



20 gennaio 2020

La Sport Therapy di Tommaso in ospedale per i piccoli malati

L'ultimo progetto del Comitato Maria Letizia Verga di Monza. Piano di allenamenti per 183 pazienti in cura, ideato da un ragazzo che da bambino guarì dalla leucemia



Tommaso Moriggi ha solo tre anni quando riceve una diagnosi di leucemia, eppure, del periodo di cure, ricorda tutto. «Il sorriso dei medici e degli infermieri, ma anche la sofferenza per l'impossibilità di muovermi e di correre». Oggi Tommaso ha 30 anni, un fisico atletico e una laurea specialistica in Scienze Motorie all'Università Cattolica di Milano. È uno dei duemila guariti a Monza negli ultimi quarant'anni e qui è tornato per proporre ad Andrea Biondi, il medico che lo ha guarito e che oggi è direttore della Clinica Pediatrica della Fondazione Monza e Brianza per il bambino e la sua mamma (Mbbm) all'ospedale San Gerardo, un progetto di Sport Therapy per i giovani pazienti che è diventato il tema della sua tesi di laurea.

Insieme con Francesca Lanfranconi, medico dello Sport e ricercatrice in Fisiologia umana, Tommaso ha studiato un piano di allenamenti per i bambini e i ragazzi in cura o post trapianto, modulato a seconda dell'età e del momento delle terapie. Da due anni lo sport è entrato nelle cartelle cliniche dei giovani pazienti dai tre ai diciotto anni in cura al Centro Maria Letizia Verga, punto di riferimento internazionale per la ricerca e la cura delle oncoematologie pediatriche.

Una eccellenza nel mondo

Una novità assoluta in Italia, così come innovativa è la storia di questo centro pubblico, inaugurato nel 2015 e interamente finanziato dal Comitato di genitori fondato da Giovanni Verga nel 1979 per ricordare la figlia, un angelo biondo passato a soli quattro anni dalle piste da sci al letto di un ospedale. All'ultimo piano dell'edificio, gestito dalla Fondazione Monza e Brianza per il bambino e la sua mamma, è arrivata anche una palestra, grazie al contributo di «30 ore per la vita». **E poi un giardino pensile di 400 metri quadri con una pista per correre tra camelie, piante aromatiche e vinche blu portate da Myplant & Garden, il salone internazionale del verde di Milano in collaborazione con Fondazione Minoprio. «Abbiamo finora all'attivo- spiega Tommaso - mille sessioni di allenamento per 183 pazienti. Bambini e ragazzi si allenano due volte alla settimana in palestra o in camera e una volta a casa grazie a un kit di preparazione che diamo ai genitori». Esercizi aerobici, di forza, di equilibrio, agilità e stretching finale scandiscono i tempi dell'allenamento.**

Specialisti al lavoro

Ai quattro scienziati dello sport che seguono i piccoli gruppi di pazienti si affiancano specialisti di diverse discipline: Roberto Redaelli di Inter Campus segue gli appassionati di calcio; Massimiliano Gerosa, guida alpina, si dedica alla parete da arrampicata; Matteo Bellenda del Golf Milano porta anche nelle camere mazze e palline; Nadia Besana ha iniziato da poco le lezioni di yoga. «Bambini e ragazzi sono molto felici di questa attività- spiega Francesca Lanfranconi, coordinatrice del progetto - e la cosa più bella è vederli saltare giù dal letto per venire in palestra anche in quei giorni in cui le terapie hanno effetti collaterali pesanti. Lo sport è uno straordinario momento di inclusione sociale in cui escono dalle camere per stare insieme».

Gli studi internazionali

I risultati raccolti nei primi due anni, appena presentati a Catania al Congresso della Società Italiana di oncoematologia pediatrica, parlano chiaro: «Ospedalizzazione, immobilità e allettamento protratti provocano progressiva perdita di massa muscolare - spiega Lanfranconi - ma il progetto di sport therapy ha dimostrato che chi ha seguito con costanza gli allenamenti ha migliorato la capacità aerobica, ha ridotto il tempo necessario per salire e scendere le scale, ha aumentato la forza degli arti inferiori e superiori, la motricità e i tempi di reazione». I risultati saranno condivisi con i colleghi di tutto il mondo, così che anche altri centri di oncoematologia pediatrica in Italia e all'estero possano introdurre lo sport tra le terapie necessarie a migliorare la salute dei bambini in ospedale.