

“Caro cancro a ‘sto giro ho vinto io”

Accettare una diagnosi e rifiutare la prognosi

Fabio G. partecipa al corso “*Il tumore si combatte anche a Tavola*”, sui corretti stili di vita, organizzato dall’*équipe* del dott. Andrea Pezzana, direttore della SC Nutrizione Clinica, in collaborazione con le strutture aziendali di Oncologia (Martini, Maria Vittoria e San Giovanni Bosco) e il grande chef Giovanni Allegro.

Decide di raccontarmi la sua storia perché l’esperienza vissuta può essere d’aiuto ad altre persone che nella malattia non sanno come reagire e non credono in un possibile aiuto:

Mi chiamo Fabio G., ho scoperto di avere un tumore a 40 anni, in un giorno di fine estate, ritirando gli esami effettuati durante la colonscopia che il mio medico mi aveva prescritto a seguito dei sintomi che da un po’ di tempo presentavo: emorroidi, perdite ematiche ecc. Ricordo perfettamente di essere salito in auto ed aver iniziato a piangere: in quel momento tutto prendeva una piega diversa. Non capivo se quello fosse un pianto di dolore o un pianto liberatorio; non capivo se quella fosse la fine o l’inizio. Decisi subito di affidarmi ai medici (nel mio caso del Maria Vittoria) e di fare tutto ciò che andava fatto. L’intervento di resezione del retto era inevitabile e le complicazioni successive mi costrinsero a “soggiornare” all’Ospedale San Giovanni Bosco per un periodo un po’ più lungo del previsto, in un reparto splendido, pieno di persone che si fanno in quattro.

Le terapie son durate ben sei mesi e in certi momenti sembravano decisamente dure, soprattutto la radioterapia; inoltre, dovevo convivere con una colostomia temporanea che, pur essendo stata una convivenza accettabile, aveva bisogno di continue attenzioni.

I momenti difficili sono stati diversi. Non ero di condizioni di lavorare e paradossalmente questo mi ha fatto “assaporare” molti momenti da dedicare a me e alla mia famiglia (che mi è sempre stata accanto), troppo spesso trascurata a causa del lavoro. Abbiamo avuto la fortuna di essere seguiti dalla psicologa del CAS dell’Oncologica del San Giovanni Bosco: in casa c’erano dei minori ed era importante

Pensieri sui social: Mi capitava spesso di leggere sui social quei post poco utili che chiedono di condividere filippiche strappalacrime.

*Sempre più spesso leggo richieste di condivisione di post scritti solo per “vedere chi legge” e far sentire in colpa chi invece non legge, in “memoria di chi ha lottato e non ce l’ha fatta o chi sta lottando o chi ha qualcuno vicino che...”. **Ad un malato di cancro non servono condivisioni, serve supporto!** Il supporto di persone che gli vogliono bene e ogni tanto gli chiedono “come stai” e non che vogliano solo “sapere come stai “per poter essere aggiornati sul gossip”... ad un malato di cancro serve “Accettare una diagnosi e rifiutare la prognosi” con il supporto delle persone giuste, dai familiari, agli amici, ai medici.*

Fabio

aiutarli nei momenti difficili a seguito dell’intervento e della terapia.

*Di una cosa sono stato sicuro fin dal primo momento, dal momento di quel pianto, cioè che oltre alle cure mediche e terapeutiche “fisiche”, mi sarei **preso cura anche della sfera psicologica**. Mi sono quindi affidato ad un centro e a delle persone eccezionali (medici oncologi e psicoterapeuti) che con tecniche innovative mi hanno fatto intraprendere un viaggio dentro me stesso e dentro alle mie*



Lettera aperta scritta da Fabio dopo la TAC ad un anno dal primo intervento.

“Beh, caro cancro, mi spiace per te (non è vero), ma ti devo dire che a ‘sto giro, ho VINTO IO!!!”

Sei arrivato in un momento che poteva apparire sbagliato, in età troppo giovane, portando con te tutte le ansie, le paure, il terrore che ti porti appresso. In realtà sappiamo bene che sei arrivato al momento GIUSTO, o meglio al momento in cui dovevi arrivare, così come tutte le cose che “ci capitano” in questa vita terrena: spesso non le capiamo, non le accettiamo, ci facciamo prendere la vita da paure che ci fanno chiedere PERCHE’ proprio a me? PERCHE’ non a qualcun’altro che se lo sarebbe meritato per quanto è bastardo? PERCHE’ proprio a me che ho due figli e non a quell’altro che i figli e una famiglia non ce l’ha e neanche la vuole? Tutte cose che ci distraggono da ciò che dovremmo sempre perseguire: capire COME! COME sono arrivato fino qui? COME mi è arrivata questa malattia? COME posso fare affinché tutto ciò non diventi solo benzina sul fuoco per il mio vittimismo e per il mio ego da compatire? COME posso trasformare questo momento di grande ansia e di malattia in un’opportunità per la mia VITA? COME posso far capire a chi mi sta vicino che non ho bisogno di essere compatito ma di essere SUPPORTATO? E COME posso capirlo io?

emozioni che non sempre siamo in grado di gestire e spesso non siamo in grado neanche di riconoscere.

Questo viaggio mi ha fatto comprendere quanto siano fondamentali le nostre emozioni per vivere bene e ho scoperto moltissime cose di me che prima erano come coperte da un velo, da una tela sottile, facendomi sopportare momenti difficili perché adesso riuscivo a vederli da una prospettiva diversa.

E questi sono i lati sorprendenti della malattia. Sono convinto che la malattia, in mezzo al dolore, alla fatica, alla preoccupazione e a tutto ciò che si porta appresso, abbia anche dei lati positivi, tutto sta a saperli cogliere e a non buttarsi nella depressione. Sono convinto di quanto sia importante **accettare una diagnosi e rifiutare una prognosi**, quindi utilizzare tutto quello che sentiamo come un nostro potere per reagire ad una malattia, in qualunque condizione ci si presenti.

Infine, il personale del CAS del Maria Vittoria mi ha invitato a partecipare al corso di cucina ed io ho accettato perché ritengo l’alimentazione una parte importante della prevenzione che spesso è difficile da mantenere “a regime corretto”, in quanto ormai siamo bombardati da mille modi di vederla ed è difficile fare chiarezza. Anzi, ritengo che sarebbe davvero utile che tutti i pazienti fossero seguiti anche da un punto nutrizionale durante il percorso di terapie”.

Torino, 9 aprile 2019

Loredana Masseria per [Storie che raccontano la tua ASL](#)

loredana.masseria@ascittaditorino.it