

Lo dice Giulio Maira, neurochirurgo di fama internazionale con 15 mila interventi all'attivo

Cannabis, danni irreversibili

Lo dimostrano esami come la Risonanza magnetica

DI ALESSANDRA RICCIARDI

Pagheremo cara la chiusura delle scuole. Avremo ragazzi ancora più fragili ed esposti alle lusinghe delle droghe». Giulio Maira, neurochirurgo di fama internazionale, oltre 15 mila gli interventi chirurgici all'encefalo, senior consultant presso l'unità operativa di neurochirurgia dell'Humanitas di Milano, già direttore dell'Istituto di neurochirurgia del policlinico Gemelli di Roma, presidente della Fondazione Atena Onlus, con «Le età della mente» (Solferino editore) racconta la struttura e le funzioni del cervello, di come curarlo e mantenerlo «allenato» nel corso del tempo. Nell'intervista con *ItaliaOggi* sfata il mito della cannabis che non fa male, «produce danni irreversibili». L'età più delicata per i ragazzi? «I dodici anni, quando cessano di essere bambini ma non hanno ancora ben sviluppata la parte razionale del cervello». E a chi vuole invecchiare bene Maira dice: «Non bisogna mai smettere di imparare».

Domanda. La vulgata da decenni, anche presso i genitori, è che un tiro di cannabis non fa danni. Così come una sbronza ogni tanto.

Risposta. Alcol e droghe producono effetti al cervello simili a quelli che si vedono nelle persone anziane o a quelli che si associano alla più grave demenza senile, la malattia di Alzheimer. Lo dimostrano esami quali la Risonanza Magnetica (Rm) o la Tomografia a Emissione di Positroni (Pet). Purtroppo, in alcuni casi, anche una minima dose di queste sostanze può avere effetti deleteri, modificando la chimica del cervello e il suo sviluppo.

D. Anche la cannabis?
R. Certo, frena lo sviluppo del cervello, anche nel feto di donne che ne hanno fatto uso in gravidanza si riscontra una alterazione della morfologia e del funzionamento dell'encefalo. La cannabis è la prima droga assunta dai ragazzi che poi sono andati nei centri di disintossicazione, non tutti sviluppano dipendenza, ma nella maggioranza di quelli che hanno sviluppato dipendenza la cannabis è stato il primo approccio.

D. Perché molti ragazzi cercano lo sbalzo?

R. Perché danno per scontato che per divertirsi si debbano superare i limiti, e questo vuol dire legittimare tutto, l'alcol, le droghe, il fumo. Lo sbalzo crea alterazioni cerebrali. E chi comincia ad apprezzare lo sbalzo della droga o dell'alcol non se ne libera facilmente.

D. Qual è l'età più delicata per un ragazzo?

R. Quella dei 12 anni, quando si cessa di essere bambini per diventare ragazzi, quando si comincia a uscire la sera da soli. Gli spacciatori a volte si trovano fuori le scuole, all'angolo di un bar. I ragazzi sono ancora fragili, non hanno ancora

La cannabis frena lo sviluppo del cervello, anche nel feto di donne che ne hanno fatto uso in gravidanza si riscontra una alterazione della morfologia e del funzionamento dell'encefalo. La cannabis è la prima droga assunta dai ragazzi che poi sono andati nei centri di disintossicazione, non tutti sviluppano dipendenza, ma nella maggioranza di quelli che hanno sviluppato dipendenza la cannabis è stato il primo approccio

sviluppatosi del tutto la parte del cervello razionale, è più facile che cedano alle lusinghe dei più grandi: provare non costa nulla, tutti fanno così. Ecco perché io dico che la battaglia è innanzitutto culturale e va combattuta nelle scuole e poi nelle famiglie. Servono due ore obbligatorie l'anno per chiarire ai ragazzi a cosa vanno incontro. Noi combattiamo contro un mondo di criminali, dal traffico di droghe allo spaccio, molto agguerriti e lo stato è debole.

D. Lei è spesso invitato dalle scuole a raccontare cosa succede al nostro cervello quando si assumono droghe. Mi fa un esempio?

R. Sento dire: che vuoi che sia mezza pasticca di ecstasy? Ebbene basta a spappolare il fegato, ad andare in coma.

D. Con le scuole chiuse a causa del lockdown e i ragazzi a casa il fenomeno della tossicodipendenza giovanile secondo lei scemerà?

R. Il Covid ha ridotto lo spaccio di droga per strada, ma, secondo l'European Drug Report del settembre 2020, dobbiamo aspettarci una larga immissione nel mercato di nuove droghe sintetiche e l'introduzione di modalità di vendita differenti, con maggiore coinvolgimento dei social. Ed è il primo dato. Il secondo è che senza la scuola



Giulio Maira

avremo giovani psicologicamente più fragili, che hanno avuto contatti esterni attraverso un tablet, lasciati spesso soli a casa. Togliendogli la scuola gli stiamo togliendo la possibilità di crescere, il cervello deve formarsi stando nella socialità, facendo esperienze. Gli abbiamo tolto il confronto anche con gli insegnanti che oltre al compito didattico hanno quello educativo, di insegnare a discernere cosa è giusto e cosa è sbagliato.

D. Insomma lei condanna la didattica a distanza.

R. La Dad non consente di creare un rapporto empatico tra docente e studenti. Mette i ragazzi fuori da un ambiente strutturato come la scuola. Giovani che non hanno più la vita della scuola, non hanno lo sport, che è importante per creare difese immunitarie contro la tentazione della droga. E tutto questo in un'età in cui, come dicevo, i ragazzi hanno anco-

Il lockdown da Covid provocherà, con la chiusura delle scuole, giovani psicologicamente più fragili, che hanno avuto contatti esterni attraverso un tablet, lasciati spesso soli a casa. Togliendogli la scuola stiamo togliendo loro la possibilità di crescere, il cervello si forma nella socialità, facendo esperienze. Gli abbiamo tolto il confronto con gli insegnanti che insegnano anche a discernere cosa è giusto e cosa è sbagliato

ra poco sviluppato il cervello razionale contro quello emozionale. Il che non li aiuta a capire cosa è giusto e cosa è sbagliato.

D. Contano di più le buone abitudini o i geni per invecchiare bene?

R. Molto gli stili di vita. Se abbiamo buoni geni e siamo longevi possiamo mantenere bene il nostro cervello.

D. Come?

R. Tenga conto che il cervello è in grado di ristrutturarsi sempre attraverso l'apprendimento, usare il cervello è un buon servizio per lo stesso cervello. Regola base è avere una vita sempre attiva dal punto di vista fisico e mentale, un'alimentazione sana con pochi zuccheri, dormire bene, il sonno consente di resettare, di eliminare quello che è inutile. Una vita attiva aiuta a sviluppare sinapsi e a far crescere strutturalmente il

L'età più delicata di un ragazzo è quella dei 12 anni, quando si cessa di essere bambini per diventare ragazzi, quando si comincia a uscire la sera da soli. Gli spacciatori a volte si trovano fuori le scuole, all'angolo di un bar. I ragazzi sono ancora fragili, non hanno ancora sviluppato del tutto la parte del cervello razionale, è più facile che cedano alle lusinghe dei più grandi: provare non costa nulla, tutti fanno così

nostro cervello.

D. Quanto contano le emozioni per mantenere in buona salute il nostro cervello?

R. Le emozioni sono stimoli che lo supportano nel fare lo sforzo di classificare un'informazione come interessante e dunque nel memorizzarla. La vita è un processo continuo di apprendimento che sviluppa le reti neurali con tante informazioni che costituiscono l'insieme di conoscenza delle persone.

D. Perché spesso le persone sono refrattarie a cambiare idea?

R. Il cervello tende a svolgere per sua natura le attività che risultano essere meno faticose.

D. È pigro?

R. Il funzionamento del cervello costa tanta energia: esso rappresenta il 2% del

peso corporeo ma assorbe il 20% dell'intera energia che viene utilizzata dal corpo, del resto deve far funzionare 86 miliardi di cellule. Per risparmiare energie cerca di lavorare il meno possibile, quando dobbiamo fare una ragionamento per cambiare idea questo richiede energie, per cui tende a conservare l'idea che si era già fatto e aveva immagazzinato.

D. Perché ci sono pensieri veloci e pensieri lenti?

R. Quello veloce ci consente di agire rapidamente davanti a tante informazioni e richiede poco dispendio di energia; il pensiero lento invece consuma energia perché vanno prese in considerazione tante ipotesi. Quando dobbiamo prendere una decisione importante dobbiamo essere «lenti».

D. Perché l'intelligenza intuitiva è tipica delle donne?

R. Perché le donne di solito hanno più connessioni tra i due emisferi del cervello, che riescono a lavorare insieme per avere un risultato finale. L'uomo invece usa i singoli emisferi, è più rigido, più razionale.

D. Intelligenza umana e intelligenza artificiale: chi vince?

R. Il cervello naturale ha dei limiti, solo 86 miliardi di cellule. L'intelligenza artificiale utilizza un sistema di computazione che sfrutta una velocità di attività più ampia e rapida del cervello umano,

il che consente di analizzare milioni di dati che pervengono da tutto il mondo cosa che una singola persona non riuscirebbe a fare. Ne abbiamo avuto un esempio nella lotta al Covid: nella scoperta così rapida dei vaccini l'intelligenza artificiale è stata fondamentale.

D. Saremo soppiantati dai robot?

R. No, perché la corretta interpretazione dei dati la deve dare l'uomo. Un robot non conosce emozioni come la paura, che ci fa difendere dal nemico, un computer non sarà mai selettivo, mentre noi conserviamo solo quello che riteniamo positivo; il computer non avrà mai coscienza, non avrà mai il senso morale che ci guida nelle scelte della vita. Direi che più che di intelligenza artificiale dovremmo parlare di una supertecnologia che permetterà di raggiungere risultati impensabili prima, dalla medicina alla scienza all'economia, ma richiederà sempre la guida dell'uomo.