi ha il suo slot già pronto». Una buona organizzazione aiuta una buona medicina, che secondo Maria Frigerio si

può realizzare con la determinazione, la competenza e la pianificazione. «Avere un piano multidimensionale, onnicomprensivo del malato cronico non è una cosa impossibile da fare». In questo senso l'innovazione e l'informatizzazione possono essere molto utili. «Penso a un allarme automatico per esami che hanno valori sbalati, o per le colture positive. O una modalità, anche solo un pallino rosso, per cui quando apro il pannello degli esami mi vengano mostrati automaticamente in evidenza quelli che non ha ancora mai visto nessuno». Parlando del lavoro le si illumina il viso, stretto tra qualche onda bianca. Racconta la variegata esperienza del trapianto, lavoro specialistico e da internista, allo stesso tempo medico di famiglia e medico scienziato. Le torna in mente l'adrenalina dei momenti più critici, ma subito pensa al patrimonio relazionale con i pazienti, che in alcuni casi va avanti da più di 30 anni. «L'importante è avere la capacità e la volontà di capire il modo di pensare del paziente, e di trovare il modo di farci capire da lui. Ne ho seguiti più di mille che hanno fatto il trapianto, e tanti altri che non l'hanno fatto: non ce ne sono due uguali. L'importante è ascoltare. Noi crediamo di fare chissà cosa. In realtà, quando ci riusciamo diamo un po' di tempo in più alle persone, ma poi se in quel tempo saranno felici o infelici non è in nostro potere determinarlo».

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Maria Frigerio

Sintomi di felicità

All'istinto del bene serve perseveranza. Senza distrazioni



MARCO VOLERI

Dà al mondo il meglio di te, e forse sarai preso a pedate: non importa, dà il meglio di te

Madre Teresa di Calcutta

Un giorno, un saggio viandante attraversò il regno e si fermò sotto un albero. Gli animali della foresta, curiosi, si avvicinarono per ascoltare le sue storie. «C'era una volta, in un regno lontano tra le alte montagne, un'aquila fiera e solitaria che dominava i cieli con la sua eleganza inconfondibile. Volava sopra le vette innevate, osservando il mondo dall'alto con occhi penetranti e saggi. Tutti gli animali della foresta la rispettavano e ammiravano la sua maestosità. Nello stesso regno c'era anche un corvo, impertinente e audace, con una buona dose di superbia, invidioso della regalità dell'aquila. Un bel giorno decise di sfidare sua maestà. Il corvo, con la sua arroganza, si posò sulla schiena dell'aquila e cominciò a beccarle il collo, convinto di poterla infastidire e distrarre. Gli altri animali, spettatori increduli, trattennero il fiato, immaginando che da lì a poco il corvo sarebbe stato ridotto a brandelli dal rapace. Ma l'aquila, con calma olimpica, non reagì, non spreco nemmeno un battito d'ali per scacciare il piccolo volatile. Era come se sapesse, nel suo silenzio dignitoso, che c'era un modo migliore per risolvere la situazione. Con una serenità inaspettata l'aquila iniziò a salire verso l'alto. Il vento divenne più freddo e rarefatto, ma lei continuava a volare con le sue ali possenti che fendono l'aria. Il corvo, testardo e presuntuoso, non smetteva di beccare. A ogni metro guadagnato dall'aquila, l'aria si faceva più sottile e il corvo cominciava a sentirsi affaticato. I suoi colpi di becco si fecero più deboli, il suo respiro più affannoso. L'aquila, imperturbabile, saliva ancora, sempre più in alto, verso il cielo limpido e infinito. Alla fine, il corvo non ce la fece più. Sfinito e senza fiato, si staccò dall'aquila e precipitò verso il basso. L'aquila non si voltò, non spese nemmeno un pensiero per il suo aggressore caduto. Continuò a volare verso le vette, libera e regale come se nulla fosse accaduto». Gli animali della foresta rimasero spaesati e sorpresi dalla storia raccontata dall'uomo. Un giovane scoiattolo, con gli occhi pieni di dubbi, si fece avanti e chiese: «Saggio viandante, come possiamo continuare a fare il bene e perseverare quando il mondo è così pieno di ingiustizie? Come possiamo non essere scoraggiati quando sembra che i nostri sforzi non facciano alcuna differenza?». «Non importa quanto gli altri siano irragionevoli, egoisti e insensati - rispose con voce ferma e calda il viandante -, voi dovete comunque continuare a fare il bene. Non importa quanto le vostre azioni possano essere fraintese o sottovalutate; voi dovete perseverare. Non lasciate che le piccole distrazioni vi portino via energia. Non combattete battaglie che non valgono il vostro tempo. Invece, come l'aquila, puntate sempre più in alto. Lasciate che siano i corvi a cadere per la loro stessa presunzione, mentre voi continuate a crescere, a volare, a vivere la vita al massimo delle vostre potenzialità».

© RIPRODUZIONE RISERVATA