



Se ne parla a Roma dal 28 ottobre al 4° Simposio Internazionale di Qigong in Italia. L'esperienza nella pratica di questa terapia integrata presso il Centro di Senologia della Fondazione Policlinico Universitario A. Gemelli



Prof. Riccardo Masetti

Roma, 20 ottobre 2017 – “Allenare” (*gong*) l’energia vitale con la pratica del Qigong, una antica disciplina cinese. Il Qigong consiste in un lavoro contemporaneo su corpo, respiro e mente, con posizioni e posture particolari, esercizi di respirazione, visualizzazioni mentali, con tecniche specifiche per liberare il diaframma, rilassare la muscolatura e sciogliere le articolazioni. Tale pratica può aiutare i pazienti oncologici nella lotta contro la malattia, alleviando importanti sintomi correlati al tumore come la *fatigue*, i disturbi del sonno, la depressione.

Lo spiega il dottor Stefano Magno, Responsabile del Servizio di Terapie Integrate del Centro di Senologia del Policlinico Universitario A. Gemelli di Roma in occasione del 4° Simposio Internazionale di Qigong in Italia, a Roma, dal 28 ottobre al 1° Novembre 2017 presso l’auditorium di via del Serafico dal titolo “DiamoQi dentro! Nutrimento e Consapevolezza promosso dalla Associazione NeiDao – La Via Interiore.

In collaborazione con il 18° Congresso Mondiale di Qigong/Tai Chi/TCM, e col patrocinio della Fondazione Policlinico Universitario A. Gemelli, il simposio – presieduto dalla dottoressa Marisa Vocca, Responsabile Associazione NeiDao - vedrà riuniti a Roma relatori di fama mondiale da diversi paesi: Cina e Hong Kong, Giappone, USA, Canada, Olanda, Inghilterra, Irlanda ed Iran. Interverranno anche

molti relatori da tutta l'Italia.

Sarà presente anche il professor Riccardo Masetti, Direttore Unità Operativa di Chirurgia Senologica e del Centro Integrato di Senologia del Gemelli e Presidente di Susan G. Komen Italia.

Il Simposio è patrocinato anche dalla Komen Italia, oltre che da alcune delle più importanti organizzazioni di Qigong e Medicina Cinese nel mondo e in Italia. L'evento è inserito anche nell'offerta formativa del Master Universitario di primo livello "Terapie Integrate nelle patologie oncologiche femminili", promosso presso la sede di Roma dell'Università Cattolica del Sacro Cuore.

Il Qigong alleato contro i tumori

"Il Qigong insegna a conoscere, coltivare e saper guidare la propria energia vitale attraverso l'uso consapevole di corpo, respiro e mente. Il suo scopo è migliorare la salute fisica e il benessere interiore del praticante, sfruttando le potenzialità naturali di riequilibrio e di autoguarigione dell'essere umano", spiega la dottoressa Vocca.

"Diversi studi clinici hanno dimostrato l'efficacia del Qigong in oncologia - spiega il dottor Magno - L'attività può essere rivolta a tutte le pazienti, è priva di controindicazioni, anche durante i trattamenti più aggressivi, e in tutte le fasi del percorso terapeutico può costituire una risorsa preziosa per un più rapido e completo recupero del benessere psico-fisico durante ed al termine delle terapie".

"Con la pratica del Qigong - spiega la dottoressa Vocca - si annulla pressoché del tutto la depressione, la fatigue legata alle terapie, così come la nausea e i problemi intestinali e molti altri effetti secondari della chemio e della radio, nonché gli effetti collaterali delle cure ormonali (dolori articolari e ossei, gonfiore) diminuiscono radicalmente. Le pazienti sono più vitali, e si sentono più protagoniste del loro corpo e della loro salute, oltre che più attive nel ricercare il perché profondo della loro malattia. Come effetto della pratica si nota anche da fuori una respirazione più libera e profonda, dovuta al diaframma riattivato quasi istantaneamente, e un miglioramento del tono muscolare. Le pazienti escono rilassate e gioiose, senza più dolori di schiena, collo o testa".

Anche l'Organizzazione Mondiale della Sanità ha avviato un Piano strategico 2014-2023 per la promozione delle Medicine tradizionali e il loro inserimento basato su evidenze scientifiche nei sistemi sanitari nazionali, anche in ragione della loro sostenibilità economica in epoca di forte aumento della spesa sanitaria.