

Virus e batteri sono i soli ad aver interpretato perfettamente la globalizzazione. Si spostano col vento, con l'aria, con gli animali, con gli insetti, con gli esseri umani, e magari anche con le merci. Fermarli è come pensare di arrestare il vento alzando le braccia. Bisogna che ci sappiamo adattare e adeguare.

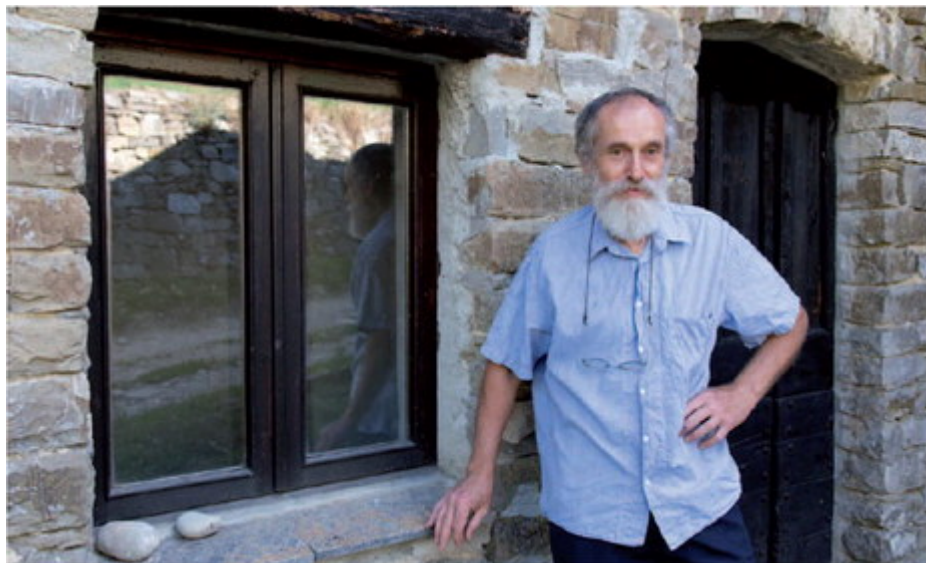
Così il dottor Piero Mozzi, interpellato sul Covid-19, il terzo virus animale dopo la Sars e l'Ebola, il primo della serie a colpire il nostro paese. Preda del panico prodotto da misure spesso contraddittorie e dall'infodemia dilagante, la valanga informativa dei media, che, anziché rassicurare, genera cacofonia e confusione, travolgendo la diga di ogni buon senso e misura, sacrificati all'audience e alle ragioni dei consigli per gli acquisti.

Mentre il virus si sparge nelle regioni italiane, portandoci a pensare che il numero di contagi potrebbe essere sottostimato, è assodato che i decessi sono limitati e circoscritti a persone avanti negli anni e con debilitazioni precedenti.

Il coronavirus si è caratterizzato per un tasso di mortalità contenuto intorno all'uno, due per cento, con una percentuale di guarigioni che l'Organizzazione Mondiale della Sanità stima al 95 per cento. Se paragoniamo le sue vittime alle ottomila morti per l'influenza e le sue complicazioni che le statistiche dell'Istituto Superiore di Sanità registrano ogni anno in Italia, sembrerebbe nei fatti poca cosa.

Tutto ciò non basta evidentemente a tranquillizzare gli animi e a vincere la psicosi della gente, sgomenta per il ripresentarsi di fenomeni che si vorrebbero confinati a un lontano passato, o circoscritti a zone del pianeta non ancora raggiunte dalla modernità.

Non siamo in presenza del *Yersinia pestis* - continua Mozzi - che forse ha scatenato l'epidemia descritta da Tucidide, della quale però non si sa bene se si sia trattato di peste o di vaiolo. Nella storia dell'umanità ci sono state varie ondate epidemiche. Quella di cui scrive Tucidide nella *Guerra del Peloponneso* è scoppiata durante la guerra tra Atene e Sparta che iniziò nel 431 a.C. Poi ci fu quella durante il governo di Giustiniano che a Costantinopoli decimò grandemente la popolazione. Seguì la cosiddetta peste nera del 1348 che fece quasi venti milioni di morti nel continente. E quella del 1630 descritta da Manzoni. Nel secolo scorso, l'influenza spagnola che è passata come la più grande pandemia della storia dell'umanità. Insomma ci sono sempre stati focolai epidemici in giro per il pianeta.



Il dottor Piero Mozzi, famoso per la sua dieta dei Gruppi sanguigni

Cosa si può fare?

Puoi isolare. Lo può fare la Cina la cui dirigenza è capace di scelte drastiche. Qui da noi è molto più difficile con un paese che sta attaccato all'altro. Va bene, laviamoci tutti le mani per un'infinità di volte al giorno. Mettiamoci le mascherine, ma poi bisogna anche vedere quanto dura la loro efficacia, tenuto conto che il contagio può avvenire anche attraverso le mucose degli occhi. O rispettiamo la distanza di almeno un metro e mezzo uno dall'altro. Tanto per dire, per disinfettare le mani, per rendere inattivi virus come questo, sarebbe molto più comodo e semplice quando si è in giro usare dell'aceto. Uno si può tenere una bottiglietta, un flaconcino di aceto di vino magari con un contagocce. Quando ritiene di aver toccato oggetti in quantità tale che le sue mani sono infette, ci versa sopra dieci gocce d'aceto e lo strofina. Ecco che non ci sono più le condizioni affinché il virus possa vivere e sopravvivere.

Intanto i media informativi ci travolgono ogni giorno con fiumi di dichiarazioni di esperti.

Assistiamo a una sorta di gara di virologi, immunologi a chi fa sentire di più il suo parere. Non è solo Burioni ad occupare la scena come primo attore.

No, sono in molti, anche se il virus pare avere un alto tasso di guarigione.

Certo, esattamente. Anche se credo che non possiamo fidarci ciecamente dei dati che i cinesi ci hanno fornito. Non sappiamo se effettivamente sono ottantamila gli infettati, che mi sembrano pochi. E se i cadaveri sono circa duemilaseicento. Forse è ipotizzabile che i numeri di contagiati e di deceduti siano più alti.

Non mancano esperti che prevedono un aumento dei contagi. Al di là dei decessi e delle guarigioni che ne conseguiranno, non è che in questo caso corriamo in primo luogo il pericolo di un collasso

del sistema sanitario? Sono anni che la sanità pubblica subisce tagli a letti di ospedale e personale, come del resto ha sempre denunciato il sindacato dei medici.

Non ci sono vaccini, non ci sono terapie. Ci sono dei consigli come quello di lavarsi le mani per bene, osservare la distanza di un metro e mezzo dalle persone, starnutire sul gomito e non in faccia al prossimo o sulle mani. La cosa da fare adesso è studiare quello che fino ad ora non è stato fatto. Bisognerebbe che si scoprisse il gruppo sanguigno delle persone contagiate e decedute. Questo ci consentirebbe di capire, per infettati e morti, se una persona con un certo gruppo sanguigno è più sensibile o meno al morbo in atto. Poi si tratterebbe di conoscere il gruppo sanguigno, il tipo di abitudini, gli stili di vita e alimentari di quelli che se la sono cavata bene, i cosiddetti portatori sani, coloro i quali non hanno subito alcun danno e sono stati contagiati senza alcun sintomo. Mentre sarebbe da capire il tipo di alimentazione, le bevande che assumevano e dove vivevano quelli che hanno sviluppato la polmonite, costruendo una casistica ben accurata. Io credo che si sia persa una grossa occasione per capire se c'è qualcuno che è più sensibile o meno al virus, studiando soprattutto gli stili di vita, in prima istanza proprio l'alimentazione, di chi ha avuto meno danni.



Piero Mozzi

I decessi riguardano persone in età avanzata e già sofferenti di particolari patologie.

È vero, i morti in Italia erano persone anziane, tranne quello che è deceduto a Como che aveva sessantadue anni, ma era già dializzato, ovvero soffriva di una patologia seria e severa come appunto l'insufficienza renale, che coinvolge anche problemi cardiocircolatori e tutto il sistema immunitario. Sembra che il virus colpisca le persone anziane, mentre i bambini non verrebbero colpiti forse perché dispongono di difese immunitarie più forti. Magari sono molto più sensibili al comune virus influenzale rispetto al coronavirus. In Italia cantiamo vittoria perché siamo quasi il popolo più longevo e più vecchio del pianeta. Quando poi i nodi vengono al pettine, ci si accorge che non è meglio essere i più longevi. Sarebbe molto meglio essere il popolo più giovane.

Saremmo più forti sotto tutti i punti di vista.

Come giudichi le misure prese da governo e regioni?

Credo che Conte sia uno specialista nell'addossare su altre persone o istituzioni le responsabilità. È un maestro nel destreggiarsi alla perfezione, non per nulla è un avvocato e sa bene come fare. Mi pare inutile che ora dia la colpa all'ospedale di Codogno che non avrebbe fatto quello che doveva fare. È del tutto inutile. Ora bisogna sapere cosa fare. Come quando succede un terremoto o un maremoto, è del tutto inutile dire è colpa mia o tua. Ci vuole della gente che sappia cosa si deve fare, che sia in grado di dare delle dritte giuste, valide, rapide ed economiche per far capire che ora è giunto il momento in cui non bisogna indebolire il proprio sistema immunitario. Perché la partita la si gioca così. In questo modo. Perché più ci indeboliamo e più siamo esposti e sensibili al virus. Più noi abbiamo un sistema immunitario a posto, valido, energico, più la passeremo liscia senza grossi problemi. Bisogna che vadano a studiare alla perfezione quelli che hanno avuto il virus e sviluppato gli anticorpi, per capire come sono riusciti a farla franca.

Nei giorni scorsi è anche sembrato che l'OMS fosse in procinto di dichiarare pandemia.

Se fosse pandemia significherebbe che è stato contagiato tutto il pianeta. Per questo virus non c'è una mortalità terrificante, ed è pensabile che alla fine con ci saranno cinque milioni di contagiati.

Direi che non c'è pericolo.

Quindi sei portato a pensare che non assisteremo a un'esplosione del contagio.

Non abbiamo la sfera di cristallo per poterlo dire. Il terrore della gente, delle istituzioni e dei governi è che il Covid-19 vada a finire in Africa perché poi chissà cosa succede. In Africa fino ad ora, nonostante tutti i traffici che hanno con la Cina, c'è stato un caso in Egitto di una persona contagiata, della quale non si è più saputo nulla.

Ma l'Africa ha vissuto l'Ebola.

Appunto. Ma l'Ebola è un virus che sicuramente è adatto alle condizioni climatiche e ambientali africane, mentre forse il Covid-19 non è così compatibile con le temperature elevate. Sembrerebbe non cavarsela bene con le temperature elevate. È facile invece che l'Ebola si possa sviluppare con le temperature africane. Però lo si vedrà, perché nessuno, come dicevo, ha la sfera di cristallo per dirci cosa ci aspetta.

Non ci resta che seguire le precauzioni che hai elencato.

È la cosa fondamentale, anche quando c'è la comune influenza. Se vogliamo evitarla, ci sono i vaccini e chi si vaccina. Tra l'altro mi sono capitate anche persone che, pur vaccinate, hanno contratto lo stesso la malattia. Personalmente non ho mai assunto il vaccino antinfluenzale e nonostante faccia il bagno dentro la vasca del fontanone di Mogliazze con l'acqua bella fresca, sono anni che non me la becco. Però, se mi mettessi a mangiare determinati alimenti e soprattutto la frutta, e non solo arance, mandarini e mandaranci che in tre quattro giorni mi provocherebbero

l'influenza con la febbre, tutta la frutta, io che sono di gruppo sanguigno zero, meno la vedo, meno influenzeavrò. Questo l'ho constatato. Parlo per cose che ho verificato, cose che ho visto su di me. Qualcuno dice che questa non è scienza. Ma la scienza che cos'è, dove è adesso? Dov'è? Sembra un po' latitante. All'epoca di Tucidide c'era Ippocrate che ha vissuto la peste descritta dallo storico. Allora la gente pensava che il morbo fosse una punizione degli dei, di Apollo. Ma Ippocrate aveva notato che gli uccelli che si cibavano dei cadaveri dei morti per pestilenza, morivano a loro volta. Arrivò a capire che non si trattava di una punizione divina, ma di un fatto del tutto terreno. Per dire che c'era già allora chi osservava. E Ippocrate è stato un grande osservatore, che per arrivare alla scienza osservava. Prima si osserva e poi si arriva alle leggi, alle regole, tenuto conto che in medicina non esiste la scienza vera.

In una puntata di *Live*, trasmissione di *Radio 1*, andata in onda lo scorso 25 gennaio, Michele Mirabella, al quale è stata conferita la laurea ad honorem per le sue trasmissioni sulla salute, ha dato una definizione strepitosa della medicina. Ha detto che la medicina non è scienza, ma un'arte. Lo studio della medicina è fatto sì di parti scientifiche come anatomia, chimica, biochimica e fisica. Ma la parte che riguarda la patologia non è scienza. È conoscenza, è esperienza, è studio, è applicazione, è metodo. Queste sono le cose che ci permettono di capire qualcosa e di incamerare conoscenze enormi e vaste sulle malattie.



Il borgo di Mogliazze, Bobbio, dove vive Piero Mozzi

Rimane che la gente viva ormai una psicosi.

Perché alla gente fa difetto il ragionamento, e non è abituata a ragionare nell'emergenza. Ora sarebbe sufficiente raccomandare alla gente di indebolire il meno possibile il sistema immunitario. Come si fa? È semplice. D'inverno, dolci, zuccheri, dolcificanti, edulcoranti, cacao, cioccolato, tutte le cose che fanno parte delle abitudini alimentari quotidiane, e la frutta tutta, lasciamoli da parte. In Cina la gente usa molta frutta perché ne produce. Sarebbe interessante andare a vedere quale tipo di frutta mangiavano coloro i quali sono stati contagiati. Per arrivare ad avere le polmoniti ci vuole il fruttosio. È difficile sviluppare la polmonite senza il fruttosio. Bisogna sostituire la frutta con la verdura, lasciare i cereali, soprattutto quelli col glutine che già d'inverno creano dei bei problemi alle vie respiratorie con la formazione di muco, catarro, e bronchiti, per i legumi. Aumentare l'assunzione di uova. Assumere pesce e carne che siano compatibili con le caratteristiche del proprio gruppo sanguigno. Basterebbe poco per vedere che succede. Si potrebbe prendere un migliaio di persone magari in quelle zone più a rischio, in quei dieci comuni del lodigiano, e vedere chi è disponibile a fare questo esperimento. Io stesso sarei disposto a far da cavia.

In conclusione?

Come per tutte le altre malattie, anche per il Covid-19 basterebbe fare i conti con le proprie caratteristiche immunitarie. Meno ci s'indebolisce, più si diventa forti e robusti nei confronti degli insulti e degli attacchi degli agenti esterni, per quanto riguarda virus e batteri. E il modo per non indebolirci è quello di adottare uno stile di vita corretto scegliendo la nostra alimentazione. Ora la gente va a fare incetta nei supermercati. Vadano a scegliersi i legumi e il pesce in scatola adatti al loro gruppo sanguigno. Difficilmente il tonno indebolisce il sistema immunitario, come le sardine, lo sgombro o il salmone. Il tacchino va bene per tutti come le uova. Insomma alimentazione corretta e ci esponiamo al virus, io compreso, e vediamo. I medici che sono arrivati a capire delle cose importanti per la medicina si sono sempre esposti in prima persona.

Nell'immagine di apertura particolare dell'incisione "La peste di Firenze nel 1348" di Luigi Sabatelli, dall'edizione da lui curata del *Decameron* di Boccaccio. Fonte [commons.wikimedia.org](https://commons.wikimedia.org)