

**CONFRONTARSI**
Testimonianze**CAPIRE**
Video e dossier**TROVARE**
Centri e associazioni**VIVERE**
Oltre la medicina**NEWS**
Notizie e iniziative

CONFRONTARSI

Coccole in ospedale (video)

A un anno dalla sua nascita, Salute allo Specchio presenta i primi risultati: prendersi cura delle donne con un tumore al seno anche nella gestione dei cambiamenti del corpo ha un effetto molto positivo sul loro stato psicofisico. Tanto che il progetto sarà integrato nel percorso di cura dell'Ospedale San Raffaele di Milano

Tiziana Moriconi

“Come psicologa all'interno di un reparto di oncologia ginecologica, ho assistito alla comunicazione di tante diagnosi di tumore al seno e all'ovaio. E alla fine dei colloqui, quasi tutte le donne ci facevano la stessa domanda. Perderò i capelli? Ci sembrava una questione così secondaria quando in ballo c'è la vita, soprattutto perché è un effetto temporaneo delle terapie, eppure... Allora abbiamo cominciato a riflettere, a cercare di capire cosa si celasse dietro quella richiesta, il suo reale significato. E abbiamo provato a dare una risposta non banale a una domanda solo apparentemente superficiale”.



Credit: Ivan Genasi per Salute allo Specchio

Un anno di *Salute allo Specchio*. Valentina Di Mattei, ricercatrice in psicologia dell'Università Vita-Salute San Raffaele di Milano, ha lavorato per anni a questa risposta. Che finalmente nel 2013 ha cominciato a prendere forma presso l'Irccs Ospedale San Raffaele. E il suo progetto si è rivelato così importante per le pazienti che d'ora in poi sarà integrato nel percorso di cura ospedaliero di tutte le donne con un tumore al seno e dell'apparato ginecologico. Parliamo di ***Salute allo Specchio***, che ad oggi ha coinvolto **39 donne tra i 20 e i 68 anni**, e che D Salute Seno ha seguito fin dalla sua nascita. Ha richiesto anni di dedizione e di ostinazione per vedere la luce, e compie ora il suo primo anno grazie soltanto alla disponibilità dei tanti volontari – primi tra tutti le donne dell'**Avo Segrate** – e di un ospedale che ha creduto in questa idea: coccolare le donne per far sentire loro che il reparto di oncologia è un luogo in cui ci si può prendere cura di loro da tutti i punti di vista. Anche quello, per così dire, estetico.

COME SI SVOLGE SALUTE ALLO SPECCHIO: GUARDA I VIDEO DELLA PRIMA, DELLA SECONDA E DELLA TERZA GIORNATA

GUARDA LE FOTO DEL TEAM

Il significato di una parrucca. "C'è stata una donna che non aveva mai indossato una parrucca prima di partecipare a *Salute allo Specchio*", racconta Di Mattei: "Quasi per farci contente ha deciso di provare. Ne ha scelta una identica alla capigliatura che aveva prima della malattia. Si è guardata allo specchio e ha cominciato a piangere. Ha pianto per molto tempo, poi ci ha detto: *'erano due anni che non rivedevo me stessa'*. Ecco, quando qualcuno mi rivolge domande del tipo *'ma alla fin fine cosa fate? Truccate le pazienti?'*, alla luce di questo dico che facciamo molto di più: cerchiamo di restituire alle donne la loro immagine. C'è anche chi mi dice che questo è un progetto di lusso. Non è vero, abbiamo messo in luce un bisogno primario: il nostro obiettivo non è agire sull'aspetto fisico, ma su ciò che sta dietro, sul trauma legato a un suo cambiamento. *Salute allo Specchio*, inoltre, si basa esclusivamente sul volontariato: tutti le persone coinvolte ci regalano il loro tempo e la loro professionalità".

Cos'è l'immagine corporea. Per capire il senso di questo progetto bisogna lasciar cadere ogni pregiudizio e indagare la percezione dell'immagine corporea: "L'immagine corporea non è quella riflessa in uno specchio, ma è l'immagine mentale che ciascuno ha del proprio corpo, e non dipende solo da caratteristiche oggettive, ma soprattutto dal mondo affettivo", spiega la psicologa Letizia Carnelli, che ha affiancato Di Mattei. Insieme, l'équipe ha voluto capire soprattutto quanto un progetto come Salute allo Specchio sia davvero in grado di "aiutare le donne a tornare alla loro vita di sempre, quella interrotta bruscamente dalla malattia".

Lo studio. Per questo è partito anche uno studio. Alle 39 donne sono stati presentati alcuni questionari prima dell'inizio del progetto, immediatamente dopo e a distanza di tre mesi, per valutare i sintomi legati alla **depressione** e all'**ansia**, il **livello di autostima** e la **percezione dell'immagine corporea**. I primi risultati mostrano una diminuzione significativa della depressione e dell'ansia soprattutto subito dopo i tre incontri. Contemporaneamente, migliora anche la percezione della propria immagine. Il grado di autostima stupisce ancora di più, perché ha un andamento diverso: non aumenta "di colpo" alla fine delle tre giornate, ma cresce nel corso dei tre mesi seguenti.

La ricerca andrà avanti con gli obiettivi di studiare i risultati sulla base della diagnosi e del tipo di malattia (primaria, recidiva, localizzata, sistemica, metastatica) e confrontare i dati con un campione-controllo di donne che non partecipano a Salute allo Specchio.

L'ebook "Estetica Oncologica". Non è tutto. Dall'esperienza di questi mesi è nato anche un ebook sui trattamenti per la pelle indicati nelle pazienti oncologiche. Si intitola **"Estetica oncologica. Nuove frontiere in oncologia"** (Boston group ed.) ed è stato redatto da Valentina Di Mattei insieme ad Angela Noviello, Direttore Italia Oncology Esthetics e cotitolare del centro Milano Estetica Cosmetic Surgery and Medical Spa, volontaria di Salute allo Specchio. In linea con il progetto questo libro, rivolto a tutte le pazienti, è scaricabile gratuitamente da iTunes.

SCARICA L'EBOOK