

# Insieme Ritroviamo Il Sorriso: nasce a Gorizia un team di professionisti per aiutare chi soffre

di Eleonora Sartori

**L'**iris è un fiore che racchiude sentimenti profondi e positivi: fiducia, amicizia, verità, ma soprattutto saggezza e speranza, l'ultima a fuoriuscire dal vaso scopercchiato da Pandora, dopo che tutti i mali si riversarono nel mondo, come narra la mitologia greca. Il numero tre ricorrente nell'iris - i petali in posizione verticale, quelli girati verso il basso, i boccioli per stelo - rimanderebbe a quello della Trinità, motivo per cui l'iconografia cristiana ha assunto questo fiore come simbolo di fede, di coraggio e di saggezza. In Asia orientale l'iris era un talismano contro ogni maleficio che veniva dipinto sull'armatura dei soldati per proteggerli dai nemici. Il fiore di iris, proteso verso il cielo, era ritenuto anche simbolo di longevità. Iris è anche un acronimo, Insieme Ritroviamo Il Sorriso, nonchè il nome di un progetto nato a Gorizia per accompagnare le persone che si trovano in un momento delicato della propria vita, caratterizzato dalla malattia. Accompagnare nella sua accezione letterale, "andare insieme", affiancare una persona nel momento del bisogno, non lasciarla sola ad affrontare le conseguenze della malattia.

"Iris altro non è che un fiore che ha trovato al Forum una casa in cui fiorire - ha dichiarato Andrea Picco, presidente dell'Associazione che ha fatto da incubatore dell'iniziativa -. Per me l'idea è bellissima: un gruppo di professionisti che mette a disposizione le proprie competenze per migliorare la qualità della vita di chi sta male, e lo fa prendendosi cura di aspetti che apparentemente non hanno a che fare con la terapia, ma che in realtà contribuiscono a migliorare la quotidiana convivenza con essa verso la guarigione. Sapere che la vita continua tra una terapia e l'altra, e che non si rinuncia ad essere sé stessi, è un grande aiuto nel percorso. Che questo fiore sia sbocciato proprio nella nostra sede mi riempie d'orgoglio".

Il progetto, che coinvolge diversi professionisti goriziani e che verrà presentato il 9 maggio alle 18.30 al Trgovski Dom, è stato concepito per andare incontro alle esigenze non mediche delle donne e degli uomini in una fase che viene felicemente definita "sopravvivenza", la vita dopo la diagnosi di una malattia cronico-degenerativa, che, grazie ai progressi della medicina è sempre più lunga. Se in ambito sanitario i medici e gli infermieri forniscono l'assistenza di cui si ha bisogno, esistono anche altre necessità non strettamente terapeutiche, ad esempio ritornare al proprio lavoro e alla propria vita sociale, piacersi, stare bene con sé

stessi e divertirsi, tutti bisogni che la medicina, che ha altre priorità e altri obiettivi, non può soddisfare (risale al 13 aprile un'iniziativa goriziana che ha coniugato moda, divertimento e riflessione con una sfilata organizzata dal gruppo "Volendo continuare" che ha portato in passerella



donne e uomini che hanno affrontato le cure chemioterapiche). Curarsi significa anche porre attenzione all'aspetto estetico, psicologico e di autoaiuto, attraverso la consapevolezza che non si è soli. Il team che attualmente compone Iris è fatto di professionisti specializzati nel settore oncologico e nella gestione degli effetti collaterali della chemioterapia, biologhe, erboriste, estetiste, parrucchiere, psicoterapeute, musicoterapeuti, accomunati da una sorta di mantra: "io non sono la malattia... sono una persona che con-vive con una malattia".



La mia visione di estetica è da sempre in senso allargato e cioè non solo "bellezza" ma soprattutto "benessere" - afferma Eleonora, estetista -. Nel corso della mia vita ho avuto due zie e alcune amiche con problematiche oncologiche, alcune di loro sono tuttora in vita grazie soprattutto alla ricerca che per fortuna fa progressi continui. In queste occasioni mi sono chie-

sta cosa, oltre al raggiungimento di una sperata guarigione, si potesse fare per alleviare gli effetti collaterali delle terapie, sia chirurgiche che farmacologiche e radianti, che impattavano su pelle, unghie e gonfiore dei tessuti. Durante i vari corsi che ho frequentato ci era stato raccomandato di fare un passo indietro e non trattare questa tipologia di clienti per non aggravare la situazione. Ma la mia naturale inclinazione ad avere sempre, in ogni situazione, una spiegazione coerente e plausibile mi lasciava perplessa e curiosa di capire cosa fosse possibile fare e non solo cosa non si poteva fare. Pertanto a maggio 2018 sono diventata un'estetista APEO, ovvero un'Estetista diplomata che ha ottenuto l'Attestato di Competenza di Regione Lombardia in "Benessere, Make - up ed Inestetismi da Terapia". Grazie a questo percorso, svolto presso la Fondazione Ca' Granda Policlinico di Milano e tenuto da medici e fisioterapisti dello IEO di Milano, oggi posso aiutare le persone in terapia a prendersi cura di sé al fine di vivere il momento della malattia con la migliore qualità della vita possibile e posso seguirle dopo, durante tutto il periodo della terapia di mantenimento, per aiutarle a ritrovare il proprio benessere ed il proprio aspetto estetico.

Sono stata una adolescente introversa - dice Debora, psicoterapeuta-. Finito sempre per guardare dentro di me, piuttosto che fuori. Lo sguardo inside è diventata una pratica di vita, poi argomento di studio e infine la professione che svolgo. Mi interessava l'essere umano. Mi piaceva capire in che modo funzionassero le persone. Se alcune modalità di comportamento, alcuni atteggiamenti, certe scelte fossero del tutto casuali o se, invece, esse dipendessero da dimensioni/energie intrapsichiche spesso ignote all'individuo stesso. Per lungo tempo ho compiuto questa attività di esplorazione dentro di me e, dopo aver visitato i miei "luoghi interiori", averne osservato le caratteristiche, conosciuto povertà e ricchezza, debolezze e forze, ho capito - gradualmente - che avrei voluto fare di questa lunga esperienza un lavoro, il lavoro. Infatti continuano a interessarmi profondamente gli esseri umani. Soprattutto quelli che si domandano il senso delle cose, quelli che interrogano sé stessi e sono aperti - o intendono aprirsi - al dialogo con la dimensione Simbolica che li anima. In questo dialogo tra le parti psichiche e fisiche di cui siamo composti, il Corpo è uno dei protagonisti. Nel nostro tempo, forse, il principale. Le affezioni del corpo, che chiamiamo malattie, dovute ad alterazioni anatomiche e/o fisiologiche presentano spesso una componente psichica, simbolica, spirituale che si lega

e si collega a dimensioni energetiche che vanno oltre il corpo stesso. Da anni la psicologia si propone di agire in maniera sinergica con la medicina, per raggiungere la Guarigione: uno stato dell'Essere ben superiore all'assenza dei sintomi. Mi sono occupata, nel servizio sanitario pubblico, di malattie oncologiche, di Cure Palliative e di specifici progetti per la cura dell'ansia e della depressione. Collaboro con le Aziende Sanitarie nell'ambito della formazione del Personale. Nell'attività professionale privata, lavoro con tutte le persone che desiderano trovare o ritrovare la strada verso il Ben-Essere e che, per questo, sono disposte a mettersi in cammino... alla scoperta di sé stesse. A tal fine, effettuo sedute di psicoterapia individuale nel territorio di Gorizia e a Palmanova aderendo al Progetto Iris e alle finalità che esso si pone.

Biologa per formazione, abbandonato il progetto iniziale di lavorare in un laboratorio di ricerca o di analisi ho deciso di dedicarmi all'insegnamento - racconta **Donatella**; il destino mi ha comunque portato all'interno di un laboratorio, quello dell'Isis D'Annunzio, dove negli ultimi 20 anni ho insegnato biologia, analisi microbiologiche delle matrici ambientali ed esercitazioni di ecologia. Ora, in pensione da quasi 4 anni, ho iniziato una nuova attività, quella di seguire un'azienda impegnata nella coltivazione della Canapa Sativa, dalle cui infiorescenze si ottiene un principio attivo, il cannabidiolo (CBD), che per la sua spiccata attività antidolorifica trova impiego in moltissimi campi. Seguire da vicino lo sviluppo della pianta, studiarne caratteristiche e potenzialità, mi ha dato l'occasione di scoprire tutto un mondo a me sconosciuto, ma soprattutto l'efficacia del cbd nell'alleviare il dolore durante gli attacchi di emicrania, di cui soffro praticamente da sempre. Con l'olio di cbd estratto dalla Canapa Sativa la qualità della mia vita è cambiata, le crisi sono diminuite e quando si presentano, la loro intensità si è alleggerita di molto e la durata si è accorciata (praticamente un "normale" mal di testa che non mi impedisce di svolgere le normali attività). Tutto ciò ha aumentato la mia voglia di documentarmi sulle ricerche e gli studi, effettuati soprattutto all'estero, sui meccanismi e sui campi d'azione del cbd e di tutto il fitocomplesso prodotto dalla Canapa, allo scopo di capire in quali altri campi poteva essere applicato e di diffonderne l'utilizzo. Razionalmente, il mio pensiero era molto semplice: se è dimostrato che la molecola funziona per determinati problemi di salute, senza effetti collaterali, chi ha quei problemi dovrebbe poterla avere a disposizione o, perlomeno, sapere della sua esistenza e che può dare sollievo. Ma è a livello emotivo che, secondo me tutto è incominciato, perché la mia condizione - per quanto non possa essere paragonata per gravità ad altre a maggior progressività o aggressività (passata la crisi io riprendevo la mia vita normale fino a quella successiva), anche se in parte, credo mi abbia donato una sensibilità particolare portandomi a immedesimarmi anche se per pochi giorni, in chi la vita se la vede fermare un po' ogni giorno, in chi rimane sospeso nel tempo e nello spazio mentre tutto fuori si muove, prigioniero del dolore fisico e spirituale, in isolamento dal mon-

do, e mi abbia portato a voler offrire una mano, a condividere. Perciò eccomi qui. Il prodotto è in commercio da poco, ma posso dire di avere già molti riscontri positivi, non ultimo l'effetto benefico che ha su di me: non mi riferisco solo all'assunzione personale, ma a quando qualcuno mi chiama per dirmi che finalmente può dormire, o respirare meglio, o muoversi e guidare perché i muscoli non sono più contratti, o che il dolore è calato e l'umore è migliorato. E questo mi fa davvero stare bene.

La passione per l'erboristeria mi accompagna da sempre, mi ha spinto a laurearmi in Scienze Biologiche con una tesi sperimentale in Botanica Farmaceutica, e successivamente a conseguire il diploma di Erboristeria con lode - prosegue **Paola**. Ho sostenuto l'Esame di Stato come Biologo dopo un anno di tirocinio in Chimica Farmaceutica. Ho avuto l'occasione di approfondire le mie conoscenze scientifiche lavorando per anni come informatore medico-scientifico e frequentando numerosi corsi di formazione. Mi sono poi riavvicinata alle discipline naturali lavorando presso un'erboristeria, una sanitaria ed un'azienda di preparazioni omeopatiche; da oltre cinque anni gestisco la mia erboristeria e dedico molte energie allo studio di nuovi preparati, seguendo corsi di approfondimento in campo olistico. Quando mi è stata offerta la possibilità di partecipare al progetto Iris ho aderito con entusiasmo, perché svolgo con passione la professione di erborista ed ho maturato molta esperienza nell'interagire con persone che affrontano patologie anche gravi: cerco di offrire loro il mio sostegno e di proporre i rimedi naturali più adatti a fornire sollievo come complemento alla terapia farmacologica, sempre in assoluta sicurezza. Presto infatti notevole attenzione alla scelta delle piante e dei principi attivi, evitando così effetti collaterali e interazioni negative con le cure mediche. Sono felice di poter contribuire a lenire i disturbi e a riacquistare benessere e bellezza nel rispetto dell'equilibrio e della natura.

Sono semplicemente una parrucchiera - dichiara **Rosella** - anche se non mi è mai piaciuto definirmi così. Sento invece di poter affermare di essere una persona che si prende cura del benessere dei capelli, cornice indiscussa del nostro volto, quella parte di noi tutti che ti fa cambiare la giornata, che ti porta il sorriso e ti fa sentire comunque e sempre "bella". Quando mi è stato proposto di far parte di questo gruppo ho cercato di immaginare domande e risposte alle quali sarei andata incontro. Più volte in questi ultimi 10 anni sono stata partecipe indirettamente di problematiche dovute a cure oncologiche, poi è arrivato anche il mio momento. Cinque anni fa ho fatto un lungo percorso, un anno intenso, doloroso che mi ha cambiato la vita, in mille sfaccettature diverse ma non mi ha portato via niente, anzi... Mi sento di avere così tanto da dare e da condividere e l'opportunità di farlo mi si è presentata con Iris. Io so cosa si pensa in quella che definisco "avventura", so le domande che si vorrebbero fare, le risposte che non si vorrebbero sentire, i pesanti silenzi che accompagnano ogni pensiero. Cosa posso dare, cosa posso offrire? Parte del mio

tempo e della mia esperienza, della mia professionalità e tutto quello permetterà di far passare quei mesi in modo tranquillo e sereno. Qualcuno dice "sono solo capelli", ma non sono forse la prima cosa e la più importante che vede una donna (e non solo) ogni giorno, in ogni riflesso di sé? Io farò il possibile per farla sentire sempre e comunque bella.

Ad aderire con entusiasmo al progetto Iris c'è anche Aulòs, un'associazione di promozione sociale che crea e gestisce progetti di musicoterapia in Friuli Venezia Giulia. I professionisti di questa realtà promuovono il benessere della persona attraverso l'uso del sonoro-musicale, in percorsi individuali o di gruppo e credono profondamente nell'idea alla base del progetto di valorizzare la persona e il suo vissuto. La musica e il suono hanno proprio la capacità di agire in questo senso: mettere al centro l'individuo è il nostro modo di intendere la musicoterapia.

©RIPRODUZIONE RISERVATA

## Friulani e tumori: alcuni dati

La seconda causa di morte in Friuli Venezia Giulia sono i tumori (la prima le malattie circolatorie), con un'incidenza (numero nuovi casi anno) di 4750 casi negli uomini e 4300 nelle donne (dati 2018). A livello della provincia di Gorizia, invece, il numero medio di nuovi casi per anno è di 2411 tra gli uomini e 1981 tra le donne (dati 2017 - 2010). Dati positivi riguardano la copertura totale dei programmi di screening regionali nel periodo 2014-2017, sempre superiore al 70% e superiori alla media nazionale e l'aumento della sopravvivenza, ovvero la vita dopo una diagnosi oncologica o di malattia cronica degenerativa. Essa è condizionata da due aspetti: la fase nella quale viene diagnosticata la malattia e l'efficacia delle terapie intraprese. Sulla sopravvivenza influiscono quindi sia gli interventi di prevenzione secondaria sia la disponibilità e l'accesso a terapie efficaci. Nel 2018, sono quasi 3 milioni e quattrocentomila (3.368.569) gli italiani che vivono dopo una diagnosi di tumore, che rappresentano il 6% dell'intera popolazione italiana (uno su 19). I dati dell'Associazione Italiana dei Registri Tumori indicano un costante aumento del numero degli italiani che vivono dopo una diagnosi di tumore - circa il 3% l'anno. Il numero di prevalenti che era di 2 milioni e 244 mila nel 2006 è aumentato sino a oltre 3,4 milioni nel 2018. Uno su quattro è tornato ad avere la stessa aspettativa di vita della popolazione generale e può considerarsi guarito. E' possibile affermare, dunque, che i tumori non solo sono curabili, ma anche guaribili dato che oltre un quarto dei pazienti è tornato ad avere la stessa aspettativa di vita della popolazione generale, cioè di chi non ha mai avuto una diagnosi di tumore. La conferma che un pieno recupero è possibile ha importanti ricadute su molti aspetti della vita delle persone che hanno avuto una diagnosi di tumore e apre loro le porte alla possibilità di un completo reinserimento lavorativo e sociale. (ElSa)