



Roma, 27 marzo 2019, Ospedale Salvator Mundi, Prima giornata studio sul Recupero della lana e le sue valorizzazioni promosso da Gomitolorosa in collaborazione con Agenzia Lane d'Italia e Legambiente.

Riportiamo integralmente l'intervento di STELLA PEDILARCO, responsabile tecnico dei tecnici di radiologia del centro di diagnostica senologica della Clinica Mangiagalli. Ci parla dell'esperienza della lanaterapia nella sua sala d'aspetto.

STELLA PEDILARCO - Buongiorno a tutti, a me il compito di portarvi in 15 minuti le esperienze concrete in ambito sanitario. Non mi soffermerò sui punti già espressi in maniera magistrale.

Volevo ringraziare sicuramente il professor Costa e tutto lo staff del Gomitolorosa per l'intuizione geniale, ma soprattutto per averci dato a tutti i professionisti sanitari, l'opportunità di porre attenzione su quegli aspetti che spesso sottovalutiamo, che riteniamo marginali, che però abbiamo potuto sperimentare attraverso il knitting, che invece sono di pari importanza nel processo di cura e anche a volte di guarigione, da una patologia oncologica.

Io sono il responsabile tecnico dei tecnici di radiologia di un centro di diagnostica senologica e quindi mi occupo di tumore al seno, di prevenzione, però in maniera trasversale il knitting e l'ansia, la paura legata a qualsiasi paziente che decide di sottoporsi a un test diagnostico, che porta con sé.

Nel nostro caso particolare una donna che decide di sottoporsi a un test di prevenzione, quale la mammografia, porta una componente di ansia notevole che poi è modulabile se si tratta di un test di primo livello, piuttosto che un richiamo, piuttosto che un esito, il ritiro di un esito dopo una biopsia mammaria perché sa, qualsiasi paziente sa che ci potrebbe essere la possibilità che venga messa in discussione la propria vita, dal punto di vista familiare perché no lavorativo, e nel nostro caso anche sessuale. Il professor Costa prima diceva che sì, si toglie il cancro dal seno, ma spesso non lo si toglie dalla mente e anche se la chirurgia estetica ha fatto passi da gigante la donna oggi un intervento al seno, lo vive proprio nel pensiero come una forte mutilazione.

Ma volevo parlarvi anche degli effetti dell'ansia che porta la paziente nei nostri laboratori soprattutto a noi tecnici di radiologia che siamo i primi professionisti ad approcciare la donna che decide di effettuare una mammografia e lo dicevamo prima, quale la qualità della relazione che si instaura con un professionista sanitario qualsiasi, che è inevitabile, fa la differenza in tutto il percorso diagnostico, terapeutico assistenziale. E quindi questo noi dobbiamo averlo sempre presente, ma nel nostro caso specifico la donna ansiosa è veramente troppo rigida e abbiamo anche delle difficoltà tecniche proprio nell'eseguire l'esame e quindi davvero dovevamo trovare qualcosa che ci aiutasse.

Cosa viene chiesto a tutti professionisti sanitari? Anche la capacità di noi, dei tecnici di radiologia, richiediamo il quid in più, che è la capacità di entrare rapidamente in quei pochissimi minuti che abbiamo, abbiamo veramente delle liste serrate, la capacità di entrare in empatia con la donna, poi mettiamo appunto delle tecniche basate sull'esperienza, ci sono anche delle tecniche che possono essere imparate per tutto l'ambito della comunicazione paraverbale. Ma quello che ci insegnava il professor Veronesi a noi professionisti, è quelli di contribuire a lasciare un segno importante, anziché curare un paziente di prendersi cura, con un approccio olistico dei nostri pazienti. Noi nello specifico avevamo questo problema. Quest'ampia premessa proprio per giustificare l'utilizzo del knitting.

Le donne hanno proprio paura del dolore fisico però noi raccontiamo che sono delle leggende metropolitane che si sono tramandate nelle sale d'attesa e quindi avevamo bisogno di uno strumento che si potesse come barriera e quindi per ridurre quest'ansia, hanno paura del dolore fisico legato al dolore fisico della compressione mammaria, ma la componente d'ansia lo amplifica e anziché rimanere un fastidio, diventa a volte dolore. Ma è la componente d'ansia che amplifica questo leggero fastidio, ma è un'ansia chiaramente legata all'esito del risultato. Come nel caso del test di previsione diagnostico, la mammografia verrà letto in un doppio ceco in un secondo momento da due medici radiologici diversi e se alcune donne hanno necessità di effettuare degli esami di integrazione, di completamento diagnostico, semplicemente un'ecografia, una

visita, quando la donna viene richiamata in un secondo momento, porta nei nostri ambulatori (quindi questi sono esami di secondo livello), un'ansia incredibile. La nostra difficoltà è proprio quella di gestire l'ansia della paziente che si presenta. Ampia premessa per giustificare come il knitting è davvero servito, abbiamo accettato con grande entusiasmo la possibilità di poter sperimentare un strumento nel lontano 2013, lavorando ai bellissimi gomitoli, i primi nati gomitoli rosa. Noi ci occupiamo di tumore al seno quindi il colore emblematico è il rosa. Adesso sappiamo che disponiamo di una vasta gamma di colori, legati alle singole patologie. E davvero prima lo abbiamo sperimentato, ma possiamo dire con certezza che il knitting per noi funziona davvero come un antidoto antistress per i pensieri ansiogeni e abbiamo visto che nelle nostre sale d'attesa il rimuginare come la mammografia faccia male, quanto l'ansia dell'esito dell'istologica, adesso mi diranno che ho qualcosa...

Ecco ridurre l'ansia, porre una barriera alla rimuginazione che è il fattore aggravante degli stati d'ansia se non del mantenimento costante del fattore stress.

Simbolicamente non ci siamo fermati alla parte diagnostica, dove si effettuano appunto gli esami di prevenzione, ma simbolicamente l'abbiamo voluto portare in tutti i percorsi diagnostici terapeutici assistenziali. Questo nel mio caso specifico sono le breast unit perché sappiamo essere modelli proprio di assistenza migliori quelli di avere un team di professionisti multidisciplinari che si riuniscono attorno ad una patologia dell'organo per mantenere la centralità del paziente.

Ma ancora lo abbiamo portato nell'attesa dei precoveri piemontesi è vero che abbiamo ridotto tutto a una giornata, per non far tornare la donna tante volte, ma la giornata di un precovero, a volte è un'intera giornata. Ecco che lì il knitting, c'è il processo di creare qualcosa dall'inizio alla fine di una giornata. E ancora l'abbiamo portato al letto delle pazienti operate, abbiamo visto con delle insegnanti di lavoro a maglia grazie alle donazioni dei proventi del Gomitolorosa e poi vedremo perché sulle donne operate e poi ancora nelle terapie, nelle radioterapie dove l'attesa è lunga, ma anche se di pochi minuti, ma la devi ripetere nel tempo: 20-30 sedute. E ancora nel ritornare nei follow-up, sappiamo poi che ci sono i controlli a cadenza ravvicinata, quindi le donne se vivono quel momento di follow-up, siamo riuscite ad organizzare delle giornate dove mettiamo, dal punto di vista organizzativo, tutti appuntamenti per donne operate. Perché grazie al knitting abbiamo visto che è davvero un vero mezzo di incontro tra le donne e quindi nelle sale d'attesa, diventa la nostra sala d'attesa proprio un momento conviviale, di scambio.

Noi donne nei momenti di difficoltà, riusciamo ad essere solidissime tra di noi, si scambiano consigli, creme, problemi sulla radioterapia, quindi grazie al knitting la sala d'attesa diventa un Mutuo aiuto. Provare per credere. Chiaramente un grazie particolare alle associazioni di volontariato che ci aiutano a portare il knitting nelle sale d'attesa, sono tutte donne bravissime a sferruzzare, per me si è aperto un mondo.

Noi abbiamo un centro di diagnostica con 44000 cesti di donne, davvero tantissime donne lavorano a maglia e grazie alle nostre volontarie che propongono il lavoro a maglia nelle sale d'attesa. Le donne trovano dei cesti, delle mattonelle già pronte, nei centri di diagnostica l'attesa è rapida, veloce, noi siamo in grado con i nuovi sistemi PACS, di consegnare subito un esito legato al test diagnostico. Le donne aspettano volentieri pur di andare a casa con una risposta certa, senza di aver l'attesa o l'ansia di tornare a riprendere la risposta. Quindi in attesa lavorano volentieri a maglia, con delle bellissime mattonelle che sono lavorate a più maglie. Per rientrare nei temi della giornata di studio adesso, sicuramente abbiamo detto una salute individuale, la consapevolezza della donna nel tic-tac dei ferri, la presenza che segna il qui ed ora del lavorare a maglia, fa prendere loro consapevolezza che sono lì per dedicarsi del tempo, per dedicarsi un test di prevenzione e che la diagnosi precoce è sicuramente vita. Qui abbiamo un esempio di donna che prende il suo lavoro 5 minuti in attesa di mammografia, poi lo riprende per effettuare la visita o l'ecografia e lo riprenderà ancora in sala d'attesa per l'esito del ritiro.

Abbiamo sperimentato e adesso è un dato di fatto che il knitting è un distrattore dei brutti pensieri, un momento conviviale è un lavoro che effettua la donna da sola, ma che diventa un mezzo di convivialità, uno svago, alle volte di divertimento per le lunghe attese. Si accompagnano tra di loro le donne durante il test di prevenzione: sorelle, amiche; nelle nostre sale d'attesa sono pure le figlie che accompagnano una mamma, sappiamo che c'è anche l'ereditarietà del tumore femminile, quindi a volte la nipote che accompagna la nonna, culture diverse. Abbiamo anche portato il lavoro a maglia, insegnato anche a qualche marito a staccare il pensiero, quando accompagnano le donne al ritiro dell'esito istologico.

E' stato argomento di studio, sicuramente per una giornata importante e si è inserito perfettamente il lavoro a maglia all'interno di un progetto di umanizzazione delle cure. Si è svolto un importante convegno al

Mangiagalli dove abbiamo anche portato il bellissimo progetto, come gli ambienti ospedalieri se umanizzati a misura di donna, potevano in qualche modo influire a ridurre il disagio e quindi l'ansia.

Porto solo degli esempi per dire, come nei progetti già avviati nel Gomitolorosa, e quindi delle bellissime iniziative hanno trovato un inserimento, un interior decoration ci ha umanizzato tutte le pediatrie d'Italia dimostrando scientificamente come il bambino in un ambiente di agio, riduce lo stress anche con esami ematochimici. E ha voluto donare il primo lavoro nelle senologie, nel breast unit, colorando i soffitti con petali di rose, i soffitti azzurro cielo, dimostrando appunto come può cambiare un ambiente.

E' chiaro, siamo consapevoli: l'ansia non possiamo eliminarla, c'è sempre quell'ansia legata all'esito, ma sicuramente abbiamo potuto sperimentare che abatterla, alleggerirla con questi strumenti, sicuramente è possibile ed è divenuto una pubblicazione scientifica di un mese fa con uno studio di psico-dinamica dell'università di Bologna che hanno sottoposto a un campione di 200 donne fidelizzate al centro che da più di 20 anni conoscono i nostri ambienti e la nostra modalità e come gli ambienti di prima e dopo possono portare davvero grossi benefici.

Nel nostro caso specifico siamo arrivati al risultato, i tecnici di radiologia hanno delle donne che sferrizzano fuori dalle sale d'attesa, evitano quindi di tramandarsi quelle brutte leggende metropolitane che leggevamo prima, contano il tic-tac dei ferri, il ritmo, crea star bene, riduce l'ansia perché lo vediamo: le donne entrano più rilassate, hanno muscoli più rilassati, è molto più facile posizionare la donna e possiamo quindi effettuare la nostra prestazione dove ci viene chiesta eccellenza.

Grazie ai proventi di Gomitolorosa si riescono anche a realizzare piccoli progetti in reparto per rendere anche gli ambienti, le attese in momenti di benessere, di piacevolezza, per non portare i brutti ricordi con sé che a volte sono i deterrenti per non partecipare più ai programmi di prevenzione.

Grazie ai proventi del Gomitolorosa, siamo anche riusciti ad allestire degli spazi dedicati alle donne, soprattutto ad alleggerire, soprattutto nei casi delle biopsie mammarie, c'è un'altissima ansia. Quindi che la donna ha un luogo dove poter smaltire l'ansia accumulata prima dell'intervento e poi avrà l'ansia dell'esito istologico.

Le solidarietà sociale come trova applicazione nell'ospedale, il test diagnostico è veloce, se scaturisce qualche dubbio, noi cerchiamo di assorbire l'esame di terzo livello, la biopsia mammaria, all'interno della stessa giornata. Quindi le donne devono aspettare e allora faranno le nostre bellissime mattonelle, simbolicamente le donne unite nella prevenzione perché sono mattonelle lavorate a più mani, vengono imbastite dalle nostre volontarie ricoperte e le doniamo al centro aiuto per la vita, argomento della prossima relazione: aiutare gli altri, le persone ad aiutare gli altri.

Come nella nostra clinica Mangiagalli, che è centenaria, una volta esisteva la ruota dove anticamente si potevano lasciare i bambini, viene riprodotta in maniera più moderna, proprio sulla strada si vede la culla per la vita: la mamma può lasciare il bambino. Scatta subito un allarme in terapia intensiva, c'è solo audio, non video perché la mamma così può rimanere in anonimato: siamo in centro a Milano e può subito allontanarsi dopo pochi minuti e queste bellissime copertine vengono donate appunto per contribuire alla realizzazione di bellissimi corredi che vengono confezionati per questi bambini del centro aiuto alla vita.

Quindi donne che in un momento di aiuto nella prevenzione aiutano altre donne che portano avanti in momenti di difficoltà la gravidanza pensando anche di donare la propria vita ad un'altra mamma.

Adesso con la vasta gamma di colori le nostre volontarie e le nostre donne, danno spazio alla creatività. Prendono i gomitoli e se li portano a casa e ci riportano i manufatti per il centro aiuto alla vita.

Abbiamo realizzato anche insieme a Gomitolorosa, in occasione della giornata del lavoro a maglia una collaborazione con le scuole WALDORF dove la relazione precedente spiegava come c'era anche un risvolto pedagogico anche nelle pedagogie curative. Le steineriane lo utilizzano molto, usano la lana già a partire dalla scuola materna fino al liceo in tutte le sue forme.

Abbiamo anche sensibilizzato quindi i bambini ad una solidarietà sociale, a realizzare i loro manufatti e donarli ad altri bambini in difficoltà.

Ancora grazie al Gomitolorosa per aver dato l'opportunità di parlare dell'importanza di una diagnosi precoce, quindi di sottoporsi ai controlli di prevenzione.

Grazie per aver dato la possibilità di parlare anche del tumore in gravidanza, abbiamo anche delle donne che si sottopongono, ma anche dare la speranza che dopo la malattia la vita continua, riprende.

Il Gomitolorosa scalda, continua a scaldare simbolicamente delle vite.

Grazie alle donazioni che arrivano dal Gomitolorosa vengono attivate tutte queste bellissime iniziative, ma soprattutto corsi di lavoro a maglia. Questo è stato un bellissimo progetto: nella nostra organizzazione abbiamo inserito i lunedì senologici di followup, tutte donne operate in una sola giornata, abbiamo visto come il lavoro a maglia abbia instaurato delle relazioni, delle amicizie in sala d'attesa e il Gomitolorosa ha messo a disposizione delle knitters, delle insegnanti che hanno insegnato alle donne operate a lavorare con un ferro circolare, sono due ferri uniti da un filo, il filo che unisce perché? Perché le donne operate possono continuare ad utilizzare dello strumento di lavoro a maglia, anche dopo l'intervento, senza lo sfregamento dei ferri sotto l'ascella, se hanno subito una dissezione ascellare, influisce anche molto bene nella ripresa del linfedema ascellare, ma anche per non incassare la gabbia toracica, per non appesantire i muscoli del collo, quindi molto interessante. Anche perché le donne si portavano il lavoro a maglia a letto, dopo l'intervento per staccare la mente e poter continuare ad utilizzare una loro pratica consueta, quindi grazie davvero a queste bellissime iniziative.

La stanza che avete visto prima, era un archivio radiologico, spesso le associazioni non trovano nemmeno collocazione, lì si vengono proposti i posti più disparati, negli anfratti ospedalieri, noi le avevamo inserite in un archivio radiologico, ma grazie alla sensibilizzazione sociale dei progetti di Gomitolorosa e a molte aziende, è stato possibile a molte donne con bambini, che continuamente rimandavano il controllo di prevenzione, sanno che al Mangiagalli possono venire perché sanno che al Mangiagalli c'è una bellissima stanza dedicata a loro dove si continua a lavorare a maglia, sono state anche realizzate da un'azienda delle bellissime poltroncine in tiratura limitata per il lavoro a maglia e per Gomitolorosa, ma siamo riusciti a realizzare uno spazio dove le donne non rinunciano a un controllo di prevenzione, portano con sé i propri bambini nelle lunghe attese e soprattutto possono anche fare i compiti, guardare un cartone e perché no anche i bambini imparare a lavorare a maglia, con le nonne o con le nostre volontarie.

Io vi ringrazio per l'attenzione, spero di essere riuscita in 15 minuti a passare il concetto, ringrazio da parte di tutto il mondo sanitario il professor Costa e lo staff del Gomitolorosa, per averci prima dato la possibilità di sperimentarlo, ma adesso oggi di disporre di uno strumento per noi che è diventato essenziale e indispensabile nelle nostre sale d'attesa.

Simbolicamente L'attesa che a volte è lunga e che può diventare snervante appunto per la componente d'ansia può diventare un momento di svago, a volte anche di divertimento attraverso soprattutto esperienze ricche di risultati simbolici.

Grazie.