

rivista **3**valli

il biaschese



Rivista di informazione delle valli Riviera, Blenio e Leventina



Gli angeli della neve

Tre Valli

Il prezioso aiuto della Protezione Civile

Bodio

Il centro giovanile che ha incantato il Ticino



Ivan Beretta guida la cala neve da venticinque anni: «Un lavoro faticoso ma bellissimo». (p. 5)

3valli per tutti

Abbonamento 2020

11 numeri fr. 55.-

Abbonamento sostenitore

fr. 70.- e oltre

Abbonamento estero

fr. 65.- / Via aerea fr. 100.-

Numero separato

fr. 6.- + spese

Numero separato arretrato

fr. 7.- + spese

Amministrazione, redazione e pubblicità

Edizioni Tre Valli Sagl

Via Cantonale 47 - 6526 Prosito

tel. 091 - 863 19 19

fax 091 - 863 27 64

e-mail: info@3valli.com

www.3valli.com

Editore

Edizioni Tre Valli Sagl, Biasca

Responsabile di redazione

Sara Rossi Guidicelli

La responsabilità degli articoli firmati è dei singoli autori.

© Riproduzione anche parziale solo con l'autorizzazione della redazione.

Stampa:

Jam SA - 6526 Prosito

Ultimo termine per la consegna del materiale da pubblicare sulla Rivista 3valli numero 2-2020: 17 gennaio 2020

Da alcuni anni approfittiamo in gennaio per presentare i nostri collaboratori, quelli di cui si leggono le firme e si intuiscono il pensiero, la passione, gli interessi, senza però sapere l'età, il volto, la storia. Non che importi molto: un giornalista è una specie di ponte, un megafono appoggiato democraticamente a tutti attaccato però a un cervello che ascolta, rielabora, trasmette in una forma per il lettore. Se fa bene il suo mestiere, altro non conta.

Però.

Qualche bella storia ve la voglio raccontare in questo inizio anno.

La Rivista 3valli è un mensile edito dalle Edizioni Tre Valli, che dà lavoro a una squadra che si occupa di grafica, stampa, amministrazione, etichettatura e giornalismo. L'unica giornalista assunta sono io e poi abbiamo un bel gruppo di collaboratori professionisti che ci aiutano a trovare gli argomenti da approfondire, che si prendono il tempo di scovare le storie per noi e per chi ci legge. Questi collaboratori cambiano spesso, forse lo avrete notato. Perché? Perché scrive per noi chi ha appena finito gli studi e cerca un lavoro come giornalista, chi già lavorava per un giornale e vive un momento di disoccupazione, chi è in attesa, chi vuole perfezionarsi, chi si sta riqualificando. Passano da qui persone legate al territorio, con occhi svegli e desiderio di onorare una popolazione ricca di storie, da regalare a chi si prende ancora il tempo per leggere. Chi arriva da un quotidiano dice: che bello un mensile, che bello approfondire. Chi esce dalla scuola chiede: cosa potrei scrivere? e come, così o cosà? Ci piace seguire questi primi passi; perché crediamo nel giornalismo locale, che crea legami con il territorio e lo rafforza.

Per questo mi permetto di lanciare un appello: regalate un abbonamento alla Rivista 3valli ai vostri figli, ai vostri genitori, ai vostri amici. Sappiamo che molti leggono la rivista a casa di parenti o nei luoghi pubblici. Ma noi abbiamo bisogno di voi per sopravvivere. Buon anno e grazie. A chi ci scrive, a chi ci legge.

Sara Rossi Guidicelli

- 5 strade**
Eroi nella neve
- 7 samaritani**
Km solidali in auto
- 9 centri giovanili**
Una seconda casa per i giovani della valle
- 10 inverno**
Calore e giorni freddi di una volta
- 12 persone**
Gabriele Mossi in cielo e in terra
- 14 società**
Protezione civile
- 16 l'ospite**
Medico di famiglia: una figura importante ma sempre più rara
- 18 biologia da bettola**
I modi più efficaci di passare l'inverno
- 19 territorio**
Le Tre Valli a volo d'uccello
- 20 quiz**
- 22 erboristeria**
Rimedi naturali: tisane per la tosse e bevande salutari per l'inverno
- 24 opinioni&confronti**
Dove va a finire la plastica?
- 26 eco delle valli**
- 34 presepi**
- 36 in memoria**
- 37 album del nonno**
- 38 agenda**
- 39 cruciverba**
Parole crociate delle Tre Valli






Ottica Forni
Via Parallela 6
CH-6710 Biasca
Tel. 091 862 44 74
info@otticaforni.com
www.otticaforni.com

Medico di famiglia: una figura importante ma sempre più rara

Buongiorno Dottoressa Simona Emilia Flonta, può dirci prima di tutto qual è la sua concezione di medico di famiglia?

Il medico di famiglia è sostanzialmente la persona che si dedica con passione alla sua missione, è disponibile e sempre presente, sa approcciare il paziente con serenità, e al momento giusto sfodera il sorriso pronunciando quelle parole importanti che fanno acquisire il coraggio necessario per affrontare le dure prove che la vita ci mette davanti.

Quando si va dal medico di famiglia?

Dal medico si va in ogni occasione in cui non ci si sente bene, anche solo per essere tranquillizzati. Io apprezzo tantissimo se si va dal medico anche quando si sta bene e si vuole fare soltanto il controllo annuale. È importante fare i controlli di prevenzione.

Nella nostra società frettolosa e dove spesso manca il tempo per trovare qualcuno che ti ascolti, quanto è importante avere un medico di famiglia che ti conosce bene, non solo il tuo corpo ma anche l'ambiente in cui vivi?

Il medico di famiglia ama il contatto con le persone, dedica tempo a dare informazioni e rassicurazioni ai pazienti, con lo spirito di sostenerli nel corso della malattia. Il curante si impegna sempre a spiegare con chiarezza e semplicità le problematiche di salute e dà consigli utili per prevenire le malattie.

Il medico di famiglia conosce i suoi pazienti, sa ascoltarli e curarli e non si limita a visitare o prescrivere farmaci o visite specialistiche, ma agisce con le persone in modo umano ed empatico: insegna a stare in salute, guida verso una maggiore consapevolezza del proprio corpo e delle soluzioni per aumentare il proprio stato di benessere, e deve essere estremamente cordiale e gentile, sempre disponibile e attento.

Pensa che sia diverso esercitare in un paese piccolo di Valle rispetto a una città?

Il paese di Valle mi dà senso di comunità e di protezione reciproca. Mi ricorda anche la mia infanzia, passata in un paese dove tutti si conoscevano, si aiutavano e la vita era più semplice e piacevole proprio per queste caratteristiche di 'villaggio'. Il mio obiettivo è riuscire a coniugare la vita di comunità e il

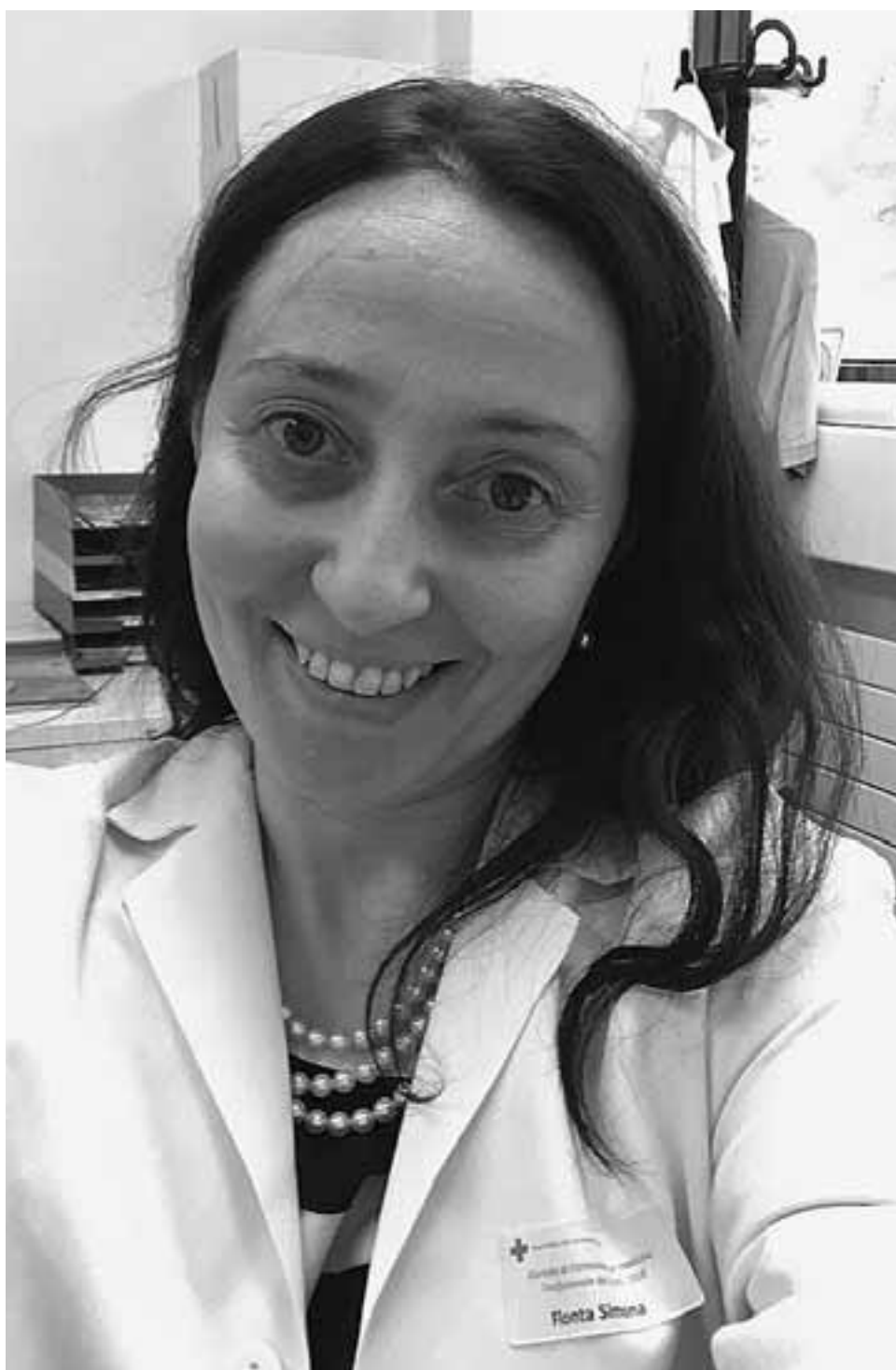
sapere che ho sviluppato nei grandi centri dove ho lavorato (uno per tutti il Chuv di Losanna).

Ci può raccontare il suo percorso di vita (nascita, crescita, studi, lavori)?

Sin da piccola volevo diventare medico. Mi ricordo che all'età di 6 anni sono andata dai miei nonni dove si trovava tutta la mia fami-

glia riunita e davanti a tutti, lasciandoli sorpresi, ho spiegato che io avrei voluto diventare medico. Nel mio percorso formativo ho proseguito il mio sogno e ho ottenuto la laurea in Medicina nel 2000 (Università di Cluj-Napoca) nel cuore della Transilvania. Sono fiera di fare notare che questa Facoltà ha appena compiuto 100 anni.

Durante i miei studi universitari ho fatto tanto volontariato lavorando nei Pronto soccorso e Cliniche mediche universitarie. Con tanto entusiasmo e passione ho continuato a studiare sino a ottenere un master nel 2004 (Universita Babes-Bolay); nel 2008 ho completato il mio percorso formativo con l'ottenimento del Dottorato di Ricerca in Scienze e Biotecnologie Cellulari (Università degli Studi di Torino). Dal 2008 al



Simona Flonta, medico di famiglia, che ha appena aperto uno studio a Faido.

2009 e poi dal 2011 al 2019 ho lavorato in diversi ospedali cantonali e universitari svizzeri (a Losanna, Martigny, Sion e Sierre). Mi sono trasferita in Ticino nel 2014 dove ho lavorato sia al Dipartimento di Ematologia dello Iosi, sia al Servizio di Medicina Interna dell'Ospedale San Giovanni.

Ho fatto esperienza come medico di famiglia, nel periodo 2009-2010 facendo sostituzioni per i medici di base del Gruppo di Cure Primarie del Centro Polifunzionale, Pino Torinese, in Italia. Il mio percorso è stato costellato di sacrifici e soddisfazioni, tanto lavoro e impegno e oggi sono determinata più che mai a rimettermi in gioco in Valle Leventina.

Infatti ha deciso di rilevare lo studio del dottor Giorgio Brenni a Faido. Come è avvenuta questa decisione?

A fine percorso formativo, dopo quasi 11 anni di formazione clinica ho deciso di cogliere questa opportunità e di iniziare una nuova sfida.

Conosce già Faido o la Leventina?

Faido rappresenta per me una deliziosa cittadina, e la Valle... la Valle mi dà spesso l'impressione che voglia abbracciarmi e proteggermi.

Ammiro e rispetto tanto questo luogo che riesce sempre a sorprendermi con lo spettacolo incantevole della natura e della montagna.

Sono onorata di portare in Valle Leventina un valore aggiunto attraverso il mio lavoro e quello della mia équipe. Un'équipe, una squadra affiatata che si ritrova anche in famiglia. Mio marito Fabrizio mi ha sempre sostenuta non solo durante il percorso formativo ma anche lavorativo e ha sempre rispettato la mia attività. È sempre presente e ama lavorare con le persone in difficoltà per aiutarle.

Cosa si aspetta dalla nuova vita e dal rapporto con i pazienti?

Tempo, pazienza ed empatia. Sono i requisiti fondamentali per dare vita a una buona relazione tra medico e paziente. Fondamentale è (sempre) instaurare un rapporto di fiducia e garantire un'informazione precisa e trasparente. Un'atmosfera rilassata e distesa contribuisce al successo del processo terapeutico.

Come presenterebbe il suo modo di lavorare e il suo approccio con i farmaci?

Nel mio lavoro un posto importante è occu-

pato dalla prevenzione, quindi penso che occorre implementare fortemente l'attitudine al mantenimento dello stato di salute e di efficienza della persona. Sia nel caso delle malattie croniche, ma soprattutto nel caso delle nuove diagnosi, i pazienti, nella maggioranza dei casi, richiedono informazioni e accompagnamento nelle scelte di cura affinché la cura stessa diventi consapevole. Quindi anche l'approccio comportamentale verso il paziente cambia e impegna maggiormente il medico di famiglia.

L'abilità diventa sempre più la capacità di offrire un ventaglio di opportunità terapeutiche tra cui scegliere. Peraltro il contesto socio-economico in cui ci si muove è più complicato: le risorse sono sempre più esigue a fronte di un'offerta di possibilità diagnostiche e terapeutiche viepiù maggiore. Diventa quindi fondamentale compiere scelte efficienti ed efficaci e farle accettare al paziente che è incalzato dalla variegata offerta di soluzioni.

In questa ottica la presa a carico delle patologie croniche da parte delle cure primarie costituisce un'opportunità di crescita, di miglioramento dell'accessibilità alla terapia, di corretta allocazione delle risorse, di realizzazione di percorsi di medicina proattiva.

Assemblea dell'Associazione per gli ospedali di valle

Si è svolta recentemente a Biasca l'assemblea annuale dell'Associazione per la difesa degli ospedali di valle. La presidente Tiziana Mona ha illustrato l'attività svolta nel corso del 2019, anno che ha definito di transizione e caratterizzato in particolare dall'attenzione riservata alla concretizzazione dell'iniziativa popolare *Per cure mediche e ospedaliere di prossimità promossa* dall'Associazione medesima, nonché dal cambio della guardia alla testa del Dss, con l'elezione del nuovo consigliere di Stato Raffaele De Rosa, con il quale i vertici dell'associazione hanno già avuto un incontro, ricavandone l'impressione di avere a che fare con un interlocutore disposto al dialogo e interessato ad ascoltare opinioni 'non ufficiali'.

Sull'iniziativa ha riferito la vicepresidente Gina La Mantia, in quanto membro della Commissione parlamentare che se ne occupa. La deputata ha riferito che la ricevibilità dell'iniziativa è stata decisa all'unanimità e avallata successivamente dal Parlamento stesso. Ora – essendo l'iniziativa generica – ci si sta occupando dell'elaborazione del testo conforme per la sua traduzione in pratica, compito per il quale la Commissione farà capo ai funzionari del Dss.

Il consigliere di Stato De Rosa, giunto nel frattempo, ha confermato la procedura e aggiunto che qualora si prospettasse la possibilità di un'intesa con gli iniziativaisti egli sarebbe ben disposto a impegnarsi per giungere a questo risultato (anche se la sentenza del Tribunale amministrativo federale lascia poche speranze alla sopravvivenza degli ospedali periferici). Proporrà perciò a breve scadenza un incontro fra gli iniziativaisti e il nuovo Consiglio

d'amministrazione dell'Ente ospedaliero cantonale. Egli ha pure assicurato che il Messaggio governativo sollecitato più volte dalla Commissione sanitaria è ora in dirittura d'arrivo, ma non essendo ancora stato esaminato dal Governo non ha potuto anticiparne i contenuti. La presidente si è comunque compiaciuta che, a quanto sembra, si vada verso l'attuazione dell'articolo costituzionale.

Nella successiva discussione sono state espresse numerose opinioni. Il dott. Savary ha rilevato con piacere che sull'iniziativa 'Per cure di qualità' è stato possibile trovare una soluzione soddisfacente. Il dott. Allegranza (invitato del Comitato), riallacciandosi a una domanda, ha smentito le voci sul calo del personale infermieristico ad Acquarossa e ha aggiunto che il reparto Ami 'acuto a minore intensità' funziona bene, con un tasso di occupazione vicino al 90%. Rispondendo a un'altra domanda si è detto scettico sulla possibilità di introdurre un analogo reparto anche a Faido, poiché la 'massa critica', potrebbe non essere sufficiente.

Dal canto suo, il dott. Ongaro, pure invitato, ha aggiunto che è difficile precisare esattamente i contenuti dell'acuto a minore intensità, ha sottolineato l'importanza della formazione dei medici negli ospedali periferici per poterli legare al territorio. Purtroppo i candidati residenti sul territorio sono scarsi. Se non si arriva a un maggior numero di medici di famiglia, non si potranno mai ridurre i costi sanitari. Ha pure rilevato che al momento ad Acquarossa vi sono cinque assistenti, di cui, per la prima volta dopo anni, due ticinesi.

Infine il prof. dott. Martinoli ha osservato che, ad es. a Faido, sarebbe bene che cadesse la rigida separazione fra il reparto di medicina e quello di riabilitazione, a favore di una presa a carico complessiva dei pazienti ricoverati.