



FOTO/VIDEO

Al Meyer, per i pazienti oncologici, arrivano sedute di yoga e terapia estetica

Due nuovi progetti entrano in ospedale, per migliorare il delicato percorso di cura di bambini e ragazzi: avviato uno studio per valutarne l'impatto, intanto la misurazione dei valori cardiaci alla fine delle sedute testimonia gli immediati effetti positivi

Firenze - Sedute di yoga individuali, per apprendere tecniche di rilassamento e controllo della respirazione, e incontri con un'esperta di terapia estetica per imparare a valorizzare il proprio aspetto giocando: sono i due nuovi progetti che vedono protagonisti bambine, bambini, ragazze e ragazzi seguiti dal reparto di Oncologia dell'AOU Meyer IRCCS. Si tratta di una novità assoluta, che oggi, grazie al sostegno della Fondazione Meyer, dopo alcuni mesi di sperimentazione, entra a pieno titolo nel percorso di cura dei piccoli pazienti oncologici (sia ricoverati, sia presenti in day hospital) andando ad affiancarsi alle tante attività ludiche e di accoglienza proposte al Meyer.

Come funziona. Gli incontri di **yoga** si tengono due volte a settimana, sotto la guida dell'insegnante Jessica Paganelli. La seduta viene disegnata intorno al singolo bambino, coinvolgendo attivamente anche i familiari: per i più piccini, ad esempio, ci sono gli strumenti musicali (come la campana tibetana, amatissima) e i giochi yogici. Con i più grandicelli vengono condivise le tecniche di meditazione e di respirazione, l'automassaggio e le visualizzazioni guidate, per favorire il rilassamento ed abbassare così ansia e stress durante il difficile momento del ricovero e delle cure. Le sedute di **terapia estetica** sono invece guidate dalla dottoressa Giada Baldini, esperta di Armoestetica, una volta a settimana. Collane colorate e speciali schede e carte per mettere a fuoco le proprie caratteristiche del viso e del corpo sono alcuni degli strumenti di queste lezioni speciali, dove si impara, ad esempio, a tirar fuori il proprio gusto estetico, anche quando i capelli cadono e il corpo cambia per via delle terapie, oppure sperimentando senza limiti ciò che piace e fa stare bene, nonostante tutto. In entrambi i casi la parola d'ordine è libertà. E gioco: l'aspetto ludico di questi momenti è fondamentale, per provare a far sentire un po' più a casa i piccoli protagonisti.

Uno studio per analizzarne gli effetti. Sarà uno studio multidisciplinare - già avviato dagli specialisti del reparto in tandem con il Servizio di psicologia ospedaliera del

Meyer che segue questi progetti – a valutare il portato positivo della novità. Nell'immediato, in linea con quanto riporta la letteratura scientifica internazionale, la rilevazione con il saturimetro fatta al termine delle sedute ha già evidenziato come la frequenza cardiaca dei partecipanti appaia subito sensibilmente abbassata. E ognuno di loro aspetta con trepidazione l'incontro successivo: "I benefici di queste novità per i nostri pazienti sono molteplici: innanzitutto la possibilità di condurre attività che non rappresentano una semplice distrazione, ma che consentono loro di sentirsi in un contesto vitale, di quotidianità - Spiega Annalisa Tondo, responsabile f.f. del reparto di Oncologia del Meyer – Nello yoga, ad esempio, la respirazione aiuta i piccoli a esprimere i propri bisogni, guadagnando in autoconsapevolezza, aiutandoli a gestire i momenti di distacco dal genitore, e a farli sentire un po' i genitori di loro stessi, rafforzando la loro autostima". "La terapia estetica ha invece la peculiarità di aiutare i protagonisti a tendere lo sguardo in avanti, oltre la malattia che invade la loro quotidianità, valorizzando la visione che hanno del loro corpo – conclude - Tutto questo fa parte di quell'approccio olistico alla cura in cui crediamo molto: questi due progetti contribuiscono a riqualificare la vita dei pazienti oncologici durante il periodo della malattia e delle cure in ospedale".

Il progetto, sostenuto dalla Fondazione Meyer è uno degli emblemi di quanto la generosità dei donatori riesca sempre più a migliorare, quotidianamente e in modo concreto, il percorso terapeutico dei pazienti del Meyer.