

L'idea dell'Istituto neurologico Besta

«Sferruzzare fa bene». Al via lo studio

MILANO

Lavorare a maglia fa bene? Lo scopriranno studiosi italiani e britannici: è la missione avviata neurologi, neurofisiologi e psicologi all'Istituto neurologico Carlo Besta, in collaborazione con il Dipartimento di neuroscienze dell'università di Reading, nel Regno Unito. Nell'ambito di un progetto promosso da Gomitolorosa Onlus, infatti, l'Irccs mira a studiare l'attività di knitting (lavoro a maglia e uncinetto). Di questo hobby, ritenuto erroneamente femminile, si è parlato a lungo durante le Olimpiadi di Tokyo 2020: l'atleta medaglia d'oro Tom Daley sugli spalti ha più volte inforcato i suoi ferri, creando il "maglione olimpico", e dando prova di conoscere gli effetti rilassanti di questa pratica. E proprio per poter dimostrare l'impatto del lavoro

a maglia sul cervello umano, si cercano "stacanovisti del tricot" (che sferruzzino con una frequenza settimanale di cinque/sette giorni), di età compresa tra 27 e 63 anni, per un totale di 40 "sferruzzatori". I volontari verranno sottoposti a due registrazioni M/Eeg prima e dopo una sessione di lavoro a maglia di circa 20 minuti, in due condizioni: a riposo e durante l'esecuzione di un compito per valutare l'attenzione sostenuta. Le candidature potranno essere inviate alla mail segreteria@gomitolorosa.org.

Una delle ipotesi da verificare tramite la registrazione dell'attività magnetica ed elettrica cerebrale è: il lavoro a maglia influisce sul livello di attenzione in modo simile alla meditazione? «Il nostro studio» - illustra Alberto Costa, presidente di Gomitolorosa e oncologo senologo -, ha l'obiettivo di confermare

quello che le volontarie e i volontari della nostra associazione sperimentano empiricamente ogni volta che prendono in mano i ferri e si sentono meglio. Dal 2012 Gomitolorosa, e i medici sostenitori e amici, promuovono, sostengono e raccomandano la "lanaterapia" in dieci ospedali, da Messina a Milano, perché credono fortemente nei grandi benefici dell'uncinetto per la salute fisica e mentale.

Che il lavoro a maglia sia un efficace antidoto allo stress, Costa lo aveva intuito nei 40 anni al fianco di Umberto Veronesi, osservando nelle corsie degli ospedali le pazienti che lavorano con l'uncinetto per ingannare il tempo in attesa di sottoporsi alle cure o agli esami: «Lavorare a maglia distrae dalle preoccupazioni e dal dolore, e migliora l'autostima perché implica il raggiungimento di un obiettivo».



L'atleta, oro olimpico, Tom Daley sugli spalti ha più volte inforcato i suoi ferri