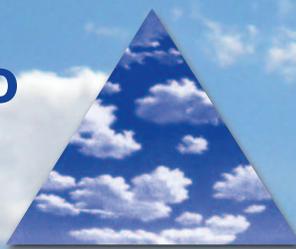


Associazione Triangolo

volontariato e assistenza
per il paziente oncologico



Via Fogazzaro 3
6900 Lugano
telefono 091 922 69 88
conto corrente postale 65-69048-2
triangolo@swissoncology.com
www.triangolo.ch

Comitato redazionale:
Raffaella Agazzi
Alda Bernasconi
Marco e Osvalda Varini

INSERTO A CURA DELL'ASSOCIAZIONE TRIANGOLO - NUMERO 17 - SETTEMBRE 2012

Editoriale

Il nostro impegno per la continuità delle cure

Sin dagli inizi della sua attività, l'Associazione Triangolo ha percepito l'importanza delle cure palliative: un approccio finalizzato «a migliorare la qualità di vita dei malati e delle famiglie, confrontate con i problemi associati a malattie inguaribili, attraverso la prevenzione e il sollievo della sofferenza». Si tratta di un insieme di interventi, da parte di personale debitamente formato, in grado di prestare ai pazienti un'assistenza medica e una presenza umana. Nel corso degli anni, Triangolo ha maturato, proprio in quest'ambito, una preziosa esperienza professionale basata sulla convinzione dell'importanza essenziale della continuità delle persone nella relazione di cura, cura che garantisce la qualità di vita. Il team curante accompagna appena possibile il malato lungo tutto il suo percorso, sia in fase di guarigione che in fase avanzata di malattia.

In un momento di riorganizzazione e ristrutturazione delle cure palliative a livello cantonale e federale, si addensano parecchie nubi sul nostro approccio. Infatti, si delinea una tendenza a delegare a centri specialistici anche i pazienti terminali estraniandoli da coloro che hanno conosciuto tutta la loro storia clinica e le loro vicissitudini emotive. In tal modo, s'interrompe quella continuità che rende le cure palliative un'evoluzione naturale delle terapie precedenti contribuendo ad un'elaborazione del proprio percorso di vita, in armonia e senza spaccature o forzature.

L'Associazione Triangolo ribadisce con fermezza la fedeltà al proprio principio: garantire al paziente la possibilità di mantenere fino all'ultimo i legami con le persone e l'ambiente di cura a lui familiari.

dr. med. Marco Varini
presidente Associazione
Triangolo Sottoceneri

Saluto e considerazioni del neopresidente cantonale Fulvio Caccia

di Fulvio Caccia

Avendo mancato l'occasione di una riuscitissima gita in Val Lavizzara, a causa di un «gradito impegno» precedentemente assunto, affido a questo scritto un breve saluto ai membri dell'Associazione Triangolo Sottoceneri e agli altri lettori della rivista.

Il «gradito impegno» di cui sopra, era costituito dalla visita che i colleghi dell'ufficio presidenziale di Caritas Svizzera hanno voluto farmi a Dalpe, a mo' di commiato, dopo i miei 15 anni di presidenza. Faccio questo riferimento a Caritas Svizzera perché c'è un legame col fatto di aver accettato senza tentennamenti la proposta di assumere la presidenza di Triangolo. Infatti, proprio quindici anni fa Caritas Svizzera ha iniziato un impegnativo progetto per contribuire a sviluppare in Svizzera le cure palliative ed ho avuto occasione di partecipare ad alcuni eventi che mi hanno lasciato una impressione indelebile (tra questi, un dibattito nell'ambito dell'Expo con la Consigliera federale Ruth Dreifuss, trovando una profonda convergenza sul tema).

Quando Marco Varini e poi la presidente Chiarella Rei-Ferrari mi hanno presentato l'attività dell'associazione ed anche il «Concetto di cura dell'associazione Triangolo» e poi la richiesta di assumere la presidenza, mi sono reso conto che la sfida era impegnativa, ma potevo contare su qualche utile esperienza precedente.

A ciò si aggiunge, quale ulteriore motivazione, l'esperienza di tante pene vissute nelle cerchie familiari, di amici, di collaboratori, di conoscenti.

Si tratta ora di continuare l'opera di Chiarella Rei-Ferrari, con l'aiuto del comitato e di tutte le collaboratrici e collaboratori dell'associazione, per raggiungere nuovi traguardi.

In particolare è auspicabile rafforzare la conduzione delle attività dell'associazione a livello cantonale, con una professionalizzazione nel settore amministrativo/gestionale, a sostegno della conduzione strategica. Parallelamente al rafforzamento interno va continuato lo sforzo di consolidamento delle relazioni esterne con autorità ed istituzioni operanti in settori simili o complementari.

Una particolare attenzione e sforzo vanno assegnati allo sviluppo delle attività nel settore delle cure palliative, per trovare un ruolo chiaro nell'ambito delle iniziative cantonali e federali.

Finanze permettendo, idee e lavoro non mancano!



photo & copyright by Emilio Rissone,
www.rissone.ch

Chiarella Rei-Ferrari: «una donna di pace»

Il presidente di sala l'ha definita, durante l'assemblea: «una donna di pace». Effettivamente, il sorriso aperto e la capacità di mediazione di Chiarella Rei-Ferrari hanno molto aiutato l'Associazione Triangolo a superare gli ostacoli che stanno sul percorso di ogni associazione. Era stata scelta benissimo: avvocata dal 1984, presidente dell'Ordine degli avvocati del Canton Ticino dal 1990 al 2001, presidente dell'Ufficio di conciliazione cantonale in materia di parità dei sessi, membro supplente del Tribunale penale cantonale (e si sa quale drammatico «bilanciamento» tra valori e responsabilità personali richieda la funzione di giudice in un processo penale). Assumendo la presidenza cantonale dell'Associazione Triangolo nel 2005, Chiarella Rei-Ferrari portò all'associazione il suo carisma personale, confidando nella capacità di sacrificio degli interessi e delle predisposizioni individuali che gli aderenti a un'associazione di volontariato sono in grado di dimostrare. «Volontariato» è una parola che di per sé non sopprime le differenze di vedute, che anzi arricchiscono un'associazione, ma rappresenta una premessa psicologica importante. E così – quando al termine di sette preziosi anni di presidenza – Chiarella ci ha detto: «lo lascio», a tutti noi è cresciuto



Cambio della presidenza cantonale: l'avv. Chiarella Rei-Ferrari ha passato il testimone all'ing. Fulvio Caccia, designato presidente dall'assemblea ordinaria dell'Associazione Triangolo, svoltasi il 25 giugno 2012 a Bellinzona.

dentro un gran dispiacere. Ma poi ci siamo detti: anche il volontariato presidenziale può avere dei limiti.

Perciò, «chapeau» a Chiarella Rei-Ferrari, con tanti auguri per il suo futuro, privato e professionale!
Enrico Morresi

Fulvio Caccia: dalla «Caritas» a «Triangolo»

Lo ricordo benissimo, perché a quei tempi ero resocontista dal Gran Consiglio per il «Corriere del Ticino»: gli anni in cui Fulvio Caccia fu in Consiglio di Stato, dal 1977 al 1987, erano anni drammatici, eppure in Governo poté stabilirsi un clima di fiducia e di lavoro in comune che non c'era mai stato nei

vent'anni precedenti. Personalità di punta del rinnovamento del Partito conservatore-democratico negli anni Sessanta (protagonista oltretutto del cambiamento di nome, all'inizio degli anni Settanta, in «popolare democratico»), Fulvio Caccia portava nell'Esecutivo cantonale la capacità di calcolo del tecnico (era dottore in scienze tecniche del Politecnico di Zurigo, aveva insegnato fisica al Liceo cantonale) ma insieme la lucida passione per la giustizia che gli veniva dagli anni del Concilio e del gruppo di «Dialoghi» che avevano segnato la sua giovinezza. Perciò

non deve stupire che dopo altri dieci anni in Consiglio nazionale (1987-1998), egli abbia assunto la presidenza di «Caritas» svizzera: dove la generosità si fa impegno e scelta concreta in favore dei più deboli. Quest'anno lasciava tale presidenza: quale occasione per noi! Accettando la successione di Chiarella Rei-Ferrari alla testa del «Triangolo» cantonale, Fulvio Caccia porta a noi la sua grande capacità di lavorare in *team* coniugata con l'urgenza della solidarietà. A lui gli auguri di garantire la continuazione e l'affermazione dei nostri ideali.
Enrico Morresi

Emilio Rissone

L'Associazione
Triangolo Sottoceneri
e la Clinica

Sant'Anna di Sorengo

hanno il piacere
di invitarLa
presso il reparto
di **Oncologia della Clinica**

**giovedì 11 ottobre 2012
alle ore 18.30**

alla mostra di acquerelli.
Presenta **Gilberto Isella**

La mostra sarà visibile
tutti i giorni,
dalle 15.00 alle 19.00
fino al 20 gennaio 2013.



I volontari davanti alla chiesa di Mogno il 26 agosto 2012 per la tradizionale gita annuale.

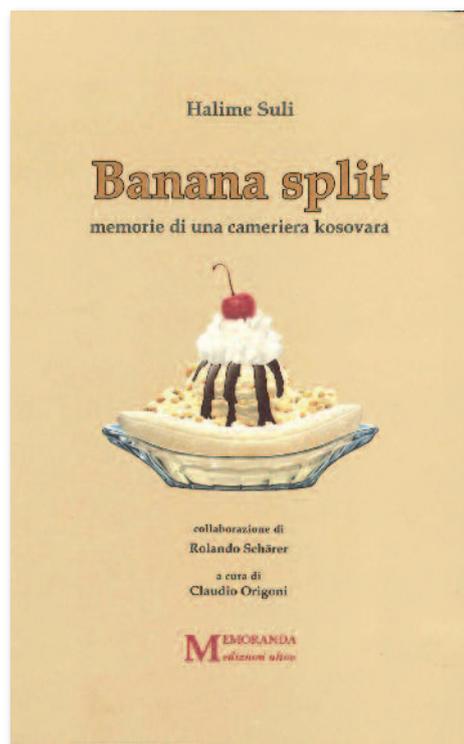
Il libro

scelto da Raffaella Agazzi

Banana split

di Harime Suli

Edizioni Ulivo, Balerna, maggio 2012



È sicuramente narrativa la categoria a cui appartiene questo libro, ma è difficilmente catalogabile nel genere; credo che lo si possa considerare una sorta di autobiografia di cui la scrittrice amplia il significato visto che la narrazione parte da lontano: dai ricordi che risalgono a quando i genitori erano ragazzi per arrivare ai giorni nostri, il tutto in prima persona.

Nativa del Kosovo, Harime non dimentica le sue radici, anche nei momenti più bui; il suo attaccamento riguarda tutto ciò che le ricorda la patria, come le tradizioni... Peraltro è affascinata dalle novità, dall'ignoto; è forse per questo che ama suo padre: «*Ho sempre voluto bene a mio padre perché, a pensarci bene, era un uomo molto avanti rispetto alla mentalità del suo tempo; secondo lui, maschi e femmine erano uguali*».

Dalle delusioni adolescenziali, arriva al matrimonio combinato e causa di tante sofferenze che la indurranno a vere e proprie fughe, fino ad arrivare in Svizzera, nazione che ormai sente come sua patria, soprattutto dopo aver ottenuto la naturalizzazione. Determinata, volitiva, intransigente, generosa, aperta al mondo, seria: questo è il ri-

tratto che emerge tra le righe e che l'hanno fatta apprezzare all'estero, qualunque lavoro facesse. Alquanto sanguigna nelle sue reazioni: «*...io non ci vidi più dalla rabbia; feci mie tutte le forze di mio padre e poi, trasformandomi in una superdonna, con due pugni ben assestati colpì lo zio che crollò a terra...*».

Il titolo, banale all'apparenza, ricorda il periodo gioioso trascorso a Locarno, e relativi problemi con la lingua italiana per cui, al

bar con le amiche, poteva solo ordinare Coca-cola e Banana split!

Fa sorridere l'Epilogo in cui ricorda l'incontro con il signore di mezza età che si offre di soddisfare il suo desiderio, cioè scrivere la sua vita: l'avrebbe aiutata lui, da buon bibliotecario che era stato (questo libro è curato da Claudio Origoni).

Il frequente ricorso all'artificio del flash back arricchisce lo stile e rende gli eventi più vicini a chi legge.

Le news

di Antonello Calderoni

Circoncisione: sì o no?

«*Time Healthland*», agosto 2012

Negli ultimi mesi ha fatto notizia la decisione, presa da alcuni ospedali americani ed europei, fra cui il Kantonsspital di Zurigo, di rifiutare la circoncisione dei bambini, considerata un intervento superfluo, imposto soltanto da convinzioni d'ordine religioso. Ora, la Società di pediatria americana ha smentito questa tesi mettendo, invece, in evidenza i benefici che la circoncisione può avere sul piano della prevenzione, in particolare per le malattie infettive. Sulla base di studi clinici, è stato possibile constatare che i bambini circoncisi sono meglio protetti nei confronti dei virus HPV, HIV, dell'herpes genitale e perfino della sifilide. Inoltre, si è riscontrata una netta diminuzione delle infezioni delle vie urinarie.

La Società di pediatria americana ha quindi concluso che la circoncisione debba essere a carico dalle assicurazioni alla stregua di un intervento di dimostrata efficacia.

Integratori Omega 3: non proteggono dalle malattie coronariche

«*Journal Watch General Medicine*», 24 maggio 2012

Ai grassi acidi poli-insaturi sono, risaputamente, attribuiti effetti anti-infiammatori, anti-aterogeni e anti-trombotici: da qui il loro impiego, sotto forma di integratori, nella prevenzione delle malattie cardiovascolari. Ma, in realtà, con quali risultati? Una ricerca su ampia scala, condotta nella Corea del Sud, in base a oltre un migliaio di studi clinici, effettuati fra il 1976 e il 2011, mette in guardia dalle facili illusioni. Dati alla mano, non è stato possibile dimostrare l'efficacia preventiva di questi integratori nei confronti dell'incidenza, della gravità e della mortalità di malattie cardiocircolatorie, quali infarto del miocardio, angina o ictus. Si raccomanda, quindi, la cautela.

Antiossidanti: inefficaci contro l'Alzheimer

«*Journal Watch Psychiatry*», aprile 2012

Alcuni antiossidanti, quali la vitamina E, la vitamina C, l'acido alfaipoico, il coenzima Q stimolano la produzione di amiloide, sostanza che potrebbe avere un effetto benefico sull'Alzheimer. Ora, quest'ipotesi ha trovato, recentemente, una smentita, sulla scorta dei risultati emersi da uno studio su 78 pazienti, affetti da questo morbo a uno stadio moderatamente avanzato, divisi in due gruppi: uno trattato con vitamina E, vitamina C, acido alfaipoico e coenzima Q combinati, l'altro soltanto con placebo. Dopo quattro mesi, l'esame delle capacità cognitive registrava, in entrambi i gruppi, un peggioramento: più rilevante, però, proprio fra i pazienti che avevano assunto gli antiossidanti. Si è giunti, quindi, alla conclusione che queste sostanze, se possono avere effetti protettivi in diverse patologie, vanno evitati nel caso dell'Alzheimer.

Il racconto

Frontiere in fumo

di Tommaso Soldini

Tommaso Soldini è nato a Lugano nel 1976 e vive a Bellinzona, dove insegna italiano in una scuola superiore. Si è laureato a Friburgo, in letteratura, nel 2001. Scrive poesie e racconti. La sua ultima pubblicazione, «L'animale guida» è una raccolta di quattro racconti che indagano vite apparentemente normali che, però, subiscono il peso della globalizzazione.

Le sigarette costano più di sette franchi. Non si può più fumare nei bar, nei ristoranti, nelle bettole di paese. Nemmeno quando il camino è acceso e i soli avventori sono quattro ottuagenari con le guance viola che, tra una giocata e l'altra, sorseggiano un ticinissimo merlot della casa. Uno di loro, credendo di non essere visto, usa il bordo della carta per pulirsi l'unghia del pollice destro. Ogni tanto spacca la legna di un suo bosco, su in montagna, a pochi metri dal cippo che segna il confine con l'Italia. Se li ricorda bene, i contrabbandieri carichi di stecche, con gli scarponi da montagna impregnati di fango e negli occhi la Madonnina del duomo di Milano, la loro personale statua della libertà. So che tanta letteratura, anche svizzera ma soprattutto ticinese, ci ha campato su questa idea un po' romantica e ormai kitsch della ramina che avrebbe dovuto arginare gli espatri clandestini, berretto appena sopra gli occhi e fotografia dell'amata appesa al collo, degli sciacalli del commercio. Se ne è parlato così tanto che l'ultimo mio desiderio è quello di ricadere in un cliché contro il quale combatto ogni volta che appoggio le dita a una tastiera o impugno la penna biro o il lapis. La mia malinconia infatti non è per il contrabbando che fu, ma per quello che non c'è.

In Marocco le nazionali costano circa due franchi e cinquanta, un terzo in meno delle bionde francesi, la metà delle sigarette americane. Quando io, con le labbra allungate, mi presentavo dall'edicolante e acquistavo i pacchetti della settimana, questi mi guardava male, forse pensando che il mondo era proprio strano, tenuto conto che loro si svenavano per qualche americana sciolta, comprata dal tizio coi baffi fuori dalla moschea o al tavolino di sinistra del bar coloniale. Il negoziante sotto casa, Aziz, che faceva in media quattro clienti al giorno, quando gli offrivò una delle sigarette del suo paese mi guardava di traverso, le accettava solo perché ormai eravamo diventati amici. Ricordo che la prima volta l'aveva rifiutata, *Marquise c'est la crise* aveva detto, prima di spedire il fratello, con qualche dirham tirato fuori dalla tasca, a comprarne un paio, per offrirmele lui una. In seguito, davanti a qualche bicchiere di vino di Casablanca, aveva tentato di convincermi, almeno, ad acquistare le *Gauloises*, se proprio ce l'avevo con gli americani.

Ho ancora negli occhi le case fatte edificare dai migranti di ritorno per le vacanze, case alte e scure, goticeggianti, dalle porte lavorate, che spuntano a poche centinaia di metri dai villaggi, come crochi tristi in mezzo a polverosi prati. Chi le ha commissionate fuma *Marlboro* di solito, tiene il pacchetto nella tasca della camicia, in modo che tutti possano vedere.

Magari in Francia lavora in fabbrica, in nero, e se glielo chiedi ammette che il clima sociale sta diventando incandescente, però al paese sono tutti sorrisi e sigarette offerte agli amici rimasti.

Gli *status symbol* hanno ancora un peso negli altrove fuori e dentro i confini nazionali, ma quale eterea visione di sé accompagna l'uomo che si accovaccia, in pieno inverno, sulla terrazza dell'ufficio o sotto il funghetto a infrarossi del locale in cui quattro cubiste imprendibili si guardano negli specchi per eccitarsi? Il salvataggio dell'Avs? del *to big to fail?* delle interconnessioni tra sanità e politica?

In Marocco il contrabbando c'è, soprattutto con l'Algeria, un paese che ha petrolio ma poca frutta e poca verdura. Ho conosciuto un autista che avrebbe potuto guadagnare migliaia di dollari se avesse accettato di seguire le piste desertiche con il suo quattro per quattro grigio, rischiando il mezzo e la vita, perché i soldati che pattugliano il confine sparano a vista. In Svizzera nessuno contrabbanda sigarette, nessun clandestino, nessun *sans papier*. Vengono, spendono tutti i soldi che hanno arricchendo passatori e politici nazionalisti, lavoricchiano se possono, fumano sigarette comprate con lo spillatico.

Si adeguano. Così come ci adeguiamo noi ogni volta che il prezzo aumenta, ogni volta che i nostri occhi incappano nell'immagine di un uomo morente, di un polmone incatramato, di un bambino morto, di un feto malformato.

Qualche fumatore, ogni tanto, certamente alterato da una sostanza eccitante, sul confine tra legalità e illegalità, pensa che le frontiere vadano abbattute, soprattutto quelle che limitano, quelle che creano espiazioni di massa.



photo & copyright by Emilio Rissone,
www.rissone.ch