

Lo confermano Paola Vinciguerra e Tonia Cartolano Attacchi di panico: niente paura

E' stato presentato nei giorni scorsi, a Villa Mercadante, il libro di Paola Vinciguerra e Tonia Cartolano "Attacchi di panico. Clinica, ricerca e psicoterapia" (Liguori editore, 134 pagine, 14,50 euro).

Il volume nasce dall'esperienza ultradecennale della psicologa e psicoterapeuta Paola Vinciguerra, presidente dell'Eurodap, nella prevenzione e cura di questo disturbo sempre più diffuso. "Parlarne, comunicare sensazioni e timori, confrontarsi ed aprirsi agli altri e al mondo - ha spiegato - è il primo passo verso la liberazione dal macigno che incombe su chi soffre di attacchi di panico. Oggi, oltre 8 milioni di italiani hanno attacchi

di panico, una vera e propria malattia che condiziona e inibisce molte delle semplici attività della vita. E non se ne può tacere. Questa patologia è diffusa maggiormente nella popolazione femminile ed è in aumento tra gli uomini, soprattutto professionisti e manager".

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, entro il 2020 gli attacchi di panico saranno la seconda patologia più diffusa nel mondo dopo i disturbi cardiovascolari. Il libro, realizzato in collaborazione con la giornalista Tonia Cartolano, è rivolto non solo a chi conosce questo disturbo, ma a quanti vogliano acquisire sul problema un'informa-

zione corretta e mirata sulle soluzioni, perché - spiega Paola Vinciguerra - "il disturbo da attacchi di panico si cura". Il filo che lega i vari capitoli del libro è la voce dei pazienti, ovvero la testimonianza reale e sincera di chi lotta o ha lottato per uscire da questa dimensione. Quello che è accaduto a Martina, moglie del cantante Max Pezzali, che in occasione della presentazione del libro ha raccontato la sua esperienza e come - grazie a Paola Vinciguerra - sia riuscita a sconfiggere quel "mostro" che condizionava ogni attimo della sua vita.

Annalisa Venditti



La cinta muraria voluta nel III secolo dall'imperatore Aureliano racchiudeva anche buona parte del Trastevere in una sorta di grande triangolo con il vertice meridionale sul Gianicolo, dove si apriva la porta Aurelia, per far uscire la via omonima. Per la vicinanza con il sepolcro, le catacombe e poi la chiesa di San Pancrazio, fin dal V secolo prese il nome di porta San Pancrazio. Nelle sue vicinanze, allo sbocco dell'Acquedotto di Traiano, si trovavano i mulini pubblici, rimasti in funzione fino al tardo medioevo.

Almeno fino al XV secolo, si usava concedere in appalto o in vendita a privati le porte cittadine, per la riscossione del pedaggio sul transito.

Un documento dell'Archivio vaticano del 1474 rende noto che in quell'epoca la rata semestrale da pagare per l'appalto di porta San Pancrazio era di 25 fiorini: una somma piuttosto modesta, cui doveva corrispondere un altrettanto modesto traffico in entrata e uscita da quella porta.

Non sappiamo di preciso quale fosse la sua forma originaria. La pianta di Roma del Maggi del 1625 ce la mostra a un solo fornace affiancato da due torri, ma evidenzia anche il pessimo stato di conservazione di quel tratto di mura. Difatti, la porta fu quasi del tutto ricostruita qualche anno dopo, sotto il pontificato di Urbano VIII (1623-44), da Mattia de' Rossi, discepolo di Gian Lorenzo Bernini, che



Edificata da Aureliano, trasformata da Urbano VIII e rifatta da Pio IX

Porta S. Pancrazio attraverso i secoli

conservò solo la controporta merlata, riconoscibile ancora nelle incisioni del Rossini del 1829.

Nel 1849 il Gianicolo fu teatro della drammatica difesa della Repubblica Romana dagli assalti delle truppe francesi del generale Oudinot.

Il 13 giugno i cannoni francesi aprirono nella porta una grossa breccia. Tra coloro che accorsero a difenderla c'era la giovane Colomba Antonietti, che combatteva accanto al marito travestita

da uomo e morì per una palla di cannone che la colpì di rimbalzo.

La porta venne presa nuovamente di mira il 21 giugno, quando i francesi iniziarono a sparare da distanza ravvicinata contro i suoi bastioni, aprendovi tre breccie.

Il 24 giugno nell'assalto alle mura presso la porta uno dei primi a soccombere, ferito a morte, fu il diciassettenne Emilio Morosini. Quando la repubblica cadde, insieme con le speranze dei patrioti, nemmeno della porta resta-

va molto in piedi.

Restaurato il governo pontificio, Pio IX incaricò della sua ricostruzione l'architetto Virginio Vespignani (1808 - 82), che la edificò nel 1854 nelle sobrie e solenni forme attuali. Sull'attico un'iscrizione latina in cui si legge: PORTAM PRAESIDIO URBIS IN IANICULO VERTICE / AB URBANO VIII PONT. MAX. EXTRUCTAM COMMUNITAM / BELLI IMPETU AN. CHRIST. MDCCCLIV DISIECTAM / PIUS IX PONT. MAXIMUS

/ TABERNA PRAESIDIA-RIS EXCEPIENDIS / DIAETA VECTIGALIBUS EXIGENDIS / RESTITUIT / ANNO DOMINI

MDCCCLIV PONTIFICATUS VIII / ANGELI GALLI EQ TORQUATO PRAEFECTO AERARII CURATORI.

La sua traduzione suona così: "Pio IX Pontefice Maximo nell'anno 1854, settimo del suo pontificato, ricostruì, come dimora per i soldati del presidio e come padiglione per esigere le gabelle, la porta fortificata

costruita a presidio della città sulla sommità del Gianicolo dal Pontefice Maximo Urbano VIII, distrutta dall'impeto della guerra nel 1854, a cura di A. G. Torquato prefetto dell'erario".

La porta tornò alla ribalta delle cronache il 20 settembre del 1870, quando vi penetrarono le truppe del generale Bixio, in contemporanea ai bersaglieri che aprirono la breccia di Porta Pia. Attualmente nella porta hanno sede l'Associazione Nazionale Veterani e Reduci Garibaldini e il Museo Garibaldino, dedicato anche alla Divisione italiana partigiana Garibaldi, attiva in Jugoslavia tra il 1943 e il 1945.

Nel vero e proprio Museo Garibaldino le pareti, le bacheche e le vetrine ospitano cimeli di vario tipo, alcuni dei quali relativi all'Eroe dei due Mondi e ai suoi familiari. Non mancano ricordi della Repubblica Romana e camicie rosse di ufficiali e di semplici soldati.

Il Museo attualmente è chiuso al pubblico per consentirne la risistemazione interna. Dell'argomento si parlerà a Nuova Spazio Radio (88.100 MHz), a "Questa è Roma", il programma ideato e condotto da Maria Pia Partisani, in studio con Livia Ventimiglia il martedì dalle 14 alle 15 e in replica il sabato dalle 10 alle 11.

Pagina a cura di Antonio Venditti e Cinzia Dal Maso www.specchioromano.it

A tavola con gusto...romano La minestra di magro: pasta e ceci

E' la minestra di magro per eccellenza, consumata per tradizione nei venerdì di Quaresima, gustosa e nutriente, dal sapore deciso e particolarissimo: la pasta con i ceci, un legume già apprezzato nell'antichità. Era utilizzato in antico Egitto, soprattutto come cibo per gli schiavi, ma anche in Grecia e a Roma.

I ceci devono essere stati lasciati in ammollo per tutta la notte con un cucchiaino di bicarbonato, quindi vanno sciacquati con cura e poi lessati in una pentola preferibilmente di coccio in abbondante acqua salata con uno spicchio d'aglio e un rametto di

rosmarino.

Intanto in un tegame si prepara un soffritto con un paio di cucchiaini d'olio extravergine di oliva, uno spicchio d'aglio, qualche fogliolina di rosmarino e tre o quattro filetti di acciuga sott'olio. Se le acciughe sono salate, bisogna passarle sotto l'acqua corrente. Appena l'aglio comincia a colorire, si aggiungono due o tre pomodorette maturi tritati finemente. Si lascia cuocere per una decina di minuti a fuoco lento, quindi si aggiungono i ceci con la loro acqua di cottura. Prima di aggiungere la pasta, di preferenza cannolicchi, controllare che la mine-

stra abbia una consistenza piuttosto densa. Da servire bella calda, con una spruzzata di pepe appena macinato.

La minestra romana è stata resa famosa in tutta Italia e anche all'estero dalla scena finale del film "I soliti ignoti", quando la sgangherata banda del buco si consola per l'insuccesso del colpo con un'appetitosa pentola di pasta e ceci, trovata nella credenza della cucina in cui capita per sbaglio, nel tentativo di penetrare nel vicino Monte dei peni.

cinziadalmaso@yahoo.it

