



Roma, le arti marziali in ospedale per aiutare i piccoli malati oncologici

mariagrazia, venerdì 16 marzo 2012 - 19:48:00

Al Bambino Gesù è stato avviato il progetto "Prendiamo a calci il cancro", prima attuazione in Europa del Kid kicking cancer nato negli Usa. Dal Tai Chi al karate, ai bambini è fornita una "via" per affrontare il dolore e la malattia attraverso la metafora della battaglia

di IRMA D'ARIA

ROMA - Power, peace, purpose: forza, pace, obiettivo. Sono le tre parole-chiave del Kids Kicking Cancer, il progetto che arriva per la prima volta in Europa all'Ospedale Pediatrico Bambino Gesù di Roma il cui obiettivo è "dare un calcio alla malattia". Il progetto è nato negli Stati Uniti da Rabbi Goldberg, cintura nera di arti marziali, che dopo aver perso una bambina di due anni a causa della leucemia, ha deciso di dare vita all'associazione che collabora in America con i principali ospedali pediatrici per aiutare i bambini oncologici a gestire il dolore della loro malattia.

La "terapia" o meglio lo strumento utilizzato per raggiungere quest'obiettivo è il Tai Chi e in generale le arti marziali perché, tra le tante discipline sportive, hanno l'unicità di abbinare esercizi di potenza, di respirazione e meditazione. "Il concetto da cui partiamo" spiega Rabbi Goldberg che, dopo averlo fondato, dirige il Kids Kicking Cancer "è quello di portare nel bambino energia per creare pace e relax. In questo modo, riusciamo ad aiutarli ad affrontare con successo il dolore, la paura e l'ansia".

Anche perché, aggiunge, dalle arti marziali si impara che combattiamo meglio se buttiamo fuori le emozioni negative come appunto rabbia e dolore. In effetti, il bambino che viene colpito dal cancro ha dinanzi a sé tante sfide. Quelle mediche, in primo luogo: la malattia, la terapia (farmacologica, chirurgica o radiologica), la nausea e il dolore. Poi ci sono le sfide psicologiche perché con il tumore arrivano la paura, l'ansia e la depressione, ma anche l'insicurezza dovuta alla perdita dell'autonomia e l'imbarazzo perché, per esempio, c'è un cambiamento/deformazione del corpo, a partire dalla caduta dei capelli.

"Prendiamo a calci il cancro"

Difficile trovare un varco d'ingresso e comunicare in modo efficace con chi, magari a soli 5 anni, sta conducendo una battaglia lunga, dolorosa e spesso in perdita. Poiché il linguaggio dei bambini non è razionale, ma passa soprattutto per il cuore e l'immaginazione, ecco che il Tai Chi diventa lo strumento ideale grazie soprattutto alle tecniche di respirazione profonda. Il motto dei bambini che formano il cosiddetto "Cerchio degli eroi" è "Prendiamo a calci il cancro" e nel dirlo, lo fanno concretamente. "Organizziamo delle lezioni settimanali nei reparti d'ospedale o anche a domicilio durante le quali il nostro staff di istruttori insegna ai bambini i movimenti del karate, la meditazione, la respirazione e gli esercizi di visualizzazione che li aiuteranno a gestire il dolore acuto e cronico", spiega Goldberg.

Perché il Tai Chi

Il successo di questo progetto sta proprio nell'uso delle arti marziali. Esistono, infatti, anche altri metodi e programmi di gestione del dolore che utilizzano la psicoterapia e anche la meditazione, ma che non fanno presa sui bambini. Nel caso del karate o del Tai Chi, invece, il bambino vive l'esperienza come un modo per avvicinarsi ai suoi eroi e per imparare da loro a combattere il nemico, ovvero la



www.dacuoreacuore.it

I shin den shin

http://www.dacuoreacuore.it/e107_plugins/content/content.php?content.697

Pagina 2/2

malattia. "Creiamo la metafora di una battaglia - dice Goldberg - e integriamo questo messaggio in ogni parte del programma. Così, per esempio, molti bambini vedono il PAD (il sacco da colpire) come il loro tumore o il loro dolore e quando lo colpiscono con forza si sentono vittoriosi".

I risultati conseguiti

E i risultati sono più che tangibili. Da un report stilato dal Center for Disease Control di Atlanta, è emerso che l'86% dei bambini che avevano partecipato al KKC avevano utilizzato la terapia delle arti marziali per combattere "il buio della loro vita" e controllare meglio la malattia. E il 100% dei bambini ha dichiarato di aver continuato ad utilizzare queste tecniche anche a casa. Ma il risultato più importante è quello che riguarda la gestione del dolore. L'impatto è stato valutato su 244 bambini che lamentavano un livello di dolore classificato con una scala da 1 a 10. Di questi, l'88,1% ha descritto un miglioramento dei loro sintomi dopo aver svolto lezioni di arti marziali.

Il progetto in Italia

Ecco perché ora il progetto vuole crescere e portare questi benefici anche altrove. A fare da apripista in Europa è proprio l'Italia dove ogni anno ci sono circa 1.500 nuove diagnosi di neoplasie in età pediatrica. Così, grazie anche al sostegno di Pfizer, è nata la Kids Kicking Cancer Italia Onlus. All'interno del Bambino Gesù, gli istruttori di Kids Kicking Cancer affiancano i piccoli pazienti sia nella degenza che nella riabilitazione extra-ospedaliera, promuovendo lezioni e corsi pratici per allenare il corpo, ma soprattutto la mente, attraverso le arti marziali.

"Insieme ai bambini del reparto di onco-ematologia che hanno iniziato a frequentare settimanalmente le nostre lezioni, stiamo creando una bellissima squadra e ci auguriamo di poterla al più presto ampliare", spiega Mark Palermo, direttore di Kids Kicking Cancer Italia Onlus. Fino ad oggi al Bambino Gesù hanno preso parte al progetto 15 bambini e ragazzi del reparto di onco-ematologia. L'iniziativa si sta via via allargando anche ai piccoli affetti da fibrosi cistica e da altre patologie croniche.

"L'eliminazione del dolore da tutte le procedure assistenziali che coinvolgono i bambini rappresenta uno standard proprio del nostro ospedale - sottolinea Massimiliano Raponi, direttore sanitario del Bambino Gesù - e sul fronte dell'accoglienza e del miglioramento della qualità della vita dei nostri piccoli pazienti siamo quotidianamente impegnati a trovare nuove opportunità". Le lezioni si tengono settimanalmente, ogni lunedì, dalle ore 11 alle ore 15, presso la ludoteca dell'ospedale. Per informazioni si possono consultare i siti internet del progetto 1e dell'ospedale 2.

(14 marzo 2012)

[Fonte](#)