

Siamo uomini o gatti?

Scritto da Pietro Pallini

Certo che il nome glielo hanno trovato proprio bello: *cat napping*, il sonnellino del gatto. Pare di vederlo: pigramente accovacciato sul cofano ancora caldo di una macchina in sosta, del tutto incurante di quello che succede intorno a lui, il felino dormicchia tranquillo.

Ma basta che un cane giri l'angolo e si avvicini con fare aggressivo per vederlo scattare: schizza come una molla, rizza il pelo e soffia minaccioso per poi balzare morbido più in alto, sul tetto, al sicuro, per riprendere il pisolino interrotto.

L'hanno studiata, i tecnici della NASA, questa capacità tutta felina di passare quasi istantaneamente da uno stato di calma assoluta a una perfetta efficienza, e sono giunti alla conclusione che tutto dipende dal fatto che durante i suoi sonnellini il gatto non entra mai nella fase di *sonno profondo*. Pare che sia proprio questo a consentirgli di rispondere con eccezionale prontezza a qualsiasi stimolo esterno, senza soffrire gli effetti della cosiddetta *sleeping inertia*.

E si sono chiesti se performance simili, se non esattamente uguali, potessero essere ottenute anche dagli umani, in particolare dagli astronauti. I risultati di questa ricerca sono poi stati fatti propri dall'industria del trasporto aereo e così, qualche anno fa, quello che fino a poco tempo prima era un vero e proprio reato (addormentarsi ai comandi di un aereo) è di colpo diventato una pratica regolamentata e addirittura raccomandata: un breve riposo, non più di 25 minuti di sonno effettivo, durante le fasi "tranquille" del volo, per permettere un recupero di energie fisiche e mentali in vista dei momenti più impegnativi, quelli dell'atterraggio. Il tutto, senza compromettere le capacità di un rapido ritorno ai propri compiti in caso di imprevisti.

La cosa non ha mancato di suscitare reazioni negative tra i piloti, molti dei quali, e io sono tra quelli, non sono mai riusciti a mettere in pratica questa tecnica. Incapace di rilassarmi e lasciare da parte le preoccupazioni legate all'esercizio del volo, non sono mai stato in grado di addormentarmi in cabina di pilotaggio, e i miei sonnellini li ho sempre "ceduti" ai miei compagni di equipaggio. Al contrario, durante i turni di riposo dei lunghi voli intercontinentali, quando si abbandona fisicamente il cockpit, dove restano due altri piloti, per andare a riposare qualche ora in un apposito *crew bunk* dotato di brandine, mi sono sempre fatto delle belle dormite.

La mia (e non solo mia) avversione a dormire in cockpit, è legata anche al timore di un assopimento del collega che dovrebbe rimanere sveglio. Perché, se per permettere a me di dormire una mezz'oretta, il mio compagno è costretto ad abbassare il volume delle radio e a smorzare le luci, anche lui (che sta facendo un turno di lavoro uguale al mio) si viene a trovare nelle condizioni ideali per cadere a sua volta nel sonno... e infatti, è [cronaca di questi giorni](#), fatti del genere sono davvero accaduti.

Nonostante questo, la pratica del *cat napping* si è generalizzata al punto che, mentre all'inizio era confinata solo alle operazioni di lungo raggio, adesso viene applicata anche durante voli più

Siamo uomini o gatti?

Scritto da Pietro Pallini

brevi, sul medio raggio, dove l'organizzazione del volo ha ritmi più convulsi, legati al susseguirsi di numerose tratte corte nell'arco del tempo di servizio.

E si è addirittura innescata una spirale perversa, che induce i responsabili delle turnazioni di certe compagnie a pianificare impieghi costantemente al limite del massimo ammesso dalle regolamentazioni, nell'inconfessata convinzione che... “tanto c'è sempre il sonnellino per recuperare”.

I risultati di questa tendenza sono sotto gli occhi di tutti: da un lato evidenti risparmi per le compagnie aeree, dall'altro un aumento dei carichi di lavoro i cui effetti stanno andando ad intaccare i margini di sicurezza che l'industria aeronautica si era sempre fin qui imposta.

In America il campanello di allarme è già scattato...

(28 aprile 2011)