

Letizia Gabaglio Leggere Si fa presto a dire stanchezza



A tutti è capitato almeno una volta nella vita di sentirsi molto stanchi. Il corpo non risponde più prontamente, ci si sente spossati anche dal punto di vista mentale, esausti, svuotati. Ma basta un po' di riposo, e va subito meglio. E se invece continuassimo a sentirci così per settimane, mesi, addirittura anni? Ecco, questo è quello che prova una persona affetta dalla sindrome da fatica cronica. Pazienti per cui riposarsi non serve a nulla, che vivono costantemente una stato di *prostrazione* che da fisica diventa anche psicologica. A fare luce su questa patologia, che spesso ha suscitato dibattiti accessi fra i medici, i pazienti e i loro familiari, è **Umberto Tirelli**, direttore del dipartimento di Oncologia medica all'Istituto Tumori di Aviano e primo scienziato italiano ad aver studiato questa sindrome, nel suo ultimo libro "La stanchezza quando diventa malattia" (SBC edizioni 2014, €14). Una guida chiara e onesta: di questa sindrome non sono state individuate ancora le

cause scatenanti, e la diagnosi avviene in modo indiretto, cioè escludendo che vi siano altre malattie a causare i sintomi. La stanchezza è infatti un sintomo da non sottovalutare perché spesso è il primo campanello d'allarme che l'organismo suona quando c'è qualcosa che non va: malattie cardiocircolatorie, dei polmoni, infezioni latenti, malattie autoimmuni, allergie, tumori e tante altre patologie possono esserne la causa. Ma se tutto questo viene escluso, non resta che constatare che la stanchezza è essa stessa la malattia. Per chi soffre di sindrome da fatica cronica, quello di Tirelli è sicuramente un libro prezioso perché pieno di indicazioni utili a migliorare la terapia e la qualità di vita. Per chi ne vuole capire di più, è un testo fondamentale perché spiega in maniera rigorosa ma accessibile a tutti le evidenze scientifiche che indicano la natura di questa malattia.

