

L'INIZIATIVA

Lo stress dei sanitari si può combattere con la meditazione trascendentale

La Società medico chirurgica e la David Lynch Foundation organizzano corsi per il personale impegnato contro il Covid

LUCCA. Nuova iniziativa della Società medico chirurgica lucchese che insieme alla David Lynch Foundation Italia e in collaborazione con l'Azienda UsI Toscana nord ovest ha avviato a Lucca il programma "Curiamoci di chi ci cura", con la realizzazione di specifici corsi rivolti al personale medico e sanitario per aiutarlo a superare il forte stress a cui è sottoposto in questo lungo periodo di super lavoro dovuto all'infezione da coronavirus.

«La nostra associazione – spiega **Daniela Melchiorre**, presidente della Società medico chirurgica lucchese (Smcl) – è formata da medici e si rivolge prevalentemente al personale medico e sanitario. In questo ultimo anno e qualche mese, la vita del personale sanitario è stata caratterizzata da super lavoro, grande tensione e responsabilità essendo ancora tutti in prima linea nella battaglia contro il Covid-19. In questo contesto i corsi della David Lynch Foundation Italia (Dlf Italia) si sono rivelati un valido strumento di aiuto, come ho potuto sperimentare in prima persona».

Il progetto "Curiamoci di chi ci cura" è realizzato grazie al finanziamento della Fondazione Cassa di Risparmio di Lucca, con la consulenza scientifica della Scuola Imt Alti studi di

Lucca con la collaborazione dell'Asl e sta già seguendo oltre 60 persone.

«Abbiamo finora attivato sette corsi – spiega **Fatima Franco**, collaboratrice di Lynch e vicepresidente della David Lynch Foundation Italia – di riduzione dello stress attraverso un metodo chiamato meditazione trascendentale, scientificamente validato, e sul quale anche in questo progetto si sta svolgendo una ricerca. Stiamo insegnando oggi ai medici e al personale ospede-

Il regista premio Oscar «Un servizio utile a tutta la comunità in tempo di Covid»

daliero lucchese una metodica che viene utilizzata in tutto il mondo da oltre 10 milioni di persone, appartenenti a qualsiasi ambito professionale. Un metodo facile e piacevole da imparare e da praticare, che una volta appreso si può mettere in atto autonomamente, e che si sposa anche con i ritmi di lavoro particolarmente elevati a cui le persone vanno incontro in periodi come questo».

Lo stesso Lynch, regista premio Oscar alla carriera e pluri-

premiato a Cannes e ai festival del cinema di tutto il mondo, racconta di aver scelto Lucca come sede della Fondazione di cui è anche presidente: «Tutto è iniziato quando sono stato invitato al Lucca Film Festival. Nell'ambito dei miei incontri, uno era pianificato sui benefici della meditazione trascendentale, e abbiamo trovato l'interesse di una scuola di Lucca dove **Fatima Franco**, che è istruttrice di Mt e vicepresidente della Dlf Italia, ha iniziato a insegnare la meditazione. A seguito di questo progetto nella scuola, è stata anche avviata e poi pubblicata una ricerca scientifica sui benefici della Mt, che sono a disposizione di tutti. Data la grande curiosità e l'interesse, abbiamo continuato a offrire la Mt a tutti i cittadini».

A causa della pandemia mondiale la Fondazione David Lynch ha avviato in molti paesi un progetto chiamato "Heal The Nealers Now – Curiamoci di Chi ci Cura".

«Il personale sanitario – aggiunge il regista – soprattutto di prima linea: medici, infermieri, staff si sono fatti carico di stress e fatica tremendi per salvare la vita di pazienti affetti da Covid 19. La Dlf Italia ha ora iniziato a insegnare la meditazione trascendentale anche agli operatori sanitari



Il regista David Lynch e la vicepresidente della Fondazione, Fatima Franco



La dottoressa Daniela Melchiorre, presidente della Società medico chirurgica lucchese

dell'ospedale San Luca, della cittadella della salute "Campo di Marte" e delle altre strutture di Lucca che hanno aderito ai primi corsi. In una videoconferenza che ho avuto con loro, sono stati riportati ottimi risultati ottenuti in poco tempo: più rilassamento, meno ansia e stress, più energia, mente chiara con maggiore capacità di osservare, capacità di disinnescare fattori di tensione. Per questo motivo abbiamo avuto l'idea di una campagna "Un'a-

zienda, un ospedale". Immaginate un'azienda che finanzia per aiutare il personale sanitario di un ospedale ad affrontare lo stress tossico. Che grande servizio questa ditta renderebbe all'intera comunità e che grande fiore all'occhiello sarebbe per quell'azienda. Verrebbe onorata, rispettata e ringraziata da tutti i medici, gli infermieri, lo staff, e tutti i pazienti nell'ospedale beneficerebbero di questa generosità. Immagino una Lucca felice, sa-

na, senza stress, e noi della Dlf Italia stiamo lavorando per farlo diventare realtà. Se lavoriamo tutti insieme, possiamo farlo accadere».

Attualmente la Società medico chirurgica lucchese e la David Lynch Foundation Italia si stanno attivando per poter dar vita anche ad altri corsi, con la possibilità di aprire anche a normali cittadini che vogliono apprendere il metodo per vincere lo stress. –

IL RIPRODUZIONE RISERVATA

L'EMERGENZA CORONAVIRUS

I contagi sono stazionari, calano i ricoveri al San Luca

Intanto infuria la polemica politica sulla mancata attivazione dell'hub vaccinale Fantozzi e Martinelli (Fdi) contro l'assessore Baccelli

LUCCA. Contagi stazionari e ricoveri in calo. Ma, soprattutto, un altro giorno senza vittime imputabili al Covid. Il bollettino dell'Asl sull'andamento del coronavirus rende quella luce in fondo al tunnel un po' più splendente. Tra Piana, Lucca città e Valle erano infatti 12 i nuovi positivi di ieri, appena tre in più rispetto ai nove del giorno prima, quindi un cambiamento minimo e su numeri ben più bassi rispetto a quelli di appena poche settimane fa. Sei i nuovi positivi registrati a Lucca, due quelli di Altopascio e Porcari, uno ciascuno per Capannori e Barga. Un altro ele-



Una vaccinazione (FOTO DI ARCHIVIO)

mento incoraggiante arriva dall'ospedale San Luca, dove prosegue, costante, il calo dei ricoveri al reparto Covid, passati dai 43 di martedì ai 39 di ieri. E anche in terapia intensiva si passa da dieci a nove ricoveri.

Intanto il consigliere regionale **Vittorio Fantozzi** e il consigliere comunale **Marco Martinelli**, entrambi di Fdi, intervengono sulla mancata attivazione dell'hub vaccinale a Lucca, legata a loro avviso a motivi politici: «Con il Polo fiere si è persa una grande occasione per accelerare le vaccinazioni nel territorio di Lucca. Come hanno detto anche i sindaci, senza un hub efficiente e di certe dimensioni i vaccinati saranno sempre pochi. Le lotte interne al Pd stanno penalizzando i cittadini e la città di Lucca. È evidente lo scontro tra l'area dell'as-

sessore regionale **Stefano Baccelli** e il resto dei sindaci targati Pd: il primo ha voluto investire sulla struttura del Campo di Marte, inaugurata e mai utilizzata a causa della mancanza di personale. La politica regionale ha sacrificato Lucca rafforzando altri poli sanitari ed emarginando il nostro territorio».

Marco Remaschi, sindaco di Coreglia e leader regionale di Azione, interviene invece sui due errori – uno a Massa, un altro a Livorno – nella vaccinazione con due persone che hanno ricevuto dosi in eccesso.

«Diverse le cause possibili – afferma Remaschi –. La stanchezza e lo stress degli operatori, ormai provati da mesi di turni massacranti? L'assenza di procedure di sicurezza nella preparazione e nella somministrazione dei

vaccini? L'adozione di procedure sbagliate? La formazione insufficiente del personale sanitario a questi compiti? Il fatto che il Centro regionale per la sicurezza del paziente non abbia una direzione medica richiama alle proprie responsabilità il presidente **Eugenio Gianni** e l'assessore regionale **Simone Bezzini** che non hanno ancora provveduto, dopo ben otto mesi, alla nomina dei dirigenti del governo clinico regionale, insensibili alle numerose sollecitazioni, sia dei consiglieri della loro stessa maggioranza che dell'opposizione. Il centro gestione rischio clinico è stato messo letteralmente in ginocchio e questo è un chiaro esempio di cattiva amministrazione, alla quale è opportuno trovare una soluzione al più presto». –

IL RIPRODUZIONE RISERVATA