Creare per guarire

IL GIORNALE Inverno 2021-2022
della Fondation ART-THERAPIE

EDITORIALE

La creatività che cura

«La creatività dell'uomo pare inesauribile. È ciò che gli permette di sviluppare la facoltà di vincere ogni avversità.» Antigone di Sofocle. La storia della Fondation ART-THERAPIE è una «success story» che va avanti da tredici anni, anni durante i quali ci siamo presi cura di migliaia di bambini. Bambini insicuri e sofferenti, che hanno trovato nell'arteterapia un modo di esprimersi, di ritrovare il sorriso, di guarire.

Con una lanterna in mano, Diogene esclamò «cerco l'uomo!». La fondazione è fiera di poter contare su oltre venti persone speciali, arteterapeuti e arteterapeute dalla forte empatia e con grandi risorse creative. Come sosteneva Cicerone, queste figure permettono ai pazienti di ampliare il proprio potenziale interiore, liberandosi dalla tirannia della malattia. I bambini acquisiscono autostima e imparano a coltivare il proprio giardino interiore, prendendosi cura di sé.

L'essere umano può accettare le sfide poste dalla cosiddetta società tecnicizzata solo al prezzo di un umanesimo rimodellato attorno al concetto di creatività...l'arteterapia.

Prof. Dr. Alain Golay,
Ex primario degli Hôpitaux Universitaires de Genève (HUG) nonché ex presidente del Consiglio della Fondation ART-THERAPIE, che tutt'ora affianca con funzione consultiva.

FONDATION ART-THERAPIE
Creare per guarire

FOCUS

OFFERTA PIONIERISTICA IN TICINO

L'ospedale cantonale di Lugano è uno dei padri della Fondation ART-THERAPIE. Dal 2002 il primario Dr. Valdo Pezzoli è a capo del reparto di pediatria e prima della meritata pensione, prevista la prossimia primavera, ci concede uno sguardo retrospettivo sulla sua pluriennale esperienza con l'arteterapia.

Dr. Pezzoli, già nel 2005 Lei ha introdotto l'arteterapia presso il reparto di pediatria dell'ospedale regionale di Lugano. Come mai ha optato per questo approccio terapeutico, ai tempi del tutto nuovo?

Valdo Pezzoli: L'arteterapia all'epoca era sconosciuta nel contesto ticinese, ma anche per me era qualcosa di nuovo. La mia formazione al *Kinderspital di Zurigo*, dove ho avuto dei maestri bravissimi, lungimiranti e molto aperti, mi ha però preparato a esplorare nuovi modi di praticare la pediatria. Anche a livello svizzero l'arteterapia non era ancora molto conosciuta. È stato determinante l'incontro con Charlotte Leber, quando cercavo fondi per il nostro servizio di pediatria e volevo scoprire nuove forme di terapia. Mi ha presentato un donatore che sosteneva l'arteterapia e per me è stato il «clic».

Nel 2008, insieme a cinque ospedali della Svizzera tedesca e romanda, Lei ha fondato con Charlotte Leber la Fondation ART-THERAPIE. È entrato a far parte del Consiglio di fondazione, restandovi fino al 2020, mentre ora rimane attivo come esperto. Attualmente già 14 ospedali aderiscono alla fondazione, altri invece si aggiungeranno. Come ha vissuto questi 13 anni?

L'equilibrio che ho vissuto in questa fondazione è stato interessante e affascinante, ma anche molto delicato. Da un lato si trattava di cercare e trovare i mezzi, » continua a pagina 2

Continua da pagina 1 »
dall'altro vi era la generosità dell'arteterapia: una terapia lontana da calcoli economici. In fondo si doveva trovare un equilibrio tra le due facce della medaglia. La fondazione doveva trovare i fondi, ma c'era anche un grande entusiasmo per questa forma di terapia, fantasiosa e legata a dimensioni artistiche e culturali per me molto interessanti. Io ho vissuto il lavoro all'interno della Fondazione come un periodo bello, molto aperto. Si parlava di mezzi, ma anche dell'estetica della cura arteterapeutica.

Nel frattempo, a Lugano grazie alla fondazione siamo riusciti ad avere due terapeute con impegno lavorativo dell'80%, cosa che ha permesso tanti momenti interessanti dal punto di vista clinico, perché esse hanno sempre fatto parte integrante del team.

Presso gli ospedali di Lugano, Winterthur e Ginevra è stato condotto il primo studio multicentrico sugli effetti dell'arteterapia su giovani con disturbi del comportamento alimentare. I risultati ottenuti trovano conferma nella pratica? Quali conseguenze è in grado di trarre oggi?

Il nostro servizio di pediatria ha sempre avuto un interesse per la cura dei disturbi alimentari. Il nostro approccio è da sempre multidisciplinare e quindi la presenza dell'arteterapista nel concetto terapeutico era una cosa normale. Potrei dire che accanto al lavoro psicoterapeutico l'affiancamento dell'arteterapia è una dimensione che ritengo indispensabile. Abbiamo potuto confermare di volta in volta i risultati di questo studio.

A inizio 2022 andrà in pensione lasciando il Suo ruolo di primario del reparto di pediatria. Sulla base della Sua esperienza, come valuta nel complesso l'impiego dell'arteterapia?

Il lavoro degli ultimi vent'anni, fatto e ripetuto in contesti ospedalieri molto differenti, conferma quanto sia fondamentale utilizzare una modalità interdisciplinare nella quale trovano spazio diversi approcci terapeutici. D'altra parte vedo un futuro stimolante per l'arteterapia, per esempio nel doversi adattare a tutto quello che chiamerei la «nuova creatività» dei nostri bambini e adolescenti socializzati nel mondo elettronico.

Il panorama ospedaliero ticinese sta vivendo una fase di transizione, e con esso anche la pediatria.

Attualmente in Ticino i bambini vengono ospedalizzati in due sedi di pediatria, a Bellinzona e a Lugano. La pediatria è in continua evoluzione, ci saranno sempre dei reparti pediatrici che possono beneficiare dell'arteterapia, ma vedo anche un potenziale nel trattamento ambulatoriale.

Visto che sovente i ricoveri dei bambini non sono molto lunghi, la terapia dovrebbe idealmente proseguire anche dopo la dimissione, così come continuano altre terapie. Con la tendenza ad avere sempre più cure a domicilio anche per malattie complesse, l'arteterapia potrebbe trovare un campo di sviluppo proprio in questo ambito. Un'arteterapia moderna a mio avviso è una terapia che dialoga con le altre discipline. ♥

Intervista: Helena Zaugg Wildi

«L'arteterapia è una dimensione che io ritengo estremamente importante, anzi indispensabile.»
Valdo Pezzoli

VOCI DAGLI OSPEDALI

Visita alle terapeute del Kinderspital di Zurigo

A fine settembre è stato finalmente possibile organizzare un incontro: la presidente della fondazione Charlotte Leber, la responsabile amministrativa Silvana Mombelli Thommen e la coordinatrice di progetto Muriel Leber hanno reso visita alle terapeute Barbara Carnielli e Selina Kehl presso il Kinderspital di Zurigo. A causa delle misure in vigore, l'incontro non si è svolto in reparto bensì in un edificio adiacente. Il regolare scambio di esperienze con le terapeute è un elemento che sta particolarmente a cuore al team della fondazione; i contributi «dal fronte» mostrano l'importanza dell'arte e della musicoterapia per i giovanissimi pazienti e per le loro famiglie. Non solo per il processo di guarigione, ma anche perché si crea un prezioso rapporto umano. Spesso la terapeuta è l'unica persona che accompagna il bambino malato attraverso tutte le fasi del soggiorno in ospedale, diventando un'importante figura di riferimento, anche per

Concerto di beneficienza in Ticino

Come annunciato nel nostro ultimo numero, il 22 ottobre il centro culturale LAC ha accolto il pianista franco-canadese Louis Lortie, ambasciatore della fondazione, il quale si è esibito in un recital, affiancato dal violonista Pavel Bernam. Il programma prevedeva le sonate Op. 90 e 101 per pianoforte di Ludwig van Beethoven nonché le sonate A-Dur FWV8 per violino e pianoforte di César Franck. Il pubblico ha accolto lo spettacolo con forti applausi e il bis, una sonata per violino e pianoforte di Brahms, è stato l'apice di questo viaggio musicale. Per la fondazione questo evento è stata un'occasione per far conoscere ai media ticinesi e al vasto pubblico il proprio operato e il valore di musicoterapia e arteterpia come approccio terapeutico. Cogliamo l'occasione per ringraziare ancora una volta di cuore artisti e direzione del LAC per il generoso sostegno e non vediamo l'ora di poter nuovamente organizzare eventi pubblici a favore della fondazione.

L'arte che cura

Nel suo libro riccamente illustrato *L'art qui guérit*, il neurologo e psichiatra francese *Pierre Lemarquis* descrive come cimentarsi con l'arte plasmi il nostro cervello, influendo positivamente su di esso. Già Aristotele sapeva dell'effetto catartico della tragedia e oggi è dimostrato come le emozioni positive producano dopamina, ormone che promuove la gioia di vivere e sollecita il movimento, stimolando altresì la produzione di seronotina, endorfine, cortisolo e adrenalina. Lo scienziato ha studiato il legame tra cervello e arte, spiegando come esso stimoli la salute psicofisica, cosa dimostrata da sempre più studi, in particolare in correlazione a disturbi psicosomatici e depressioni.

Pierre Lemarquis, L'art qui guérit, Éditions Hazan (2020), 192 pagine. ♥

«Spesso la terapeuta è l'unica persona che accompagna il bambino malato attraverso tutte le fasi del soggiorno in ospedale, diventando un'importante figura di riferimento, anche per i genitori.»

Barbara Carnielli, Selina Kehl, KISPI

---

i genitori. Nel corso dell'incontro ci siamo resi conto per l'ennesima volta che senza il sostegno finanziario offerto dalla Fondation ART-THERAPIE, queste terapie spesso non potrebbero avere luogo, perché gli ospedali non sono in grado di raccogliere i fondi necessari e le casse malati non coprono i costi.

Impiego versatile

Dallo scorso febbraio Eliane Lauber lavora presso l'ospedale cantonale di Lucerna, il più recente partner della fondazione. L'arteterapeuta con diploma federale, specializzata in musica, dispone altresì di un master in musicoterapia clinica.

Si occupa di prematuri, bambini col cancro e giovani affetti da disturbi psicosomatici, ma anche di donne in gravidanza a rischio nel reparto prenatale. Eliane Lauber racconta «Qui incontro donne afflitte dalle paure. Ognuna di loro è individuale, proprio come individuale è concepita la musicoterapia. Il rilassamento sonoro ha spesso un effetto molto toccante e può dare spazio a una percezione corporea positiva. Spesso rincontro queste donne in neonatologia, dove canto sussurrando per i neonati prematuri e mostro ai genitori come utilizzare la voce per aiutare il loro bambino. È un lavoro molto calmo e noto che il mio lieve canto è in grado di rilassare l'intero reparto.»

Molto diverso invece l'ambiente alla clinica pediatrica: «Dai giovani, con i quali facciamo musica attivamente e

che spesso accompagno per svariati mesi, l'atmosfera è molto più rumorosa» spiega la terapeuta. «Le domande che ci poniamo qui sono per esempio: Come faccio a riconoscere cosa mi piace? Quanto è forte il suono della mia rabbia? Che canzone ascolto quando mi sento solo/a? Sono i numerosi momenti profondi a mostrarmi quanto sia prezioso questo lavoro.» ♥

Dal Kinderspital alle regioni in guerra

Nel 2000 presso le cure intensive del Kinderspital di Zurigo è stata introdotta la musicoterapia, successivamente ampliata con l'arteterapia, approccio più versatile e individualizzato. In qualità di medico di cure intensive ho da subito riconosciuto il beneficio sui pazienti. Nella nostra medicina, così tecnica e altamente specializzata, il rischio è talvolta di perdere di vista gli aspetti emotivi e creativi. L'arteterapia si concentra proprio su di essi, coadiuvando dimostratamente il processo di guarigione.

Dalla sua nascita, la Fondation ART-THERAPIE contribuisce al finanziamento dell'arteterapia presso il Kinderspital, svolgendo un ruolo essenziale nell'affermazione e nello sviluppo di questa disciplina, per esempio attraverso formazioni continue, congressi e progetti di ricerca. In qualità di membro del Consiglio di fondazione, da 13 anni ho la possibilità di seguire da vicino la promozione dell'arteterapia per bambini in Svizzera.

Nel 2020 sono andato in pensione (attiva) e per mezz'anno ho lavorato come pediatra in Libano per Médecins sans Frontières, progetto rivolto in prima linea ai numerosi profughi siriani che vivono in condizioni precarie in accampamenti simili a tende. Le famiglie sono molto grate per le cure pediatriche che offriamo, in un luogo in cui le malattie legate alle pessime condizioni socio-economiche, come infezioni (ad es. diarrea), anemia, malnutrizione e ustioni, sono molto frequenti. Arteterapia in Libano? Un dilemma? È evidente che occorre prima di tutto incentrare le risorse esistenti sulle esigenze mediche, preventive e terapeutiche di base, tuttavia vedo nell'arteterapia un grande potenziale, soprattutto in contesti così difficili per i bambini.

Dr. Bernhard Frey, Consiglio di fondazione, ex caporeparto medicina intensiva e neonatologia all'Universitäts-Kinderspital di Zurigo. ♥

« Nella nostra medicina, così tecnica e altamente specializzata, il rischio è talvolta di perdere di vista gli aspetti emotivi e creativi. » *Bernhard Frey*

LA FELICITÀ SI PUÒ REGALARE?

Certo. Direttamente qui da noi. I bambini in ospedale possono essere molto malati, traumatizzati o infortunati, e visto che le visite sono fortemente limitate, ora più che mai soffrono anche la separazione dai propri cari.
Si tratta di donare piccoli ma importanti momenti di gioia nella spesso opprimente quotidianità ospedaliera. La nostra fondazione finanzia programmi terapeutici innovativi in 14 ospedali in tutta la Svizzera.

Ci dia una mano affinché il maggior numero possibile di bambini venga seguito e possa guarire rapidamente. Regali un po' di sollievo, gioia di vivere e fiducia in sé stessi, in modo che quest'anno a Natale i loro occhi possano nuovamente brillare.

Le donazioni alla fondazione di pubblica utilità ART-THERAPIE sono deducibili dalle imposte. A partire da 50 franchi forniamo un attestato.

Donazioni online: www.arttherapie.org

PostFinance: 12-731551-9
IBAN: CH29 0900 0000 1273 1551 9

CREDIT SUISSE
IBAN: CH19 0483 5148 9262 1100 0

ART-THERAPIE
Fondation | Stiftung | Fondazione

IMPRESSUM: EDITORE Fondation ART-THERAPIE REDAZIONE Silvana Mombelli Thommen, Helena Zaugg Wildi TRADUZIONE adapteam.ch, traduko LAYOUT Leslie Gurtner, konzeptplus FOTO B. Carnielli, EOC, Ed. Hazan, M. Leber, LUKS, C. Reguzzi, H. Zaugg Wildi STAMPA DICAD GmbH