



#Focus on

#FAIYoga **Diete** Donne e Lavoro

Fashion Issue inverno 2015

SCOPRI I BLOG E LE FIRME
DI IO DONNA

ATTUALITÀ

PERSONAGGI

MODA

BELLEZZA

LIFESTYLE

BENESSERE

OROSCOPO

VIDEO

SHOP

HOME, BENESSERE, SALUTE E PREVENZIONE / 21 novembre 2015

Gabriella Pravettoni: “Non bastano le cure. Il cancro si sconfigge nella testa”



Un libro per indagare sentimenti, dubbi, paure... E imparare che la malattia è un'esperienza per cui non valgono parole come sempre o mai. Lo ha scritto una psicologa insieme con Umberto Veronesi

di Eliana Liotta



Esiodo racconta di Pandora che aprì il suo vaso liberando tutti i mali del mondo. La malattia, la vecchiaia, la pazzia. Sul fondo, a coperchio chiuso, rimase solo la speranza. E noi, anche nei momenti più tragici, a quella ci aggrappiamo. È la sete di vita, è la forza della mente. Ed è una parte della terapia, quando si ascolta la parola che mai si sarebbe voluta sentire: tumore.

Da qualche anno è chiaro che la battaglia contro il cancro non si combatte solo con interventi e farmaci, ma con un percorso di cura totale. In prima linea in questa nuova medicina della persona è Gabriella Pravettoni, a capo della divisione di Psicologia dell'[Istituto europeo di oncologia](#) «una missione, prima che un lavoro».

Si deve a lei un libro che in Italia mancava, *Senza paura* (Mondadori).

Pagina dopo pagina, si scandaglia nelle pieghe dell'animo, per analizzare

Tweets di @iodonnalive



le reazioni di ciascuno e indirizzare verso una possibilità: il tumore può segnare un'evoluzione, dopo tanta sofferenza.

Pravettoni, che è anche docente di Psicologia delle decisioni [alla Statale](#) di Milano, firma il volume con Umberto Veronesi, 90 anni il 28 novembre.

«Abbiamo voluto creare uno strumento per accompagnare il paziente» spiega la psicologa. «È un aiuto per chi si ammala, per i suoi familiari, gli amici». Lo è per i medici, perché la comprensione umana viaggia di pari passo alla radio o alla chemioterapia. «Dal cancro si guarisce davvero quando anche nella testa diventa un'esperienza passata» continua Pravettoni. «Non te lo dimentichi, ma vai avanti, scoprendo che il dolore ti ha reso perfino migliore».

Non è semplice, ovvio. Il cancro spezza l'esistenza. **In una ricerca su 150 donne a pochi giorni dalla diagnosi di neoplasia mammaria, è emerso che il 20% presentava sintomi post traumatici e che il 70 era colpito da ansia.**

Deflagra la precarietà dello stare al mondo. Muta la scala dei bisogni, ci si interroga sui legami affettivi. «Una madre dovrà spiegare ai figli che cosa sta accadendo, fin dall'inizio, magari con metafore a misura di bambino» dice Pravettoni. Che in *Senza paura* riporta un esempio: «Ho detto a mia figlia che avrei incontrato un principe azzurro (il chirurgo) e lui, con la bacchetta magica (il bisturi), avrebbe trovato la medicina giusta per guarire il seno che si era ammalato».

Ecco, il volume procede così, alternando le citazioni degli studi scientifici alle spiegazioni alla portata di tutti, con l'interpunzione di testimonianze dei pazienti che raccontano i traumi, la fatica di accettarsi, le complicazioni matrimoniali.

Sono riflessioni utili a chiunque. Come quando si approfondiscono gli "errori del pensiero". «**Vediamo tutto bianco o tutto nero, oppure ci biasimiamo ("è colpa mia se mi sono ammalato")**» dice Pravettoni. «Ma affermazioni non verosimili, che contengono le parole mai o sempre, fanno solo male: ostacolano la rinascita, il rapporto con i parenti e con l'équipe medica. **Impariamo a interrompere il flusso di pensieri negativi, perché possono impedirci di immaginare il nostro progetto di vita dopo la malattia:** la buona notizia è che, nella maggior parte dei casi, questo dipende solo da noi».

Ti potrebbe interessare anche...

- ▶ [IMMUNOTERAPIA: NUOVA FRONTIERA CONTRO IL TUMORE](#)

Argomenti

malattia

psicologia

tumore

ARTICOLO PRECEDENTE

Pressione: valori sempre più bassi e sicuri**Nessun commento**