

Le storie

La Buona Domenica

La cura estetica alle pazienti oncologiche «Così rivive il coraggio di mia moglie»

Amiche per mano. Prima di morire di cancro al seno, Elena ideò il progetto con il marito: dalla manicure al trucco

SABRINA PENTERIANI

Ci sono persone che lasciano, al loro passaggio, tracce di luce e di bellezza. È così per Elena Mangili, che nella sua lotta contro il tumore al seno «ha profuso dignità e splendore, fino all'ultimo momento», come ricorda il marito Roberto Biffi, produttore discografico e disc jockey. Il suo sorriso, l'entusiasmo, il desiderio di rendersi utile ad altre persone malate continuano a vivere nel progetto di estetica oncologica, che porta il suo nome, avviato dall'associazione «Amiche per mano» nell'ospedale **Humanitas Gavazzeni di Bergamo**, all'interno dell'unità di senologia in collaborazione con il day hospital oncologico. «Elena era un'amica di tutte noi e di Amiche per mano - osserva Paola Cornero, presidente dell'associazione -. Halottato a lungo contro la malattia, duramente. Quando ci ha lasciati è stata una grande perdita: abbiamo dovuto dire addio a una persona speciale, dal cuore gentile e pieno di coraggio».

La speranza e la fiducia si nutrono a volte di piccole cose, come guardarsi allo specchio e riconoscersi integri. Quest'iniziativa suggerisce l'idea che si possa attingere forza dalla cura di sé anche quando una patologia produce dolore, ferite, un senso profondo di vulnerabilità: «Per mia moglie - continua Roberto - è stato pesante affrontare il cancro sia dal punto di vista fisico sia psicologico. Quando era afflitta da perdita dei capelli, debolezza e fatica per le infusioni di farmaci chemioterapici è nata in lei l'idea di offrire trattamenti estetici ai pazienti per dare conforto in quei momenti difficili. Mi emoziona moltissimo vedere come questa sua intuizione si sia realizzata. Lei brillava di luce propria, aveva un talento per le relazioni interpersonali, sapeva creare ponti fra le persone. Non faceva pesare la sua condizione, io le stavo accanto in ogni situa-

zione, ma spesso era lei a darmi la forza. Adesso continuo a sentirla viva accanto a me in ogni momento, ancor di più grazie a questo progetto. Abbiamo partecipato insieme alla nascita dell'associazione, alla creazione del logo e delle prime attività, ora anch'io continuo a fare ciò che posso per contribuire, perché capisco bene quanto sia importante».

La potenza di un sorriso

Come scrive Leo Buscaglia «troppo spesso si sottovaluta la potenza di un tocco, un sorriso, una parola gentile, un orecchio in ascolto, un complimento sincero, o il più piccolo atto di cura, che hanno il potenziale per trasformare una vita». Eppure cambiare sguardo e attitudine può diventare un'arma preziosa per contrastare la malattia, come dimostrano i primi riscontri ottenuti da questo progetto.

Ogni terzo mercoledì e il primo venerdì del mese tre estetiste

certificate entrano nel day hospital oncologico di **Humanitas Gavazzeni** e offrono «coccole di bellezza» ai pazienti che si stanno sottoponendo alla terapia chemioterapica: «Non sono solo un'estetista, ma anche una paziente oncologica - spiega Emanuela Poloni -. Due anni fa ho scoperto il tumore al seno e ho dovuto affrontare il percorso di cura. Ho incontrato l'associazione Amiche per mano, ho conosciuto la presidente Paola Cornero e parlando con lei è nata l'idea di coinvolgermi nelle attività di estetica oncologica: prima di iniziare ho frequentato un corso di specializzazione, felice di poter offrire il mio contributo. Sono convinta, infatti, che questi trattamenti, eseguiti con rispetto e dedizione, possano offrire una marcia in più».

Emanuela si avvicina alle persone in maniera delicata e affettuosa: «Mi sono trovata anch'io

nella stessa situazione, perciò mi sento molto vicina ai pazienti. Credo che in questo compito contino molto l'empatia e il calore umano. Poi ci sono tante precauzioni più "tecniche" da tenere presenti: i prodotti da utilizzare, per esempio, devono essere senza parabeni e senza siliconi, la limatura delle unghie deve essere leggera, lo smalto molto naturale. Tutto dev'essere studiato su misura. Sono felicissima di aver avuto questa occasione speciale di volontariato, in cui è importante saper agire con amore».

La realizzazione personale

L'estetista ha accolto questo impegno «come una nuova sfida e una possibilità di realizzazione personale». I pazienti, da parte loro «sono curiosi e piacevolmente sorpresi. I nostri trattamenti permettono di sentirsi bene con se stessi, di continuare a curarsi, risolvono lo spirito e aiutano a rafforzare la convinzione che la malattia si possa superare».

Yvonne Pezzotti, 50 anni, di Romano di Lombardia, ha accolto i massaggi, la manicure e i consigli sul make-up come un'iniezione di serenità: «Ho avuto la diagnosi nel marzo scorso dopo una mammografia di screening. Il tumore era in una zona molto profonda e non si avvertiva al tatto, una dimostrazione che la prevenzione davvero può salvare la vita. Ho affrontato la chemioterapia prima dell'intervento di asportazione, eseguito nei giorni scorsi. Ho incontrato subito le volontarie delle Amiche per mano, molto presenti nell'Unità di Senologia. Sono persone meravigliose, sempre disponibili. Quando ho scoperto quali attività svolge l'associazione a servizio delle pazienti e della ricerca, ho deciso subito di iscrivermi. Così quando è partita questa bella iniziativa ho pensato di approfittarne. È un'esperienza piacevolissima, che allevia un momento compli-



cato. Le ore trascorrono veloce-

mente, e ci si può dimenticare di essere in un ospedale, immaginando invece di trovarsi in una spa. Dopo una pulizia al viso, una maschera, il trucco e la manicure mi sono sentita come nuova. Perdere capelli, ciglia e sopracciglia procura molta sofferenza anche se tutti continuano a ripetere che è una conseguenza temporanea. Per un po' non sono più riuscita a guardarmi allo specchio, non mi riconoscevo più. L'estetica oncologica invece mi ha spronato a non lasciarmi andare e a prendermi cura di me ogni giorno. Le volontarie mi hanno anche offerto consigli su come migliorare l'aspetto della pelle, usando specifici accorgimenti per attenuare gli effetti delle terapie. Ci hanno anche indicato alcuni prodotti adatti all'utilizzo in concomitanza con le terapie. Questi appuntamenti mi hanno ricordato che sono an-

cora una donna, e sono riuscita a stare meglio nonostante il dolore, i fastidi e la nausea. Mio marito e i miei figli di 20 e 17 anni mi hanno offerto un sostegno fondamentale, ma con loro ho sempre cercato di apparire briosa e reattiva per non creare troppa preoccupazione. Mi ha dato supporto anche la psicologa del reparto, che mi ha stimolato a concentrarmi sulle soluzioni, a guardare oltre, evitando di identificarmi con la malattia. Non mi sono mai adagiata nelle lamentele, non mi piace piangermi addosso, preferisco affrontare le difficoltà a viso aperto».

L'associazione e il personale della Senologia in **Humanitas Gavazzeni** sono sempre un punto di riferimento: «Ho trovato amiche preziose, alle quali posso rivolgermi in qualsiasi momento. I loro consigli hanno un grande valore, perché hanno attra-

versato esperienze simili. Chiedere aiuto è un segno di intelligenza, in questa situazione è meglio mettere da parte l'orgoglio. Anche una parola gentile di incoraggiamento da parte delle volontarie è confortante, con la loro presenza dimostrano che il tumore si può sconfiggere».

Anche Mariangela Vezzoli, 42 anni, di Romano di Lombardia, si è trovata davanti alla stessa

sfida: «Sono molto attenta alle visite di prevenzione, non ne salto mai una. Così nella primavera scorsa ho scoperto di avere un cancro al seno. Un mese dopo la diagnosi ho subito un intervento di asportazione. L'esito dell'esame istologico ha determinato la prosecuzione delle terapie con chemio e radioterapia. È stato un periodo difficile, all'inizio ero arrabbiata con il mondo, non riuscivo ad accettare che stesse accadendo proprio a me. Poi però ho trovato la forza di reagire».

L'incontro in day hospital

Prima non conosceva le Amiche per mano: «Le ho incontrate durante il primo day hospital. Si sono avvicinate con discrezione, sempre a disposizione per rispondere a dubbi e domande. La loro vicinanza è rassicurante. Dopo le prime chemio dovevo restare a letto per due o tre giorni, perché mi sentivo molto male. Mi lasciavano uno strascico di stanchezza e tanti disturbi fastidiosi. Quando è iniziata l'attività di estetica oncologica ha portato una bella atmosfera di leggerezza. Purtroppo devo ancora stare in ospedale per ore con un ago infilato nel braccio, ma intanto posso chiacchierare, ridere, scherzare, ricevere cure piacevoli e la terapia finisce quasi senza accorgermene. Sono sdraiata su un lettino anziché sulla solita poltrona e mi sembra davvero di essere in un centro estetico. Quando torno a casa mi sento piena di energia. Prendermi cura di sé aumenta l'autostima e dà forza per affrontare i momenti più duri. Non mi ero mai truccata, adesso ho imparato e cerco di farlo ogni giorno. Ho capito infatti quanto possa essere importante per risollevarsi il morale. Ho coinvolto tutta la famiglia nelle attività dell'associazione, anche i miei figli Martina, di 12 anni, e Mattia di 9. Abbiamo partecipato insieme alla camminata non competitiva indossando le magliette rosa delle Amiche per mano. Le volontarie non mi hanno mai fatto sentire sola, sono sempre state prodighe di attenzioni e consigli, grazie anche al supporto del personale dell'**Humanitas Gavazzeni**. Mi è capitato di parlare con persone che risiedono e si curano in altre città e dove questa associazione non è presente le pazienti soffrono spesso di disorientamento e solitudine. Speriamo che questo progetto possa crescere e diffondersi in più strutture ospeda-

liere, per aiutare altre donne come noi».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

■ ■ Continuo a sentirla viva accanto a me, ancor di più grazie a questo progetto»

■ Una paziente: esperienza piacevolissima, allevia un momento complicato



Elena Mangili



Roberto Biffi, marito di Elena



Mariangela Vezzoli con i due figli Martina e Mattia

