

Via Fogazzaro 3
6900 Lugano
telefono 091 922 69 88

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

Comitato redazionale: Alda Bernasconi,
Ornella Manzocchi, Giada Cometta-Balmelli,
Marco e Osvalda Varini

EDITORIALE

Per e con il paziente

La pandemia appartiene a un passato ormai concluso? V'è da sperarlo, non soltanto per motivi individuali: cioè ritrovare i piaceri e le abitudini della normalità. Le restrizioni, emanate dalle autorità, hanno limitato e persino cancellato eventi culturali e sociali destinati alla collettività. È la sorte toccata ai seminari della «Fondazione di Ricerca Psiconcologica», proprio in concomitanza con il trentennale d'attività.

Ora, facendo di necessità virtù, durante questa pausa è maturata l'idea di riunire, in un libro, stralci delle relazioni sui temi proposti in ben 22 seminari. In pari tempo, questa pubblicazione è un'occasione per raccontare la storia di una fondazione, nata grazie al lascito di un giovane paziente e di Osvalda Varini, che ha messo a disposizione il premio Görlich, ottenuto con una ricerca sulle conseguenze psico-emotive della diagnosi di carcinoma del seno.

«*Sul sentiero della cura*», s'intitola coerentemente un libro che conferma l'impegno della condivisione: paziente e terapeuta sono chiamati a incontrarsi lungo un percorso che li mette entrambi alla prova. E se, oggi, strumenti tecnologici e farmaci sempre più efficienti aprono giustificate speranze, d'altro canto rischiamo di impoverire la dimensione umana nella cura. Insomma, il medico declassato a funzionario della salute, o addirittura sostituito da un robot non partecipa delle nostre preoccupazioni. Non è fantascienza, ma una minaccia incombente, di cui si sono fatti interpreti consapevolmente i relatori dei 22 seminari della Fondazione Ricerca Psiconcologica e dell'Associazione Triangolo. Torneranno alla ribalta il prossimo 29 settembre? Concediamoci un po' di ottimismo, senza però abbassare la guardia nei confronti di un virus imprevedibile.

Nel frattempo, il libro sarà presentato al pubblico, a fine primavera.

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

Il rinnovo del reparto di oncologia della Clinica Sant'Anna: una scelta vincente

di Michela Pfyffer, direttrice Clinica Sant'Anna, Sorengo

In uno studio scientifico pubblicato recentemente¹ un gruppo di pazienti intervistati ha identificato 3 fattori attraverso i quali si acquisisce fiducia in una struttura ospedaliera stazionaria:

- **la competenza:** la capacità di trattare in modo efficace i problemi di salute, di mantenere un ambiente sicuro e pulito e di garantire la presenza di medici con conoscenze approfondite;
- **l'attenzione:** una visione aziendale che dà precedenza al conforto del paziente in un ambiente fisico accogliente e con medici "umani";
- **la comunicazione:** una cultura dell'ascolto e della trasparenza. La capacità del personale a dare spiegazioni chiare, in particolare sui trattamenti ed al momento delle dimissioni.

Questo studio non solo mette in evidenza l'essenzialità del rapporto di fiducia tra il

paziente e la struttura nella quale viene ricoverato, ma ci ricorda l'importanza fondamentale del fattore umano e dell'ambiente fisico, del luogo dove vengono prestate le cure, dove si vivono momenti spesso difficili e dove si svolgono gli incontri con i propri cari. I pazienti si aspettano in buona sostanza un luogo che sia allo stesso tempo sicuro, pulito, accogliente e carico di emozioni positive all'interno del quale ricevere cure di qualità.

Leggendolo, ho ritrovato tutti gli elementi sui quali in Clinica avevamo lavorato nel 2018 quando, sulla base della lunga esperienza dei nostri medici e dell'insieme del nostro personale, abbiamo deciso di rinnovare l'intero dipartimento di oncologia.

Il cantiere, in effetti, è andato ben oltre il rinnovo logistico degli spazi, perché abbiamo voluto portare all'interno di locali nuovi e moderni una filosofia più completa di presa a carico dei nostri pazienti.

FOTOQUIZ:
Chiesa del
Luganese o della
Capriasca ?
Risposta a
pagina 3



foto della redazione



È proprio da questa riflessione condivisa che abbiamo deciso di fare – con i nostri architetti - quel passo in più, perché i nostri pazienti si sentissero accolti e, con loro, i loro cari.

I colori alle pareti, una sala relax affacciata sulla magnifica terrazza che si perde nel lago di Lugano, e una cucina abitabile per i nostri ospiti e i loro famigliari. Proprio così, è stato creato un grande appartamento con spazi condivisi sui quali si aprono camere confortevoli pensate per i pazienti e per le loro famiglie.

Il nostro desiderio di mantenere quel legame tra l'interno del reparto e il mondo fuori, affinché il paziente non avvertisse quella spiacevole sensazione di isolamento, di lontananza dalla normalità della vita di tutti i giorni.

Da sempre la nostra filosofia va oltre l'acquisita qualità delle cure e si estende ad una presa a carico personalizzata, all'insegna dei valori umani, del sorriso e dell'ascolto per far prevalere l'umanizzazione dell'assistenza, nel tentativo di far sentire il paziente in una struttura famigliare.

La medicalizzazione è ovviamente onnipresente ma si è fatta più discreta. I nostri pazienti si sentono al sicuro e protetti ma non turbati. A distanza di 4 anni, possiamo dunque dire che la nostra scelta è stata vincente, perché la soddisfazione dei nostri pazienti, così come la motivazione dei nostri collaboratori e, perché no, anche lo studio citato, ce lo confermano. Eh sì... avere camere belle e zone confortevoli non significa dare importanza a cose superficiali, come forse azzarderebbe insinuare qualche malpensante, ma significa aver capito che vivere la malattia senza sentirsi diverso, senza sentirsi lontano, senza sentirsi isolato dalla propria quotidianità, e poterla vivere con la propria famiglia, in parte è già una cura... sì una cura, chiaramente non per il male, non quello patologico, ma per il cuore e le emozioni che lo pervadono.

1 Greene J, Samuel-Jakubos H. Building Patient Trust in Hospitals: A Combination of Hospital-Related Factors and Health Care Clinician Behaviors. Jt Comm J Qual Patient Saf. 2021 Dec; 47(12):768-774. Doi: 10.1016/j.jcq.2021.09.003. Epub 2021 Sep 12. PMID: 34654668.



2 passi



per solidarietà

Ascona domenica 24 aprile 2022 - ore 14.30

L'Associazione Triangolo organizza a sostegno di chi sta vivendo una malattia oncologica e per raccogliere fondi a favore delle attività per i pazienti una

camminata solidale

4 km su strada pianeggiante

Alla partenza a ogni partecipante sarà consegnata una **t-shirt**.
Indicare la taglia al momento dell'iscrizione

Partenza: Ascona, Piazza G. Motta ore 14.30

Arrivo: azienda agricola Terreni alla Maggia

Al termine verrà offerta una merenda a tutti i partecipanti

ISCRIZIONI entro il 20 marzo a eventi@triangolo.ch o tel +41 76 543 24 49

30 CHF per partecipante (bambini e ragazzi fino a 16 anni gratis)

da versare al momento dell'iscrizione
 Associazione Triangolo, 6528 Camorino
 conto IBAN: CH75 0076 4170 4282 8200 1
 Banca dello Stato del Cantone Ticino, 6501 Bellinzona

Oppure scansionare codice QR
per pagamento tramite app TWINT



RISERVATE LA DATA

Lunedì di Pentecoste 6 giugno 2022

piazzetta San Carlo a Lugano

dalle 9.00 alle 12.00

colazione in piazza

il gusto della solidarietà

L'Associazione Triangolo vi invita a gustare una genuina colazione solidale per raccogliere fondi a favore dei pazienti

IL LIBRO

LA POZZA DEL FELICE

di Fabio Andina
editore RUBETTINO



La pozza del felice è una storia di montagna e di montanari, ambientata in una remota valle delle Alpi svizzere. Il fascino di un mondo selvaggio s'intreccia alla vita del protagonista, un vecchio di nome Felice, che trascorre le giornate scandite dalle stesse immutabili abitudini. Il suo riservo attira l'attenzione del narratore e coprotagonista, un giovane andato a vivere in montagna per sfuggire al caos cittadino. Il loro incontro porterà alla luce segreti rimasti sepolti per troppi anni. Un romanzo fuori dal tempo, dalla prosa rapida e incalzante che inchioda il lettore alla prima pagina e lo invoglia ad accordarsi, anche lui, al ritmo delle stagioni.

Fabio Andina è nato a Lugano nel 1976, si è laureato in cinema a San Francisco. Ha pubblicato diversi romanzi e libri di poesie. Premio Gambrinus «Giuseppe Mazzotti» per la letteratura di montagna e premio «Terra Nova» della Fondazione Schiller.

Affresco del 1603 d'autore ignoto raffigurante la battaglia di Lepanto (7 ottobre 1571). Nella nuvola sovrastante la battaglia, la Madonna bombardiera con Gesù bambino e un angioletto nell'atto di passare bombe da far cadere sulle imbarcazioni dei turchi che furono sconfitti dalla flotta cristiana.

LE NEWS

di Antonello Calderoni

Bracciale elastico compressivo per prevenire l'edema del braccio dopo l'operazione del seno

Journal of Clinical Oncology febbraio 2022

Non di rado durante un'operazione per tumore al seno, è necessario asportare diversi linfonodi presenti nell'ascella. Da qui, nei mesi successivi, un alto rischio di gonfiore del braccio operato. Ora, applicando sul braccio un bracciale elastico compressivo per tre mesi, si limita, sensibilmente, la formazione di edemi: lo conferma un recente studio, condotto da ricercatori indiani. Osservando un gruppo di oltre 300 donne, suddivise in pazienti, con o senza bracciale compressivo per tre mesi, hanno potuto registrare risultati inconfutabili. A un anno di distanza dall'intervento chirurgico, le pazienti che hanno portato il bracciale dimostravano un rischio di edema chiaramente inferiore. Si tratta, quindi, di una pratica semplice ed efficace da consigliare regolarmente.

Nuovo test per la diagnosi precoce del carcinoma polmonare

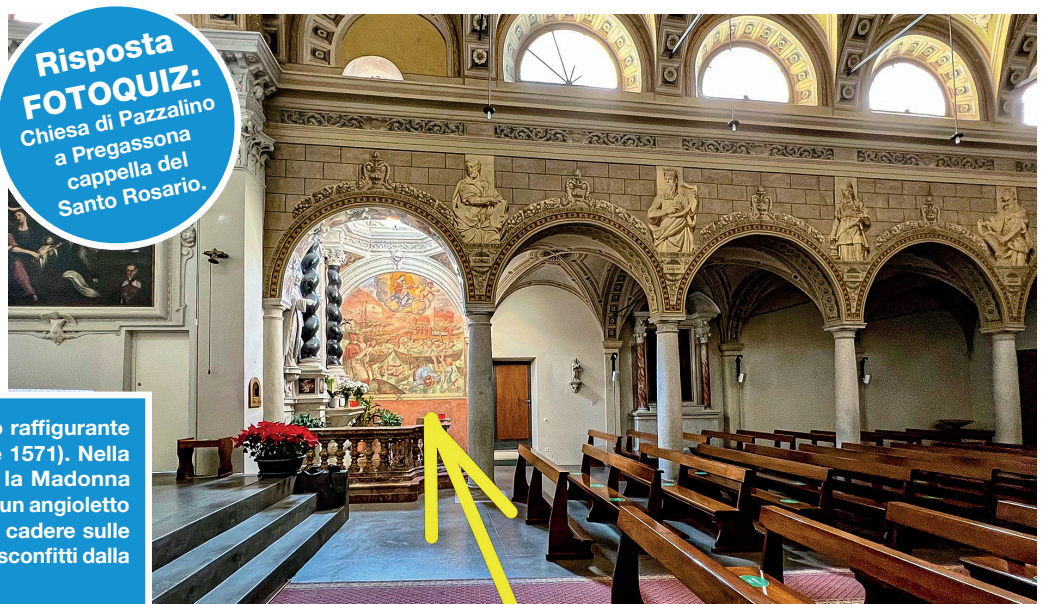
Medical News Today 9 febbraio 2022

Diagnosticare un carcinoma polmonare allo stadio iniziale significa aumentare decisamente le probabilità di sopravvivenza. Le tecniche, attualmente in uso, quali lo screening mediante tomografia computerizzata, sono in grado di identificare tumori in stadio precoce come pure di scoprire noduli sospetti che, in definitiva, si rivelano benigni (falsi positivi). Ora, dalla Cina, arriva la notizia di un nuovo test d'avanguardia: si chiama Lung Cancer Artificial Intelligence Detector (LCAID), non è invasivo, rileva biomarcatori lipidici nel plasma: tramite un algoritmo, valuta la presenza o meno di un carcinoma polmonare. A questo test viene attribuita una sensibilità superiore al 90% e una specificità del 92%. Nell'ambito dello screening, il nuovo test, associato alla TAC, rappresenta un significativo progresso nella diagnosi precoce.

Consumo di cannabis e ictus: legame fatale

Medical News Today 9 febbraio 2022

Sono ormai risapute le conseguenze, sul piano familiare, scolastico, professionale, sociale con cui si trovano alle prese i nostri giovani, intrappolati nel consumo di marijuana. Ne sono, a volte, loro stessi consapevoli, rendendosi conto del tempo perso per procurarsi sostanze nocive, che debilitano fisicamente e mentalmente. Meno noto, invece, il pericolo di trovarsi prematuramente esposti al rischio di un ictus cerebrale. In proposito, le statistiche parlano chiaro: fra i consumatori di cannabis, i casi di ictus fra adulti dai 18 ai 45 anni sono in continuo aumento. Negli USA, rappresentano il 10-15% di tutti gli ictus registrati. E fra i forti consumatori, il rischio di avere un secondo ictus è di circa il 50%. Da qui, il tentativo di ricorrere allo spauracchio infarto, per farli smettere. Con quali risultati: difficile dirlo.



L'INTERVISTA

di Luciana Caglio

Paolo Pezzoli: anche la longevità ha un prezzo

Si chiama «speranza di vita»: espressione che definisce un'aspettativa positiva, la continuità verso il futuro. Alle nostre latitudini, le conquiste scientifiche si sono tradotte in tecnologie e farmaci, accessibili alla stragrande maggioranza della popolazione. I vaccini anti-Covid ne sono l'ultima conferma. Più che mai, in quest'occasione, si è fatto sentire il bisogno di difendere la longevità, diventata un diritto. Qualcosa che ci spetta. Proprio in Svizzera, e in particolare nel Ticino, regione dove le condizioni territoriali e climatiche hanno favorito un'evoluzione anagrafica da primato, con evidenti vantaggi sul piano turistico. In pari tempo, anche la popolazione locale, grazie ad attività professionali meno faticose e più redditizie, si assicurava un supplemento di vita godibile. Tanto da meritare nuove definizioni. Il linguaggio, specchio del costume, si adegua. Nei documenti e nelle comunicazioni ufficiali, si parla di «giovani anziani», alludendo a persone dai 64 ai 75 anni, mentre, dai 75 agli 84 si accede alla categoria «anziani in buona forma». Soltanto dopo gli 85 si diventa vecchi, anzi «grandi vecchi», termine, a prima vista solenne, che non scoraggia però gli aspiranti, sempre più numerosi, che, a loro volta, optano per l'autonomia fisica e sociale. In altre parole, riuscire a farcela con le proprie forze e con l'ausilio dello stato sociale e la disponibilità delle persone vicine. Dietro a questo primato, indizio di progresso e di civiltà, c'è tuttavia un prezzo da pagare. Se gli anziani sono tanti è perché i giovani sono pochi. In cifre, l'alta presenza degli uni deriva dalla scarsa presenza degli altri. Cioè, le unioni, di coppia, ufficializzate o no, durano meno, si fanno pochi figli: da 27 nascite ogni 1000 abitanti, nel 1910, a 7,1 nel 2019. Osservando da vicino l'influsso dell'immigrazione sul piano demografico, si registrano effetti opposti. Da un lato incrementano le nascite, in una Svizzera altrimenti a crescita 0, dall'altro inoltano la schiera degli anziani, gravando sulle strutture d'accoglienza. Ci si trova alle prese con una tendenza che sembra irreversibile, evidente già a prima vista. L'immagine di Lugano rovescia il titolo di un libro e di un film famosi: «Non è un paese per vecchi». Nelle vie del centro, il tardo mattino, gli over 70 e 80 prevalgono vistosamente. Una realtà confortante che però apre interrogativi su piani diversi: lo-

gistico, sanitario, assicurativo, per quel che concerne la collettività, e quindi la gestione politica e finanziaria. E su quello morale, psicologico, e nel contempo pratico, che concerne la sfera privata, la famiglia, i vicini, gli amici coinvolti nella gestione quotidiana dell'anziano: da tenere in casa o da affidare a un istituto ad hoc?

Diamo la parola a Paolo Pezzoli, laureato a Losanna in politica sociale, e direttore di *Lugano Istituti Sociali* (LIS).

Fra studi e professione, nel suo caso, c'è una continuità che rivela una scelta voluta? Non parlerei di vocazione, semplicemente di disponibilità verso l'altro e verso la collettività.

L'ente, di cui è responsabile, appartiene all'ambito pubblico: ne subisce condizionamenti? Devo precisare che, da due anni, l'ente è autonomo rispetto alla politica. Il Consiglio Comunale indica le sue disposizioni in un mandato quadriennale di prestazioni. A noi la realizzazione.

Negli ultimi decenni, si è infoltita, incessantemente, la presenza di anziani, rispetto a quella dei giovani. Da qui, un problema dagli effetti preoccupanti: a partire da quello finanziario. Insomma, i vecchi costano. Persino la categoria degli immigrati, che in passato contribuiva a ringiovanire la popolazione elvetica, altrimenti a crescita zero, adesso invecchia. Come affrontare quest'emergenza? Si tratta di una visione parziale del problema. Certo, l'aumento della popolazione anziana comporta necessità di assistenza e di cura da soddisfare. D'altro canto, nelle case per anziani e nei servizi di cura a domicilio, oltre al personale curante, trovano lavoro cuochi, giardinieri, amministratori, intrattenitori. Si deve parlare di un vero e proprio ritorno anche dal profilo finanziario, senza dimenticare i fornitori, per cui rappresentiamo una fonte importante di introiti. Non ultimo, l'aspetto educativo: anche quest'anno, 30 apprendisti completeranno la loro formazione in questi istituti. Insomma «una azienda» che da un profilo economico e sociale è un partner importante per il territorio.



Paolo Pezzoli

Con ciò, il problema invecchiamento presenta risvolti allargati, d'ordine sociale, familiare, in definitiva umano. Lo stesso collocamento nelle case di riposo: è la soluzione idonea per anziani, in parte autosufficienti? Oggi, si punta sull'alternativa «appartamenti protetti»: anche a Lugano? Ci si sta muovendo in questa direzione come pure nel potenziamento degli aiuti domiciliari, grazie anche al contributo delle associazioni di volontariato, preziosa risorsa che appartiene alla tradizione elvetica, con i secolari pilastri Pro Juventute, Pro Infirmis, Pro Senectute. In quanto all'autosufficienza, è implicita la lucidità mentale di persone al riparo da malattie invalidanti.

Come e chi decide la costruzione delle strutture destinate agli anziani? Con un normale concorso aperto agli studi di architettura. Anche in quest'ambito, le esigenze cambiano. Le case per anziani devono adeguarsi alle necessità dei nuovi anziani.

L'accoglienza dell'anziano è multifforme: comporta lo sforzo di sintonizzarsi con mentalità, abitudini e culture superate: oggi sembra accentuato il divario generazionale. Si parla spesso di «scontro». Le cronache registrano casi estremi. Preferisco rilevare una tendenza opposta. Durante la pandemia, si è assistito a un risveglio di solidarietà intergenerazionale. I giovani, che provvedevano agli acquisti e ai trasporti, i nonni che accudivano i nipoti e i collaboratori giovani e meno giovani che con grande devozione e professionalità hanno contribuito a rendere più accettabile un biondo da dimenticare.