

L'iniziativa dello IEO In barca a vela per conoscersi «Il mare è come la malattia»

di **ELISABETTA SOGLIO**

Sei in mezzo al mare a veleggiare tranquilla e poi arriva un'onda che ti prende di sorpresa e cambia tutto. La malattia a volte è così: e devi imparare a conoscerla e a conoscerti per poterla gestire e non farti sopraffare. Questa metafora è alla base del progetto «Healing Wings», proposto dal gruppo di psiconcologia dello IEO, l'Istituto europeo dei tumori fondato da Umberto Veronesi. Lo guida la dottoressa Gabriella Pravettoni, che riassume: «Il viaggio è la parte più importante nella ricerca del proprio benessere e abbiamo cercato un modo per accompagnare le nostre pazienti, unendo anche un'esperienza bella e nuova». La scorsa estate sono così partite 15 donne in cura allo IEO, dirette al Centro Velico di Caprera che quest'anno compie 50 anni di attività. C'era ad esempio Cinzia, 52 anni, infermiera senologica. Due anni fa, dopo aver seguito centinaia di donne, la diagnosi è toccata a lei: «Nella mia vita non so quanti referti istologici avevo visto e spiegato ma quando è arrivato il mio non potevo crederci e sono andata su internet per capire cosa mi stava succedendo. Poi è iniziato il percorso e la mia unica preoccupazione è stata di non coinvolgere troppo i miei genitori e i miei figli. Ma confrontarti con la malattia ti cambia prospettive e punti di vista e ho cominciato a occuparmi di me stessa». Per questo, ha aderito alla proposta del corso di vela: «Mai salita su una barca e devo ringraziare gli istruttori perché sono stati pazienti e rigorosi, ci hanno accolte senza pietismi». Stramba, cazza, vai di

bolina: «All'inizio è come l'impatto con la malattia. Sei in una realtà che non conosci e ti misuri con te stessa. Sei di nuovo spiazzata, poi ti bendano per abituarti ad ascoltare il vento e scopri di avere dentro capacità che non sapevi e impari a contare su te stessa». Gaia, 37 anni, sposata e con un bimba aveva invece già avuto qualche esperienza sulle derive: «Dopo la malattia ho cominciato un percorso di analisi e alcune cose le avevo affrontate con un mio cammino personale. Ma ho detto sì al progetto per mettermi alla prova. E poi il mare è terapeutico, per la sensazione di libertà e leggerezza che ti infonde». Il ritmo è scandito ogni giorno: lezione teorica, barca, un'ora di psicoterapia di gruppo per fare tesoro di quello che si è imparato, cena sul mare e chiacchiere. A maggio, si riparte e ci sono ancora 100 posti a disposizione (per info: gabriella.pravettoni@unimi.it)

© RIPRODUZIONE RISERVATA

