

Silvio Garattini: «Le liste d'attesa sono anche un po' colpa nostra. Ci sono nove tumori che dipendono dall'alcol» di Federico Fumagalli

Il fondatore dell'Istituto Mario Negri, 97 anni, presenta il suo ultimo libro «Non è mai troppo tardi. La salute è una scelta quotidiana» (Fonte: <https://www.corriere.it/> 19 aprile 2026)



Silvio Garattini alla Fiera dei Librai (LaPresse/Manzoni)

Il professor Silvio Garattini ne ha per tutti, perché vuole bene a tutti. E moltissimi alla Fiera dei Librai di Bergamo ricambiano l'affetto. Lui non usa perifrasi: **«Le liste d'attesa in sanità sono colpa nostra. Mantenessimo un buono stile di vita, non ci sarebbero»**. Critica la presenza del governo al Vinitaly, per la promozione dei prodotti nostrani: **«L'Oms ha dichiarato cancerogeno l'alcol»**. Inoltre: **«In Italia l'attenzione alla droga è scarsa, fa male doverlo constatare»**. Infine: **«Passeggiare per vetrine non può essere considerato attività fisica»**.

Gigante della ricerca medica, fondatore dell'Istituto Mario Negri, Garattini ha le caratteristiche del migliore divulgatore: chiarezza, incisività, sobrietà. Sono pregi che si ritrovano nel suo ultimo libro **«Non è mai troppo tardi. La salute è una scelta quotidiana»** (ed. Piemme), presentato a Bergamo («sono sempre lieto di tornare nella mia città») in competente dialogo con il dottor Guido Bertolini. «Mi emoziona intervistare il mio direttore. Anche se oggi è presidente dell'Istituto Mario Negri – specifica Bertolini –, per me Silvio Garattini resterà sempre il mio direttore». C'è tanto affetto anche qui.

Il libro non è un *j'accuse*, né un saggio apocalittico. Tutt'altro. Il lato positivo sta già nel titolo.

Perché «Non è mai troppo tardi» dice che «l'educazione alla salute deve cominciare il più presto possibile, per poi crescere nel tempo – spiega l'autore –. **Ma non è mai troppo tardi per smettere le cattive abitudini.** A qualsiasi età lo si faccia, ci sono vantaggi». Il consumo di alcol è un nemico. Fin dove gli riesce, Garattini ci scherza su. Ricorda quando ha rifiutato «**un bottiglione che mi avevano regalato a Nizza Monferrato.** Quando siamo invitati a cena è meglio presentarsi con un mazzo di fiori piuttosto che con il vino». Continua il professore: «**Ci sono nove tumori che dipendono dall'alcol. Il primo è quello all'esofago.** Viviamo in un Paese libero e ognuno si prenda i rischi che vuole. Noi cultori della scienza però, dobbiamo fare una corretta informazione. Non possiamo certo dire che bere, anche se poco, faccia bene».

Classe 1928, alla scienza Garattini unisce l'esperienza. **Dedica un intero capitolo, naturalmente civico e sociale, ai giovani.** «Ho vissuto 17 anni durante il regime fascista. La mia fortuna è stata avere un padre, anzi, un papà (il professore addolcisce il termine, *ndr*) molto attento e che certo non stava dalla parte dei fascisti. La sera accendevamo Radio Londra, per ascoltare chi la pensava diversamente. **Oggi i giovani faticano a cogliere la differenza tra dittatura e democrazia,** perché nessuno gliela insegna. Quella italiana è una scuola del passato. Dovremmo invece parlare ai ragazzi con molti più verbi al futuro». Non è tardi per farlo.