



## Lutto in caso di cancro

**Il lutto si manifesta sempre quando si percepisce una perdita come un evento traumatico nella propria vita. Esso può esternarsi tramite reazioni e comportamenti sia a livello fisico sia emotivo.**

Il lutto viene definito come il processo di superamento di una fase di separazione, di malattia, di morte e del periodo che subentra dopo il decesso di una persona a noi cara. Durante il decorso della malattia, le persone malate di cancro\* e i loro familiari vivono diverse situazioni alle quali possono reagire manifestando i sintomi del lutto: al momento della diagnosi, durante e al termine delle terapie, ma anche al ritorno alla vita quotidiana «normale» o durante gli ultimi giorni di vita.

### **Il lutto per le persone malate o in fin di vita e per i loro familiari**

Quando una malattia oncologica progredisce e i tumori o le metastasi non possono essere (più) curati, diventa inevitabile confrontarsi con la caducità della vita. La malattia, le terapie e le loro conseguenze hanno ripercussioni sulle capacità fisiche, psichiche e intellettuali dei pazienti e possono limitare gradualmente il loro stile di vita. I cambiamenti vissuti in prima persona hanno effetti sulla percezione di sé e degli altri per quanto concerne l'immagine che si ha del proprio corpo, il proprio ruolo e la propria autostima. A volte coloro che circondano la persona malata reagiscono ritraendosi o mostrandosi eccessivamente sollecitate.

Talvolta i malati e i loro familiari devono pertanto rinunciare a molto e subire molte perdite: nel loro mondo che diventa sempre più piccolo, il lutto si può manifestare nelle forme più svariate. Le reazioni all'inevitabile morte delle persone colpite sono anch'esse molto diverse. Esse possono spaziare da uno stato di shock e di chiusura in se stessi fino all'accettazione e sono accompagnate da stati emotivi assai eterogenei.

Nel corso dell'evoluzione della malattia, alcune persone arrivano ad un punto in cui riescono ad accettare la loro imminente dipartita. Altre invece sperano fino all'ultimo momento di potere guarire. Occorre accettare entrambi gli atteggiamenti. **Non esiste un «buon modo o un modo giusto» per morire. La morte di una persona è individuale quanto lo è la sua vita.**

Quando la guarigione non è (più) possibile (terapia curativa) si parla di trattamenti/cure palliative, che perseguono lo scopo di offrire al paziente la migliore qualità di vita possibile durante il tempo limitato che rimane loro. Oltre all'alleviamento esaustivo dei sintomi che affliggono la persona malata, le cure palliative integrano sia gli aspetti psicologici sia quelli spirituali. Ai malati e ai loro congiunti viene offerta l'opportunità e il supporto per gestire al meglio la loro difficile situazione (per es. assistenza spirituale, psico-oncologia).

### **Accompagnamento nella fase di cure palliative**

Vivere in prima persona la situazione di un proprio caro che diventa sempre più debole e che alla fine muore può essere devastante. Per questo è importante che i familiari siano coinvolti e informati su tutto nelle ultime fasi di vita della persona a loro cara. Siate coraggiosi ed esternate quanto vi sta a cuore:

- Incoraggiate la persona in fin di vita a seguire un piano d'emergenza medico e a disporre le direttive anticipate, qualora tali supporti decisionali **non** siano **ancora** stati predisposti nel caso di incapacità di discernimento. Conoscere le volontà presunte della persona malata aiuta molto e sgrava anche i familiari.
- Chiedete in ogni momento al medico curante oppure all'équipe curante cosa potrebbe subentrare nel corso del successivo stadio della malattia e quali opzioni sono disponibili per quanto concerne l'alleviamento dei dolori.
- Esternate le vostre preoccupazioni e i vostri timori. Prendetevi tempo a sufficienza per parlarne con l'équipe curante e anche per avvalervi di un supporto spirituale.

L'accompagnamento dei familiari durante la malattia tumorale della persona cara e dopo la sua morte ha come scopo di aiutarli a gestire meglio il lutto e discutere di temi di cui è difficile parlare.

\* Per un uso non sessista della lingua, nelle guide informative viene utilizzata in alternanza la forma maschile e quella femminile. In questo modo ci rivolgiamo sia alle donne che agli uomini.

In determinati casi, dopo la morte della persona cara i familiari necessitano di un supporto, come per esempio un colloquio con il medico curante oppure con uno specialista dell'équipe curante.

La maggior parte delle persone vivono il lutto come un processo normale e non necessitano di un'assistenza professionale successiva. Se tuttavia una persona vive la morte in modo traumatico, il rischio di un lutto complesso da gestire può aumentare. In taluni casi ciò può provocare persino una depressione che necessiterà di un trattamento psicologico o psichiatrico. Qualora doveste aver bisogno di aiuto, in calce alla presente guida informativa troverete alcuni indirizzi utili per ricevere consulenza e supporto.

### Offerte per persone in lutto

- Le organizzazioni di assistenza speciale palliativa (Spitex, SEOP) offrono alle persone in lutto degli appositi caffè o luoghi di incontro per superstiti (chiamati in tedesco *Trauercafés* o *Hinterbliebenentreffen*). Percepire la solidarietà di persone che hanno vissuto esperienze simili può rivelarsi un supporto prezioso.
- Per trovare un certo sollievo nei periodi di profondo lutto, i *rituali*, come le commemorazioni o le orazioni, rivestono un ruolo importante. Le celebrazioni possono essere di natura laica o religiosa.

Le vostre Leghe contro il cancro cantonali e regionali saranno liete di trasmettervi i rispettivi contatti: [www.legacancro.ch/regione](http://www.legacancro.ch/regione)

### Informazioni e indirizzi di supporto

L'argomento in questione viene trattato in modo più approfondito negli opuscoli della Lega contro il cancro «Scelte di fine vita», «Accompagnare un malato di cancro» e «Quando anche l'anima soffre». Tali opuscoli possono essere scaricati gratuitamente nello shop della Lega contro il cancro. [www.legacancro.ch/shop](http://www.legacancro.ch/shop)

Ulteriori informazioni sono reperibili sul sito Internet della Lega contro il cancro all'indirizzo: <https://www.legacancro.ch/il-cancro/cure-palliative/>

Associazione Svizzera per la medicina, la cura e l'accompagnamento palliativi: [www.palliative.ch](http://www.palliative.ch)

Le chiese riformate e cattoliche della Svizzera offrono aiuto per tutti i problemi quotidiani: [www.seelsorge.net](http://www.seelsorge.net) (solo in lingua tedesca)

### Per maggiori informazioni e domande:

- Linea cancro: 0800 11 88 11, [helpline@legacancro.ch](mailto:helpline@legacancro.ch)
- [http://www.legacancro.ch/it/vivere\\_con\\_il\\_cancro/consulenza\\_e\\_assistenza/la\\_lega\\_della\\_sua\\_region/](http://www.legacancro.ch/it/vivere_con_il_cancro/consulenza_e_assistenza/la_lega_della_sua_region/)
- Media: [media@legacancro.ch](mailto:media@legacancro.ch)

### Impressum

Lega svizzera contro il cancro  
Effingerstrasse 40, casella postale, 3001 Berna  
tel. 031 389 91 00, fax 031 389 91 60  
[info@krebsliga.ch](mailto:info@krebsliga.ch), [www.legacancro.ch](http://www.legacancro.ch)

Questa guida informativa è disponibile in tedesco/francese/italiano sul sito [www.shop.legacancro.ch](http://www.shop.legacancro.ch).

© 2018 Lega svizzera contro il cancro, Berna