

Dalle cure alle emozioni, come proteggere il cuore: intervista a Massimo Massetti

2026-05-27 16:19:00 di Forbes.it

URL:<https://redazione.forbes.it/2026/05/27/dalle-cure-alle-emozioni-come-proteggere-il-cuore-intervista-a-massimo-massetti/>

Il motore della vita, ma anche il barometro delle nostre emozioni. Il cuore è al centro di una vera e propria rivoluzione che unisce la più avanzata evoluzione bio-tecnologica alla necessità urgente di ripensare il nostro Servizio sanitario nazionale. Il Ssn, basato sui pilastri di universalità equità e gratuità, si trova a fare i conti con una crisi profonda, intrappolato in una logica parcellizzata che riduce la cura a una sequenza di singole prestazioni. Nel saggio *Sua maestà il cuore* (Cairo Editore), scritto a quattro mani da **Massimo Massetti**, direttore del Dipartimento di Scienze Cardiovascolari del Policlinico Gemelli di Roma e professore ordinario di Cardiocirurgia, e dal giornalista **Alfonso Dell'Erario**, viene tracciata la rotta per la sanità del futuro: un cambio di paradigma, capace di coniugare sostenibilità economica e umanizzazione, rimettendo finalmente la persona nella sua interezza al centro del percorso terapeutico. Ne abbiamo parlato con il professor Massimo Massetti. **Partiamo da uno dei temi più urgenti affrontati nel libro: la crisi del nostro Servizio Sanitario Nazionale. Qual è il difetto strutturale alla base?** Il nostro Servizio sanitario nazionale è nato nel 1978 su tre pilastri straordinari: universalità, uguaglianza, equità e gratuità. Per molti anni ha funzionato, ma oggi questo modello organizzativo, basato sul riconoscimento della "singola prestazione", non è più adeguato. Attualmente la cura viene intesa come una sequenza frammentata di esami diagnostici, terapie e visite con specialisti differenti, spesso in ospedali diversi. È un percorso a ostacoli che il malato si trova, spesso, a vivere da solo. Negli ultimi anni, la crescente difficoltà di accesso a esami e ricoveri ha reso questo sistema insostenibile, soprattutto per chi è solo o non ha le risorse economiche per ricorrere alla sanità privata. Non è più in grado di garantire l'accesso alle cure secondo i suoi principi fondanti. **Nel libro proponete una soluzione per scardinare questo sistema. In cosa consiste?** Consiste nel passare dalla cura della patologia alla presa in carico globale della persona. La cura non deve essere una catena di montaggio di prestazioni, ma un percorso in cui le competenze, le risorse e le tecnologie ruotano attorno al paziente. In sintesi: curare il malato e non solo la malattia. Per dare forza a questa visione, nel 2024 abbiamo lanciato *Dignitas Curae* – Il manifesto per la sanità del futuro (firmato in primis da Papa Francesco, dal presidente Mattarella e dal ministro della Salute) attraverso l'omonima fondazione che presiedo. Il ministero della Salute ha poi aperto un tavolo tecnico che ha permesso di elaborare una norma, approvata nella Legge di Bilancio 2024/2025. Questa legge autorizza le Regioni a sperimentare per due anni modelli di cura centrati sulla persona. Questo modello migliora la qualità delle cure e, al tempo stesso, la sostenibilità dei costi, offrendo una reale soluzione alla crisi del Ssn. **Questa visione si sta traducendo anche in un progetto architettonico e clinico al Policlinico Gemelli. Di cosa si tratta?** Nel 2021 abbiamo proposto l'idea di costruire un ospedale tematico progettato interamente su questo nuovo modello di cura. Una realtà del terzo settore, la Fondazione Roma, è rimasta entusiasta dell'idea e ha deciso di finanziarla interamente, stanziando oltre 70 milioni di euro. È una cosa bellissima da raccontare, perché per la prima volta non parliamo di fondi pubblici o di privati orientati al profitto, ma del supporto di una fondazione che ha riconosciuto il valore sanitario e sociale dell'opera. I lavori sono già iniziati sulla collinetta di fronte al pronto soccorso del Policlinico Gemelli e l'opera sarà completata nell'estate del 2028. L'ospedale si chiamerà **CUORE**, un acronimo che sta per *Cardiovascular Unique Offer Re-Engineered*. Sarà il primo esempio in Europa di struttura costruita intorno al paziente e al suo problema di salute. Il libro è un tassello fondamentale di tutta questa visione riconducibile alla tutela della salute dei cittadini. **Il lavoro della vostra fondazione, Dignitas Curae, parte da lontano. Chi sono i pazienti che incontrate oggi?** La fondazione nasce dalla trasformazione di una Onlus nata dodici anni fa, quando sono rientrato in Italia dopo aver vissuto vent'anni in Francia. Volevo, insieme a colleghi e amici, aiutare le fasce più fragili della società e così abbiamo inaugurato *Le Domeniche del Cuore*:

un'iniziativa con cui, una volta al mese, portiamo l'ospedale in strada con il "camion del cuore" per visitare gratuitamente le persone nelle periferie romane e in altre regioni. In dodici anni abbiamo visto cambiare radicalmente la popolazione. All'inizio i nostri pazienti erano principalmente senzatetto o immigrati. Piano piano, però, abbiamo iniziato a intercettare persone che prima appartenevano al ceto medio: insegnanti, impiegati, spesso separati, scivolati in condizioni di povertà, depressione e isolamento. La povertà sanitaria oggi colpisce chi non te lo aspetti. **Nel libro, oltre all'aspetto sociale e scientifico, viene dato grande spazio al legame tra mente e cuore. In che modo le nostre emozioni influenzano la salute del muscolo cardiaco?** La mente ha un riflesso fisiologico e fisiopatologico diretto sul benessere del cuore. Ad esempio, "morire di crepacuore" non è solo un modo di dire, ma una sindrome patologica reale: un'emozione forte può scatenare un rilascio massiccio di catecolamine, determinando la vasocostrizione delle coronarie e provocando un infarto. Nello stesso modo l'emotività influisce su come si affronta la malattia. C'è chi la subisce passivamente come una disgrazia, rendendo la guarigione molto più difficoltosa, e chi invece decide di essere "attore" del proprio percorso di guarigione. Ecco perché diciamo che la felicità fa bene al cuore e che le relazioni positive sono una vera terapia. Gli ormoni della felicità mettono il cuore nelle condizioni migliori per lavorare, promuovendo una longevità sana: l'obiettivo oggi non è solo vivere più a lungo, ma vivere bene. **Il saggio ha uno stile narrativo accessibile a tutti, quasi un romanzo, ma contiene anche consigli pratici. Ce ne anticipa uno?** Nel libro spieghiamo, ad esempio, perché nella terza età il ballo sia la migliore attività fisica possibile per il cuore. È un'attività di endurance (resistenza) che mantiene il condizionamento muscolare senza sottoporre le articolazioni a sforzi improvvisi o traumi. Ma, soprattutto, il ballo unisce il movimento al benessere relazionale ed emotivo della musica e del piacere di stare insieme. Questo stimolo emotivo contrasta la depressione e protegge il cuore. **Se dovesse riassumere il messaggio fondamentale di Sua maestà il cuore in un'unica sintesi, quale sarebbe?** Utilizzerei una frase che si trova proprio nell'ultima parte del libro e che sintetizza tutto il nostro lavoro: "Dal cuore nasce una nuova idea di cura". Perché il cuore non chiede perfezione ma attenzione, non chiede cambiamenti radicali ma scelte coerenti e durature. Metterlo al centro significa assumersi la responsabilità della propria salute con il supporto della conoscenza scientifica e di un sistema di cura che riconosce la persona come protagonista.