

## CLOWNTERAPIA:

### un mondo fatto di colori e salutari risate!

Uno sguardo alle attività delle realtà locali di volontariato che regalano sorrisi terapeutici.

di SILVIA COLOMBO

**C**hi di voi non ha mai sentito parlare di Patch Adams, portavoce per eccellenza della risata terapeutica? Dal punto di vista scientifico la risata provoca una serie di modificazioni fisiologiche benefiche: riduzione del livello d'ansia, aumentata secrezione di sostanze analgesiche naturali, le beta-endorfine, che hanno effetti benefici sul sistema cardiovascolare e sul sistema immunitario, ed altri ancora.

Il gruppo internazionale Arise ha dimostrato che la "comico-terapia" contribuisce dunque a favorire la salute fisica e mentale, facilita il processo di rilassamento e di protezione dallo stress, può agire come fattore di protezione dalle malattie in tutti quei soggetti che la ricevono volontariamente.

Anche sul nostro territorio nel corso degli anni sono nate diverse associazioni di volontariato a sostegno della terapia del sorriso.

Tra le tante troviamo l'associazione "I colori del sorriso VIP Varese" in collaborazione con l'associazione nazionale "ViviamoInPositivo Italia Onlus"; questa realtà locale, che opera in strutture quali gli ospedali di Varese, Busto, Cittiglio e Saronno, case di riposo (Luino e Cuasso al Monte) e centri per disabili (Balerna-Svizzera), vede tra le sue fila molti tra gli studenti della facoltà di Medicina e Chirurgia dell'Università Insubria di Varese. Saranno le loro voci a raccontarvi questa grande esperienza di vita e volontariato.

**NOME:** Marco Daverio, Clown RAPANELLO

**ETÀ:** 21 anni

**PROFESSIONE:** studente di medicina

***Da quanto tempo presti servizio come clown di corsia?***

Dal 15 Marzo 2005.

***Come hai fatto a diventare clown?***

Con un'attività facoltativa organizzata dal SISM (Segretariato Italiano Studenti di Medicina) e con il finanziamento dell'Università degli Studi dell'Insubria di Varese. Grazie a loro ho potuto seguire il corso di formazione: una tre-giorni stancante, divertente ma indelebile nei miei ricordi.

***Cosa ti ha spinto a farlo?***

Per prima cosa la curiosità verso una nuova esperienza da vivere assieme ad altri compagni di università; poi la possibilità di impegnare costruttivamente il mio tempo per portare allegria e sorrisi nelle camere di ospedale, dove il tempo scorre lento e dove certo non regna il buonumore.

***Quanto tempo dedichi a questa attività?***

Uno o due pomeriggi al mese. Ogni servizio dura circa 3 ore.

***Un clown di corsia veste un camice molto personalizzato, il volto truccato ad arte ed un naso rosso. Parlaci del tuo camice.***

La base è bianca, ognuno lo personalizza riempiendolo di colore. Ho disegnato il mio nome clown sulla schiena con una scritta molto colorata e ben visibile, poi, sul resto del camice, alcuni divertenti personaggi della Disney che piacciono molto ai bambini: Pluto, Paperon de Paperoni, Bianca e Bernie.

***Indossare il naso rosso ora per te cosa significa?***

Significa essere portatore di sorrisi e gioia in qualunque circostanza tu lo stia indossando. Direi che più di tutto è il nostro marchio di riconoscimento. Non passi mai inosservato con il naso rosso ed i bambini poi ne vanno matti!

***I degenti che per la prima volta vi vedono rispondono positivamente alla vostra presenza?***

Direi di sì, anche se questa risposta positiva arriva in tempi diversi da persona a persona. Innanzitutto devo dire che noi non prestiamo servizio solo nei reparti di pediatria, copriamo bene o male tutte le fasce di età, dunque la sola differenza di età tra paziente e paziente non permette una generalizzazione della risposta. Comunque ci sono pazienti che manifestano subito la loro felicità nel vederci, come i bambini, invece altri un pochino più diffidenti o spaventati ma anche loro, poco a poco, grazie a giochi, scherzetti e trucchi di magia, si sciolgono e si lasciano andare.

***Sembra essere sempre una splendida e divertente esperienza anche per voi.***

No, non sempre purtroppo. Certe situazioni rendono molto difficile a livello emotivo e personale lo svolgimento del tuo servizio. Non tutte le condizioni ti permettono di essere spensierato e rilassato da subito. Per esempio ricordo di un bambino tetraplegico sdraiato nel suo lettino d'ospedale: era difficile pensare di essere lì a ridere per farlo ridere.

***Come hai fatto quella volta a superare un comprensibile blocco emotivo?***

Una regola, la prima regola del codice del clown...non possiamo e non dobbiamo interessarci, per così dire, dello stato clinico del paziente, sebbene in certi casi la realtà sia evidente. Non chiediamo mai per quali motivi i pazienti sono ricoverati, insomma,

manteniamo una dovuta “distanza” durante il servizio; ciò nonostante certe realtà sono difficili da dimenticare. Il nostro obbiettivo è e resta far sorridere indipendentemente dalla condizione di salute più o meno grave del ricoverato.

**Credi che questa vostra missione sia realmente di aiuto a pazienti e parenti?**

ASSOLUTAMENTE Sì. Sono gli stessi bambini (principalmente presto servizio in pediatria) a chiederci come mai non andiamo più spesso a farli svagare, rallegrare e distrarre dalla tristezza e dalla noia che si incontrano nei reparti ospedalieri. Il parere dei genitori poi è il medesimo.

**Qual'è la reazione del personale medico in turno durante i vostri servizi?**

Il personale è accogliente e direi anche collaborante. Siamo lì, è vero, ad allietare i pazienti ma anche il personale ne trae beneficio; qualche volta riusciamo anche a coinvolgere medici e infermieri in qualche scenetta o trucco di magia.

**Che cose hai imparato da questa esperienza?**

Ho imparato quale sia il valore di un sorriso e questa consapevolezza mi ha arricchito a livello personale nella vita di tutti i giorni. Si impara a sorridere, è proprio il caso di dirlo, a sorridere sempre, anche nelle disgrazie. Credo nella risata come medicina perché, più che i benefici scientificamente provati nella guarigione, ti dà la carica psicologica ed emotiva giusta per guarire e non solo da malattie fisiche comprovate. Risata dunque come farmaco in senso lato.

**Consigliaresti ad altri questa esperienza?**

Certamente! L'ho già consigliata a molte persone. Chiunque può svolgere questa attività, dai più spigliati ai più timidi, serve solo voglia di divertirsi e far divertire oltre che motivazione. È un'esperienza che arricchisce il quotidiano di chi fa ridere oltre di chi ride.

**DATA:** 15 Ottobre 2005

**NOME DEL VOLONTARIO:** Francesco Pellegrini, Responsabile progetto “Cliniclown” Università degli Studi dell’Insubria-Varese.

**NOME CLOWN:** Ghigo

**OSPEDALE:** Ospedale Filippo del Ponte

**REPARTI VISITATI:** Pediatria – Pronto Soccorso

**CLOWN ANGELI (Clown esperti che fanno da guide ai nuovi clown):** Tortello - Sgabello

**COMPAGNI D'EQUIPE:** Nebbia

*Pazzesco! 850.000 bambini scatenati pronti ad accogliere 4 clownini piccini piccini. Prima di partire un'ora e mezza dedicata al trucco... per ottenere una gran schifezza, dopo neanche 5 minuti di servizio era già tutto sbavato! Completo il look con una molletta in testa, mi carico di qualche giochetto di magia, palloncini e tanto coraggio; accompagnato dal "qua qua" della paperetta di Tortello partiamo per l'avventura. Due chiacchiere in sala giochi con tre bambini occupati a preparare prelibatezze culinarie (un risotto e qualche spaghetti.. rigorosamente di plastica!). Ci avviamo poi verso il Pronto Soccorso dove incontriamo un gruppetto di dolci passerottini: un bambino bavoso tanto ciucciottello con un bavaglione, poi F., M. e J.. Mi fermo da J. ed inizio a giocare con lui; qualche spada, un gioco di magia ed eccolo sorridere contento al pari di mamma e papà. Dopo aver rallegrato qualche altro marmocchietto ritorniamo su in reparto dove organizziamo una mega partita di calcetto con Sgabello, Tortello e S.! Iniziamo il giro delle stanze. Nebbia ed io passiamo da L., un bambino molto simpatico e con una cultura di automobili migliore di Lapo. Riempiamo la camera di palloncini e allegria. Cambiamo stanza e ci avviciniamo poi a S. ed al suo fratellino che è dolce dolce ma con una gran voglia di ridere ed agitarsi, gli lasciamo un fiore sul lettino e passiamo da F., un bambino dormiglione che la mamma invano prova a svegliare... anche a lui lasciamo un fiorellino portando così un po' di colore e sorrisi nella sua stanza grigia.*

*In tutto questo discorso ho presentato l'allegria, la gioia e la felicità e la spensieratezza che ci accompagna nei servizi. Purtroppo non è sempre così... Quel giorno infatti appena entrati ci è stata data notizia della morte di un bambino che ci aveva accompagnato in molti nostri servizi al Ponte. Cerco di non pensarci ma soffro per lui e per i suoi genitori. Penso anche alla mamma di S. che si era nascosta in bagno a piangere dopo aver ricevuto notizie poco confortanti. Come è difficile essere spensierati e riuscire a ritrovare la forza per continuare quando si è di fronte a queste situazioni, ma ciò che spero è di riuscire comunque a dare una piccola mano anche a queste persone e a questi bambini per far sì che possano superare con meno difficoltà questi tremendi ostacoli che la vita pone lungo il nostro cammino. Cerco di non pensarci, vado a letto e prego per quel bambino e per la sua famiglia.*

**A** me non resta che ribadire il messaggio che tutti i volontari con tanta dedizione e semplicità nel loro piccolo divulgano: il valore del sorriso! Sia che si sia o non si sia clown di corsia. Perché la sofferenza non è soltanto negli ospedali e non affligge esclusivamente il corpo e perché la gioia deve essere ovunque, ovunque è l'uomo che è capace di farla esistere.

Allora regaliamo e regaliamoci più spesso un sorriso. Arricchiremo chi lo riceverà senza impoverire noi stessi. Poiché “...nessuno è così ricco da poterne fare a meno e così povero da non poterlo regalare...Crea felicità, è segno di amicizia, dà riposo alla stanchezza, nello scoraggiamento rinnova il coraggio, nella tristezza è consolazione...” (P. Faber).