

Trasformiamo il cancro

Una paziente e il suo chirurgo, affrontano insieme il cancro. Li aiuta lo yoga, di cui i media hanno parlato di recente perché alcuni manager hanno introdotto la pratica nelle loro aziende

di Maria Grazia Panasci

Aiutiamo i dipendenti a combattere lo stress. Come? Introducendo una disciplina, una pratica filosofica, uno stile di vita: lo yoga. Alcuni manager di aziende hanno pensato che questo potesse essere un sistema per allontanare per un po' l'ansia e lo stress, ricaricarsi e quindi riprendere il lavoro con la mente un po' più serena. Ma lo yoga può essere d'aiuto anche in un ambito ben più delicato, la malattia.

Il prof. Stefano Arcieri, ricercatore e chirurgo al Policlinico presso la UOC di chirurgia generale diretta dal prof. Angelo Filippini, conferma che una mente serena aiuta ad affrontare la patologia tumorale, in quanto l'organismo risponde meglio all'intervento e, successivamente, alla terapia.

“È indispensabile – ci confida il prof. Arcieri - tranquillizzare il malato, infondergli fiducia, stargli accanto. Un cammino da percorrere insieme, perché le persone che devono entrare in sala operatoria hanno paura e si aspettano non solo professionalità ma anche accoglienza, protezione e calore umano”.

Come Rita Vesprini, operata per un tumore dal prof. Arcieri proprio l'anno scorso. La donna, insegnante di Yoga e di Danza del ventre, nel colloquio iniziale col chirurgo gli aveva detto: “Faccia quello che ritiene più opportuno per guarirmi e salvarmi”.

Possiamo solo immaginare cosa provi un medico ogniqualvolta si trovi davanti ad un paziente che gli rivolge queste parole, il forte senso di responsabilità. “Non si può rimanere freddi e distaccati - ci conferma Stefano Arcieri – soprattutto quando si occupa di pazienti con patologie tumorali. È una malattia che coinvolge sia la sfera fisica che quella psicologica dei pazienti, che da questo punto di vista sono molto delicati. E non dobbiamo dimenticare come esista una mente vicino ad un corpo. Se la mente è serena, reagiscono sicuramente meglio anche quei meccanismi di difesa che il corpo deve mettere in atto per combattere la malattia oncologica. Ricordo la signora Rita come una donna intelligente ma anche come una paziente comprensibilmente spaventata. Dopo l'operazione e i risultati favorevoli dell'esame istologico, ho potuto tranquillizzarla ma devo ammettere che durante tutto il difficile percorso che abbiamo fatto insieme è riuscita a mantenere un certo grado di serenità ed equilibrio mentale (che certamente l'ha aiutata) dovuta in parte anche alla pratica dello yoga che lei stessa insegna”.

“Non finirò mai di ringraziare il prof. Arcieri – ci racconta poi Rita Vesprini - che mi ha guarito anche nell'anima. Quando mi ha detto che ormai ero guarita, ho cercato di ribaltare completamente la negatività della patologia in un messaggio positivo: dovevo cambiare qualcosa nella mia vita. Dopo la riabilitazione, sono tornata alla mia attività e mi sono ritrovata a parlare con alcune mie allieve che avevano subito lo stesso intervento: ho potuto così mettere in pratica questa mia esperienza insieme alla filosofia di vita che sottende alla pratica dello yoga, che oggi mi fa dire *non combattiamo il cancro, trasformiamolo* perché combattere implica una sconfitta in partenza”.

“Trasformiamo il cancro - è questo il messaggio che sembra volerci trasmettere questa storia – e affrontiamolo insieme al nostro medico, accettando come un dono il tempo che passa”.