



Più prevenzione meno cancro

R



SPED. ABB. POST. COMMA 20/C LEGGE 622/96 FILIALE DI MILANO

ANNO 25 N° 10 OTTOBRE 2010

Dr.ssa Anna Maria Marchese, delegata anvolt Genova:

«Chiara è volontaria dal suo quarto mese!»

pag.3

La psicologia è vitale nella lotta ai tumori

Diagnosi precoce, terapie corrette e mirate, assistenza diretta sono gli ingredienti fondamentali per sostenere nella maniera migliore chi è colpito da una patologia tumorale. Ma c'è un aspetto, ancora poco studiato e non completamente adottato tra le discipline "ufficiali" nella lotta ai tumori, che sembra oggi essere sempre più determinante: il sostegno psicologico, utile sia per un allungamento

della vita dei pazienti che per una sua migliore qualità. Ne abbiamo parlato con la dottoressa Antonella Canonico, Psicologa responsabile del dipartimento di psiconeurofisiologia degli iLabs, che da trent'anni, con successo, aiuta i malati di tumore attraverso la psiconcologia. Per spiegarvi perché questa disciplina dovrebbe essere presente ovunque ci sia da combattere il cancro. (Segue a pag. 5)



Antonella Canonico

L'angolo del Presidente



Cari amici, siamo tornati dopo il riposo estivo ancora più carichi e motivati per continuare la nostra missione anticancro.

Molta la carne al fuoco che abbiamo da offrirvi. Possiamo contare innanzitutto su un parco macchine allargato, con tre nuovi mezzi alle sedi di Vicenza, Civitanova Marche e Genova.

Un altro ecografo, di nuovissima generazione, è in progetto di essere acquistato dalla delegazione di Bergamo e per il 2011 andrà ad arricchire ulteriormente l'offerta di servizi in

quella città. Contemporaneamente l'ecografo attualmente in uso a Bergamo sarà utilizzato nella delegazione di Lodi. Un'altra grande novità riguarda poi la capitale: nel mese di settembre abbiamo inaugurato, a Roma, il secondo ufficio anvolt, autonomo dal primo e che potrà contare su una propria squadra di volontari.

Presto anche in questa seconda sede contiamo di aprire un ambulatorio per le visite di prevenzione dei tumori femminili. Una città come Roma merita un servizio ancora più ampio, capace di soddisfare l'enorme numero di richieste di aiuto che già oggi ci pervengono.

Anna Maria Marchese

Testimonianze

Gigi Buffon:

«Partecipo ogni anno a molte iniziative di beneficenza, mi ha sempre affascinato il mondo che gira intorno a questo genere di attività. Così nel corso degli anni ho conosciuto la causa nobile del volontariato. E posso dire che le persone che si impegnano nel sociale hanno il mio massimo rispetto e la mia stima. Va a loro tutta la nostra riconoscenza e i nostri commossi ringraziamenti. Penso che tutti coloro che ne hanno la possibilità concreta dovrebbero aiutare chi è meno fortunato degli altri».



La nuova rubrica:

4 **Storie da un mondo senza paura**

La voce di Elisabeth

6 **Melanoma messo a nudo**

Assistenza Legale

7 **Divieto di fumare e responsabilità...**

«Il medico non può ignorare i legami tra mente e corpo»

di Marco Infelise



La dott.ssa Antonella Canonico è nata il 12 aprile del 1961. Si è laureata in Psicologia all'Università di Lubiana, con una tesi dal titolo "Morire senza Paura. La morte nella nostra civiltà e due proposte per aiutare ad affrontarla". Si è specializzata in Psicologia dei Processi Cognitivi all'Ospedale San Raffaele di Milano; si è poi perfezionata in Psicoterapia Breve Strategica sul modello della scuola di Palo Alto a Milano.

Dottoressa, in che cosa consiste esattamente la psiconcologia?

«Si occupa di provare a migliorare l'efficienza dei meccanismi auto-riparativi e compensativi dei malati di tumore. È bene fare subito chiarezza: non è ancora stata dimostrata la sua reale utilità terapeutica rispetto al decorso della malattia se non rispetto a un ragionevole miglioramento nella qualità della vita. Il nostro laboratorio di ricerca si occupa dell'argomento da più di vent'anni e la nostra opinione è che la psiconcologia sia realmente in grado di aumentare non solo la qualità ma anche la "quantità" della vita, ma non abbiamo ancora identificato il cosiddetto "principio attivo". Abbiamo però delle ipotesi di lavoro e una davvero particolare ci sembra particolarmente promettente e si basa sulla nostra teoria dei *modelli di riferimento*. L'idea di base è che nella nostra mente esistano dei moduli deputati a supervisionare il funzionamento generale del nostro sistema. In particolare alcuni moduli che si occupano di controllare il sistema immunitario: potenziando questi moduli si dovrebbe migliorare l'efficienza del sistema nel suo complesso».

In che modo questa disciplina è in grado di aiutare i pazienti?

«L'insorgere di qualsiasi malattia, come il suo decorso, ritengo sia quasi sempre multi-fattoriale. Non esiste una sola causa, ma sono coinvolti fattori genetici, ambientali e sistemici (cioè come il "sistema uomo" riesce a reagire nel suo complesso). Per aumentare le probabilità di guarigione penso sia una buona strategia provare a intervenire, nei limiti del possibile, su tutte e tre le tipologie di fattori. Troppo spesso tendiamo a dimenticare che esiste anche la terza tipologia di fattori, e cioè i fattori che inibiscono la nostra naturale capacità di compensare e

di riparare gli inevitabili danni e disfunzioni che incontriamo nel corso della vita. Forse non tutti sanno, ad esempio, che il nostro corpo produce quotidianamente un certo numero di cellule potenzialmente cancerogene che il nostro sistema immunitario quasi sempre riesce a eliminare. La strategia è semplice: se abbiamo un difetto genetico cerchiamo di ripararlo, se viviamo in un ambiente "pericoloso" cambiamo ambiente o cambiamo stile di vita e se si inceppa la nostra naturale capacità di auto-riparazione cerchiamo di ripristinarla».

Come la psiconcologia coinvolge anche i familiari dei malati di cancro?

«Ritengo che nella maggior parte dei casi il coinvolgimento dei familiari sia auspicabile, ma ogni tanto ho incontrato situazioni difficili di vera e propria fuga dalla

realtà quando non addirittura di aperta ostilità verso il familiare "colpevole" di essersi ammalato. In questi casi non è possibile obbligare nessuno a seguire un percorso di avvicinamento, anche se è bene affermare con chiarezza che l'affetto e la vicinanza dei propri cari rappresenta un fattore fortemente positivo rispetto alla qualità della vita del malato».

Qual è il consiglio più importante per non cadere nella depressione durante la malattia?

«La malattia, qualsiasi tipo di malattia, può essere vista come un campanello d'allarme che ci consente di correggere qualcosa che non va nella nostra vita. Il mio consiglio è sempre quello di approfittare dell'occasione per migliorare noi stessi e i nostri rapporti con il resto del mondo. Naturalmente nessuno, né medico né paziente, può sapere con certezza come andrà a finire e, una volta superati i primi momenti di sconforto, la malattia rende quasi sempre le persone "migliori"».

A che livello di integrazione è la psiconcologia con le altre discipline cliniche oggi in Italia? Esiste ovunque un servizio di questo tipo?

«Purtroppo il livello di integrazione è ancora molto basso ed è fondamentalmente affidato alla buona volontà di alcuni oncologi. Troppi medici sottostimano ancora gli effetti che un corretto equilibrio psichico può avere sul decorso della malattia. Il fatto che non si sia ancora trovato il principio attivo non vuol dire che non esista. Potrei citare i casi di molti oncologi, anche di fama mondiale, che si sono avvicinati agli ambiti della psiconcologia solo negli ultimi anni della loro carriera (o che ne ammettono una possibile utilità in privato ma non in pubblico)».

Che cosa sarebbe necessario fare per sviluppare ulteriormente nel nostro paese la sua diffusione?

«Basterebbe avere un approccio più scientifico al problema e non essere condizionati da un approccio culturale troppo dogmatico. Venti anni fa, quando ho iniziato, in Italia ero quasi una voce sola nel deserto e adesso no...».

Qual è il miglior risultato che ricorda di aver ottenuto?

«Per molti anni al mio studio approdavano quasi esclusivamente pazienti che "le avevano provate tutte" senza ottenere risultati significativi. In quell'epoca "eroica" credo di aver significativamente contribuito alla sopravvivenza di un certo numero di persone. Incontrarle oggi e bere un caffè insieme è per me fonte di grande soddisfazione e mi fa sentire un po' meno stanca».

Si ricorda un caso particolare?

«Ricordo per esempio una ragazza di 32 anni che arrivò al nostro laboratorio poco dopo aver ricevuto la diagnosi di leucemia mieloide cronica. Con forti dolori e in evidente stato di depressione. Grazie a un percorso clinico, e a quello interiore che le ho fatto compiere personalmente, l'abbiamo riportata a un livello di vita soddisfacente, è guarita e ancora oggi me ne è molto grata».

Esiste un legame tra psicologia e sesso nella cura dei tumori?

«Molti miei colleghi affrontano con difficoltà questo argomento. Io credo che il sesso sia una componente essenziale della vita di una persona e uno dei passaggi fondamentali è proprio il ritorno a una vita sessuale soddisfacente. Non dimentichiamo che molte forme di tumore minano, ad esempio, la fisicità di una donna e la colpiscono proprio nei "punti simbolo". Riappropriarsi della confidenza con il proprio corpo non solo ritengo sia utile da un punto di vista dello stile di vita, ma è un passaggio indispensabile rispetto a un auspicabile percorso di guarigione».



iLabs

Gli iLabs sono un laboratorio scientifico fondato nel 1977 da Antonella Canonico e Gabriele Rossi con una missione ben precisa, quella di cogliere l'opportunità e affrontare il rischio di una sfida affascinante: la Semi-Immortalità. Sconfiggere la morte e ritardare l'invecchiamento è un sogno dell'umanità fin dagli albori della civiltà. Ma è solo oggi che, per la prima volta nella storia, possiamo affrontare la sfida su solide basi scientifiche.