

## “Il cancro va rimosso dal seno e dalla testa”

**Pubblicato:** Martedì 8 Dicembre 2015



“È lo yoga che si adatta alla persona, e non la persona allo yoga. Questa pratica ha in sé la grande capacità di curare, di essere terapia, di camminare con noi per una vita intera. Agisce nella profondità, poiché legato al respiro, e quindi può essere trasformante. È un potente mezzo per ottenere e conservare la salute del corpo e della mente, intesi come unico sistema indissociabile. Salute, felicità e benessere potrebbero essere nelle nostre mani, permettendoci di arrivare ad assumere la responsabilità di noi stessi, in un contesto più ampio”. Sono le parole del **Prof. Krisnamacharya, grande maestro di Madras**, ad aver ispirato il **percorso di yoga avviato nella senologia dell’ospedale di Gallarate**.

Un percorso di umanizzazione voluto e avviato d’intesa con l’associazione **C.A.O.S.** fortemente convinta che **la guarigione sia un’alchimia perfetta tra fisico e psiche che ha bisogno di cure integrate**. Secondo la **presidente Adele Patrini** « le donne, come straordinarie amazzoni, cambieranno il modo di fare medicina».

Attivo da 4 anni, ha visto prima **Paola Moretti e ora Renata Zibetti prendersi cura delle donne** spaventate dopo aver vissuto una battaglia contro il tumore al seno. Come **Maria** che racconta il suo rapporto con la disciplina: «Non è Maria che fa l’esperienza dello Yoga, è questa esperienza che fa Maria, e rende Maria nuova, armonica e positiva». Oppure **Carmela**: «ho iniziato da poco, lo yoga mi fa stare bene» e **Angela**: «ho iniziato agli albori, per me è stato una manna, ho acquisito senso di responsabilità e positività”

Ma c’è anche **Mercede**, che, all’età di 75 anni, si dice rinata: «all’inizio non riuscivo nemmeno ad alzarmi , adesso mi sento rinata!» e **Giovanna** che candidamente afferma: «oggi c’è Yoga, non ci sono per nessuno e quando ho finito dico: sto bene!»

**L’aumento dell’incidenza per cancro alla mammella** ( più di 45.000 nuovi casi all’anno in Italia) **ha condotto l’OMS a includere questa patologia** ed i relativi trattamenti **tra le priorità emergenti della salute pubblica**, inserendo tra le cinque peculiarità della lotta al CANCRO la variabile psicosociale.

I vari protocolli internazionali danno la misura di come la comunità scientifica riservi grande attenzione ad una cultura interdisciplinare che, nella pratica clinica, nella formazione e nella ricerca in ambito oncologico, attribuisca particolari significati all’acquisizione, da parte di tutte le figure professionali, di nuove competenze relazionali e culturali per far fronte alle necessità connesse alla gestione di una malattia cronica ed invalidante come il CANCRO. Pertanto **si sviluppa una nuova consapevolezza: dare risposte non solo in termini di eccellenza tecnico-scientifica delle cure, ma anche di capacità di “presa in carico” dei molteplici bisogni complessi ed impellenti dei pazienti e dei loro familiari.**



Quando le donne entrano in palestra vengono accolte da Renata Zibetti con la frase « lo yoga è per VOI, solo per VOI, i problemi restano fuori!».

Le pazienti hanno fatto “gruppo”, sono preoccupate se qualcuna manca, chiedono, si informano, si

cercano!

Un aspetto interessante di questo progetto è la parte legata alla “**terapia di gruppo**”: quando arrivano, e si accomodano sul tappetino, prima di iniziare, **fanno il “giro positivo”**: ognuna racconta cosa le è capitato di positivo durante la settimana.

«**Il cancro va rimosso dalla mammella e dalla testa** – commenta la **dottoressa Silvana Monetti**, responsabile dell’**Unità Semplice di Senologia dell’Ospedale di Gallarate** – se non si risolve il problema psicologico, il conflitto con il proprio corpo e la paura, la persona non è guarita».

Dello stesso parere è l’**Infermiera di Senologia Pasqua Baiano** che, ogni giorno, assiste tantissime donne che arrivano spaventate, accompagnate da familiari ancor più spaventati, a volte mariti giovani con bambini piccoli.

«La parola d’ordine è DOLCEMENTE – si raccomanda Renata Zibetti – si comincia da dove si è e come si è, tutto dolcemente...se qualcosa deve accadere accadrà!»

L’attenzione si sposta dal malato all’operatore ed i corsi di Yoga vengono proposti anche al personale, medico, infermieristico etc...di tutto l’Ospedale, grazie a C.A.O.S. ed alla Scuola Rhamni di Gallarate.

**Laura Dajelli, direttore della scuola spiega** :«**Yoga significa principalmente UNIONE** che porta imprescindibilmente verso una maggior stabilità emotiva e fisica..verso una quiete della nostra mente, che può smettere, a tratti, di essere così compulsiva nel produrre attività frenetica».

[Redazione VareseNews](#)

[redazione@varesenews.it](mailto:redazione@varesenews.it)