

## Festa della Donna 2016

*riceviamo e pubblichiamo*

### 8 MARZO: Ricorrenza e Omaggio alle Donne!

L'8 marzo deve essere il giorno dedicato alla prevenzione dei tumori femminili: informazione e diagnostica precoce sono basilari per fronteggiare il male della nostra epoca.

La consapevolezza della donna *di istruirsi* attraverso letture indicative sulle neoplasie mammarie, uterine e delle ovaie, di consultarsi con medici di famiglia e di fiducia e di confrontarsi con **DONNE** che hanno già battagliato o stanno perpetrando il percorso verso la guarigione.

**Autopalpazione, mammografie, ecografie e pap-test** sono strumenti essenziali per salvare la vita.

La donna, colpita dal cancro, prova turbamento, confusione spesso anche rabbia e si trova in uno stato di incertezza, non sapendo che cosa riservi il futuro. Il trattamento della malattia o meglio i segni esteriori causati dalla suddetta cura, oltre ai sintomi fisici come dolore, nausea, fatigue ha un forte impatto emotivo. Difatti il cancro, come altre malattie serie, sembra innalzare una barriera invisibile tra il malato e il resto della società. S

Il modo migliore per stare vicino alla persona sofferente è **esserci**, dimostrarle concretamente l'affetto, prodigarsi in mille attività per essere d'aiuto, provare a metterci nei panni dell'altro, lasciarlo parlare e permetterle di dire quanto desidera comunicare, saper tollerare i silenzi invece di essere tentati di coprirli con mille parole "vuote", dimenticando che invece il silenzio comunica e può significare rispetto e

vicinanza emotiva e affetto.

Ascoltare, non solo sentire, evitare di esprimere giudizi o di dare interpretazioni e consigli non richiesti quindi esercitare un ascolto "attivo" che presuppone già la risposta ad uno dei bisogni primari del malato: la presenza.

La persona malata ha bisogno di un amore che al tempo stesso non la soffochi e non la faccia sentire dipendente, ha bisogno soprattutto di comprensione e di stimoli per non perdere la propria dignità ma anche di di incoraggiamento per affrontare le diverse fasi della malattia con spirito sereno.

Il tumore è una sfida, che chi sta scrivendo, sta affrontando e che sicuramente non avrebbe voluto che per la seconda volta, questo predatore diabolico entrasse nel suo corpo e nella sua vita ma nell'incapacità di pensare in modo positivo in un contesto sociale in cui la storia di una malattia oncologica è una tragedia...

Per la scrivente è semplicemente un'esperienza in cui tanta energia e speranza si può trovare anche se si è nel mezzo della più dura battaglia, combattuta al fianco di persone speciali: Personale medico e paramedico, associazioni di volontariato, e soprattutto amici sinceri che come angeli l'hanno sollevata da terra ricordandole come volare...

Con affetto

C.C.