

IL CORONAVIRUS spiegato ai bambini

L'emergenza coronavirus riguarda tutte le fasce di età. Anche i bambini hanno diritto di sapere che cosa sta succedendo, soprattutto quelli che vivono situazioni di fragilità. La Fondazione IRCCS Ca' Granda Ospedale Maggiore Policlinico di Milano ha, così, ideato l'eBook **Storia di un coronavirus** (Erickson, 44 pagg.), scritto dalla psicologa e psicoterapeuta Francesca Dall'Ara e illustrato da Giada Negri. Un racconto si rivolge a tutti i piccoli a partire dai due anni, con un'attenzione specifica a quelli con bisogni comunicativi complessi e disturbi del neurosviluppo, attraverso una versione adattata e tradotta in simboli con gli strumenti della comunicazione aumentativa, secondo il modello inBook. È scaricabile gratuitamente sul web all'indirizzo: erickson.it/it/approfondimento/giornata-mondiale-autismo.



GLI ESERCIZI DEL CARCERATO

Arriva dall'esperienza di un carcerato un programma d'allenamento incredibilmente attuale per l'epoca di «arresti domiciliari» che stiamo vivendo a causa del Covid-19. In

Allenamento Alcatraz (Corbaccio, eBook, 302 pagg., 9,99 €) Paul Wade, 19 anni trascorsi nel carcere di massima sicurezza, spiega i metodi più efficaci per raggiungere la piena forma fisica anche tra quattro mura e senza attrezzi, ma sfruttando solo il peso del proprio corpo.



LE NUOVE FRONTIERE DELL'IMMUNOLOGIA

I misteri del sistema immunitario raccontati attraverso quattro vicende personali. In **La miglior difesa** (HarperCollins, 503 pagg., 22 €) il premio Pulitzer Matt Richtel ci guida in un viaggio scientifico che parte dalla peste nera del '300 e termina nei laboratori che stanno rivoluzionando l'immunologia, gli stessi che oggi sono impegnati nella lotta contro il coronavirus, per illustrarci le nuove frontiere dell'immunoterapia - cancro, microbioma, trattamento delle malattie autoimmuni - che stanno cambiando milioni di vite.



Quando il dottore SI LAVÒ LE MANI

Una delle prime regole per contrastare la pandemia di Covid-19 è lavarsi accuratamente le mani. Un gesto semplice, quasi banale, ma che a metà '800 non era una prassi neanche per il personale medico. A scoprirne la straordinaria importanza, che porterà a salvare milioni di vite, fu il medico ungherese Ignàc Semmelweis, la cui storia è ricostruita da Sherwin B. Nuland nel saggio **Il morbo dei dottori** (Codice Edizioni, eBook, 180 pagg., 10,99 €). Durante i suoi studi sulla febbre puerperale Semmelweis capì, infatti, che questa si trasmetteva attraverso la diretta inoculazione dalle mani proprio di quei medici che la combattevano.



LA SALUTE nel piatto

Che mangiare in un modo piuttosto che in un altro abbia importanti ripercussioni sulla salute è un dato di fatto. «L'alimentazione errata è oggi considerata responsabile di un numero di decessi maggiore rispetto a ogni altro fattore di rischio, e migliorarla potrebbe prevenire una morte su cinque a livello globale», annota il medico Giuseppe Tartaglione ne **Il cibo ci salverà** (Altreconomia, 256 pagg., 15 €). Libro che si propone come una guida per scegliere in modo consapevole il proprio stile alimentare e la propria spesa quotidiana, coniugando i principi della scienza dell'alimentazione con aspetti sociali, etici ed ecologici.

