

SaronnoNews

La cura di chi cura, dal Varesotto un progetto per non lasciare soli medici, infermieri e caregiver

Mariangela Gerletti · Thursday, October 1st, 2026

Chi si prende cura di chi si prende cura degli altri? È il tema al centro dell'intervista a **Michela Prando**, attrice, regista, pedagogista teatrale e operatrice di teatro sociale, ospite mercoledì 30 settembre a **“La Materia del Giorno”**.

Michela Prando lavora da cinque anni in molte Asst lombarde, ma anche al Gaetano Pini e al Niguarda, portando progetti di teatro sociale rivolti in particolare a chi ricopre lavori di cura: «Negli ospedali ho trovato molta sofferenza e molta solitudine. **Non solo in chi chi vive la malattia ma anche in chi assiste**, dagli infermieri ai medici, dagli ASA agli OSS, fino a chi lavora nelle cure palliative o in camera mortuaria. Persone che si fanno carico delle sofferenze degli altri, delle loro storie, e assorbono emozioni, dolori, solitudini ma **spesso non hanno a loro volta chi si occupi di loro**».

Il teatro per prevenire il burnout

Da qui l'idea, condivisa con diverse Asst, di usare l'arte per prendersi cura degli operatori, evitando il burnout anche **attraverso laboratori teatrali e altre forme di arteterapia**, in giornate riconosciute come orario di lavoro: «Sono interventi richiesti spesso dai risk manager, le figure che si occupano di migliorare la vita di pazienti e operatori, perché se gli operatori stanno meglio sono anche in grado di resistere meglio alla fatica e allo stress dei loro ruoli e dunque fornire una risposta migliore nel loro lavoro di cura», spiega Michela Prando.

Alla base c'è **il riconoscimento dell'Organizzazione mondiale della sanità** che, dal 2019, dopo l'analisi di oltre tremila progetti, ha certificato i benefici delle arti sulla salute. «Nei laboratori si usano anche scrittura e medicina narrativa: gli operatori ascoltano ogni giorno storie di dolore e, quando vengono invitati a scrivere, ne fanno emergere alcune anche di vent'anni o trent'anni prima. Storie che, se tenute dentro, finiscono nelle posture, nei silenzi, nei mal di testa e nel mal di schiena. Scrivere aiuta a scegliere le parole, e il corpo, che di parole ne dimentica molte, invece ricorda tutto».

Aggressioni e comunicazione empatica

Tra i temi affrontati durante l'intervista c'è anche quello delle **aggressioni al personale sanitario**. «Gli operatori sono passati – dice Prando – da “eroi del Covid” a “mostri”, mentre non esistono né gli uni né gli altri, ma solo persone che lavorano e credono nel loro mestiere. Dietro la rabbia di chi

si trova in fila per un esame medico c'è spesso l'angoscia della malattia e della morte, la fragilità che ci accomuna tutti. **Per questo nei corsi diamo ampio spazio alla “descalation”**: tecniche di comunicazione gentile ed empatica, che il teatro conosce bene, per imparare ad abbassare i toni dell'altro». La comunicazione, inoltre, conta anche per la sicurezza di utenti e operatori: «E' stato rilevato che l'80% degli eventi sentinella in ospedale è legato a problemi di comunicazione».

Un progetto per i caregiver

Problemi e situazioni che interessano anche i **caregiver familiari**, chi assiste un parente spesso senza cambio e senza sostegno, con una solitudine ancora più forte che diventa più forte proprio quando c'è un legame di parentela. Michela Prando – che ha fondato **l'associazione Kur'Art**, che si occupa di prescrizione sociale e riunisce professionisti di arti diverse, dal teatro alla biblioterapia all'arteterapia – lavora anche a dei **progetti dedicati proprio ai caregiver familiari**.

«Con la **Casa davanti al Sole di Venegono**, già attiva con i caregiver e con un caffè pensato come luogo di incontro, è in fase di scrittura un progetto per creare nuovi spazi di sollievo, rivolto a un gruppo di caregiver tra Venegono e Tradate. Il tema sarà sempre più attuale con l'invecchiamento della popolazione».

Non solo sanità

«Il tema della cura non riguarda solo gli ospedali o chi si occupa di assistenza: **il burnout esiste in ogni lavoro, e l'arte terapia attraverso il teatro può essere efficace in tante situazioni**, come abbiamo visto lavorando con alcune aziende. “La cura passa dalla comunicazione”, è il messaggio di fondo. Un lavoratore che sta meglio, una comunicazione efficace tra le persone, relazioni più autentiche aiutano in ogni contesto».

This entry was posted on Thursday, October 1st, 2026 at 10:47 am and is filed under [Salute](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.