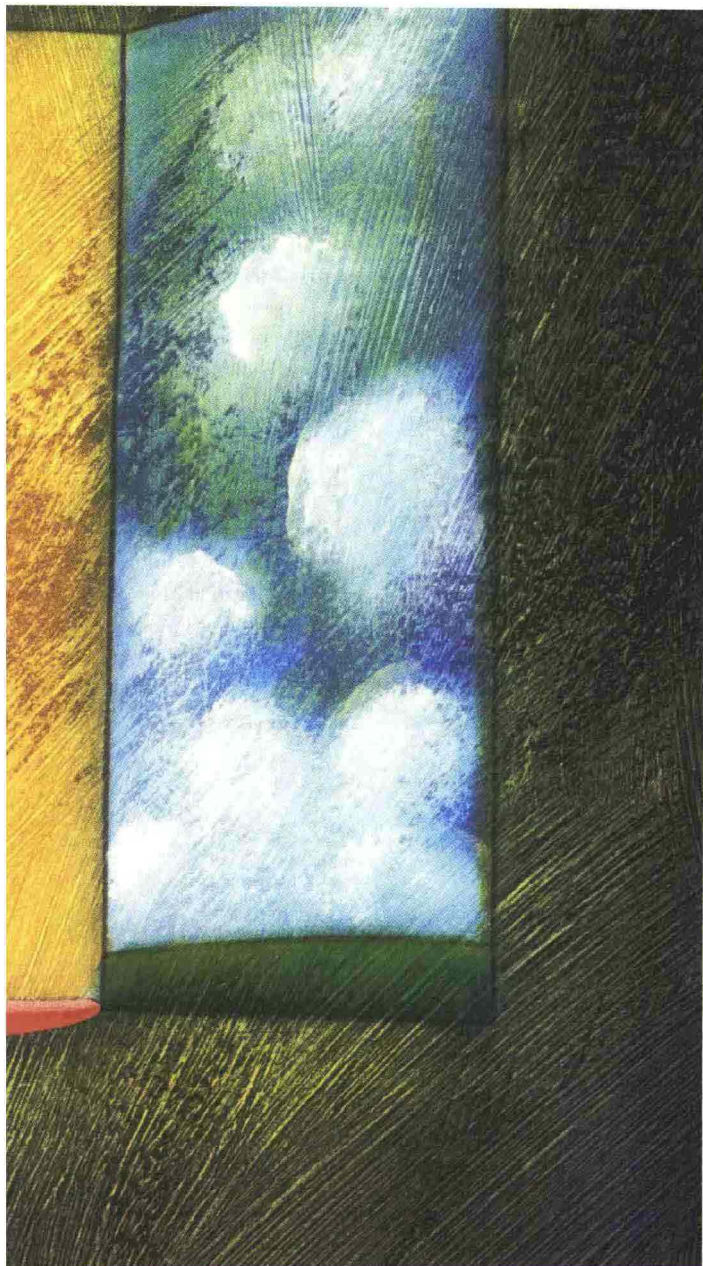


PSICOLOGIA

CI VORREBBE UNA MANO AMICA

LO **PSICONCOLOGO** AIUTA CHI SCOPRE DI AVERE UN **TUMORE**. EPPURE È ANCORA RARO CHE GLI OSPEDALI PROPONGANO QUESTO TIPO DI CONSULENTE...





DAL 1980 A OGGI

In Italia, il primo servizio di psicologia orientato proprio verso l'assistenza del malato oncologico è stato costituito nel 1980 a Genova, all'Istituto nazionale per la ricerca sul cancro.

Nel 1985 è stata fondata a Milano la Società italiana di psiconcologia (www.siponazione.it), oggi presente in tutte le regioni italiane e punto di riferimento per gli specialisti e per i

semplici cittadini che desiderano ottenere informazioni capillari sulle strutture che ospitano uno psiconcologo. Utilissimo anche il sito dell'Aimac, l'Associazione italiana malati di cancro

(www.aimac.it) in cui sono indicate tutte le strutture sanitarie italiane che si occupano di oncologia e dove si può verificare quali sono le prestazioni offerte, inclusa la psiconcologia.

Può apparire indurito, spietato, incattivito, spaventato, preda di decine e decine di emozioni, sensazioni e stati d'animo contrastanti. È così che un malato di tumore, un suo familiare o un amico intimo si può sentire davanti a una diagnosi impietosa. Questo è uno dei delicatissimi momenti in cui può intervenire la figura dello psiconcologo, uno **psicologo specializzato a trattare con persone ammalate di tumore**, con i loro parenti e con gli oncologi stessi. È una figura professionale che si sta finalmente notando: ancora rara fino a qualche anno fa, ora comincia a intravedersi in molte strutture ospedaliere italiane.

DIRE LA VERITÀ

La figura dello psiconcologo prende piede negli Stati Uniti più o meno una ventina d'anni fa. «Si potrebbe dire che lo psiconcologo nasce quando **si comincia a dire la verità** alle persone ammalate e ai loro familiari» afferma la dottoressa Anna Costantini, psicologa e direttore dell'Unità operativa di psiconcologia del Dipartimento di scienze oncologiche dell'Azienda ospedaliera Sant'An-

LO SPECIALISTA

La dottoressa **Anna Costantini** è direttore dell'Unità operativa di psiconcologia del Dipartimento di scienze oncologiche all'A.o. Sant'Andrea-Università La Sapienza di Roma. Ha scritto vari libri fra cui "Manuale pratico di psiconcologia" e "Psicologia e tumori. Una guida per reagire" (assieme ai dottori Massimo Biondi e Luigi Grassi).



drea di Roma. «Di primo acchito, si pensa che lo psiconcologo serva nel momento della comunicazione della diagnosi. Davanti a una notizia che cambia la vita e la sua percezione, può essere molto utile avere un aiuto in più per affrontare ciò che seguirà. Ma non è l'unico tipo d'intervento. Lo psiconcologo **può affiancare il medico quando gli aspetti psicologici interferiscono con le cure**, con il doversi sottoporre a indagini strumentali di controllo o con il persistere di comportamenti nocivi per la salute». Un classico esempio sono quelle persone che, per fragilità psichica o per notevole senso d'angoscia, negano in vario modo il problema. Così finiscono per rifiutare le cure, per evitare controlli regolari o per ignorare risultati positivi a test genetici che li hanno scoperti suscettibili a qualche tipo di tumore. C'è poi chi, senza neppure confrontarsi con il proprio oncologo, si convince di essere senza speranza, reagendo con un atteggiamento catastrofico. Sono persone che mal sopportano le cure, anche quando possono essere davvero efficaci o risolutive.

CI VORREBBE UNA MANO AMICA

LA CLINICA DEI GUARITI

«Curiamo chi è stato malato in passato»

Da due anni, al Dipartimento di oncologia medica dell'Istituto dei tumori di Aviano (Pn), è attivo un ambulatorio dedicato alle persone che sono guarite da un tumore, con alle spalle almeno cinque anni senza ricadute oncologiche. L'iniziativa è stata voluta dal Ministero della salute, in collaborazione con Aimag (Associazione italiana malati di cancro). Abbiamo chiesto al professor Umberto Tirelli, direttore del Dipartimento, di spiegarci a che cosa serve.

CHI PUÒ ACCEDERE A QUESTA CLINICA?

«Tutte le persone che sono state ammalate di tumore, di qualsiasi tipo di tumore. Il verbo al passato è importante, perché la nostra struttura non è dedicata al malato oncologico, ma all'individuo guarito che, dopo la fine delle cure, ha vissuto almeno cinque anni senza la ricomparsa della malattia».

SE IL MINIMO È CINQUE ANNI, QUANTO È IL MASSIMO?

«Non esiste un massimo. Si può venire da noi anche dopo 15, 20, 30 anni... Il problema a cui tentiamo di dare una soluzione è questo: in Italia esiste circa un milione di persone che sono dichiarate lungoviventi o guarite. Di queste, non tutte riescono a riprendere la vita come prima della malattia. Noi cerchiamo di indirizzarli verso interventi che potranno migliorare la qualità della loro esistenza».

IN CHE MODO?

«Occupandoci integralmente di due aspetti, quello fisico e quello psichico. Riguardo al primo, si badi bene, noi non facciamo chemio o radioterapia. Lo ripeto, da noi si arriva guariti. Però possiamo impostare un corretto programma di esami medici da seguire con costanza, che integri o migliori quello già proposto a suo tempo dall'oncologo».

E DAL PUNTO DI VISTA PSICOLOGICO?

«Ritengo che sia importantissimo questo aspetto, molto spesso trascurato. Un oncologo è del tutto indirizzato verso la cura della malattia, verso il tentativo di far sopravvivere il malato. Non ha né il tempo né le possibilità di guardare altro. E anche per chi sopravvive la condizione mentale non è delle più semplici. Esistono problemi psicologici con se stesso, con la famiglia, con la società, con il lavoro. Dall'Aimag stessa avevamo avuto indicazioni che, molto spesso, la persona guarita di tumore si sente persa, confusa e con nuovi problemi di

relazione personale e interpersonale da affrontare. Anche in questo cerchiamo di indirizzare la persona guarita verso strategie di psicoterapia, se è il caso».

CHE COSA OCCORRE FARE PER FAR PARTE DI QUESTO PROGRAMMA?

«Basta telefonare alla segreteria della clinica e prendere un appuntamento. Non c'è nessun tipo di ricovero, tutto viene fatto in ambulatorio. Gli esami prescritti possono essere eseguiti vicino a casa e poi si torna con gli esiti. Non c'è bisogno di affittare un appartamento ad Aviano. La durata dei colloqui e delle visite dipende naturalmente da caso a caso».

MA CHI PAGA TUTTO QUESTO?

«Il Servizio sanitario nazionale. Da noi si è accettati dietro presentazione dell'impegnativa del medico curante. Al tempo stesso, alla fine del programma personalizzato viene rilasciato un documento breve e comprensibile sugli aspetti della malattia oncologica avuta, sui trattamenti effettuati, sugli screening suggeriti e così via. Anche gli esami di controllo possono essere eseguiti come prima dal proprio oncologo di fiducia».

geriti e così via. Anche gli esami di controllo possono essere eseguiti come prima dal proprio oncologo di fiducia».

IN ITALIA ESISTONO STRUTTURE SIMILI ALLA VOSTRA?

«In realtà, credo che non ne esistano al mondo. Nei Paesi anglosassoni ci sono cliniche dedicate ai bambini guariti di tumore, per seguirli costantemente lungo l'arco della vita. Ma non strutture dedicate ai guariti in generale, come da noi. Tra l'altro, credo che un'iniziativa come la nostra possa sostituire le visite e i controlli annuali fatti di routine, che sono incentrati solo ed esclusivamente sul tipo di tumore iniziale. Il nostro programma prevede una prevenzione più ampia e mirata. E può essere ripetuto ogni uno o due anni».

Per il Programma clinico-psicologico di riabilitazione dopo la malattia oncologica Ircs Centro di riferimento oncologico - Cro Istituto nazionale tumori, Aviano (Pn), tel. 0434/659036.

«Molto spesso ci si sente persi, confusi, soli»

LA QUALITÀ DELLA VITA

«Il nostro compito è aiutare a recuperare la qualità della vita anche quando l'esistenza è mutata profondamente» prosegue la dottoressa Costantini. «Cerchiamo quindi di rivedere priorità e valori assieme alla persona malata, relativizzando le limitazioni che cure e sintomi comportano. La vita si rende più sopportabile anche migliorando i rapporti e la comunicazione con chi si ama e non sottovalutando mai possibili pensieri non razionali». Un pericolo sono inoltre le reazioni depressive o ansiose, che possono essere trattate e curate sia con interventi psicologici sia psicofarmacologici.



IN LIBRERIA



MANUALE PRATICO DI PSICO-ONCOLOGIA

L. GRASSI, M. BIONDI, A. COSTANTINI

Il pensiero scientifico editore
Il manuale affronta con competenza scientifica e passione non solo le problematiche del malato ma anche quelle che di riflesso coinvolgono la fami-



AFFRONTARE IL TUMORE FEMMINILE

K. KAYSER, J.L. SCOTT

Franco Angeli

Le autrici descrivono le sfide che una coppia deve affrontare con l'obiettivo di aiutare i coniugi a prendersi cura reciprocamente di fronte alla malattia.



PSICONCOLOGIA DELL'ETÀ EVOLUTIVA

A. GUARINO

Erickson

Il libro esplora i vari campi di intervento psiconcologico che riguardano i bambini malati e le loro famiglie. Un testo utile, completo e mai complesso.

È PRESENTE ANCHE IN REPARTO

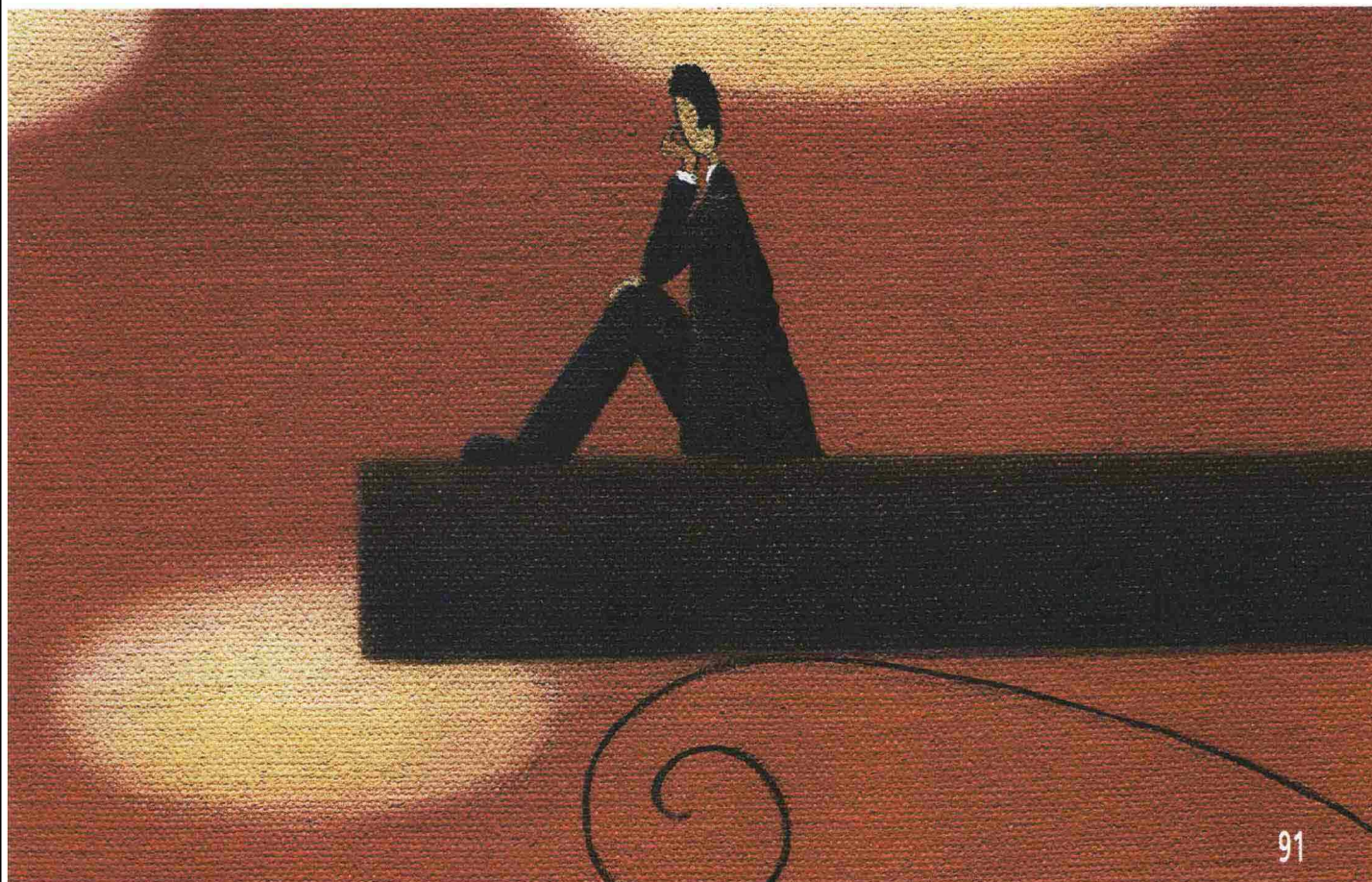
Per quanto questa figura professionale non sia ancora comune, si comincia finalmente a intravederla, per lo meno **nelle strutture ospedaliere più importanti**. «Nell'azienda ospedaliera in cui lavoro, il Sant'Andrea di Roma» illustra la dottoressa «le procedure per

poterci contattare sono semplici: ci troviamo in un ambulatorio a cui si può accedere attraverso **una normale prenotazione al Cup**. Il nostro servizio è a carico del Servizio sanitario nazionale. In ambulatorio accogliamo persone che chiedono direttamente il nostro aiuto oppure malati che ci sono inviati da medici di famiglia o da spe-

cialisti». Lo psiconcologo si muove anche in reparto, facendo il giro delle visite con gli altri dottori per capire che tipo di aiuto hanno bisogno le persone ammalate e, al tempo stesso, facendosi conoscere come membri dell'équipe, suggerendo quindi l'idea che l'aspetto psicologico sia parte integrante della cura.

UNA MALATTIA NELLA MALATTIA

«Restando nell'ambito del malato di tumore» aggiunge la dottoressa «uno dei pericoli maggiori è quello della **depressione**. È comprensibile che si reagisca con ansia, tristezza o preoccupazione davanti alla certezza di un tumore, ma la depressione grave è



CI VORREBBE UNA MANO AMICA

tutt'altra cosa. Questa condizione, in chi è già affetto da un male, diventa una vera e propria malattia nella malattia. Anche qui, l'esperienza di uno psiconcologo può essere di grande aiuto».

UN SOSTEGNO ALLA FAMIGLIA

Anche nei confronti del nucleo familiare la presenza di uno psiconcologo può essere importante. A volte, l'impatto che queste notizie hanno sulle famiglie può essere addirittura devastante. **Il peso delle responsabilità**, il dolore di un'eventuale perdita, lo stress delle cure, delle attese, delle speranze e delle disillusioni possono davvero far cedere le

persone. Aiutare familiari e amici a vivere in maniera meno traumatica questo momento può essere fondamentale, anche perché le difficoltà sono davvero tante. **Oltre al proprio dolore, occorre imparare ad affrontare quello del malato**, le sue crisi, la sua sfiducia, la sua rabbia. Momenti che è molto difficile gestire senza un aiuto adeguato.

PER RITORNARE A UNA VITA NORMALE

«Per alcuni malati **il momento più critico** da un punto di vista psicologico **è quello delle cure ospedaliere**, in particolare il momento della chirurgia, della chemio o della radioterapia. Per altri, e si tratta di un buon 30 per cento, **l'esperienza più difficile si colloca al termine delle cure**, quando sembra sia finita l'emergenza e si deve ritornare alla vita normale» spiega la dottoressa Anna Costantini. «Confrontarsi con le paure per il futuro, riadattarsi al lavoro, recuperare il proprio ruolo in famiglia e con il partner, sentire a volte il proprio corpo cambiato, non è sempre semplice. Come servizio di psiconcologia, prendiamo in carico tutte persone che hanno avuto un tumore, sia in terapia sia dopo aver finito le cure».

DOVE SIA NESSUN LO SA

Ma se lo psiconcologo è una figura così importante, perché è al tempo stesso così rara? In teoria, un Servizio di psicologia dovrebbe essere presente in tutti gli ospedali. In alcuni è più formalizzato e ha un suo specifico reparto; in altre strutture la psiconcologia è una pos-

QUANDO NON SI TROVA

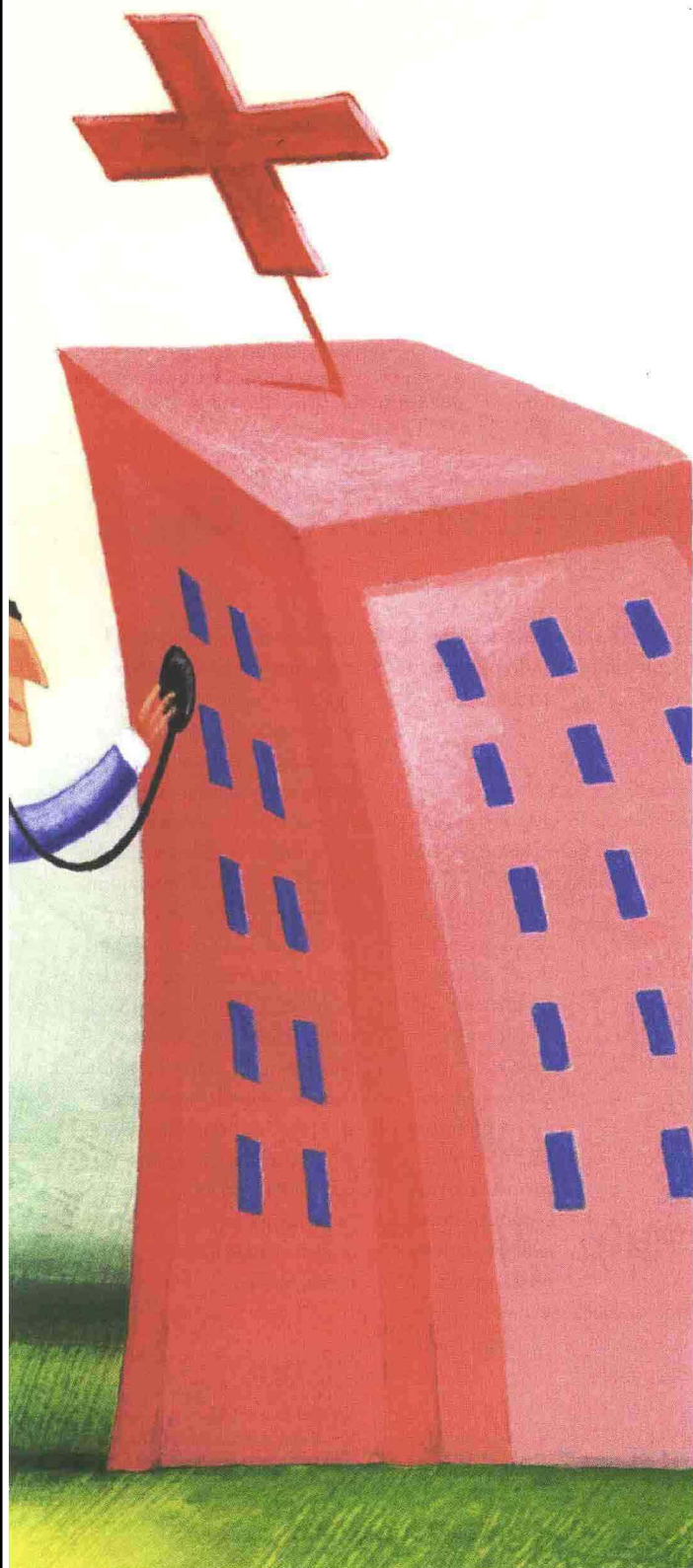
Se di psiconcologi non se ne vede proprio l'ombra, restano ancora valide le associazioni di volontariato, sempre molto attive in maniera capillare sul territorio. Spesso sono gli stessi medici a chiedere all'ammalato il permesso di farlo contattare da un rappresentante di questi gruppi, che diventa così il primo tramite fra la persona colpita dal tumore e una comunità più vasta. In queste realtà, alcune delle quali anche molto piccole e locali, l'am-

malato può trovare consiglio, condivisione e aiuto. Oltre a confrontarsi con altre persone che stanno vivendo o hanno vissuto una simile esperienza, ci si può fare indirizzare verso specialisti, sia del corpo sia della psiche. La diffusione di Internet, inoltre, ha contribuito alla nascita di molti forum on line, che hanno il merito di migliorare la comunicazione fra gli ammalati, che spesso si sentono incompresi da chi non vive la medesima condizione.

A carico del Ssn

Dopo aver fatto richiesta all'ospedale in cui si è in cura di una consulenza psiconcologica (sempre nella speranza che tale figura professionale esista), si comincia con uno o più colloqui, che possono essere individuali, di coppia, di gruppo o della famiglia. Questa prima consulenza ha lo scopo di valutare i problemi presenti e il livello di sofferenza emotiva che lo stress della malattia ha fatto esplodere. In base a ciò che emerge, lo specialista concorderà con l'ammalato l'intervento necessario, la frequenza degli incontri e la loro durata. Il servizio è a carico del Servizio sanitario nazionale.





sibilità messa a disposizione da psicologi e specializzandi. Se non sono i medici ad avviare all'ambulatorio di psicologia i pazienti che sembrano averne più necessità, si può sempre fare una richiesta di consulenza psicologica. Sulla carta, insomma, **la situazione parrebbe funzionare. La realtà, invece, è ben altra**, come possono testimoniare le tantissime persone che non si sono mai viste offrire l'aiuto non solo di uno psicologo, ma anche di un comune psicologo.

UNO PSICOLOGO IN OGNI OSPEDALE?

Secondo i dati del Ministero della salute, su un totale di **5.638 psicologi del Servizio sanitario nazionale**, quelli che lavorano in una struttura pubblica sono 942 distribuiti sui 777 centri presenti in Italia, un totale che comprende Aziende ospedaliere, nosocomi gestiti dalle Asl, policlinici universitari e così via. Avremmo almeno uno psicologo per ciascun istituto. Nien-

te di più lontano dalla verità: dei 308 psicologi che lavorano nei 567 ospedali delle Asl, una buona parte è assorbita dai servizi di psichiatria. Quelli restanti lavorano nelle strutture soltanto poche ore alla settimana.

TUTTI IN LOMBARDIA O QUASI

C'è poi un altro dato piuttosto sconvolgente: dei 387 psicologi che lavorano nelle 100 Aziende ospedaliere, ben 257 sono concentrati nella sola Lombardia. Inoltre, molti di essi non lavorano negli istituti, ma nei servizi di tutela mentale presenti localmente. A conti fatti, sono solo il 20 per cento dei centri a poter davvero beneficiare della presenza di uno psicologo. Che non è detto sia anche psicologo. Si comprende quindi quanto sia difficile trovarli e quanto sia spesso ancor più difficile sentirsi proporre un loro sostegno. ■

Giorgio Giorgetti

GLI INDIRIZZI

BRESCIA

Servizio di psicologia
Istituto clinico
S. Anna,
tel. 030/3197400

COSENZA

Unità di
psiconcologia
U.o.c. di oncologia
medica, A.o.
Mariano Santo,
tel. 0984/681587

GENOVA

U.o. psicologia
clinica e
psicoterapia
A.o.u. San Martino,
tel. 010/5553594

NAPOLI

U.o.c. di
ematoncologia,
Istituto nazionale
tumori, Fondazione
Pascale,
tel. 328/6218733

PERUGIA

Servizio di
riabilitazione
oncologica,
Policlinico,
tel. 075/5783472

REGGIO EMILIA

Dipartimento
programma
cure primarie,
Ausl Reggio Emilia,
tel. 0522/630308

TORINO

Struttura
complessa
a direzione
universitaria di
psico-oncologia,
Ospedale San
Giovanni Battista,
tel. 011/6334200
URBINO
U.o. di oncologia
medica, Ospedale
S. Maria della
Misericordia,
tel. 0722/301184

*I centri citati sono
una libera scelta
redazionale*