

Via Fogazzaro 3
6900 Lugano
telefono 091 922 69 88

conto corrente postale 65-69048-2
triangolo@swissoncology.com
www.triangolo.ch

Comitato redazionale:
Alda Bernasconi, Ornella Manzocchi
Marco e Osvalda Varini

EDITORIALE

Ricerca di benessere e contraddizioni

Per i cittadini dei paesi evoluti, la salute è diventata l'obiettivo prioritario, oggetto di un culto sempre più dominante. Una sorta di nuova religione in cui, al benessere fisico, si associano la bellezza, la gioventù e inconsciamente la ricerca di eternità. Sani, dinamici, attraenti è possibile. Da un lato, la medicina con la farmacologia ha sviluppato terapie e prodotti altamente efficaci per debellare malattie gravi o prevenirle. Dall'altro, fitness in esplosione con palestre, ginnastiche, diete, cosmetici e chi più ne ha più ne metta. Non deve sorprendere, quindi, l'incessante aumento di prestazioni mediche e paramediche, con le risapute conseguenze sul piano assicurativo e finanziario. La salute è diventata oggetto di consumismo sfrenato e acritico con l'apparizione di comportamenti chiaramente contraddittori. Mentre l'opinione pubblica riconosce i progressi compiuti dall'oncologia e testimonia fiducia nelle nuove terapie alle quali si chiede addirittura di non più morire, si delinea la tendenza opposta nei confronti delle vaccinazioni, considerate un obbligo imposto dall'alto lesivo della libertà individuale. Diffidenza verso l'ufficialità o mancanza di dialogo all'interno della società? La capacità di condividere tra professionisti della salute e pazienti o futuri pazienti le basi concettuali che permettono una chiara discussione su contraddizioni e obiettivi controversi è fondamentale ma non facile da raggiungere. Senza pretese è quanto cerca quest'inserto che, ormai da un decennio, propone ai lettori della «Rivista di Lugano» un incontro con l'Associazione Triangolo: per conoscersi e per capirsi.

dr. med. Marco Varini
presidente
Associazione Triangolo
Sez. Sottoceneri

Chiara Soloni: nuovo direttore medico

Dal 1.11.2018 la dottoressa Chiara Soloni, FMH in cure palliative, è il nuovo direttore medico del «Servizio Cure Domiciliari e Palliative» dell'Associazione Triangolo. Dopo 5 anni di grande impegno sono felice di poter passare il testimone a una professionista qualificata e entusiasta in grado di dare continuità e portare il necessario rinnovamento a questo servizio che acquisterà sempre maggiore importanza in futuro. Lasciamo che Chiara Soloni si presenti direttamente ai nostri lettori con le sue parole!

Dr. med. Marco Varini

Sono nata a Bergamo (Italia), mi sono trasferita in Svizzera a Minusio – dove tutt'ora risiedo dal 2009 – quando mio marito ha accettato di lavorare in uno studio locale.

Ho studiato presso l'Università degli studi di Brescia dove mi sono laureata in Medicina e Chirurgia nel 1997, successivamente mi sono specializzata in Anestesia Rianimazione e Terapia del dolore nel 2001.

Dopo un periodo di lavoro a Brescia e poi a Bergamo quale medico rianimatore presso il reparto di Cure Intense ed una breve esperienza in terapia intensiva pediatrica, ho scelto – per interesse personale - di lavorare a tempo pieno, nel servizio di cure palliative.

Parlando di cure palliative intendiamo: «Cura attiva, totale di malati la cui malattia di base non risponde più a trattamenti specifici. Fondamentale è il controllo del dolore e degli altri sintomi ma in generale cura anche i problemi psicologici, sociali e spirituali inerenti alla situazione di malattia. L'o-



biiettivo delle cure palliative è il raggiungimento della migliore qualità di vita possibile per i malati e le loro famiglie».

Ho lavorato presso gli Ospedali Riuniti di Bergamo quale Medico Dirigente nell'Unità Struttura Complessa di Cure palliative – Terapia del dolore – Hospice e collaborando sul territorio della provincia quale medico palliativista. Mi sono occupata in particolare di potenziare la rete di cure palliative pediatriche nel territorio della provincia. Seguendo, però, mio marito in Svizzera e volendo crescere vicino alla mia/nostra famiglia qui ho cercato una attività lavorativa in ambito palliativo. ▶



Lugano.

Foto di Tommy Reber

Sono stata assunta quale assistente medico presso la clinica Varini di Orselina nel 2010, successivamente quale Capo Servizio Cure Palliative. Esperienza molto arricchente sia dal punto di vista professionale che umana dove ho potuto vivere la potenza del lavoro di équipe e la ricchezza del lavoro multidisciplinare. Ho collaborato e collaboro anche con Hospice Ticino.

Ho ricevuto il riconoscimento dei miei titoli di laurea e di specializzazione (FMH in anesteziologia) nell'ottobre 2010.

Ho approfondito in Svizzera il mio interesse per le cure palliative cercando di conoscere e vivere la realtà locale, sino ad ottenere nel maggio 2017 il titolo FMH Cure Palliative.

Attualmente sto approfondendo la mia formazione con il percorso di master «Umanesimo clinico ed etica clinica» Supsi – Fondazione Sasso Corbaro.

Durante il percorso formativo e l'attività clinica ho maturato la convinzione che le cure palliative debbano essere erogate nel luogo più vicino alla persona affetta da patologia cronica e alla sua famiglia. Il luogo più familiare non è altro che la casa «*Home sweet home*», quindi la decisione di lasciare la struttura e «scendere in campo» per lavorare sul territorio al domicilio dei pazienti.

Per questo ho accettato con entusiasmo la proposta fattami dall'Associazione Triangolo per sostenere la persona malata e la sua famiglia affinché resti il più a lungo possibile nella sua casa con tutte le cure necessarie e con la miglior qualità di vita possibile.

Penso sia essenziale una comunicazione chiara quale luogo comune di condivisione in cui l'ascolto attivo per conoscere la persona è fondamentale: «*Il tempo dedicato all'informazione, alla comunicazione ed alla relazione è tempo di cura*».

Una persona sola non può erogare una buona cura, una buona cura palliativa si concretizza con la forza e l'alleanza dell'équipe che può offrire «*la bellezza di un sentiero di cura*» scoprendo il percorso di cura specifico per quella persona e la sua famiglia.

La presenza, risorsa costante, generosa e puntuale dei Volontari, ci sostiene nella realizzazione di quei sentieri sanitari che a volte possono diventare «freddi». Grazie Volontari che riuscite a colorare anche la nostra quotidianità!

Infine, per salutare i nostri protagonisti principali ai quali è finalizzato il nostro operare non posso che utilizzare le parole della fondatrice delle Cure Palliative, Cicely Saunders:

**«Sono stata infermiera,
sono stata assistente sociale,
sono stata medico.
Ma la cosa più difficile di tutte
è imparare ad essere
un paziente»**

22° Seminario
Fondazione di Ricerca Psicooncologica
Associazione Triangolo

Giovedì 7 febbraio 2019

9.00 – 16.00

Palacongressi Lugano

I nostri seminari sono dedicati a problemi della cura (nella doppia accezione di curare e prendersi cura) e rivolti a medici, operatori sanitari, operatori sociali, volontari e al pubblico interessato.

«TRATTARE IL DOLORE O CURARE IL MALATO?»



Programma

Trattare il dolore. Funziona sempre?

Oscar Corli, medico e ricercatore in farmacologia, Milano

Parole e farmaci: un comune meccanismo d'azione

Fabrizio Benedetti, medico e ricercatore in neuroscienze, Torino

Dolore. Parole per capire

Luciano Orsi, specialista in cure palliative, Crema

Esperienza del dolore. Le forme del patire

Salvatore Natoli, filosofo, Milano

Il linguaggio del medico. Il linguaggio del paziente

Giorgio Mustacchi, oncologo e medico di base, Trieste

Le immagini del paziente

Federica Dubbini, arteterapeuta, Lugano

Lo sguardo dello psicologo

Nicola Grignoli, psicologo, Novaggio

IL LIBRO

Nata il 1918 Romanzo autobiografico

di Silvana Lattmann, Edizioni Casagrande



Silvana Lattmann nasce a Napoli nel 1918 da padre napoletano e madre veneta. Nel 1942 si laurea in biologia e scienze naturali e sposa l'ufficiale di marina Michele Sgarlata, che pochi mesi dopo, muore durante un'operazione militare.

Lavora come assistente e ricercatrice all'Istituto zoologico dell'Università di Milano e presso la Stazione di biologia marina a Napoli, e per diversi anni insegna nelle scuole superiori.

Nel 1954 sposa Charles Lattmann e si trasferisce in Svizzera, prima a San Gallo e dal 1993 a Zurigo in una casa che rimonta a un lontanissimo passato, rivelato dagli affreschi portati alla luce durante i lavori di restauro. Pubblica questa storia nel libro *Brunngasse 8* (Interlinia, nel 2011).

Ha pubblicato molte raccolte di poesie e racconti. Tra i suoi libri più recenti *La quadratura del cerchio* (Edizioni Ulivo 2014); *Vita e viaggi di J.L. Burckhardt. Un incontro con l'Islam dell'Ottocento* (Interlinea, 2016).

I ricordi di infanzia e giovinezza di una scrittrice giunta oggi al traguardo dei cent'anni, restituiti in una prosa fresca, limpida, dove si intrecciano la narrazione della storia individuale e collettiva.

Un romanzo che è insieme una riflessione sulla complessa macchina della memoria e una vivida raffigurazione dell'Italia tra le due Guerre.

LE NEWS

di Antonello Calderoni

Medicinale antifungino attivo nel trattamento del carcinoma colon-rettale

"Medical News Today 3.6.2018"

Il carcinoma colon-rettale è uno dei tumori più frequenti alle nostre latitudini. Ricercatori inglesi del Cambridge Institute hanno scoperto che il medicinale *Itraconazolo* usato per il trattamento di infezioni da funghi è in grado di annientare cellule dormienti del carcinoma colon-rettale, proprio quelle cellule che generalmente sfuggono ai trattamenti chemioterapici usuali. Questa scoperta è molto interessante e potrebbe avere sviluppi futuri anche se al momento l'attività dell'*Itraconazolo* è stata descritta solo per cellule derivanti da culture cellulari iniettate in cavie. Attendiamo futuri sviluppi applicabili all'uomo.

Effetto anticancerogeno dell'aspirina

"Medical News Today 7.6.2018"

L'aspirina ben conosciuta come medicinale contro i dolori ha rivelato in più studi la capacità di inibire la crescita di tumori colon-rettali. 5 differenti studi clinici effettuati sull'arco di 20 anni hanno dimostrato che l'aspirina può ridurre sia l'incidenza che la mortalità dovuta al carcinoma colon-rettale. Ricercatori inglesi del Edinburgh Cancer Research Centre esaminando culture di cellule da pazienti affetti da carcinoma del colon sono riusciti a scoprire che l'aspirina può ridurre l'attività di un fattore di trascrizione chiamato TIF-1A che inibisce l'attività di una struttura cellulare chiamata nucleolo la quale a sua volta funge da stimolo nella crescita del carcinoma colon-rettale. Nel trattamento con Aspirina a lungo termine è insito il rischio di sanguinamenti gastrointestinali. In futuro sarà necessario poter determinare quale gruppo di persone potrà trarre giovamento da un trattamento del genere rispetto ai potenziali rischi.

La dieta potrebbe avere un'influenza sulla tendenza di certi tipi di carcinoma del seno a formare metastasi

"Science Daily 7.2.2018"

Ricercatori del Cedars-Sinai Medical Center hanno scoperto che un aminoacido, la *asparagina* potrebbe essere un fattore predisponente allo sviluppo di metastasi in carcinomi così detti "triplici negativi" del seno. La maggior parte della frutta e della verdura contiene una bassa concentrazione di asparagina. Derivando queste osservazioni preliminari da studi su culture cellulari rispettivamente da topi, i ricercatori inglesi intendono ora effettuare uno studio clinico su larga scala per poter convalidare questa tesi.

POESIA

di Laurence Housman

scrittore e poeta inglese; nasce nel 1865 a Bromsgrove - muore nel 1959 Glastonbury

Il Mistero di Natale

La Luce guardò in basso e vide le Tenebre:
"Là voglio andare"
disse la Luce.

La Pace guardò in basso e vide la Guerra:
"Là voglio andare"
disse la Pace.

L'Amore guardò in basso e vide l'Odio:
"Là voglio andare"
disse l'Amore.

Così apparve la Luce e risplendette.
Così apparve la Pace e offrì riposo.

Così apparve l'Amore e portò vita;
questo è il mistero del Natale.



IL RACCONTO

L'abito giallo

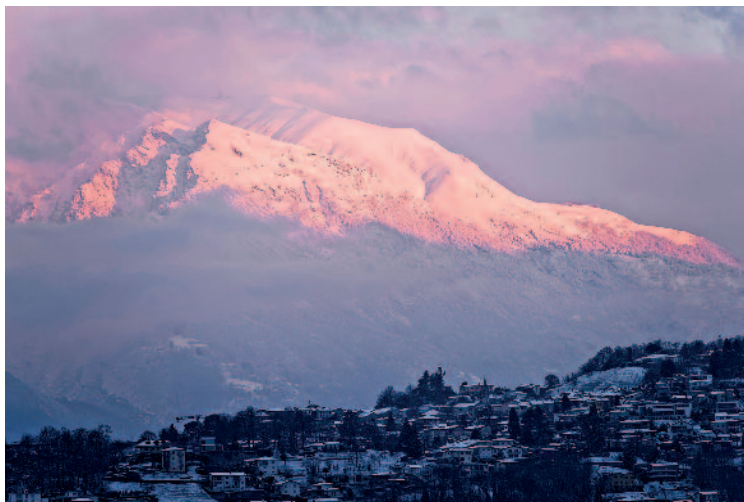
di *Luciana Caglio*

Ho avuto, da bambina, innumerevoli vestiti. Ma di uno soltanto serbo un ricordo preciso. Era giallo, forse di cotone o di seta, di sicuro leggero, senza maniche. Intorno allo scollo, un ricamo blu. Quel giorno d'estate, l'abito giallo doveva essere un po' sporco e stropicciato. Forse, la mamma mi aveva detto «Cambiatil!», mentre scendevo di corsa le scale, per raggiungere i compagni di gioco, in cortile. Sul retro della casa, in una striscia di terreno, ricoperta di ghiaia, che serviva da stenditoio per la biancheria, i bambini si erano ricavati uno spazio dove rincorrersi, giocare a nascondino, pedalare sul triciclo. Erano i figli delle famiglie dei nostri coinquilini, e, io figlia unica, intimidita, avevo cercato, faticosamente, di entrare nel loro giro. A volte, arrivavano ragazzini dalle case vicine, più belle della mia, palazzine, circondate da giardini, probabilmente intoccabili. E, così, quella volta, mi trovai di fronte una ragazza, più grande di me di quattro o cinque anni, quasi un'adolescente. Non la conoscevo. Mentre, in un gruppetto, si cercava d'inventarsi un gioco, lei mi squadro', dall'alto in basso,

e mettendosi in disparte disse: «Con questa bambina non gioco. È povera.». Senza capire il senso di quella parola, avevo percepito, nello sguardo di quegli occhi azzurri, fissati sul mio abito giallo, la violenza di un disprezzo, mai subita prima di allora. Corsi via piangendo per trovare rifugio fra le braccia della mamma. I genitori cercarono di consolarmi. «Sono litigi da bambini. Cose che capitano, non farci caso», mi sentivo ripetere. Ma l'episodio fu, certamente, commentato, in lungo e in largo, da mio padre che, come avrei poi scoperto tanto tempo dopo, aveva sofferto per le umiliazioni di una povertà a cui non si rassegnava. Si era negli anni '30, tempi difficili per molti. In casa, si faceva un gran parlare di soldi. Il suo stipendio di redattore, presso un piccolo quotidiano di partito che navigava in pessime acque, riusciva a mala pena a coprire i bisogni familiari. Lo angustiavano le ristrettezze materiali e, più ancora, le mortificazioni che ne derivavano. Si sentiva ferito dal tono altezzoso dei membri del consiglio d'amministrazione del giornale. Il salario che, a ogni fine mese, subiva un taglio, gli veniva

pagato alla stregua di una concessione. E verso quei signori, avvocati, banchieri, politici, che lui chiamava con il termine tedesco di «Honorationen» (i notabili), aveva sviluppato un risentimento: che rimuginava in solitudine. Soltanto mia madre ed io, nell'intimità della famiglia, ne eravamo testimoni.

La storia dell'abito giallo si caricò, per mio padre, di un significato dimostrativo. Era la conferma della situazione umiliante in cui, involontariamente, ci aveva costretto a vivere. E la ragazzina, quella carognetta come la chiamava, ne era diventata il simbolo. Da allora, sono trascorsi anni e decenni. Ogni tanto, papà, ormai anziano e io adulta matura, mi domandava: «Ti capita di vederla ancora»? E come la vedevo, e sapevo chi era. La sua fisionomia, occhi azzurri in un volto dai tratti aguzzi, mi è rimasta impressa, inconfondibilmente. Di certo, lei ha dimenticato quell'episodio: quel gioco di bambini, sottratto con le sue parole, all'innocenza. Non ha potuto sapere, e non lo saprà mai, di avermi impartito una lezione di vita mi ha fatto uscire dall'inconsapevolezza dell'infanzia.



Tamaro.

Foto di Tommy Reber

Per Natale pensate a noi. SOSTENETEVI!

Anche quest'anno la Sezione Sottoceneri dell'Associazione Triangolo fa appello alla generosità di chi riconosce l'importanza del suo operato volto a portare sostegno a pazienti affetti da malattie oncologiche e ai loro famigliari. Riassumiamo sinteticamente il lavoro svolto dai 4 servizi della sezione Sottoceneri nel Luganese e nel Mendrisiotto, mentre l'insieme dell'attività cantonale e degli impegni finanziari è visibile sul sito www.triangolo.ch.

Servizio di volontariato. Espressione spontanea di solidarietà e aiuto non professionale. I nostri volontari hanno assistito 193 pazienti con visite a domicilio, presenza durante i ricoveri e 668 trasporti con 35'709 km percorsi per accompagnamento ai luoghi di cura.

Servizio di assistenza sociale. La nostra assistente sociale ha seguito e aiutato 134 pazienti nell'affrontare problemi pratici, economici e assicurativi. Si adopera inoltre, in collaborazione con l'Associazione Dialogare, a facilitare il rientro professionale dopo un periodo di cura.

Servizio psicooncologico. La nostra psicooncologa ha dato il suo sostegno a 57 pazienti e alle loro famiglie con 233 colloqui e contribuito attivamente al sostegno del personale curante.

Servizio medico-infermieristico di cure a domicilio. Integrato nella rete cantonale di cure palliative come Ente d'Appoggio ha coordinato le cure domiciliari di 168 pazienti in collaborazione con gli altri servizi del territorio contribuendo così a mantenere nella cerchia famigliare i malati evitando loro ricoveri ospedalieri.

Di tutte le nostre attività unicamente il servizio medico-infermieristico è sussidiato dal cantone. Per far fronte a tutti gli altri numerosi e onerosi impegni dipendiamo completamente dall'aiuto dei nostri benefattori al fine di garantire la continuità delle nostre prestazioni nel tempo.

Come associazione senza scopo di lucro godiamo dell'esenzione fiscale per cui le donazioni possono venir dedotte dalle dichiarazioni dei redditi.

Donazioni

Associazione Triangolo

Sezione Sottoceneri

6900 Lugano

Conto Corrente postale

CCP 65-69048-2