





Si intitola **"Viaggio nella chemioterapia"**. Una sorta di vademecum per consigli di cura e bellezza durante la terapia del tumore al seno. Un libro che affronta questioni serie, che possono far paura. Ma lo fa con leggerezza, trasmettendo un messaggio di coraggio. Perché chi lo ha scritto, questo percorso lo ha già superato.

L'autrice, **Sabina Ghislandi**, è archeologa. Si definisce "nomade per studio e passione". I suoi tratti distintivi sono il sorriso e la capacità di trovare bellezza negli imprevisti della vita. Lo abbiamo toccato con mano, intervistandola.

"Questo libro – racconta – vuole essere un supporto per le donne che affrontano la chemioterapia, in particolare per la cura del tumore al seno. Una guida leggera, nel formato e nel tono dei contenuti, in cui condivido consigli e strategie per rispondere ai problemi che si sono presentati durante la terapia, sperando possano essere utili ad altre donne. L'invito – aggiunge – è quello di continuare ad amarsi, a sentirsi femminili e a trattarsi con la dovuta attenzione, per restare connesse e ritrovarsi più facilmente in questo viaggio".

Ad un testo descrittivo sono correlate delle infografiche, preparate dall'autrice stessa per un consulto rapido e immediato. Nella parte introduttiva vengono forniti dei suggerimenti riguardanti la preparazione per l'inizio della terapia. Il corpo centrale della guida è strutturato per "distretti anatomici", in modo da favorirne la consultazione. Infine, nell'ultima parte vengono indicate cinque regole da seguire e qualche suggerimento in più.

Il vademecum è stato fatto leggere a persone di età e genere differente, in salute o in chemioterapia. È emerso in modo unanime l'apprezzamento per il lato sorridente, ironico e a tratti psicologico con cui viene affrontato un discorso molto delicato e sofferto. È stata sottolineata da tutti l'importanza che tale condivisione può assumere per altre pazienti e l'incoraggiamento a proseguire con il progetto.

Il manuale nasce da un'idea del dottor **Ivan del Prato**, sopraggiunta dalla condivisione dei racconti semiseri dell'autrice riguardanti i "vantaggi" della chemioterapia e dalle risate suscitate dall'argomento durante una visita di controllo. La diagnosi di tumore al seno, l'intervento chirurgico e la chemioterapia rappresentano momenti delicati e difficili nella

vita delle pazienti che, se già temono per la propria vita, vivono ancor più pesantemente per i cambiamenti del loro corpo e la privazione di quelle caratteristiche considerate propriamente femminili nella nostra cultura: seno e capelli. Le informazioni presenti online o in brochure fornite nei reparti di oncologia difficilmente si occupano di disturbi "minori" e, in aggiunta, utilizzano toni molto seri. Senza voler togliere serietà all'argomento, l'autrice ambisce ad essere una compagna di viaggio ed una spalla per le altre donne e chemio-viaggiatrici.

"Ho conosciuto Sabina e la sua malattia nel luglio 2019 – spiega Del Prato – aveva prenotato una visita senologia presso il mio studio. Sabina non aveva ancora 35 anni. Due occhi scuri e profondi, una donna che scava, sì Sabina l'archeologa scava. Da allora, Sabina ha continuato a scavare ed ha scavato anche in sé stessa, attingendo alla sua forza interiore. La malattia, come ogni esperienza, può rimanere limitata alla sola persona colpita oppure coinvolgere anche quelle che abitano il suo mondo, come un'onda. Questo è capitato a Sabina. Ricordo che, in una delle tante visite, alla domanda sui disturbi causati dai cicli di terapia medica mi ha risposto quasi sorpresa: 'Io ho avuto solo vantaggi dalla chemioterapia'. Quindi il mio suggerimento: 'Perché non provi a scrivere questo tuo percorso? Il tuo è un messaggio così positivo che potrebbe essere una terapia aggiuntiva, come una terapia nella terapia'. E Sabina, ci ha provato. Questo vademecum è un preziosissimo beauty case per tutte le donne che devono affrontare una terapia medica, un beauty case colorato per curare corpo e anima".

Il progetto è stato supportato dal *Rotary Club Bergamo Sud*, già impegnato nel progetto sociale Rotary Food Box rivolto al sostegno delle famiglie in difficoltà del Comune di Bergamo. "Il senso del Rotary è di essere un gruppo di persone che pongono la loro professionalità al servizio degli altri, quindi la pubblicazione di questo Vademecum e la sua distribuzione sono un altro ulteriore modo di essere di aiuto e supporto alla comunità". spiega la presidente Anna Venier. Il libro sarà distribuito dal Rotary Club Bergamo Sud tramite le associazioni: The Bridge for Hope di Cenate Sotto, L.I.L.T. Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori di Bergamo e Insieme con il sole dentro di Pedrengo. Sono inoltre disponibili alcune copie gratuite: per farne richiesta è necessario scrivere all'indirizzo e-mail [rcbergamosud@gmail.com](mailto:rcbergamosud@gmail.com) specificando nella mail il nominativo completo di indirizzo di consegna del libro, così da poter provvedere direttamente alla spedizione.

© Riproduzione riservata