



29 NOVEMBRE 2023

## Insieme ad Acto Lombardia nei reparti di ginecologia oncologica degli ospedali lombardi.



La **LANATERAPIA** conquista la LOMBARDIA e siamo davvero molto orgogliosi delle nuove attivazioni realizzate grazie alla collaborazione con **Acto Lombardia** negli ospedali di Monza, Fondazione IRCCS P.O. San Gerardo, Milano, Fondazione IRCCS Istituto Nazionale Tumori, Brescia, ASST degli Spedali Civili, e Lecco, ASST.

Questo nuovo modo di meditare, possibile grazie alla instancabile promozione che la nostra Associazione sta portando in tutto il Paese, consentirà a tantissime pazienti ed ex pazienti coinvolte da un tumore ginecologico di ricevere il nostro **KIT PERSONALE** per praticare la **LANATERAPIA** e intraprendere il proprio percorso benessere.



Siamo davvero grati ad Acto Lombardia e alla sua Presidente Alessia **Sironi** della importante spinta che ha offerto alla divulgazione di questa pratica tra le pazienti che quotidianamente assistono, e condividiamo le bellissime ed efficaci parole che ci ha rilasciato: *"Come paziente, prima che presidente di Acto Lombardia, conosco bene quella sensazione che si prova in sala d'attesa o sulla poltrona durante la terapia: si incominciano a calcolare i giorni che mancano alla seduta successiva, si pensa ai risultati della prossima Tac e a rimuginare su quel vestito che non ti sta più perché i farmaci ti gonfiano."*

*Ma esiste un modo per smettere di immaginare, recriminare, calcolare. Esiste un metodo efficace per mettere a tacere il flusso dei pensieri. Soprattutto di quelli negativi. Si chiama "lanaterapia": le proprietà del lavoro a maglia sono talmente tante che potremmo definirla una vera e propria "terapia umorale". Innanzitutto muovere continuamente le mani significa riscaldarle e diminuire i dolori di artrite causati dalla menopausa chirurgica precoce. Poi il lavoro a maglia aiuta a recuperare la calma in una situazione di stress o ansia grazie all'aumento delle endorfine che regalano una concreta sensazione di benessere: quando si lavora a maglia o all'uncinetto l'attenzione è fondamentale ecco perché diminuisce la tensione muscolare, il cuore rallenta, si abbassa la pressione sanguigna ed entriamo in uno stato di profondo rilassamento psicofisico".*



**Acto Lombardia**, nel suo piccolo, sta portando con grande entusiasmo negli ospedali lombardi questo progetto: partito da Milano, Lecco, Monza e Brescia, l'associazione di pazienti conta nei prossimi mesi di raggiungere la maggior parte dei reparti di ginecologia oncologica della Regione. E Gomitolorosa starà al loro fianco!

Un entusiasmo condiviso anche dal personale medico dei quattro istituti coinvolti che hanno adottato questa pratica con grande convinzione, grazie al suo potere terapeutico fondamentale per la cura dell'anima delle pazienti.

**Monika Ducceschi, dirigente medico oncologica ginecologica Istituto Nazionale dei Tumori di Milano, ci dice:** *"Felici e orgogliose di proseguire la collaborazione con Acto Lombardia e Gomitolorosa a favore delle nostre pazienti. La lanaterapia come mezzo per trasformare il tempo trascorso in corsia in una calda coccola per scaldare il cuore e non solo. Il lavoro delle donne della ginecologia servirà per produrre delle copertine per i bimbi dell'oncologia pediatrica".*



E sì, perché mentre si aiuta se stesse grazie al lavoro a maglia, si aiutano anche gli altri, creando dei bellissimi manufatti che possono portare solidarietà alle persone in stato di fragilità. Ecco uno dei segreti di successo del progetto Gomitolorosa, che vediamo essere molto apprezzato da chi lo segue.

Anche la Dottoressa **Germana Tognon, Vice Primario U.O. Ostetricia e Ginecologia Spedali Civili di Brescia**, è fortemente convinta del bene che può fare la nostra terapia complementare del percorso di cura, dedicando sempre grande attenzione nel suo reparto agli aspetti emotivi delle pazienti affette da neoplasie ginecologiche: *"Nel lavoro quotidiano, fin dal momento della comunicazione della diagnosi, siamo affiancate da una psico-oncologa che offre la sua consulenza alle signore che lo desiderano. Abbiamo perciò aderito con entusiasmo alla proposta delle rappresentanti di ACTO Lombardia per partecipare al progetto Gomitolorosa, poiché crediamo nell'effetto terapeutico delle terapie complementari come il mandala, la musico-terapia, la danza-terapia, l'arte-terapia, lo yoga, e appunto la lana-terapia. Esse possono contribuire a ridurre in modo sostanziale i sintomi di sofferenza psichica delle pazienti; l'integrazione di queste tecniche con altri e diversi approcci terapeutici consente di migliorare le attività neuro-endocrino-immunologiche, di ricalibrare il funzionamento cerebrale, di potenziare i meccanismi di autoregolazione che influiscono sui meccanismi di guarigione messi in atto dal nostro organismo di fronte all'esperienza del cancro".*

Ci ha raccontato che le pazienti a cui hanno proposto il progetto si sono dimostrate entusiaste e impazienti di ricevere i kit. Utilizzeranno gli esagoni colorati per comporre delle copertine che andranno ad abbellire le culle dei bimbi ospitati in neonatologia o appartenenti a famiglie in condizioni di svantaggio socio-economico. Ecco come l'**economia circolare Gomitolorosa** prende forma trasformando un prodotto ritenuto rifiuto speciale in una risorsa solidale e terapeutica!



Non diverso è l'apprezzamento del Dottor **Antonio Pellegrino, Direttore dell'Unità Complessa di Ginecologia e Ostetricia dell'Ospedale "A. Manzoni" di Lecco**. Qui da sempre si 'accolgono' le donne a 360 gradi, non prestando attenzione solo alla medicina e alle cure cui si sottopongono, ma anche agli aspetti emotivi delle pazienti affette da neoplasie ginecologiche. Convidiamo la sua dichiarazione:

*"Siamo vicino a loro dalla diagnosi. Perché non garantire loro anche un ulteriore momento di svago e benessere? Abbiamo aderito con entusiasmo alla proposta di ACTO Lombardia di partecipare al progetto Gomitolorosa, poiché crediamo nell'effetto terapeutico delle terapie complementari come la lanaterapia i cui effetti positivi sulla psiche sono ben noti e vanno ad influire sui meccanismi di guarigione del nostro cervello di fronte a un tumore ginecologico"*

Nei prossimi giorni il nostro meraviglioso **KIT PERSONALE PER PRATICARE LA LANATERAPIA** verrà consegnato anche alle pazienti della Fondazione IRCCS P.O. San Gerardo di Monza e vi racconteremo tutto sui nostri canali social.

L'uncinetto inserito nel **KIT PERSONALE PER PRATICARE LA LANATERAPIA** è offerto da DMC.

