



# La stella della **CURA**



*Avere cura delle proprie  
passioni, di una pianta,  
di qualcuno... Per avere  
un giardino fiorito,  
o sconfiggere  
una malattia!*



**CURA** è una bellissima parola, forse una delle più belle che esistano. La usiamo spesso e in situazioni diverse: avere cura di qualcuno, la cura del giardino, fare qualcosa con cura, curare le proprie passioni e così via. Tutte espressioni legate a un'attenzione verso gli altri, a comportamenti attivi e responsabili, che porteranno vantaggi futuri, come una persona più contenta o un giardino fiorito. Senza cura, le cose vanno storte. E infatti il contrario di curare, secondo il vocabolario, è infischiarne, trascurare. Per questo, con il termine **CURA** indichiamo anche l'insieme dei trattamenti e dei medicinali con cui si aiutano i malati a guarire. Invece di trascurare una malattia, si trovano i rimedi giusti per sconfiggerla!

Quando siamo malati, infatti, andiamo dal medico che per prima cosa ci chiede come ci sentiamo, ossia si informa sui sintomi, e osserva i segni della malattia. Quindi il dottore fa la sua diagnosi, dicendoci che cosa abbiamo. A volte il medico ci fa anche fare degli esami, come quelli del sangue, per capire meglio di che cosa soffriamo, e infine ci dà la cura giusta. **In alcuni casi la cura ci fa guarire, in altri ci permette di convivere anche per molti anni con la malattia.**



3000  
AVANTI  
CRISTO...

Nel caso del cancro, per esempio, non sempre si guarisce, ma si sono fatti enormi passi avanti da quando questa malattia è stata **SCOPERTA**. Pensate che la più vecchia descrizione del cancro è stata trovata in Egitto e risale a un papiro del 3000 avanti Cristo... circa cinquemila anni fa! Su questo papiro un antico medico egiziano scriveva: "Non esiste cura". Per l'epoca aveva ragione, ma non sapeva tutto quello che sappiamo oggi: per fortuna il cancro è una malattia che in molti casi si può curare!

Un tumore al rene, o al seno, o alla pelle, può essere rimosso con il bisturi. E poi può essere ulteriormente curato con alcuni medicinali.

**Ma il percorso di ricerca per arrivare a una cura efficace può essere molto lungo. Oggi si segue questa procedura:**

- si studia la cura in laboratorio, usando il computer o facendo degli esperimenti nelle cellule;
- quando si ottengono risultati positivi, si prova la cura negli animali, di solito topi, per controllare che non ci siano effetti collaterali dannosi per gli esseri umani (i ricercatori sono anche all'opera per trovare un sistema alternativo che lasci i topi in pace, ma al momento non ci sono ancora riusciti quindi... grazie, topi!);
- per legge, i test negli animali devono dimostrare che la cura non è rischiosa;
- in tal caso, si può passare a sperimentarla negli esseri umani... prima in poche persone e poi, se i risultati sono positivi, si passa a gruppi più ampi.



LUNGHE  
RICERCHE  
PER TROVARE  
LA CURA

Quanto ci vuole perché una cura diventi un farmaco approvato e venduto nelle farmacie, seguendo questa procedura? **Beh, non meno di dieci anni!** Dieci anni sembrano tanti, ma sono assolutamente necessari perché le cure siano scientificamente verificate e sicure per i pazienti.



**Una volta i tempi erano forse più brevi, ma la procedura era simile, e sapete dov'è nata? Su una nave.**

**James Lind** era un brillante giovanotto scozzese, nato nel **1716**, che per fare pratica in medicina si arruolò nella marina britannica. All'epoca i marinai costretti in mare per lunghi periodi si ammalavano spesso e per un giovane medico stare a contatto con loro era un'ottima occasione per fare esperienza. Perciò Lind si imbarcò e notò che la malattia più diffusa era lo **scorbuto**: i marinai si indebolivano, avevano le gengive sanguinanti, un mucchio di infezioni e tanti altri sintomi poco piacevoli. Lind, che aveva provato in prima persona il cibo disgustoso che si mangiava sulle navi e l'acqua praticamente putrida conservata nelle botti di legno, **intuì che l'alimentazione poco salubre potesse essere la causa dello scorbuto**.

**Si chiese: quali alimenti mancano ai marinai?** La risposta fu: frutta e verdura. Difficili da conservare, sulle navi venivano del tutto eliminate dalla dieta. Ma Lind doveva ancora dimostrare la sua ipotesi e così fece un esperimento: prese dodici marinai ammalati e li divise in sei coppie. Ogni marinaio coinvolto doveva seguire una dieta fissa, uguale per tutti, e inoltre prendere un supplemento che variava da coppia a coppia. I sei supplementi che il dottor Lind aveva scelto erano le sostanze che le credenze popolari dell'epoca consideravano possibili rimedi per lo scorbuto: sidro, limoni e arance, elisir di vetriolo, aceto, acqua salata, un miscuglio di aglio, mostarda e rafano.

Dopo sei giorni di cura soltanto i quattro marinai che mangiavano limoni o arance erano migliorati al punto da tornare in servizio; gli altri continuavano a peggiorare.

**Grazie a questo esperimento, Lind scoprì che negli agrumi c'è qualcosa senza il quale ci ammaliamo di scorbuto (si scoprì poi che quel qualcosa è la vitamina C).**

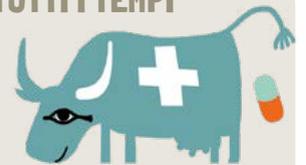


Soprattutto, però, il **DOTTOR LIND** scoprì che per verificare se una cura funziona bisogna fare un confronto tra chi la fa e chi no. Da allora un confronto di questo tipo si chiama sperimentazione controllata, perché il trattamento che si fa in un gruppo è controllato da quello che non si fa all'altro gruppo.

Anche le cure contro il cancro derivano da ricerche scientifiche e devono passare attraverso studi controllati che servono a verificare non solo che la cura sia efficace, ma anche che non sia tossica (vedi **CELLULA**, pp. 10–15). Perciò la prossima volta che prenderete un farmaco o lo vedrete in farmacia, invece di sbuffare o pensare che potrebbe avere un sapore poco gradevole, pensate al grande lavoro che ci è voluto per crearlo e a quanto, nonostante le malattie, siate fortunati nell'avere così tante cure a... **prendersi cura di voi!**

### QUIZ \* STRANE CURE! LE BIZZARRIE DELLA MEDICINA DI TUTTI I TEMPI

- 1) Nell'antico Egitto gli escrementi umani e animali venivano usati come cura per moltissime malattie  
 Vero  Falso
- 2) Nessun veleno è mai stato usato per produrre delle medicine  
 Vero  Falso
- 3) Il pane ammuffito veniva usato nell'antichità per curare le ferite  
 Vero  Falso
- 4) I medici medievali in Europa non sapevano che analizzare la pipì di un paziente aiuta a fare la diagnosi  
 Vero  Falso
- 5) Una famosa bibita gassata che ci piace tanto una volta era un medicinale e si comprava in farmacia  
 Vero  Falso



Risposte a p. 47



# LA CURA

Esperienze quotidiane di cura

Guidiamo i bambini e le bambine a scoprire i numerosi significati della parola "cura": prendiamo spunto dal loro libro, cerchiamoli sul dizionario, facciamo degli esempi concreti. Quindi chiediamo loro di raccontare le **esperienze di cura** che conoscono: per esempio, svolgere un compito con precisione o usare i libri della biblioteca di classe con delicatezza, aiutare un compagno a finire un esercizio difficile o tirargli su il morale se è triste, annaffiare le piante, dare da mangiare al nostro animale domestico... Troviamo poi i casi in cui "cura" significa **terapia**, come prendere lo sciroppo per la tosse, o un'altra cura prescritta dal medico dopo una visita.

"Cura" come attenzione verso sé o gli altri

Scriviamo gli esempi alla lavagna per guidare i bambini a comprendere che, in tutte queste situazioni, "**cura**" implica **un'attenzione verso sé o gli altri**. Facciamo quindi emergere che queste attenzioni portano in genere molti **vantaggi**: ci fanno sentire meglio e migliorano la qualità della vita altrui e nostra, in quanto possiamo vivere in un ambiente più sano, con persone più felici e in un clima più sereno.

Sperimentazioni controllate per cure sicure ed efficaci

Parliamo poi delle cure intese come **trattamenti** e **medicinali**, per sottolineare il percorso necessario a metterle a punto. Ripartiamo da quanto abbiamo letto e spieghiamo che, per trovare una cura, molte persone **lavorano insieme** e compiono tanti passi piccoli e grandi, in un periodo di tempo che può essere molto lungo, facendo numerosi **esperimenti**. Ripercorriamo i passaggi delle **sperimentazioni controllate**, a partire dal caso dello scorbuto, per trovare cure sicure ed efficaci. Rivediamo le domande iniziali che si era posto il dottor Lind, le ipotesi che aveva formulato, le osservazioni e i passaggi che aveva compiuto per verificare le ipotesi. Possiamo creare un cartellone o far disegnare ai bambini a gruppi le diverse fasi della sperimentazione di Lind. Raccontiamo alcuni esempi per spiegare che i ricercatori sostenuti da **AIRC** lavorano proprio per rendere il cancro sempre più curabile e per prevenirlo.

Cura come relazione con gli altri e responsabilità

Le attività proposte ci permettono di concretizzare questi concetti e far sperimentare ai bambini e alle bambine il significato di "cura". È un modo per scoprire che l'azione di curare implica una **relazione con gli altri** e questo ci rende **cittadini attivi e responsabili**, che danno il proprio contributo per il benessere degli altri. Ma sono anche strumenti utili a introdurre e sviluppare in classe quelle **competenze non cognitive** che sono recentemente entrate a far parte della didattica. In particolare, ci



si riferisce alle abilità umane e sociali legate allo sviluppo di **comportamenti positivi** e motivazionali, alla capacità empatica, di comunicare e di collaborare, fondamentali nella **crescita** di ciascun alunno e alunna, e del gruppo classe.

Sviluppare empatia, comunicazione e collaborazione

## Webinar

Nel corso dell'a.s. 22/23 verrà realizzato un webinar formativo per approfondire i temi legati alle competenze non cognitive e allo sviluppo delle abilità umane e sociali. Maggiori informazioni – il programma, i formatori e le modalità di partecipazione, oltre che i relativi link per l'iscrizione – verranno inviati via mail.



## ATTIVITÀ

### Prendersi cura

- **Obiettivi:** comprendere il concetto di "prendersi cura"; mettere in atto azioni di cura per gli altri; imparare ad accettare la diversità e le opinioni differenti dalle proprie; favorire supporto reciproco, conoscenza e inclusività.
- **Metodologia:** lavoro individuale.
- **Strumenti/Materiali:** foglietti colorati, penne, un contenitore (sacchetto di stoffa o scatola).
- **Durata:** 1 settimana (5 giornate scolastiche consecutive).
- **Disciplina:** Italiano, Educazione civica.

Con questa attività scopriremo insieme ai bambini e alle bambine il significato di **prendersi cura** ed **essere curati** (e che cosa si prova).

Spieghiamo che per una settimana giocheremo ai **nani** e ai **giganti**: diamo a ognuno un foglietto su cui scrivere il proprio nome, che poi inseriremo nel sacchetto (o scatola). Invitiamo un bambino per volta a pescare un foglietto a caso e a leggerne il nome, tenendolo segreto. Spieghiamo che chi pesca

sarà il nano e avrà il compito di prendersi cura di un gigante, cioè il compagno o la compagna di cui ha pescato il nome.

Prima di iniziare, chiariamo che le azioni di cura devono essere **utili** e **gradite agli altri** e che quindi non devono far piacere solo a chi le compie. Capire e accettare ciò che è importante per gli altri è infatti il primo passo per prendersi cura di loro. Invitiamo ognuno a pensare alla compagna o al compagno di cui hanno pescato il nome e a che cosa piace o interessa o importa loro.

Ricordiamo che una cosa importante per gli altri a noi può sembrare poco significativa: prendersi cura significa anche **non sminuire** l'importanza che gli altri attribuiscono a esperienze, situazioni o emozioni, e questo vale anche per le preoccupazioni e le paure. Poi facciamo alcuni **esempi concreti** per capire come il nano può prendersi cura del gigante facendo dei favori anche senza farsi notare: riordinare il banco, sistemare lo zaino (se al gigante non dà fastidio che si tocchino le sue cose!), lasciare un fiore, portare un frutto per merenda... Al termine della settimana **riflettiamo** sull'esperienza vissuta e aiutiamo a far emergere e a prendere consapevolezza di cosa hanno provato gli alunni nei **due ruoli**: come vi siete sentiti a prendervi cura di un'altra persona? Quali emozioni avete sperimentato? Avete provato emozioni nuove? Come vi siete sentiti nel vedere le reazioni del vostro gigante? E così via. Poi guidiamoli a esprimere ciò che hanno provato nell'essere giganti e nel ricevere le azioni di cura. Ascoltiamo le loro risposte e lasciamoli liberi di raccontarci ogni emozione. Concludiamo chiedendo quale ruolo sia piaciuto di più e perché, per iniziare a far maturare la consapevolezza che possiamo essere più felici quando **dedichiamo tempo e attenzioni** agli altri e non pensiamo solo a noi stessi.

## La cura nell'arte

**Obiettivi:** comprendere l'evoluzione del concetto di cura e l'importanza delle scoperte scientifiche nella cura delle malattie.

**Metodologia:** lavoro in gruppo.

**Strumenti/Materiali:** immagini riprese da un sussidiario di Storia e di opere d'arte reperite online riguardanti medici e cure nella storia; LIM o proiettore.

**Durata:** 2-3 ore.

**Disciplina:** Storia, Arte e immagine.

Riprendiamo il **quiz sulle cure bizzarre nella storia** a pagina 21 del libro per ragazzi. Verifichiamo insieme le risposte date e chiediamo se conoscono altre cure "strane", di cui hanno letto o sentito raccontare per esempio dai nonni. Raccogliamo tutte le osservazioni e poi riflettiamo su come le cure sono **cambiate** nel tempo.

Mostriamo le **immagini** riprese da un sussidiario di Storia in cui si vede come, per esempio, gli antichi Egizi, Romani, Greci curavano le persone. Dopo mostriamo le immagini di **opere d'arte** raccolte online, in cui siano rappresentati medici e pazienti e le modalità di cura che venivano impiegate nei secoli passati. Chiediamo di **commentare** ogni immagine e di rilevare le stranezze, per poi individuare come oggi si curano le malattie rappresentate.

Poi osserviamo il **rapporto tra medici e malati** nelle immagini per accompagnare i bambini a comprendere che, anche se sono cambiati e migliorati gli esami, gli strumenti e i medicinali, l'attenzione nei confronti dei pazienti è la stessa: quali posizioni hanno i personaggi? Come sono orientati gli sguardi? Cosa guardano i dottori? Cosa i malati? Quali sono i gesti di cura e di accudimento raffigurati?

Ecco alcuni esempi di opere d'arte reperibili online che rappresentano medici e tipi di cure:

Domenico Di Bartolo, *La cura degli infermi* (1440), S. Maria della Scala (Siena).

Frans van Mieris il Vecchio, *La visita del dottore* (1657), Kunsthistorisches Museum (Vienna).

Jan Steen, *La visita del dottore* (1658-1662), Aspley House (Londra).

David Teniers il Giovane, *Operazione chirurgica* (1670), Museo del Prado (Madrid).

Luke Fildes, *Il Dottore* (1891), Tate (Londra).

Pablo Picasso, *Scienza e carità* (1897), Museo Picasso (Barcellona).

## Lo studio clinico controllato

- **Obiettivi:** comprendere i passaggi di una sperimentazione clinica controllata.
- **Metodologia:** lavoro in piccoli gruppi, gioco di ruolo.
- **Strumenti/Materiali:** bicchierini di plastica, agrumi, aceto, succo di mela (per il sidro), materiali per allestire la scena (vecchi quotidiani, tessuti o stoffe...).
- **Durata:** 2-3 ore.
- **Disciplina:** Scienze.

Rileggiamo insieme la storia di **James Lind**, sul libro per ragazzi, e facciamo notare quanto sia straordinaria: non solo perché questo medico trovò un rimedio allo scorbuto, ma soprattutto perché mise a punto un metodo di indagine e di verifica, la **sperimentazione controllata**, che da allora è il fondamento di ogni studio clinico. Ragioniamo su come funziona uno studio clinico controllato e quali sono i passaggi fondamentali.

Dopo invitiamo i bambini e le bambine a trasformarsi in **medici ricercatori** e **marinai** e a salire sulla nave della marina britannica del '700! Guidiamo le fasi preparatorie del **gioco di ruolo**, ma lasciamoli liberi di organizzarsi, intervenendo solo se ci viene richiesto o se qualcuno o qualcuna è in difficoltà.

- Dividiamo la classe in **quattro gruppi**, uno di medici ricercatori (come Lind) e tre di marinai.
- Invitiamo i gruppi a stabilire come rappresentare **i propri ruoli**, decidendo che cosa dire, e cosa e come fare.
- Diamo ai gruppi i **materiali** necessari per predisporre la rappresentazione:
  - ai medici ricercatori, ciò che serve per preparare le **tre cure**, una a base di agrumi, una di aceto, una di sidro (con il succo di mela); diciamo loro che devono anche decidere come somministrare le cure ai marinai malati.
  - ai gruppi di marinai, ciò che serve per **allestire la scena**; possono organizzare gli spazi per realizzare dei giacigli con vecchi giornali o stoffe per stare sdraiati oppure per stare seduti a terra. Ricordiamo loro che solo i marinai che prendono la cura a base di agrumi migliorano e dovranno mostrare di stare meglio, mentre gli altri dovranno fingere di peggiorare.

Conclusa la rappresentazione, confrontiamoci su quale parte sia stata più difficile da realizzare e su come si siano sentiti nel recitare i ruoli.



Per approfondire: su [costellazione.airc.it/cura](http://costellazione.airc.it/cura) trovate una divertente attività sul concetto di cura.