

Un'onda rosa di solidarietà e sensibilizzazione

di Laura Mella

Ogni anno il 4 febbraio si celebra la giornata mondiale contro il cancro. Per le varie realtà operanti sul campo si tratta di un'occasione importante perché permette loro di fare della sensibilizzazione su una malattia il cui nome ha ancora il potere di mettere enormemente a disagio le persone. Il 4 febbraio non è però il solo appuntamento nell'arco dell'anno dove questa finestra sul mondo dell'oncologia viene aperta. Con un gruppo di ticinesi, ne abbiamo seguito uno del tutto particolare a Zurigo: la Pink Ribbon Charity Walk. Da lì il passo al primo Caffè Rosa del Ticino è poi stato breve.

È una vera e propria onda rosa quella che da poco più di un decennio si srotola a Zurigo a fine estate. Dal 2007, cinquemila persone si danno appuntamento allo stadio Letzigrund per indossare la maglia della Pink Ribbon Charity Walk e camminare – o correre – lungo il percorso ad anello che dallo stadio attraversa i quartieri circostanti per poi tornare al punto di partenza. Sono solo 4 chilometri di strada ma nel loro piccolo racchiudono un grande significato. La Pink Ribbon Charity Walk è infatti una corsa annuale in favore delle persone colpite da cancro al seno dove lo scopo non è «vincere ma mostrare solidarietà e sostegno alle donne che affrontano questa malattia e ai loro famigliari» sottolineano infatti gli organizzatori.»

Giovani, anziani, bambini, uomini e donne di ogni professione, età ed estrazione sociale... i partecipanti alla Pink Ribbon Charity Walk compongono un mosaico rappresentativo di tutta la nostra società a dimostrazione che la malattia, in

questo caso il tumore al seno, non fa alcuna distinzione e può colpire chiunque, sconvolgendo la vita della persona alla quale viene diagnosticata e di chi gli sta vicino. Ecco perché allo stadio Letzigrund c'erano anche molti uomini, ecco perché sul bus organizzato dall'Associazione Triangolo sezione Sopraceneri, c'era anche Gianluca. Partito da Locarno lo scorso primo settembre, sul pullman hanno preso posto una quarantina di donne, ognuna con la sua storia, ognuna nel suo particolare momento del percorso di cura, tutte però accomunate dalla voglia di essere lì quel giorno, anche solo per dire – o per dirsi – «Ce l'ho fatta. Sono ancora qui». Ad accompagnarle c'era la loro breast care nurse, una figura professionale che alle nostre latitudini ha fatto capolino qualche anno fa.

La breast care nurse

Attiva da tempo oltre Gottardo, la breast care nurse è un'infermiera con una formazione speci-

fica, che durante il percorso terapeutico può essere un saldo punto di riferimento per le donne colpite da tumore al seno. Se da una parte può sostenere e aiutare la donna ad affrontare gli eventuali problemi fisici, psichici e sociali che insorgono durante e dopo le cure; dall'altra agevola la comprensione del linguaggio medico, a volte necessariamente tecnico. La breast care nurse promuove inoltre la cultura della salute e le attività sociali, è in grado di consigliare gli indirizzi idonei per accessori e trattamenti specifici (fisioterapia, linfodrenaggio, corsi estetici...) e, su richiesta, accompagna la paziente a consulenze mediche, colloqui, esami e terapie.

Una corsa, un messaggio

In un'ottica anche di prevenzione, la promozione della salute è, del resto, uno degli obiettivi della Pink Ribbon Charity Walk: attraverso punti informativi e attività sportive collaterali gli organizzatori sottolineano l'importanza del movimento e dell'alimentazione per restare sani. Sfruttando i canali mediatici, la corsa diventa così una preziosa occasione di sensibilizzazione per tutta la popolazione. Si sa che *Prevenire è meglio che curare* e, seppur inflazionato, il proverbio ha il suo perché: muoversi, mangiare sano, ritagliarsi del tempo per fare qualcosa che ci piace sono semplici azioni che hanno un effetto benefico su mente e corpo. A questo va però aggiunto un controllo medico mirato, da mettere in agenda una volta l'anno, dopo i 50 anni per le donne nell'ambito della prevenzione del tumore al seno, dopo i 60 anni per gli uomini nell'ambito della prevenzione del tumore alla prostata. Non è certo pensando di esserne immuni che lo si diventa re-

almente e la Pink Ribbon Charity Walk, con il suo pubblico così eterogeneo, racconta anche questo aprendo una finestra su un argomento che resta ancora un po' tabù.

Il primo Caffè Rosa in Ticino

Nonostante la medicina abbia fatto passi da gigante nella cura dei tumori e in barba a una comunicazione molto più presente sui media grazie a chi se ne occupa o a chi l'ha vissuta in prima persona, questa malattia dà ancora i brividi quando se ne pronuncia il nome, quasi fosse – il cancro – il braccio destro della morte. Non è così. Dal cancro si può guarire e si guarisce. Come questo succede, chi entra in campo quando arriva una diagnosi di questo tipo, quali persone possono essere un punto di riferimento nel corso di una cura, in cosa consiste la terapia... sono tutti aspetti che hanno trovato uno spazio di discussione nel primo Caffè Rosa del Ticino, che ha avuto luogo lo scorso 8 ottobre, in occasione del mese dedicato alla prevenzione del tumore al seno. Organizzato dall'associazione Triangolo sezione sopraceneri nella corte della Sopracenerina di Locarno, all'incontro erano presenti diverse figure mediche e specialistiche – oncologo, ginecologo, radiologo, radioterapista, chirurgo plastico, infermiere, breast care nurse, dietista, parucchiera, fisioterapista – che hanno dialogato con i presenti rispondendo alle loro domande. Un modo informale per affrontare il tema che nella sua semplicità ha raccolto il favore di un'ottantina di partecipanti.

Visto il successo, il Caffè Rosa verrà certamente riproposto anche quest'anno. Per sapere dove e quando basta visitare il sito: www.triangolo.ch.

Si è tenuta il primo settembre a Zurigo la consueta Pink Ribbon Charity Walk alla quale, quest'anno, hanno partecipato anche una quarantina di ticinesi grazie al bus organizzato dall'Associazione Triangolo sezione Sopraceneri. La Pink Ribbon Charity Walk è una corsa annuale in favore delle persone colpite da cancro al seno.

