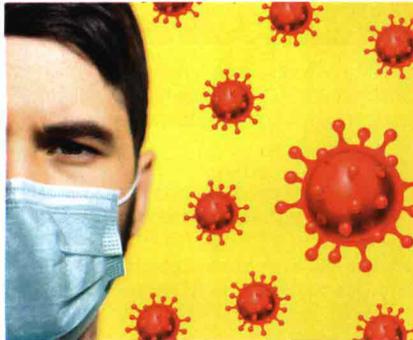


LE TUE LETTURE

• A cura di Annalisa Miscio

Recensioni delle novità in libreria



Chi non guarisce dal COVID

Nonostante la guarigione certificata dai tamponi, c'è chi continua a lamentare sintomi riconducibili all'infezione da Sars-CoV-2. Questa sindrome si chiama Long Covid e colpisce almeno un paziente su dieci (anzi, secondo alcuni studi addirittura uno su tre) in

particolare chi ha contratto il virus in forma lieve: provoca affaticamento, difficoltà di concentrazione, dolore al petto, deficit polmonari e persino lo sviluppo di malattie autoimmuni come il diabete. Agnese Codignola, giornalista scientifica e farmacologa di formazione, ha indagato, e nel suo **Il lungo Covid. La prima indagine sulle conseguenze a lungo termine del virus** (UTET, 240 pagine, 18 €) ha raccolto testimonianze di pazienti, incrociato dati di ricerche di laboratorio, ripercorso i passaggi delle altre grandi epidemie del passato per cercare di capire cosa fanno davvero i virus al nostro sistema immunitario. E per fermare quella che potrebbe essere una nuova pandemia.



AMORE E MALATTIA

Dopo la morte del marito la cinquantenne Nora decide di aprire una scuola di pasticceria per bambini rifugiati. I suoi allievi arrivano dalla Libia e sono scappati dalla guerra, dalla povertà, dalla fame. Ma tra loro c'è anche un bambino, Nadir, che al fardello di tutta questa sofferenza aggiunge anche quello di essere affetto da una malattia rara: la glicogenosi 2, o malattia di Pompe. E la sua, più che una fuga, è una ricerca, la ricerca di una cura per la malattia che nel suo Paese non ha la possibilità di avere. Le storie di Nora e Nadir, e quelle di tanti altri personaggi, si intrecciano in **Il gusto dolce dell'amore** (Il Libraccio, 200 pagine, 13,40 €) il nuovo romanzo di Alessandra Sala, responsabile stampa dell'Associazione italiana glicogenosi. Un delicato acquerello sull'amore, sulla condivisione e sui legami che si possono stringere nei luoghi, nei tempi e nei modi più inaspettati.



LA FORZA DI AFFRONTARE IL CANCRO

La DBT è una terapia dialettico-comportamentale utilizzata soprattutto nei casi di disturbo borderline di personalità. Le psicologhe e psicoterapeute Marsha Linehan ed Elizabeth Cohn Stuntz hanno provato ad applicarla su pazienti oncologici, per alleggerire i problemi psicologici che accompagnano la malattia, e ne raccontano l'esperienza in **Affrontare il cancro**.

Governare le emozioni con la DBT (Raffaello Cortina Editore, 170 pagine, 16 €). La DBT risulta essere un valido aiuto quando si tratta di prendere decisioni difficili su come impostare il trattamento, gestire le emozioni più intense, esprimere le proprie necessità e tollerare l'angoscia.

Rinnovare il rapporto con NOI STESSI

Non è un pamphlet politico contro il sistema patriarcale come ci si potrebbe aspettare conoscendo l'autrice, nota femminista e scrittrice americana, ma neanche un manuale di auto-aiuto come potrebbe far intuire il titolo. **Autostima. La rivoluzione parte da te** di Gloria Steinem (470 pagine, 19 €), che la casa editrice VandA ha scelto di ripubblicare anche in Italia (come negli Usa) a 30 anni dalla prima uscita, è un invito a rinnovare il rapporto che abbiamo con noi stessi, a togliere i pezzi che non ci rappresentano e a concederci una nuova forma che ci rispecchi davvero. Perché, come scrive l'autrice, «la stima di sé non è tutto, ma senza non c'è niente».



Vincere contro i pronostici

Underdog è il termine inglese con cui si indicano i brocchi, quei cavalli su cui non punteresti mai. Però alcuni di quegli eterni sfavoriti a volte alla vittoria ci arrivano e il successo ha un sapore ancora più dolce. **Underdog. Storie di sfavoriti e altre favole meravigliose** (Battaglia Editore, 250 pagine, 15 €), a cura di Matteo Maria Munno, Marco Munno e Luigi Di Maso, racconta le loro insolite epopee di piccoli eroi atipici e insegna - ai bambini e agli adulti che non si considerano «vincenti» - che tutto può succedere, anche quando non ci speri più.

