

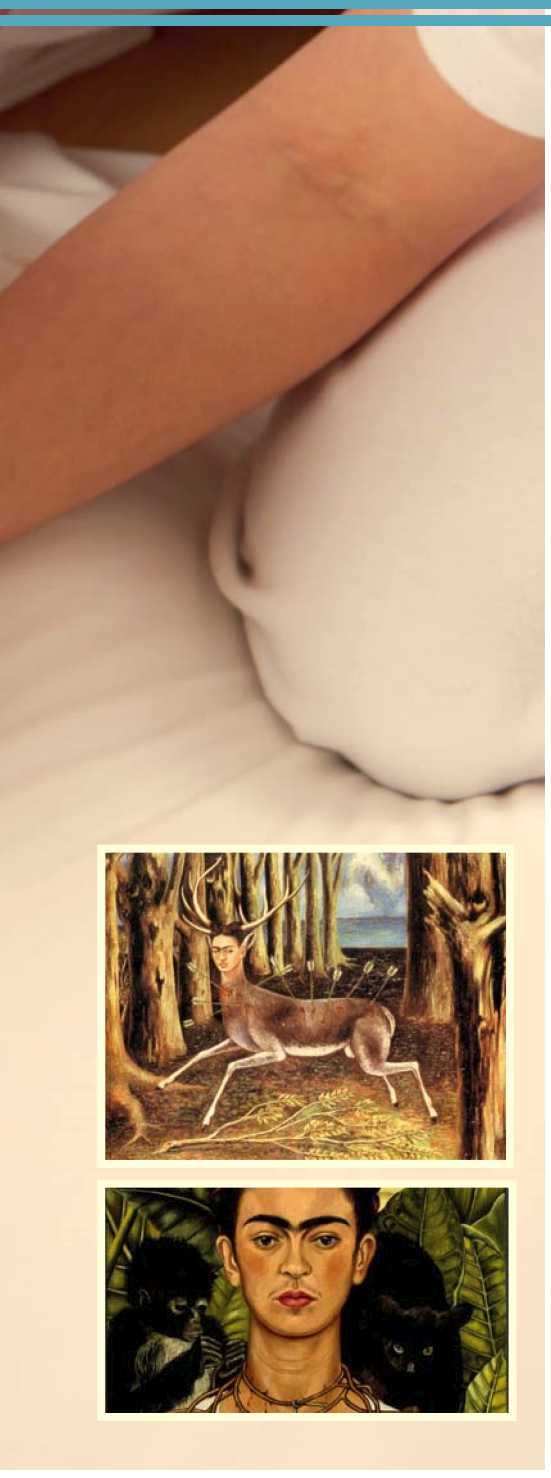
Donne, Shiatsu e fibromialgia

di **Rosina Bagnato**

In questi ultimi giorni mi è capitato di leggere sulle pagine del blog *#L'Arte dello Shiatsu* di una esperienza raccolta da un gruppo di studenti della Scuola di Medicina dell'Università di San Paolo in Brasile sull'utilizzo della pratica Shiatsu con persone sofferenti per fibromialgia.
Le varie sigle utilizzate dai ricercatori tipo ...VAS, STAI, PSQI, FIQ per raccogliere i feed back dai pazienti che avevano ricevuto alcuni cicli di trattamenti, mi avevano un po' frastornata, ma mi è tornata alla mente Bianca, una donna di mezz'età conosciuta tempo fa.

Integrazione. Collaboravo in un importante ospedale milanese, grazie anche all'illuminato punto di vista del dottor G. Giordano, fisiatra e primario del reparto di riabilitazione.
I risultati di integrazione della pratica Shiatsu davano un grande aiuto ad alcuni suoi pazienti con i quali instaurava sapienti relazioni, ponendo sempre al centro la persona; alcuni di loro, infatti, seguivano regolari cicli di trattamenti Shiatsu. Con discrezione seguiva

tel 02.29.40.40.11• fax 02.29.51.01.34



i loro cambiamenti ed evoluzioni, come un padre che vede i figli crescere e andar via da casa.

Delicatezza. Mi disse che avremmo dovuto avere molta pazienza, quando mi parlò di Bianca. "Serve la tua delicatezza", mi disse.
Bianca non conosceva nulla della pratica Shiatsu e fu colta di sorpresa quando le chiesi, al nostro primo incontro, di distendersi a terra sul fouton anziché sul lettino. Ebbe bisogno del mio aiuto per farlo; la sua rigidità mi sorprese a mia volta.

Dolore. Il solo contatto della mia mano sulla zona lombare la faceva sussultare. Sbuffava e lamentava forti dolori nonostante io non stessi ancora premendo. Cambiai allora territorio: se la regione lombare era così sofferente, forse lo sarebbe stato meno il bacino o la schiena; ero alla ricerca di trovare un pezzettino non doloroso dove appoggiare davvero una mano. Ma non lo trovai.
Il primo trattamento trascorse senza nemmeno poter fare una pressione; pareva che il suo corpo non conoscesse più nessun tipo linguaggio se non quello del dolore. Era una donna ancora giovane: cosa poteva esserle accaduto ?

Dialogo. Come spesso accade, i nostri Uke ci suggeriscono la giusta strategia indicando la modalità di approccio più adeguata in quel momento.
Così ho imparato con lei a praticare uno Shiatsu fatto di intenzioni: mi prendo cura di Te. Lo pensavo con tutta me stessa.
A volte lo Shiatsu non si manifesta solo nella Pressione, ma nella Passione che ci mettiamo nel farlo.
Con Bianca la mia intenzione alla pressione si è trasformata lentamente, sempre di più profondamente in dialogo, senza usare parole solo ascoltando quello che passa attraverso...
Non avevo mai conosciuto un corpo così devastato. Pareva avesse subito atroci torture.
Una parte del braccio era bollente e quella subito dopo ghiacciata. La pelle, ruvida e disidratata nonostante gli unguenti che Bianca si spalmava, era come scoraggiata e impaurita, mi parlava di profonde tristezze.
Nonostante il dolore che provava, inaspettatamente, continuò a presentarsi agli appuntamenti; abbiamo continuato a vederci per la nostra pratica Shiatsu sino a un paio di volte a settimana.
Insieme abbiamo cercato di ricostruire una relazione di fiducia, ritrovato una piacevolezza al contatto, una sorta di naturale armonia, fino anche a ridere, dopo, delle pecorelle disegnate sulla sua maglietta che parlavano di un'Irlanda piovosa.
Mi fece partecipe del dolore che provava durante i rapporti con il padre dei suoi figli. A suo dire non voleva sottrarsi a quelle richieste per non apparire ancora di più inadeguata..."Quel dolore è fuoco che brucia la carne..." mi confessava.
Quanto fanno male a volte le parole che ascoltiamo, ancora di più, a volte, quelle che pronunciamo. Rimasi senza nulla da dire. C'è chi dice che il dolore degli altri sia pur sempre un dolore a metà.

La "Sindrome Fibromialgica" è una patologia extrarticolare che interessa tutto il tessuto connettivo e che, sovente, coinvolge anche le pelvi "Vulvodinia". Prendiamocene cura.
Take care up



L'autrice

Rosina Bagnato è Operatrice Shiatsu, Istruttrice di Accademia Italiana Shiatsu Do, Vice Presidente Shiatsu Do OdV, Membro CVD di APOS
rosina.bagnato@tiscali.it
Tel. 340 9287424