

MASTER MEETING®

Communication Agency Int. srl - Anno XIII - N. 10/2007
Sped. in A.B. 45% Art. 2 comma 20
Lett. B Legge 23/12/98 N. 662 - Filiale di Milano
In caso di mancato recapito inviare all'ufficio
di Milano CUPP Rosendo, contenitore
del conto per la restituzione al mittente che si impegna
a pagare la relativa tassa.
Prezzo di copertina € 2,00



Alberto Bertone
SANT'ANNA
IL SUCCESSO? COME BERE
UN BICCHIER D'ACQUA



Giovanna Furlanetto
FURLA
CREDO NEI GIOVANI
E NELLA LORO CREATIVITÀ



Stefania Bartocetti
IMPRENDITRICE
A VOLTE BASTA UN SORRISO

VALTER MAINETTI

L'immobiliarista che ha conquistato Manhattan

INCHIESTA
COSÌ IL MANAGER RAGGIUNGE IL TOP
MIGLIORARE LE PROPRIE PRESTAZIONI E VIVERE 100 ANNI

**LA SFIDA CONTINUA...
ROMA VERSUS MILANO**

FIRENZE DOPO LA BTC

**VIAGGI
QUEBEC • BRASILE**

Annabella Campiotti, medico condotto amico delle star, spiega i sintomi da non sottovalutare e gli esami clinici da fare per evitare i disturbi da burn out

Come prevenire STRESS E DEMOTIVAZIONE

La vita del manager, si sa, è sottoposta a numerosi stress, ma in alcuni casi sembra addirittura contraddire le regole per una buona salute. Un rischio da non sottovalutare, soprattutto se si manifestano mal di testa, insonnia, riduzione della concentrazione, insofferenza e distacco emotivo. Abbiamo chiesto come prevenire alcuni disturbi, tipici di chi trascorre troppo ore lavorando, alla dottoressa Annabella Campiotti, nota anche per essere il medico delle modelle e delle star, alle sue cure si sono affidati tra gli altri Brad Pitt e George Clooney durante le riprese in Italia di Ocean's Twelve.

Partiamo dall'inizio. Come è nata la passione per la medicina?

«Sono figlia d'arte. L'esempio di mio padre ha sicuramente influito sulle mie scelte. Il medico, fino agli anni 70, assomigliava davvero a un sacerdote; conosceva la storia di tutte le famiglie, seguiva negli anni intere generazioni. Ricordo che veniva chiamato anche più volte in una notte, e io ero attratta dal sacrificio, dalla passione per un lavoro che richiede dedizione assoluta e che è una vera missione».

E lei che tipo di medico si ritiene, un confidente o un tecnico?

«Mi piace molto essere amica, consigliera e, perché no, a volte anche *problem solving* dei miei pazienti, cercando di essere disponibile, ma senza dimenticare che esistono ruoli e confini. Condivido l'affermazione di Karl Jasper, medico oltre che filosofo; sosteneva che gli psicoterapeuti svolgono oggi la funzione cui alcuni medici hanno abdicato. Lo spazio lasciato vuoto dal-

la medicina è stato occupato dalla psicoanalisi. Credo che nell'era della tecnica, lo sguardo clinico abbia sempre di più abbandonato la componente umanitaria fondata sulla comunicazione comprensiva tra medico e paziente, per attenersi solo all'oggettività dei dati clinici. I medici, abbandonando la componente filosofica della loro funzione, si sono allontanati dal paziente. Ecco la ragione del grande successo delle medicine alternative».

Qual è la sua specializzazione?

«Dopo la laurea, ho conseguito la specializzazione in odontostomatologia. Pur sapendo di essere una privilegiata - entrare in scuola di specialità, soprattutto di odontoiatria ai miei tempi era molto difficile - ho esercitato molto poco. Il massimo dell'impegno come odontoiatra era rivolto alle persone sieropositive per l'HIV che negli anni Ottanta iniziava ad essere in aumento, misconosciuto ed evitato dalla maggior parte dei colleghi odontoiatri. Impegnata nel volontariato, con il sostegno anche di ANLAIDS - Lombardia, abbiamo aperto al San Raffaele di Milano il primo centro odontoiatrico per persone sieropositive. Fu in quell'occasione che pubblicai un testo con la mia raccolta iconografica di tutte le lesioni del cavo orale in pazienti Hiv positivi affinché i dentisti avessero in mano una guida utile. Alla fine degli anni 90, ho aperto, grazie all'allora Presidente di Anlaids, la contessa Fiore Crespi, la missione in Etiopia, dove ogni anno mi fermo un mese in occasione del Natale. Oggi, oltre che nel mio studio, visito i pazienti alla Casa di cura La



Madonnina di Milano, dove mi appoggio per ricoveri e check up e dove c'è una TAC di nuova generazione che permette di acquisire numerose immagini sequenziali in poco tempo che, elaborate, generano immagini tridimensionali».

Tra i suoi pazienti figurano alcune tra le star più amate del momento. È diverso curare una star rispetto a un comune mortale? Quali sono i problemi più frequenti che si è trovata ad affrontare con loro?

«Professionalmente i pazienti sono tutti uguali. Le malattie sono diverse. Il modo in cui un ammalato chiede aiuto al medico, è lo stesso per tutti, così come la paura del dolore e l'angoscia di perdere la propria forza fisica. Forse i vip hanno meno tempo».

Ci racconta un aneddoto curioso con una star, anche senza fare nomi?

«Posso raccontarle del caso di una nota stilista italiana che era venuta da me per un grave problema di sudorazione associato a cattivo odore. Era già stata da diversi specialisti senza venire a capo di niente. Combinazione ero appena tornata dalla Germania dove avevo studiato le applicazioni del Vega test per le intolleranze alimentari e glielo proposi. Risultò intollerante all'olio d'oliva. E dopo averlo eliminato dalla propria dieta, non ebbe più quel problema».

Oggi c'è una grandissima attenzione al benessere inteso come forma fisica, ma anche come salute. Quali sono i disturbi da stress di superlavoro più frequenti?

«Insonnia, impotenza, infertilità e attacchi di panico».



E i sintomi da non sottovalutare?

«La riduzione della concentrazione, dell'attenzione e del livello di tolleranza, la depersonalizzazione, ovvero lo sviluppo di atteggiamenti negativi di distacco, cinismo e ostilità e lo svuotamento delle risorse emotive e personali, con la sensazione di non aver più niente da offrire».

Quali consigli dà a un uomo d'affari sottoposto allo stress di ritmi lavorativi frenetici, costretto magari a viaggiare spesso e a mangiare di corsa?

«Non controllare le email durante i pasti, non spedirle mentre si è fermi al semaforo rosso. Non accendere il blackberry appena svegli. Chiudere PC e cellulari per un paio d'ore al giorno. La Harvard Business School, intervistando 1564 fra manager e professionisti d'alto livello, ha constatato che la loro set-

Annabella Campiotti con alcuni amici. In alto da sinistra con la top model Mariacarla Boscono; con lo stilista Santo Versace e sotto con il talent scout di modelle Piero Piazza



Annabella Campiotti è molto attiva nel volontariato. Qui, è in Etiopia con i bambini della missione, presso la quale trascorre tutti gli anni le sue vacanze di Natale

timana di lavoro supera mediamente le 70 ore con punte di 130 e che il resto del tempo i manager intervistati lo passano comunque senza mai interrompere i contatti di lavoro. Le conseguenze sono un peggioramento della qualità della vita, delle relazioni sociali e familiari. Per rendersi conto della dimensione del fenomeno basti pensare che gli americani parlano già di creare un "percorso salute per i manager" sulla falsa riga di quello delle associazioni di self help.

C'è qualche esame specifico che suggerisce?

«È importante valutare la familiarità, ovvero la presenza di malattie ricorrenti nel proprio albero genea-

logico, e poi fare i relativi esami. Di solito a chi conduce una vita stressante consiglio gli esami per i rischi cardiovascolari che vanno comunque sempre personalizzati a seconda della storia clinica: se un paziente fuma 40 sigarette al giorno, è buona regola fare uno screening dell'apparato respiratorio o se beve tutte le sere è bene che si sottoponga a degli accertamenti sulla funzionalità epatica.

Consiglio comunque, l'ecocolor-doppler per controllare il rischio vascolare ed il dosaggio dei valori plasmatici del colesterolo che, come si sa, è legato sì all'alimentazione, ma molto anche allo stress».

Ci racconti qualcosa di lei. Cosa le piace fare nel tempo libero?

«Mi piace stare in mezzo alla natura. Per questo, appena posso, mi rifugio nella mia casa in campagna. Amo anche leggere e fare lunghe passeggiate».

Se non avesse fatto il medico cosa avrebbe fatto?

«La fotografa».

Qual è il suo stile nel lavoro e nella vita?

«La dedizione. Quando faccio qualcosa mi ci dedico totalmente, nel lavoro e nelle passioni».

La sua ambizione più grande?

«Più che un'ambizione, è un sogno nel cassetto: mi piacerebbe realizzare una catena di asili nido, perché la cultura quindi l'insegnamento è fondamentale per far crescere una società migliore».