

Tumori femminili

'Salute allo specchio': il make-up come psicoterapia

Al San Raffaele di Milano, oncologi e psicologi coinvolgono truccatori, estetisti e stylist in un ciclo di incontri che aiutano le donne in chemioterapia a riconquistare la propria identità, attraverso l'immagine.

Eleonora e Giulia sono diventate amiche davanti allo specchio, **tra una sessione di trucco e l'altra**, mentre si sistemavano il foulard sulla testa, imparavano a scegliere le creme che non facessero 'reazione' con la chemio, si avvicinarono insieme alle parrucche messe in fila su un tavolo. Eleonora che, dopo la diagnosi di carcinoma endometroide (a ovaie e utero), si era chiesta dove avrebbe trovato il coraggio di affrontare le terapie. E Giulia che era stata costretta dal suo coriocarcinoma (un raro tumore dell'utero che si sviluppa in gravidanza) a lasciare a casa sua figlia appena nata e il marito, e con loro il suo sentirsi mamma e moglie. Eleonora e Giulia sono solo due delle **39 donne che hanno partecipato a 'Salute allo specchio', un programma nato più di un anno fa all'Ospedale San Raffaele di Milano** per aiutare le donne colpite da tumore ad affrontare l'impatto delle terapie invasive anche attraverso il recupero della propria immagine allo specchio.

«Spesso la prima domanda che ci sentiamo rivolgere dalle pazienti è 'ma perderò i capelli?'. Non è la preoccupazione solo per l'aspetto estetico, dietro c'è quella più profonda riguardo il proprio stato di malattia e tutte le paure che esso solleva», spiega Valentina Di Mattei, ricercatrice universitaria del Servizio di Psicologia Clinica e Salute dell'ospedale che nel 2013 ha avviato il progetto insieme a Giorgia Mangilli, responsabile dell'Unità funzionale di Ginecologia Oncologia Medica. «Il progetto cerca di dare una risposta non banale, **per affrontare i cambiamenti a livello fisico durante le terapie**. Il momento più critico è sicuramente la perdita dei capelli, segna una linea di confine **tra il prima e il dopo la diagnosi**. In questo primo anno abbiamo osservato che gli insegnamenti degli incontri vanno oltre il truccarsi e il sistemarsi i capelli: si insegna alle pazienti ad andare oltre se stesse, **prendersi nuovamente cura di sé anche durante la malattia**, un momento critico in cui invece si tende ad assumere il ruolo del malato».

Ogni ciclo dura circa **un mese e prevede quattro incontri** con truccatori, stylist, professioniste delle parrucche, personale certificato Oncology Esthetics (unica realtà europea a fornire una specializzazione in **oncologia estetica**), attraverso i quali le pazienti sono accompagnate e seguite passo dopo passo **dagli psicologi dell'ospedale e dai volontari AVO** (Associazione Volontari Ospedalieri) di Segrate. Ai detrattori e alle pazienti in reparto scettiche, i medici spiegano che il programma non si basa sulla vanità, né nasce per sdrammatizzare il cancro: attraverso l'immagine riflessa nello specchio, è possibile recuperare l'autostima e spogliarsi dai panni di vittima o reduce del cancro, con **un impatto psicologico positivo anche sui rapporti interpersonali** e un supporto al ritorno alla vita quotidiana.

'Salute allo specchio' non è una semplice iniziativa, ma **uno studio di ricerca** con esito sul piano clinico, in termini di efficacia delle terapie anche farmacologiche: ecco, nel video, le osservazioni raccolte in questo primo anno.