

Intervista di Simona Cortopassi

Si crede che dopo la malattia tutto cambi radicalmente. Falso: per vincerla devi amare alla follia la vita di sempre. Le cene fuori con tuo marito, le passeggiate con i figli pestiferi e i brindisi con le amiche. Devi rimanere te stessa». A parlare è *Wondy*, alias Francesca Del Rosso, una giornalista che la vita la ama e che non farebbe mai a meno dei suoi due figli, delle serate tra amici, dei viaggi e di suo marito.

Lei è così: piena di energie e sempre in movimento. Una Wonder Woman insomma, come ogni mamma che lavora. Quando le vengono diagnosticati due "sassolini" al seno, deve tirare fuori tutta la sua forza, il suo carattere agguerrito, ma anche saper accettare la propria estrema fragilità, per guardare al futuro e affrontare le cure nel migliore dei modi. E poi? E poi non si ferma, apre un blog intitolato *Le chemioavventure di Wondy* e scrive un libro *Wondy*, con cui vuole dimostrare che dal cancro si può guarire. In questa intervista ci racconta a cuore aperto come si diventa supereroi e a non soccombere mai di fronte alle nostre paure, superando la malattia.

Quando hai deciso di scrivere *Wondy*?

«Il libro nasce per caso. Nel 2010 ho scoperto di avere un tumore al seno e mi sono operata subito, facendo poi una chemioterapia. Quando purtroppo si è ripresentato una seconda volta, mi sono chiesta cosa potevo fare e se era possibile mettere a disposizione di altre donne la mia esperienza e la mia voglia di guarire. Appena sono stata operata per la seconda volta e dopo aver scoperto di avere il gene *brca1*, come Angelina Jolie e tante altre donne, ho capito che dovevo condividere la mia avventura e affrontare in modo diverso la secon-

In un libro il racconto di una donna che ha sempre sognato di essere "speciale". Quando le vengono diagnosticati due sassolini al seno, avrà l'occasione di tirar fuori tutta la sua energia per affrontare e sconfiggere, a testa alta, il suo nemico

Foto Mauro Consilvio

da sessione di chemioterapia. Essendo una giornalista che ama scrivere non ho rinunciato a mettermi davanti alla tastiera. Ho proposto il blog a *Vanity Fair*, subito accolto con entusiasmo. Quando ho capito quanto fosse importante condividere certi momenti, ho deciso che

potevo fare un salto di qualità e ho proposto un romanzo e la Rizzoli ha capito l'importanza del mio messaggio».

Tu, *Wondy*, lo sei stata davvero, noi come possiamo esserlo nel nostro piccolo?

«Io sono *Wondy* come tutti. Il punto è che spesso non sappiamo di esserlo

o di avere dei super poteri speciali, quelli che ci permettono di affrontare i momenti più dolorosi e duri della vita. Nel nostro piccolo dobbiamo cercare di vivere una vita piena per non avere rimpianti, goderci tutto quello che abbiamo senza pensare di avere tempo. E cercare di ricordarci che purtroppo nessuno è immune da malattie o incidenti. Quindi, forza! Festeggiamo la vita senza pensare "lo farò domani, lo farò l'anno prossimo"».

Perché secondo te la gente ha ancora paura a dire la parola tumore?

«Parlare di malattia e di tumore è sempre complicato. Il motivo è sem-

plice: chi è sano non vuole pensarci o si dice "tanto a me non interessa", chi è malato non ha voglia di parlarne ancora. I pregiudizi sono difficili da estirpare e c'è chi ancora oggi cambia marciapiede se vede una donna senza capelli (lo sapevate che il tumore non è contagioso?). Eppure è noto che il tumore al seno colpisce 1 donna su 8 e quindi non c'è persona che non conosca una donna che si è ammalata. Parlarne aiuta a fare screening e prevenzione e soprattutto aiuta ad avere meno paura. Solo nominarlo, leggerlo per iscritto o vederlo in un film tv può essere un passo nella direzione giusta. Se ci si

L'importanza della prevenzione

Visite senologiche e autopalpazione

Molte ragazze pensano: non può capitare a me, sono giovane. E così spesso evitano di fare prevenzione. Cosa ne pensi?

«Il discorso è molto complesso. Da una parte è comprensibile che i ragazzi non pensino a malattie, dall'altra bisogna insegnare loro a essere previdenti. Ormai l'incidenza del tumore al seno nelle giovani è in aumento e basterebbe far capire loro che visita senologica e autopalpazione devono diventare sane abitudini. Io curo un blog e ho deciso di scrivere un libro mettendo in copertina la mia faccia proprio per trasmettere a un pubblico più vasto un messaggio positivo e di incoraggiamento. Non bisogna nascondersi, bisogna affrontare il problema a volto scoperto. Ancora oggi incontro donne che non vogliono far sapere di essere malate e cercano di nasconderselo. Ognuno affronta la malattia a modo suo e non giudico nessuno, ma se posso dare un consiglio io farei, e ho fatto, l'esatto opposto. Dal cancro si può guarire e quando si è ammalati è doveroso chiedere aiuto a chi ci sta accanto. Anche le persone che ci vogliono bene hanno il diritto di starci ogni giorno vicine», risponde Francesca Del Rosso.

LA FORZA DEL SORRISO

Nel libro edito da Rizzoli, Francesca Del Rosso racconta l'esperienza della malattia. I tumori al seno diventano "sassolini", il sorriso la sua arma per non arrendersi. Il modo di ironizzare anche sulla patologia si capisce subito dal sottotitolo: *Wondy, ovvero come si diventa supereroi per guarire dal cancro.*



Francesca Del Rosso Supereroi si diventa

aggiunge un pizzico di ironia e qualche sorriso, tutto risulta più facile. Non è un caso che in America la serie televisiva *The big C*, tra dramma e commedia, sia stata un enorme successo».

C'è un modo per mettere i figli al riparo dalla malattia? È giusto che sappiano che esistono le malattie, ma che ci si può curare e infine guarire?

«Quello che posso dire è che io non ho mai nascosto nulla ai miei figli. Ho usato parole semplici per spiegare tutto quello che mi è accaduto, perché so che i bimbi hanno delle antenne speciali e che il "non sapere" crea paure molto

continua a pag. 20

segue da pag. 19

più grandi. “La mamma deve togliersi dal seno”, oppure “la medicina che prendo mi fa cadere i capelli ma poi ricresceranno” sono frasi che mi hanno sentito dire durante la malattia. Oggi frequentano entrambi le elemen-

tari, sono bimbi sereni e sono convinta di aver fatto la cosa giusta. E quando vedono una ragazza con il turbante o senza capelli non si spaventano, né si incuriosiscono. È normale, in cuor loro sanno che poi guarirà (e nel mio intimo glielo auguro di cuore)».

LA PAROLA ALL'ESPERTO Parla Alberta Ferrari, chirurga senologa

Mutazione geni BRCA ed “effetto Jolie”

Quello al seno è la forma più diffusa di tumore tra le donne. Fortunatamente, è anche quello con percentuali di guarigione elevate, globalmente del 70 per cento a 20 anni, anche grazie ai programmi di screening e alle terapie sempre più individualizzate grazie alla ricerca scientifica. Sebbene 1 donna su 8 rischi di sviluppare la malattia nella popolazione generale, le portatrici di mutazioni nei geni BRCA1/2 sono esposte a un rischio molto più alto di sviluppare un tumore al seno (60 per cento) e alle ovaie (20-60 per cento) nel corso della vita. La scoperta dei geni risale agli Anni '90, tuttavia fino a pochi anni fa questa predisposizione era quasi sconosciuta in Italia persino a molti medici, nonostante isolate realtà d'eccellenza. Dopo che la star Angelina Jolie ha scoperto di esserne portatrice, si è acceso fortunatamente un riflettore importante su questa problematica. In Italia è da poco stata fondata l'Associazione *aBRCA*dabra: un'idea delle donne portatrici di mutazione genetica BRCA per le donne BRCA positive (oltre che per uomini portatori e familiari) che cercano confronto, informazioni e sostegno. Tra gli obiettivi della onlus far valere il diritto della donna a una scelta scrupolosamente informata e consapevole del percorso di riduzione del rischio, potendo optare tra sorveglianza e chirurgia preventiva, con adeguato supporto clinico e psicologico. Ma anche la promessa di una terapia sempre più mirata ed efficace. Molte socie della onlus sono giovanissime, tra i 20 e i 40 anni. Nella maggior parte dei casi hanno già sviluppato un tumore, ma almeno un quarto sono portatrici sane della mutazione interessate alla prevenzione. A supportare l'associazione dal punto di vista scientifico è Alberta Fer-

rari, chirurga senologa della Breast Unit dell'IRCCS Policlinico San Matteo di Pavia, che da molti anni si occupa di donne ad alto rischio. Questi gli obiettivi del gruppo di lavoro:

1 Ottenere linee guida nazionali per la gestione delle donne a rischio genetico di carcinoma mammario e ovarico, sia per chi ha già sviluppato un tumore, sia per le portatrici sane di mutazione BRCA1/2, o alte più rare oppure sconosciute.

2 Potere accedere ovunque a percorsi chiari e standardizzati su tutto il territorio nazionale, che garantiscano la presenza di un'équipe multidisciplinare di specialisti composta da genetisti, oncologi, chirurghi senologi e plastici, radiologi dedicati, psicologi, ginecologi e sessuologi, perché in alcuni casi queste donne devono affrontare le conseguenze di una menopausa precoce che può incidere sulla qualità di vita e sulla salute.

3 L'istituzione di un registro delle donne che accedono al test che tenga traccia del risultato e di tutto il percorso seguito negli anni. Solo avendo dei dati chiari e uniformi sarà possibile capire le lacune del sistema e migliorarlo e allo stesso tempo fare ricerca scientifica di qualità.

4 Corsi di aggiornamento per i medici di famiglia, che rappresentano spesso la prima figura a cui si rivolge la donna.

5 Ottenere l'esenzione di un ticket in tutta Italia e non solo in Emilia Romagna e in Lombardia, per evitare una diseguità nel Paese che grava pesantemente sulle spalle delle donne e delle loro famiglie. www.abrcadabra.it

E se stessi? Come ci si mette al riparo da sofferenza e paura?

«Non chiudendosi in se stessi, non chiudendo la porta di casa e nascondendosi sotto le lenzuola. La paura va affrontata, la sofferenza ci segna nel corpo e nella mente, ma l'amore dei nostri cari è una cura importante tanto quanto la medicina. Nella mia famiglia e nei miei amici ho trovato le forze che mi mancavano, ma attenzione! A volte si soffre e basta. Bisogna imparare anche da questo».

Dallo sport all'alimentazione corretta, quanto conta uno stile di vita sano?

«Conta moltissimo e ormai la ricerca scientifica lo ha dimostrato. Curare il corpo e la mente, e mantenerli entrambi attivi, è fondamentale. Mangiare bene e fare movimento aiutano nella prevenzione ma non bisogna esserne ossessionati. Credo che le esagerazioni in qualunque campo non siano salutari e a volte va bene “sgarrare”. Un bicchiere di vino in più ogni tanto o un pomeriggio di assoluta pigrizia sul divano non fanno male. Basta non prenderci gusto!».

Dopo questa esperienza: c'è qualcosa che ti fa ancora paura?

«Quando le cose le conosci ti fanno sempre meno paura. È una frase sentita spesso, ma molto veritiera. Se impari a nominarlo, il cancro, ti accorgi che dopo aver pronunciato queste sei lettere anche lui è meno terribile di prima. Le paure non sono cambiate, si sono molto ridimensionate. Prima avevo paura degli ospedali e degli aghi, ora ci ho fatto l'abitudine. La paura di morire è rimasta. Impossibile evitarla, ma anche lei ha preso una dimensione diversa».

Questa esperienza cosa ti ha lasciato?

«È difficile fare una lista ma mi ha lasciato molte amiche nuove, tumorate e non, una maggiore conoscenza del mondo medico e della ricerca, la consapevolezza di quanto amore mi circonda e la certezza di non essere sola. Direi una grande eredità».

I tuoi propositi per l'anno nuovo?

«Svegliarmi al mattino e sorridere invece di mugugnare. Un piccolo proposito che potrebbe svoltare un'intera giornata. Non credete?»