



I GOMITOLI DELLA FELICITA'

Nel nostro Paese la lana viene distrutta o venduta all'estero per farne tappeti. Una onlus, Gomitolrosa, otto anni fa, ha iniziato a recuperarla. E a insegnare la "lanaterapia" ai malati di cancro. Si riduce lo stress e si aiuta l'ambiente.

<https://www.iodonna.it/attualita/costume-e-societa/2021/01/24/la-lanaterapia-aiuta-a-gestire-lansia/>

Il nuovo antidoto allo stress e all'ansia? È la "lanaterapia". Presenta così tanti benefici da essere stata paragonata addirittura alla mindfulness. Migliora l'umore, l'autostima, fa diminuire la tensione muscolare. Sembra, in particolare, che la concentrazione sui ferri arrivi a provocare uno stato di rilassamento così simile alla meditazione da rallentare il cuore e abbassare la pressione sanguigna.

Lo sanno bene i mille e cinquecento volontari di Gomitolrosa, una onlus che da otto anni porta avanti in tutta Italia un progetto terapeutico e sostenibile con migliaia di seguaci: recupera la lana italiana che altrimenti finirebbe al macero, con pesanti danni all'ambiente, e la reimpiega insegnando a lavorare a maglia ai pazienti malati di cancro ricoverati negli ospedali. Ai quali, a loro volta, chiede di realizzare sciarpe e coperte per altre persone in difficoltà come ad esempio i senzatetto. «Il tutto secondo un'economia circolare che, alla fine, fa del bene a tutti, all'ambiente e alle persone» sintetizza Carlo Piacenza, imprenditore biellese del tessile, tra i fondatori dell'organizzazione.

Recuperati 14mila chili di lana

«Fino a oggi abbiamo recuperato 14mila chili di lana» racconta. Rivelando che tutto è nato da un incendio in montagna notato dal chirurgo senologo Alberto Costa, oggi presidente di Gomitolrosa. «Quando ha scoperto che si stava bruciando la lana mi ha chiesto se fosse recuperabile. Molti non lo sanno, ma la lana prodotta in Italia purtroppo è poco pregiata, la esportiamo in Iran dove si realizzano tappeti, mentre noi importiamo quella migliore dall'Australia» continua Piacenza. «Ci costringono a smaltirla come rifiuto speciale, ma il problema è che la lana non è biodegradabile, in media viene assorbita in cento anni. Così abbiamo iniziato a raccoglierla e a filarla. Creando una micro-economia che aiuta anche le valli e protegge le nostre montagne».

Solidarietà e benessere

Il recupero della lana si è poi concretizzato con progetti di solidarietà sociale, di cui il cuore è proprio la lanaterapia. «Oggi collaboriamo con i breast center, i centri senologici oncologici, di nove ospedali italiani» sottolinea Ivana Appolloni, “spina dorsale” dell’associazione che solo su Facebook ha 29mila follower e ha avuto per madrina l’attrice Cristiana Capotondi. «Con i nostri volontari, che dotiamo di gomitoli e ferri, avviciniamo i pazienti in attesa per una visita e insegniamo loro la lanaterapia come mezzo per distrarsi e abbattere l’angoscia». Purtroppo causa pandemia l’attività “porta a porta” si è dovuta interrompere, ma non la gara di solidarietà: presto negli ospedali verranno distribuiti kit individuali, fa sapere ancora Appolloni.

La “catena” di aiuto non finisce qua

Ogni anno Gomitolrosa propone anche progetti finalizzati alla sensibilizzazione di una malattia. Così sono nate iniziative come la coperta ad esagoni dove ogni paziente coinvolto contribuisce con un quadratino lavorato a maglia e che, magari, viene destinata ai più disagiati. Oppure le sciarpe per le pink ambassador (le donne guarite dal cancro al seno) dell’istituto Europeo di Oncologia fondato da Umberto Veronesi.

Lanaterapia come la mindfulness

Quest’anno i lavori saranno dedicati al tumore all’ovaio in vista della giornata mondiale dell’8 maggio. L’idea è di creare baschi e sciarpe di lana e fare prevenzione. I gomitoli di lana recuperati, nel frattempo, sono diventati di diversi colori (il blu, ad esempio, è per il cancro alla prostata, l’arancione per la sclerosi multipla, e il tortora contro il fumo da tabacco). Gli effetti positivi alla lunga si sono dimostrati così evidenti che Gomitolrosa ha chiesto all’istituto Besta di Milano di avviare una ricerca scientifica per dimostrare che il knitting è equiparabile allo yoga e alla mindfulness. «L’obiettivo è di sottoporre per un anno quaranta persone all’encefalogramma prima e dopo aver lavorato a maglia, e studiarne gli effetti» conclude Appolloni.

“Knit caffè” e uomini in “prima linea”

Intorno a Gomitolrosa si è creata intanto una galassia di gruppi indipendenti che collabora ai progetti di lanaterapia. Anna Bruno, a Latina, ha creato Latinaknitcrochet che si riunisce in un bar-libreria della città: i membri collaborano con la Brest Unit dell’ospedale Santa Maria Goretti. «Ora ci riuniamo solo in videoconferenza, a volte arriviamo a essere anche cinquanta persone collegate» commenta. Tanti pure gli uomini per i quali non è più tabù lavorare a maglia. Stefano Visciotti a Perugia ha fondato il primo knit caffè italiano e il gruppo Rincrochet e, a sua volta, fa parte della attivissima rete “Magliuomini”. Disegna

gli schemi da lavorare. «Siamo migliaia in Italia e bravi. Il nostro pregio? Siamo precisi, determinati e puntigliosi come ingegneri».