

KNITTING THERAPY NELLA BREAST UNIT: LA MEDITAZIONE ATTRAVERSO LE MANI

di Fabio Ricci - Direttore clinico Breast Unit P.O. S.M. Goretti
Maurizio Dorkin - senologo Breast Unit P.O. S.M. Goretti



Continuare ad imparare nuove cose mantiene il cervello attivo. L'attività crea nuove connessioni che determinano anche il modo in cui affrontiamo lo stress e la depressione. Alla base della nostra vita vi è il cambiamento. A volte pianifichiamo noi cosa cambiare, a volte i cambiamenti accadono contro la nostra volontà e noi ci ritroviamo in situazioni dure e stressanti. Noi abbiamo la possibilità di imparare a reagire in modo positivo, senza cadere nella depressione e nell'ansia, creando nel nostro cervello una serie di rinforzi positivi. Il lavoro a maglia funziona come stimolo per l'attività celebrale. Il movimento delle mani richiede una grande attività cerebrale in un processo articolato e complesso. I movimenti ripetitivi aumentano la produzione di serotonina, che migliora l'umore. Lavorando a maglia siamo concentrati sul lavoro ed il nostro cervello non può dedicarsi alle nostre ansie. Lavorando a maglia siamo in uno stato di quiete, lontano dalle preoccupazioni della nostra vita. Se lavoriamo a maglia creiamo nel nostro cervello sentieri neuronali che si rafforzano ed applichiamo quella perseveranza, quella pazienza e quella pianificazione anche a tutti gli altri aspetti della nostra vita. Inoltre farlo insieme ad altre persone che sono coinvolte da problematiche simili alle nostre, rafforza la collaborazione e aiuta in maniera importante ad affrontare e superare gli ostacoli con ottimismo e determinazione. Il lavoro a maglia, quindi, insegna

a risolvere i problemi in modo efficace e gestire i cambiamenti senza lasciarci schiacciare dall'ansia e dalla depressione. Per tutto ciò e a ragione è stato definito knitting therapy.

Inserendosi nel progetto di studio sugli effetti della knitting therapy, commissionato dall'Associazione Gomitolosa all'Università di Reading in Inghilterra, la ASL di Latina, nella persona del Direttore Generale Dott. Giorgio Casati, ha sottoscritto una convenzione con il presidente della Onlus Gomitolosa, Prof. Alberto Costa, per l'istituzione della Lanaterapia presso la ASL stessa. La convenzione è stata protocollata con delibera n° 924 del Direttore Generale, grazie al paziente lavoro delle dott.sse Assunta Lombardi e Marilisa Coluzzi, dell'U.O.C. 'Sviluppo Organizzativo e del Patrimonio Professionale', ed è consultabile nel sito della ASL Latina. Con il benestare del Direttore Sanitario Aziendale Dott. Giuseppe Visconti e del Direttore Sanitario del Presidio Ospedaliero Nord Dott. Sergio Parrocchia, tale attività si svolge all'interno della Breast Unit diretta dal Dott. Fabio Ricci. L'attività è coordinata dalla Sig.ra Ivana Appolloni e vede collaborare la LILT per volere del suo presidente Dott.ssa Nicoletta D'Erme e del coordinatore regionale Dott. Alfredo Cecconi. In particolare per la LILT è attiva l'Associazione "Latina Knitcrotchet" diretta dalla sig.ra Anna Bruno. La Lanoterapia coinvolge tutte le donne operate al seno che possono così vedere migliorata l'offerta di terapia integrativa nei loro confronti tramite questo mezzo potente ed efficace. Tutto ciò all'insegna dello slogan: "Non bisogna curare il tumore al seno, ma la donna affetta da tumore".

