

La montagna che cura

Michela Mazzali
GORNALISTA

L'

ambiente montano di media e alta quota rappresenta un "laboratorio" estremamente interessante per i progetti legati al recupero di persone con problemi socio-sanitari e con disturbo mentale psicotico. Lo dimostrano alcune attività in montagna svolte, con pazienti psichiatrici, dalla Asl Rm E di Roma in collaborazione con la sezione romana del Club Alpino Italiano e alcune esperienze pilota realizzate dalla fondazione Emilia Bosis di Bergamo.

Già dai primi anni '90, la Asl Rm E, su iniziativa di Giulio Scoppola - psicoterapeuta, psicologo, istruttore di alpinismo del Club alpino italiano - propone un progetto terapeutico dal nome imo-

vativo: "Corpo-mente-ambiente". Si tratta di un percorso riabilitativo che si svolge nell'arco di un anno e che, anche attraverso escursioni in montagna, permette ai pazienti di sperimentare una riabilitazione attiva in cui il corpo e la mente si confrontano con l'ambiente. Qualche anno più tardi, nel '97, dalla comunità di Monte Santo, nell'ambito della stessa Asl romana prende vita, su iniziativa di Dino Ermini, un educatore della comunità, il Cam "Club Alpino Monte Santo". La comunità, diretta da Giorgio Villa, psichiatra, antropologo, appassionato e studioso di montagna, inizia così una serie di attività terapeutiche legate alla montagna: dalle gite giornaliere ai soggiorni settimanali sugli Appennini e sulle Alpi, con l'aiuto e il

supporto tecnico di istruttori e accompagnatori della sezione di Roma del Club Alpino Italiano. I due lavori, prima autonomi, sono confluiti in quello che è oggi il progetto "Montagnaterapia", coordinato da Scoppola e da Ermini, che prevede una serie di azioni più strutturate tra loro.

Nel frattempo a Bergamo, sempre nei primi anni '90, la fondazione Emilia Bosis, che gestisce strutture residenziali e semiresidenziali per pazienti con patologie mentali, inseriva tra le sue già numerose attività di riabilitazione la conoscenza e la pratica della montagna. Anche in questo caso le esperienze prendono una forma più strutturata dopo qualche anno e nel 1997 danno vita al progetto "Montagna solidale". Si tratta di un percorso che prevede una serie di tappe significative: nello stesso 1997 un viaggio in Nepal, fino ai 5.050 metri della Piramide ai piedi dell'Everest. Nel 1999 la vetta del Monte Rosa e il tentativo alla vetta del Monte Bianco durante



Gruppo di pazienti della Asl RmE di Roma al rifugio "Duca degli Abruzzi" al Gran Sasso.

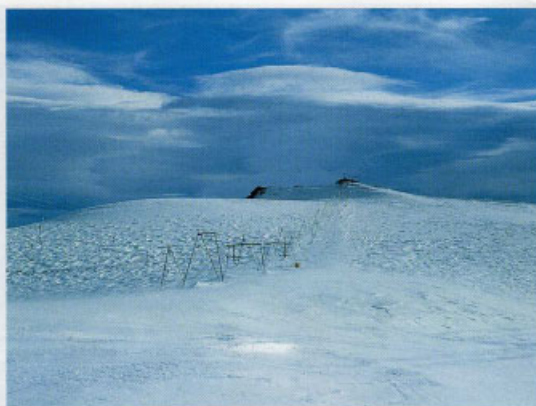
il quale i pazienti si sono fermati poco sotto la cima. Nell'ottobre 2000 il viaggio in Patagonia fino alla base del Fitz Roy e del Cerro Torre. Tra una "spedizione" e l'altra continui allenamenti sulle montagne di casa.

"Abitare spazi non modificati dall'uomo – spiega Scoppola – rappresenta una preziosa opportunità per ri-dinamizzare la mente e il corpo di malati psicotici schizofrenici. Le attività in montagna stimolano a una presenza individuale per proteggersi da un ambiente severo, non addomesticato. La semplice scelta degli indumenti da indossare per difendersi dal freddo, dal caldo, dal vento, favori-

sce un rapporto più consapevole con la natura e attraverso questa relazione si può tentare di recuperare ed elaborare, per analogia interna, ciò che avviene, o che è avvenuto, nella relazione con altri luoghi o situazioni di vita che la persona ha vissuto".

"Quando si va in montagna – afferma Pier Giacomo Lucchini, pre-

sidente della fondazione – le differenze si annullano e ci si sente uguali a tutti gli altri. Si condivide la fatica, il freddo, il caldo, la fame, la sete. Mi è capitato spesso di vedere i pazienti sorreggere e incoraggiare gli accompagnatori". Insomma, in montagna le persone che soffrono di disturbi mentali si confrontano



con problemi concreti, trasferiscono le loro paure dall'interno all'esterno, i loro dolori dall'anima al fisico, si confrontano con la valutazione degli ostacoli, sono gratificati dal raggiungimento di obiettivi riconoscibili (il rifugio, la vetta), si relazionano in modo funzionale con un gruppo, sono inseriti in ritmi esterni non modificabili. Assaporano un fun-

zionamento del sé più maturo, più libero.

"Durante il soggiorno in rifugio – racconta Scoppola – non abbiamo quasi mai osservato le ben conosciute espressioni di assenza e vuoto psicotici. Come se l'ambiente montano avesse caratteristiche intrinseche di difficile psicotizzazione".

Inoltre, per il coordinatore del progetto romano c'è un altro elemento interessante: "durante le esperienze in montagna si coglie, nei partecipanti, una dimensione contemplativa che si manifesta attraverso espressioni di stupore e di godimento per l'essere lì. Questo rappresenta, per gli operatori, un significativo punto di accesso alla 'fortezza' psicotica".

Tra gli obiettivi del progetto "Montagnaterapia" c'è quello di mettere a disposizione di altre strutture le conoscenze acquisite in questi anni e di offrire ad altri pazienti la possibilità di sperimentare lo stesso percorso. Da qui l'idea di una giornata di studio annuale su questi temi. Nell'ultima, svoltasi l'11 giugno scorso nella sede romana del Cai, ne è nato un confronto e una collaborazione con altre aziende ospedaliere di Roma e del Lazio incuriosite da queste iniziative e interessate a sperimentarle. È stato inoltre lanciato un progetto pilota per l'"adozione", da parte di un gruppo di pazienti, di un rifugio di montagna e di una rete di sentieri collegati.

Per la fondazione Bosis, "il prossimo obiettivo - spiega Lucchini - è la vetta del Kilimangiaro. Ci proponiamo, inol-



tre, di portare i nostri pazienti ad arrampicare e, per questo, vogliamo allestire un muro artificiale". "La montagna - dice ancora Lucchini - offre a queste persone, che provengono da anni bui di manicomio, sensazioni bellissime. Noi stiamo facendo di tutto per continuare ad offrire loro la possibilità di viverle". Certo, c'è ancora molta strada da fare. Le esperienze sono poche e frammentate. "È necessario un cambio di mentalità e di atteggiamen-

to culturale - dice Scoppola - Per quello che riguarda Roma, la realtà sociosanitaria non è ancora del tutto preparata ad affrontare la portata innovativa di questi progetti. Questo, pur rappresentando spesso un ostacolo, è un motivo in più per proseguire su questo percorso con grande motivazione".