



Senologia, un Centro per tutte le donne

Il nostro ospedale
ottiene la più importante
certificazione europea
per la qualità dei servizi di diagnosi e cura
del tumore al seno

**Senologia, certificazione
internazionale**

**Tutti a tavola contro
i tumori!**

**Disfunzioni sessuali
e tumore alla prostata:
guarire si può**

**Digestione difficile,
cosa fare**

**L'importanza
della musica per stare
meglio**



Senologia, certificazione internazionale

Un punto di riferimento per tutte le pazienti, grazie ad un percorso multidisciplinare di diagnosi e cura riconosciuto a livello europeo

Percorsi terapeutici integrati e personalizzati per la diagnosi e cura del tumore al seno. Un aspetto fondamentale per tutte le pazienti del nostro ospedale, che ha ottenuto un prestigioso riconoscimento internazionale al riguardo. E' stato infatti attestato che Humanitas Centro Catanese di Oncologia condivide i parametri, gli



standard e le linee guida di Eusoma, società europea di specialisti delle neoplasie mammarie. Sono stati valutati e verificati numerosi criteri e requisiti sia di tipo qualitativo, per l'applicazione di precise direttive al percorso diagnostico/terapeutico (dalla prevenzione al trattamento in fase avanzata), sia di tipo quantitativo, per numero di pazienti curate.

UN SOLO OBIETTIVO: GUARIRE

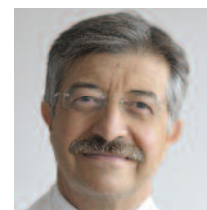
Il tumore del seno colpisce 1 donna su 8 ed è la malattia oncologica femminile più diffusa nei Paesi occidentali, in particolare fra le donne tra 40 e 55 anni. Il trattamento multidisciplinare ed i continui progressi terapeutici negli ultimi anni hanno fortunatamente cambiato la storia della malattia, aumentando le possibilità di guarigione. Studi recenti hanno mostrato che la sopravvivenza è più alta se la paziente viene curata in centri specializzati con grande esperienza per numero di casi e che rispettano severi criteri di qualità.

Per questo, recependo l'indicazione del Parlamento Europeo che già nel 2003 sottolineava l'importanza di affidare la cura a

un'équipe multidisciplinare, sono nati i Breast Centre. All'interno di questi ultimi, un team coordinato e multidisciplinare, applicando i percorsi diagnostico-terapeutici e assistenziali aggiornati e conformi alle indicazioni nazionali e internazionali, offre tempestivamente le migliori cure, garantendo quel necessario livello di specializzazione, dalle fasi di screening sino alla gestione della riabilitazione psicofunzionale, in grado di assicurare la migliore qualità delle prestazioni e della vita delle pazienti.

CARUSO: "UN VALORE AGGIUNTO PER LE PAZIENTI"

"Il Breast Centre di Humanitas Centro Catanese di Oncologia - spiega il dott. **Francesco Caruso**, Direttore del dipartimento Oncologico di Humanitas Centro Catanese di Oncologia - offre alla paziente un valore aggiunto in termini di qualità delle cure, comfort, percorsi dedicati e multidisciplinarietà degli specialisti, avendo sempre al centro le esigenze di ciascuna donna in un momento così delicato come quello della malattia". La certificazione basata su linee-guida di un ente super-partes come Eusoma (European Society of Breast Cancer Specialists) identifica la struttura come centro di eccellenza per il trattamento del cancro al seno: "Si tratta di un traguardo importante - continua il dott. Caruso - perché è una conferma del lavoro svolto in que-



Francesco Caruso



sti ultimi anni nel creare una Unità di Senologia specialistica dove le donne affette da tumore al seno vengano curate e seguite da professionisti altamente specializzati".

Grazie a questo riconoscimento (che segue di pochi mesi quello relativo a Joint Commission International, legato a standard di qualità e sicurezza di tutta la struttura), all'interno del nostro ospedale vengono garantiti alle pazienti percorsi personalizzati di prevenzione, diagnosi e cura studiati e coordinati da un team multidisciplinare di specialisti in rami differenti (senologia, oncologia, chirurgia plastico-ricostruttiva, radiologia, radioterapia, medicina nucleare, anatomia patologica, fisiatria, fisioterapia e psicologia) che, grazie anche al coordinamento del dott. **Gaetano Castiglione**, lavorano in modo integrato e affrontano ogni aspetto della malattia ed un valido supporto anche dopo la cura. "Crediamo molto - conclude il dott. Caruso - in un dialogo aperto fra gli specialisti e la donna, che deve essere informata, consapevole e combattiva".

BREAST CENTRE, UN PO' DI STORIA

1998: si tiene a Firenze la prima conferenza europea sul cancro della mammella

2000: Eusoma pubblica le prime linee-guida che una Unità di Senologia dovrebbe rispettare (poi aggiornate nel 2010)

2003: il Parlamento Europeo approva una prima risoluzione che propone di considerare la lotta al tumore al seno una priorità di tutti gli stati membri

2004: il Parlamento Italiano approva alcune mozioni sulla lotta al tumore al seno. Il documento impegna il Governo ad una serie di iniziative concrete, quali: garantire a tutte le donne affette da tumore al seno ad essere curate da un'équipe multidisciplinare; sviluppare una rete capillare di centri di senologia certificati che soddisfino particolari criteri di qualità

2006: il Parlamento Europeo approva una seconda risoluzione in cui si invitano gli stati membri a creare entro il 2016 delle Unità Multidisciplinari di Senologia a livello nazionale





Tutti a tavola contro i tumori!

*Studi recenti dimostrano
il ruolo sempre più
fondamentale che ricopre
l'alimentazione nel prevenire
molte forme di neoplasia.
Scopriamo come contrastare
l'eventuale insorgenza
di malattie*

“Mangia sano, vivi meglio”: non è un semplice slogan, ma l'espressione della necessità, sempre più percepita, di tutelare la salute e di conseguenza la qualità della nostra vita. Se da una parte, stando ai dati pubblicati dall'Associazione Italiana Registri Tumori (AIRT), si stima che in Italia vi siano, nel corso dell'anno, 366 mila nuove diagnosi di tumore, dall'altra si sta acquisendo la consapevolezza che la corretta alimentazione ricopra un ruolo strategico nella prevenzione di molte patologie.

L'IMPORTANZA DELLA CULTURA DEL CIBO

E' possibile dunque creare una nuova “cultura del cibo” sviluppando abitudini nutrizionali più sicure e consapevoli che aiutino a contrastare l'insorgenza di neoplasie? “Si può – afferma la dott.ssa **Annunziata Sciacca**, Direttore Sanitario di Humanitas Centro Catanese di Oncologia – attraverso una corretta educazione sanitaria che sin dalla prima infanzia abitui ad uno stile di vita sano ed equilibrato, come ad esempio l'adozione del modello nutrizionale conosciuto come “dieta mediterranea”, inclusa dall'Unesco nella lista del Patrimonio Culturale Immateriale dell'Umanità. Fondamentale il supporto della famiglia innanzitutto e delle istituzioni scolastiche, fortemente unite all'insegna dell'obiettivo salute”.



IL RAPPORTO TRA ALIMENTAZIONE E TUMORI

Il Fondo Mondiale per la Ricerca sul Cancro ha revisionato tutti gli studi scientifici incentrati sul rapporto tra alimentazione e tumori, definendone le linee guida: “E' stata confermata – dichiara il dott. **Salvatore Gulizia**, biologo e componente Nucleo Qualità di Humanitas Centro Catanese di Oncologia – l'importanza dei cibi di provenienza vegetale, frutta e verdura, tra cui anche cereali integrali e legumi; fondamentale la riduzione di proteine animali e di prodotti caseari. Tra gli alcolici è ammesso solo il vino, preferibilmente il rosso e nella quantità massima di due bicchieri al giorno”.

IL PESO, UN FATTORE DI RISCHIO

La *World Cancer Research Fund International* nell'ambito del “*Continuous Update Project* (CUP)” ha recentemente reso noto che vi è una relazione direttamente proporzionale tra peso corporeo e tumori, quindi essere in sovrappeso o essere obeso incide sul rischio di ammalarsi; ed una inversamente proporzionale tra attività fisica e cancro alla mammella, al colon retto e all'endometrio. In base ad un recente studio pubblicato sulla rivista britannica *The Lancet Oncology*, l'eccesso di peso corporeo è responsabile, nel mondo, di circa 481 mila nuove diagnosi di tumore ogni anno e in particolar modo per le donne, di tu-

mori al seno e all'endometrio: “L'eccesso di cibo – spiega la dott.ssa **Elena Petrolito**, Vicedirettore sanitario di Humanitas Centro Catanese di Oncologia – determina più elevati livelli di glicemia nel sangue con conseguente aumento dell'insulina e del fattore di crescita IGF-1, che favoriscono lo sviluppo delle cellule tumorali. Un'alimentazione sana deve tenere sotto controllo il livello di questi fattori riducendo l'assunzione di cibi ad alto indice glicemico, quali preparati con farine raffinate (tipo 0 e 00), dolci da forno, patate, zucchero e privilegiare i cibi della dieta mediterranea”.

FRUTTA E VERDURA CONTRO IL TUMORE ALLA PROSTATA

Nei paesi industrializzati tra le neoplasie più diffuse nella popolazione maschile, si riconosce il tumore alla prostata, patologia spesso asintomatica, ragion per cui i programmi di screening risultano fondamentali per formulare una corretta diagnosi precoce. L'alimentazione ha comunque una grande importanza: il consumo di cibi, in particolare ricchi di licopene (una sostanza naturale dalle spiccate proprietà antiossidanti) si associa alla riduzione di questa forma tumorale. Tra gli ortaggi, il pomodoro: più il suo colore si avvicina al rosso, tanto maggiore sarà la concentrazione di licopene. Una su tutte, la varietà siciliana del ‘siccagno di Corleone’.



CEREALI E LEGUMI PER PREVENIRE IL TUMORE AL COLON

Infine, guardando all'intera popolazione, il tumore più frequente è quello che colpisce il colon retto (dati AIRT) per la cui prevenzione



alimentare un contributo fondamentale è fornito dai cereali integrali che, associati ai legumi, limitano l'apporto di grassi saturi e trasferiscono sazietà. La presenza di fibre facilita il transito intestinale, riduce l'assorbimento di grassi, colesterolo e sostanze cancerogene. In presenza, invece, di casi di familiarità, alla prevenzione alimentare si associa quella di tipo diagnostico attraverso l'esame di colonoscopia. La cura della salute, che include la cura dell'alimentazione, rappresenta un metodo per vivere di più e meglio. Ecco perché è necessario diventi un'abitudine attraverso cui centrare due obiettivi congiunti: prevenzione e diagnosi precoce. Una vera e propria indagine clinica, infatti, effettuata anche in assenza di sintomi particolari può rappresentare un valido aiuto per individuare cause e fattori della patologia.



ECCO QUALI SONO GLI ALIMENTI CHE AIUTANO IL NOSTRO ORGANISMO...

- ✓ Frutta e verdura: contengono principi attivi antitumorali
- ✓ Cereali integrali e legumi: limitano l'apporto di grassi saturi e trasferiscono sazietà, favorendo la riduzione dell'apporto calorico totale
- ✓ Fibre: facilitano il transito intestinale, riducono l'assorbimento di grassi, colesterolo e sostanze cancerogene
- ✓ Pomodori: contengono licopene, antiossidante capace di proteggere dai danni cellulari e genetici



...E QUELLI A RISCHIO

- ✓ Proteine animali e dei prodotti caseari: causano aumento di peso
- ✓ Cibi ad alto indice glicemico (dolci, patate, zucchero): l'aumento del tasso glicemico determina un aumento dell'insulina e del fattore di crescita IGF-1, che favoriscono lo sviluppo delle cellule tumorali
- ✓ Grassi saturi: stimolano l'aumento di colesterolo, i livelli di insulina nel sangue e l'infiammazione del tratto intestinale





Disfunzioni sessuali e tumore alla prostata: **guarire si può**

Le problematiche sessuali derivanti dalla terapia del cancro alla prostata sono spesso vissute dagli uomini come un tabù. Ma oggi, con le terapie farmacologiche sempre più efficaci, è possibile tornare ad una buona qualità di vita

Guarire si può. Nella maggioranza dei casi. E' questo l'elemento fondamentale da cui partire quando si parla di disfunzioni sessuali legate alla cura del carcinoma prostatico. Spesso, dopo il trattamento della patologia sia di tipo chirurgico, sia radioterapico, sia farmacologico si verificano effetti indesiderati, che prevalentemente si traducono in problemi di erezione, infertilità, incontinenza urinaria. Affrontare il carcinoma prostatico significa per l'uomo dover affrontare, oltre la patologia in senso stretto, anche vari effetti collaterali che insorgono con i trattamenti chirurgici, farmacologici e fisici, e che si traducono in un grave disagio a livello psicologico e relazionale, con pesanti ricadute sulla vita quotidiana.



Gaetano Mazzone

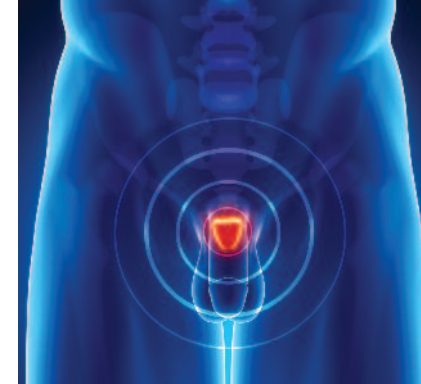
Il primo aspetto, sicuramente necessario per iniziare un percorso di recupero, è parlarne con il medico senza imbarazzo né timore: "L'uomo parla poco, molto meno della donna, e

spesso si tiene dentro il problema - spiega il dott. **Gaetano Mazzone**, chirurgo urologo di Humanitas Centro Catanese di Oncologia - e quando lo affronta, perché diventato insostenibile, è già troppo tardi. Le statistiche ci suggeriscono che la disfunzione viene comunicata al medico nel 20% dei casi, dunque la stragrande maggioranza dei pazienti cerca di tenere nascosto il problema e non comunicarlo. E' fondamentale invece sapere che i problemi di natura sessuale che derivano dal trattamento del cancro alla prostata si possono risolvere nella quasi totalità



dei casi; dunque, imparare a parlarne è il primo passo verso la soluzione del problema". Una corretta prevenzione e informazione sono sempre le armi migliori per affrontare al meglio qualsiasi problematica;

anticipare lo screening è fondamentale, come consigliato dalle Linee Guida Urologiche Internazionali: "Spesso il carcinoma prostatico è asintomatico - spiega il dott. Mazzone. Per questo è molto utile infatti lo screening precoce in soggetti tra i 45 e i 60 anni ed in particolare quando la familiarità è positiva, cioè in soggetti che abbiano in famiglia casi pregressi di tumore alla prostata". All'indomani del trattamento del carcinoma prostatico, durante la fase di follow-up, i pazienti che si sono liberati del peso maggiore della neoplasia devono affrontare gli effetti collaterali delle cure e arginare potenziali disfunzioni sessuali; spesso le prime avvisaglie si manifestano immediatamente dopo l'intervento chirurgico, ma altre volte sorgono a distanza di tempo; risulta dunque di particolare importanza un controllo costante ed un'attenzione immediata.



sibile intervenire con diversi strumenti di cura. Le soluzioni prevedono tre livelli di intervento, dai farmaci orali, alle terapie iniettive locali, per arrivare, nei casi più complessi, alle

protesi peniene. Questi tre livelli terapeutici consentono di offrire una soluzione efficace in tutti i casi di disfunzione erettile causata dal trattamento del carcinoma prostatico, sia chirurgico che farmacologico. Ci sono situazioni in cui è possibile tentare una cura definitiva facendo in modo che dopo un periodo di terapia il paziente recuperi la funzione spontaneamente; in alternativa, qualora si fossero verificati danni di tipo permanente, subentrano i tre livelli di intervento descritti prima. Le disfunzioni sessuali hanno un impatto notevole sulla qualità di vita, non solo sessuale ma anche relazionale e alterano in misura sensibile il benessere psicologico dell'individuo e della sua partner. Per tale ragione questi temi hanno guadagnato negli anni una rilevanza clinica sempre maggiore.



L'obiettivo è riuscire a intervenire sempre più precocemente per affrontare il problema sul nascere: lo screening del tumore prostatico consente di anticipare sempre di più il momento della diagnosi e sottoporre di conseguenza a terapie per carcinoma prostatico uomini mediamente più giovani, per i quali il problema sessuale è ancora più significativo; l'età media di diagnosi si è abbassata in misura consistente, proprio in virtù di programmi di screening tempestivi ed efficaci.

Una volta individuata la disfunzione, è pos-

sibile intervenire con diversi strumenti di cura. Le soluzioni prevedono tre livelli di intervento, dai farmaci orali, alle terapie iniettive locali, per arrivare, nei casi più complessi, alle protesi peniene. Questi tre livelli terapeutici consentono di offrire una soluzione efficace in tutti i casi di disfunzione erettile causata dal trattamento del carcinoma prostatico, sia chirurgico che farmacologico. Ci sono situazioni in cui è possibile tentare una cura definitiva facendo in modo che dopo un periodo di terapia il paziente recuperi la funzione spontaneamente; in alternativa, qualora si fossero verificati danni di tipo permanente, subentrano i tre livelli di intervento descritti prima. Le disfunzioni sessuali hanno un impatto notevole sulla qualità di vita, non solo sessuale ma anche relazionale e alterano in misura sensibile il benessere psicologico dell'individuo e della sua partner. Per tale ragione questi temi hanno guadagnato negli anni una rilevanza clinica sempre maggiore.

LE 3 REGOLE D'ORO DA SEGUIRE

1 PARLARE: Comunicare al proprio medico i sintomi sin dalle prime fasi è fondamentale per affrontare al meglio il problema e aumentare le probabilità di una guarigione completa



2 SOTTOPORSI A DIAGNOSI PRECOCE: Visita urologica con dosaggio PSA, ancor più se in famiglia vi sono stati altri casi di carcinoma prostatico.

3 SEGUIRE UNA CORRETTA ALIMENTAZIONE: E' bene limitare il consumo di grassi animali, birra, insaccati, spezie, alcolici e caffè. Bisogna invece privilegiare frutta e verdura.



Digestione difficile, cosa fare

Acidità, bruciore di stomaco e gonfiore: questi i sintomi di una cattiva digestione, che con un po' più di attenzione e prevenzione alimentare potrebbero essere evitati

I ritmi di vita frenetici e la disattenzione alimentare portano ad avere spesso problemi legati alla digestione e all'apparato gastroenterico: sintomi lievi e meno lievi che però influenzano sicuramente le nostre attività di ogni giorno in maniera negativa. Acidità e bruciore di stomaco, gonfiore, cattiva digestione: tutti ne soffriamo saltuariamente e spesso non ci accorgiamo che basterebbe un po' più di attenzione e prevenzione alimentare per migliorare notevolmente la condizione del nostro apparato digerente e scongiurare problemi più seri. Una vita sana e la dieta mediterranea sono

molto importanti per l'incidenza di tutte le patologie legate al tratto gastroenterico: "Si sa per certo che maggiore è l'aderenza a uno stile di vita sano, minore sarà la probabilità di contrarre patologie gastrointestinali, ovvero all'esofago, allo stomaco e al colon-retto - spiega il dott.

Emiliano Giangreco, responsabile del Servizio di Gastroenterologia ed Endoscopia digestiva di Humanitas Centro Catanese di Oncologia - . Sono stati studiati vari alimenti tipici della dieta mediterranea (dal pomodoro al grano, dalle verdure agli agrumi, dalla frutta all'olio extravergine di oliva) e si è riscontrato che hanno evidenti effetti protettivi per il nostro organismo".

Così come ci sono cibi da preferire, ci sono anche quelli da evitare, per scongiurare quanto più possibile quei fastidi tipici della digestione: "Per quanto riguarda ad esempio il reflusso gastroesofageo, che spesso si manifesta come acidità gastrica (uno dei sintomi più frequenti che riguarda tutti noi), c'è una serie di alimenti sconsigliati, perché



Emiliano Giangreco

possono aumentare la secrezione acida e quindi scatenare la sintomatologia: parliamo in particolare di cibi molto grassi (carne rossa, insaccati, salumi), spezie (peperoncino, pepe nero), menta, aceto di vino, ma anche di agrumi che contengono acido citrico e vanno ad alterare il pH dello stomaco".

Oltre al reflusso gastroesofageo, le altre patologie benigne che riguardano il momento della digestione più frequenti del tratto gastroenterico sono la sindrome dell'intestino irritabile e la diverticolosi del colon: per ognuna di queste patologie ci sono consigli dietetici appropriati sia per chi sa di avere la malattia, sia per i sani che vogliono prevenire e ridurre il rischio di svilupparla, sia per coloro che vogliono attenuare i leggeri fastidi quotidiani legati alla patologia stessa: "Innanzitutto - sostiene il dott. Giangreco - sarebbe opportuno avere una maggiore attenzione e consapevolezza alimentare: bisognerebbe consumare 5 pasti al giorno, piccoli e frequenti, mangiare molta frutta e verdura e per chi soffre di reflusso gastroesofageo evitare o comunque cercare di limitare le frittiture, la cioccolata e le bevande gassate, tutti alimenti reflussogeni che non aiutano". I sintomi immediati che possono insorgere se si ha un regime alimentare errato sono l'acidità e il bruciore di stomaco, il rigurgito, difficoltà a digerire, senso di pesantezza post-prandiale, che sicuramente hanno un effetto negativo sulla qualità di vita. Fortunatamente quando i sintomi sono legati a errori dietetici ci si può correggere da soli e far sì che passino: "Sicuramente il rimedio più rapido ed efficace è l'assunzione di antiacidi, il più conosciuto dei quali è il bicarbonato di sodio, che agisce tamponando l'acidità gastrica. Vi sono poi i classici 'rimedi della nonna' che, sebbene non abbiano evidenza scientifica, rappresentano dei palliativi efficienti: parliamo del canarino o dell'acqua bollita, in quanto l'assunzione di un



liquido caldo può a volte favorire la peristalsi e dunque aiutare la digestione".

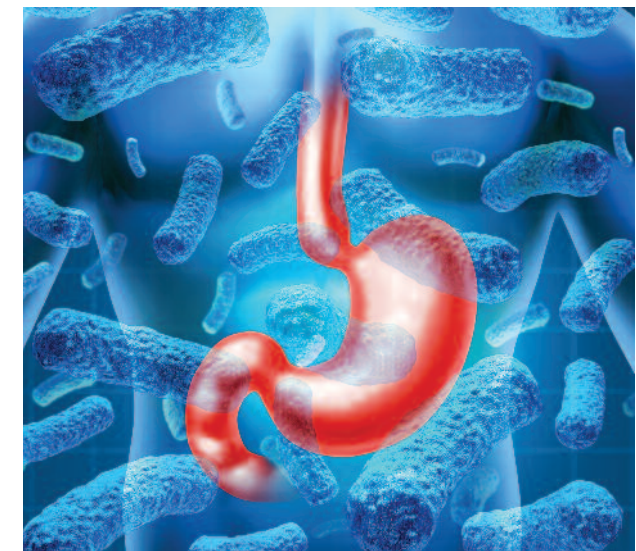
Fortunatamente nella maggioranza dei casi, questi sintomi sono passeggeri, passano in fretta e non hanno bisogno di ulteriori trattamenti; ma è bene sapere quando rivolgersi al medico: "I due elementi fondamentali da tenere in considerazione - conclude il dott. Giangreco - sono la frequenza e la durata dei sintomi: se abbiamo piccoli problemi di digestione una volta ogni tanto, non c'è da preoccuparsi: basta una maggiore attenzione e consapevolezza alimentare per far sì che ci si rimetta subito sulla buona strada, autocorreggendosi e stando un po' più attenti. Se insorgono però altri sintomi correlati, come ad esempio l'anemia o il calo ponderale e se i sintomi non passano con una terapia consigliata del medico curante, il primo passo è rivolgersi ad uno specialista gastroenterologo che provvederà a impostare il percorso diagnostico-terapeutico più appropriato e se necessario a eseguire un esame endoscopico".



STILE DI VITA E ALIMENTAZIONE PER UNA CORRETTA DIGESTIONE

Per evitare i classici problemi della digestione, soprattutto il reflusso gastroesofageo, è possibile seguire questi semplici consigli:

- ✓ Mantenere una posizione corretta durante e subito dopo i pasti
- ✓ Evitare pasti troppo abbondanti
- ✓ Ridurre l'apporto totale di grassi e diminuire l'apporto calorico totale
- ✓ Non indossare capi di vestiario troppo stretti sull'addome
- ✓ Evitare di coricarsi prima che siano passate 3 ore dall'ultimo pasto importante



ALIMENTI DA EVITARE

- ✓ aglio e cipolla
- ✓ bevande gassate, alcoliche e superalcoliche
- ✓ caffè
- ✓ cibi fritti o troppo grassi
- ✓ cioccolato

ALIMENTI DA PREFERIRE

- ✓ acqua naturale
- ✓ cereali integrali
- ✓ frutta e verdura
- ✓ legumi
- ✓ olio extravergine di oliva



L'importanza della **musica** per **stare meglio**

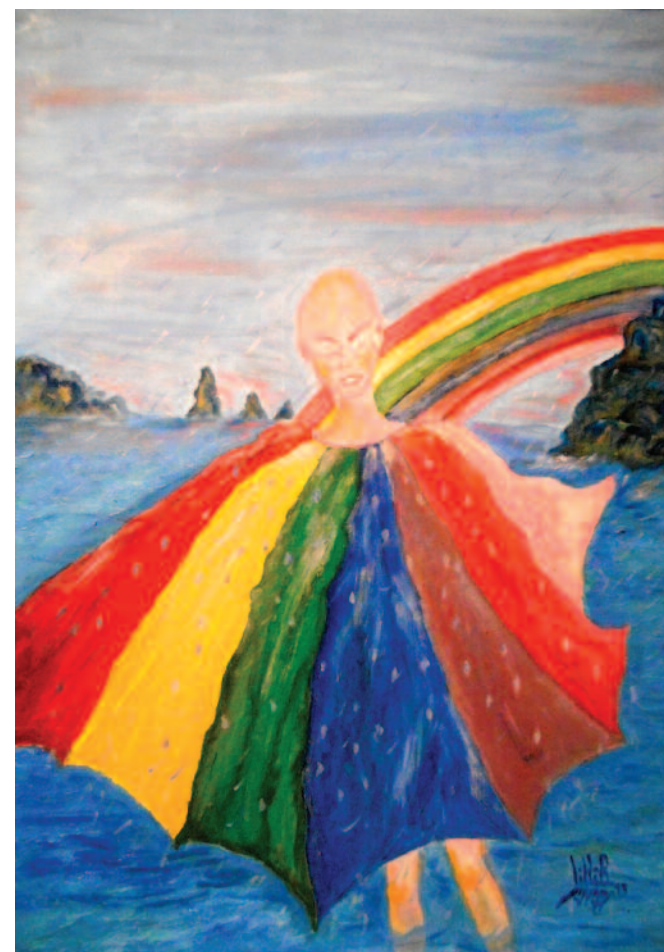
Il Servizio di Musicoterapia del nostro ospedale compie dieci anni: un laboratorio espressivo di grande sostegno per i nostri pazienti



Per informazioni sul Servizio di Musicoterapia è possibile contattare il **347.3313056** oppure il **340.9332887**

Suoni, parole e immagini da cui trarre elementi positivi durante il percorso terapeutico. E' questo lo scopo principale del Servizio di Musicoterapia di Humanitas Centro Catanese di Oncologia, che festeggia il decimo anno di attività. Un'iniziativa aperta a tutti quei pazienti che vogliono sperimentare forme alternative di terapia di gruppo, musica, passione e arte. Il laboratorio, che negli anni ha riscontrato sempre maggiore successo, vede l'impegno sia di una psicologa dedicata, sia di una musicoterapeuta esperta, in modo tale da fornire ogni tipologia di supporto ai pazienti e guidarli in questa esperienza: "Ci riuniamo una volta la settimana per non meno di 2 ore - spiega la dott.ssa **Nelly Cantarella**, musicoterapeuta - e il gruppo è formato da 8/10 persone che partecipano per un periodo variabile, stabilito direttamente

da ognuno di loro; è un percorso i cui benefici si apprezzano col passare delle sedute e quanto più tempo si partecipa, tanto più sarà possibile apprezzare miglioramenti significativi". Non si tratta solo di musicoterapia, ma di un vero e proprio laboratorio artistico ed espressivo all'interno del quale i partecipanti possono dare libero sfogo alle proprie emozioni, scrollarsi di dosso sensazioni negative e ricaricarsi di elementi positivi: "L'attività mira a un intervento diretto su proprio sé grazie alla musica ma anche attraverso la



Dipinto di una paziente

visualizzazione di immagini mentali - spiega la dott.ssa **Cecilia Jaimes**, psicologa - tramite le quali i pazienti esprimono sensazioni ed emozioni grazie al dialogo interiore; si riflette sul proprio vissuto e si condividono con il gruppo le proprie esperienze". Varie fasi compongono il laboratorio di musicoterapia: dall'ascoltare al danzare, dal suonare strumenti allo stimolare pensieri positivi, dal disegnare all'esperienza verbale; tutte attività grazie alle quali mente e corpo possono trovare un momento di rigenerazione e sollievo che rende più semplice e completo il percorso di cura: "La musica e le espressioni artistiche in generale - spiega la

quello di conciliare espressione musicale e artistica con un'introspezione guidata da cui trarre benefici: "Non è semplice lavorare in gruppo, perché ognuno ha la propria storia e le proprie emozioni - spiega la dott.ssa Jaimes - e dunque è fondamentale l'apporto di tutti i partecipanti all'interno del gruppo, grazie al quale si mettono insieme le sensazioni provate da tutti, che arricchiscono l'esperienza e ognuno di loro. Visto l'approccio multidisciplinare, sia fisico che psichico, è fondamentale riuscire a mettere insieme tutti gli elementi nel modo giusto per costruire qualcosa di positivo per i pazienti, per il loro umore e per il loro equilibrio".



Cecilia Jaimes e Nelly Cantarella

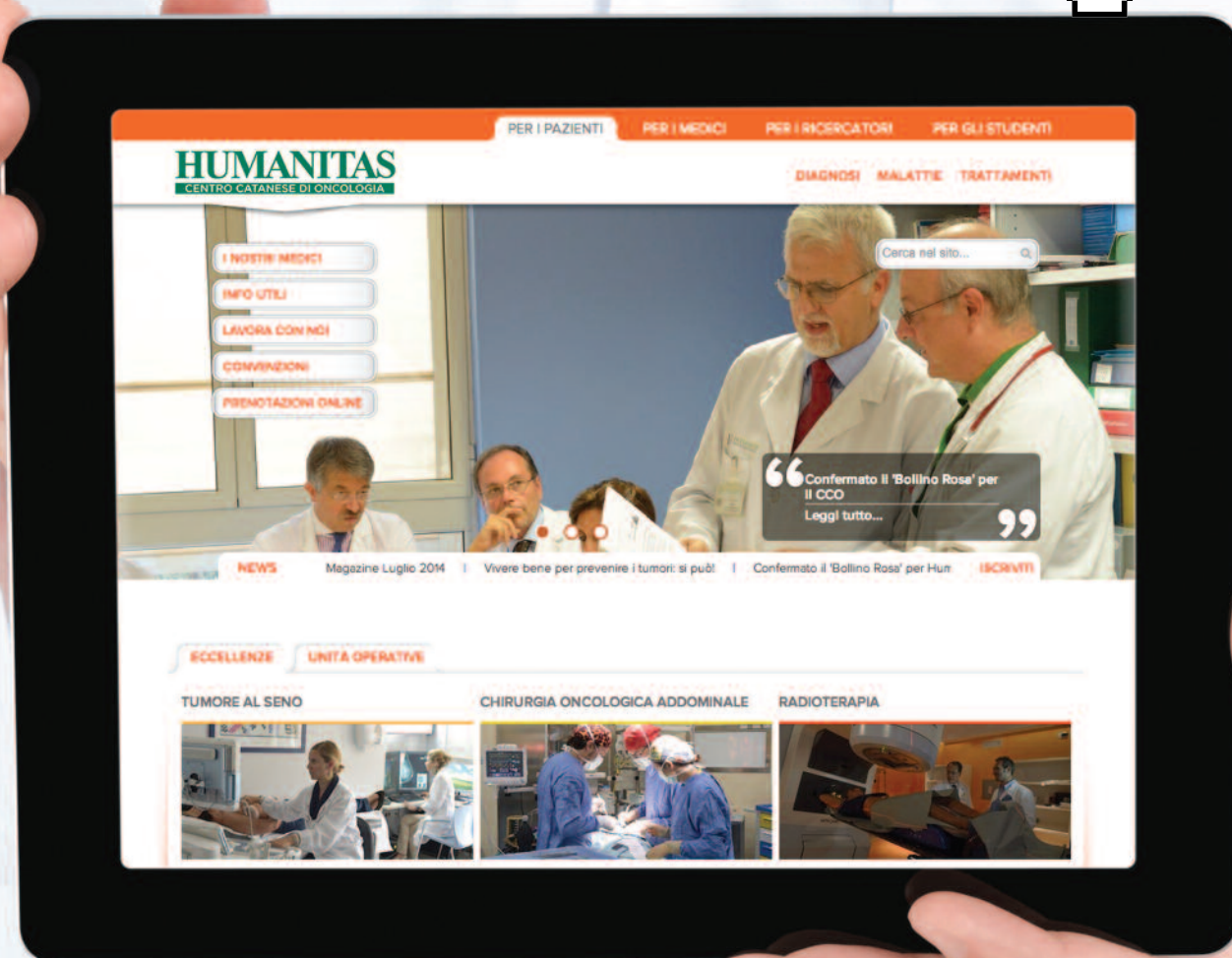
La musica è rosa,
ti avvolge, ti penetra,
ti sana, ti culla,
conforta, asciuga le lacrime,
non serve ...
Ti senti più forte, serena,
felice in ogni occasione,
un senso di pace,
un colore profondo.
L'energia del mio corpo,
le intense emozioni,
la pace profonda la gioia del sé

Poesia di una paziente

HUMANITAS
CENTRO CATANESE DI ONCOLOGIA

Via V.E. Dabormida, 64 - 95126 Catania
Anno X - numero 1 - Gennaio 2015
Autorizzazione del Tribunale di Catania N. 3/2005, dell'11 gennaio 2005
Direttore responsabile: Mario Galli
Direttore Comunicazione: Walter Bruno
Coordinamento redazione: Laura Capardoni
Ufficio stampa: Roberto Citelli
Ha collaborato: Direzione Sanitaria
Grafica: Pierluigi Nava, G&R Associati
Immagini: archivio CCO, Shutterstock
Stampa: Tipolitografia Sarica - Catania

Entra nel nostro ospedale con un click



Utilizza i servizi

• Prenota online

Compila il modulo e prenota una visita o un esame senza muoverti da casa

• Info utili

Scopri tutte le informazioni sui servizi della nostra struttura

e scopri i contenuti

- I curricula dei nostri medici
- Le schede di esami e patologie

- Le notizie e gli eventi di medicina e salute
- Le Unità Operative