

# E MI SI SPEZZÒ IL CUORE...

Carolyn Burggraf  
Responsabile Canton Ticino  
SIDS Svizzera



Q

uante volte sentiamo queste parole per descrivere un momento triste o doloroso: per fortuna, almeno per la maggior parte di noi, rimane una semplice espressione per descrivere il nostro stato d'anima, rimangono solo parole. Ma non sempre è così. Il 21 marzo 1991 sentii il mio cuore spezzarsi, ma non a parole, fisicamente. Nel mio caso non si è trattato di un modo di dire. Ogni tanto, succede davvero. Il cuore si può strappare, e lo si sente con un grande dolore, si percepisce addirittura il rumore mentre si spezza. Stavo per togliere il mio piccolo dal seggiolone della macchina per portarlo ad una visita medica, quando vidi le due piccolissi-

me gocce di sangue che uscivano dal suo nasino. Capii immediatamente cosa era accaduto, ma nel momento stesso in cui il cervello aveva chiaro l'accaduto, la mia anima si ribellava e urlava forte "no"!

La ragione e l'emozione cominciarono la loro dolorosa battaglia dentro di me.

Una battaglia che nei mesi seguenti mi portò ai limiti





*Il buio della disperazione  
deve lasciare spazio  
alla luce della speranza*

del sopportabile, vicina alla pazzia e all'esaurimento fisico.

Quel poco d'energia che mi restava, veniva investito nella lotta per sopravvivere, anche se spesso non vedevo il senso di continuare a vivere una vita che permette che i bambini muoiano. È davvero desiderabile a continuarla? Ma in tutti quei mesi, ciò che pesava di più era trovarmi completamente sola. Mai prima e mai più dopo ho percepito quanto sia solo l'essere umano, quanto si trova prigioniero del suo piccolo mondo, quanto lo isola il dolore.

Possiamo dividere grandi amori, ma nemmeno l'amore permette di dividere il dolore causato dalla morte di un bambino. La madre e il padre sono condannati a soffrire ognuno per sé, ed è già una fortuna quando riescono a parlarne, a tenersi per mano e conferarsi di essere consapevoli che anche l'altro è chiuso nella sua cella, buia e fredda.

Mentre scrivo queste parole, mi sembra che tutto sia accaduto ieri: le emozioni per le quali ho impiegato 15 anni a trovare le parole, sono vive in me, il ricordo le libera e loro inondano il mio corpo. Sì, ci sono lacrime da piangere ancora dopo così tanto tempo, ma ho imparato è che oggi sono io a decide-

re quando voler piangere, non sono più le emozioni a sopraffarmi.

Una mamma non dimentica le emozioni del parto, e nemmeno quelle della morte di suo figlio. Forse non vuole nemmeno scordarle, visto che sono parte del ricordo di questo bambino tanto amato. Non piangere più, non sentire più il dolore, sarebbe come cancellare la sua esistenza, quindi ancor peggio di ogni sofferenza immaginabile.

### Più o meno amici

Le persone che ci circondano, credono che vogliamo tornare ad essere come eravamo. Ma non è così. Nulla sarà più come prima, a cominciare da noi stessi, e ciò che vogliamo di più è che qualcuno ci voglia bene, anche se siamo cambiati.

Vogliamo essere accettati, non giudicati.

Vogliamo incontrare persone che hanno il coraggio di esserci amiche nonostante il nostro gran dolore, persone disposte ad accettare che abbiamo una brutta cicatrice nell'anima, ma che non si vergognano di noi. Il nostro dolore non lo possono e non lo devono condividere, ma lo devono accettare.

Sembra un compito difficile, perché durante il lutto si perdono tante persone che credevamo amiche, ma si incontrano anche persone che diventano amiche. Persone a loro volta provate, con cui non servono tante parole per intendersi, persone che ci fanno da esempio vivente che nonostante una dura prova è comunque possibile continuare a vivere una vita di gioie e di qualità.

I buoni consigli non servono a niente, siamo increduli quando qualcuno ci dice che il tempo cura ogni male. "Come fa saperlo? Non è mai passato dalla mia strada!" È ancora peggio quando a dirlo è qualcuno che non ha figli. Nella vita le parole servono a ben poco, quello che ci vuole sono i fatti: qualcuno che ti mette il braccio intorno, che puoi chiamare l'ennesima volta di notte per dirgli che non riesci a dormire.

Qualcuno che si accuccia sul divano con noi, che ci lascia piangere in silenzio, senza dire una parola perché non c'è niente da dire. Le parole non portano via il dolore. Qualcuno che è semplicemente al nostro fianco, un compagno disposto a percorrere con noi il lungo, e a volte pauroso, percorso nel labirinto del lutto. Una mano che posso prendere e lasciare, a mia libera decisione. Un'amicizia che non pretende e

Un pezzo della nostra vita si stacca da noi, cambiandola. Non diventa migliore o peggiore... solo diversa.



che non condiziona. La mia vita è cambiata quel giorno di marzo. Né in meglio né in peggio, è semplicemente cambiata. La mia cicatrice è sempre lì, a volte mi fa tanto male, ma a volte mi ricorda anche quanta forza ho.

Ho visto la morte da vicino, mi sono spaventata ma ho lottato, ho sfidato tutte le tentazioni di arrendermi al dolore, mi sono ribellata al fatto che la morte governasse il resto della mia vita. Alla fine ho vinto, vivo e lo faccio con grande gioia!

### Tornare a vivere

Nel 1992 ho fondato la sezione ticinese del gruppo auto-gestito SIDS, che ha sede a Zurigo ([www.SIDS.ch](http://www.SIDS.ch)). Il gruppo dà piattaforma a genitori in lutto, allo scopo di sostenersi, svolgendo anche il compito di sensibilizzare sia i professionisti che la popolazione sulle questioni legate al lutto per un bambino piccolo. Presto si rivolsero a noi anche alcuni genitori che avevano perso un figlio più grande, o addirittura già maggiorenne. In mancanza di ogni struttura adeguata, li abbiamo accolti tra noi.

Lo stesso anno giunse la domanda della scuola dei soccorritori, professionali e non, della Croce Verde, con la richiesta di sensibilizzarli sui bisogni dei genitori in caso di un decesso pediatrico. Pochi mesi dopo giunse la stessa domanda dal corpo della Polizia Cantonale, per i suoi agenti.

Cominciavo a rendermi conto che tutti

i professionisti coinvolti nella morte di un bambino incontravano grandi problemi nel gestire se stessi e la situazione. Il tentativo di dare sicurezza tramite un "manuale" di cosa fare e di cosa non fare fu una buona intenzione, ma con l'esperienza di oggi dico che era semplicemente ingenuo. Il problema psicologico, infatti, nasceva non tanto dal come affrontare il dolore dei genitori, ma sul come affrontare i bisogni dei genitori e il grande vuoto in cui si cade dopo l'intervento. Il dolore isola, e questo vale anche per i professionisti, seppure in maniera meno forte rispetto ai genitori, ma è comunque simile. Un bambino si perde insieme!

### Genitori per i soccorritori

Da questa consapevolezza era più facile arrivare alla conclusione che, se il fatto di riunirsi aiuta i genitori, questo avrebbe potuto dare sollievo anche ai professionisti! C'era piuttosto da capire come farlo. Per motivi di etica professionale, il soccorritore non può rifarsi sulle vittime chiamandole dopo qualche settimana e chiedendo loro come stanno. Lui/lei è condannato a portarsi dentro le immagini devastanti dei genitori disperati, della salma del bambino che ha subito i (violenti) tentativi di rianimazione, la sensazione di frustrazione perché non si è riusciti, le logoranti incertezze "Ho scelto questa professione per salvare le vite, e poi fallisco proprio davanti un bambino...", i dubbi



ossessionanti "Chi si prende cura di questi genitori sofferenti? Come posso lasciarli ora nel loro dolore? Cosa ne sarà di loro? Potranno vivere con un vuoto così grande?".

È così che nasce la seconda, grande questione "Non solo ho fallito con la vita di un bambino, ma non sono neppure in grado di portare sollievo ai genitori." Per fortuna, durante un corso di formazione ho incontrato un giovane soccorritore che mi rivolgeva tutte queste domande, insisteva e non si accontentava sia del "manuale" come del fatto che non ci sia sostegno per i genitori, prima che i soccorritori rientrino in sede. Con la mia ingenuità rispondeva "Allora chiamate me".

Nel frattempo sono passati 14 anni, e sono stata interpellata più di 40 volte per assistere i genitori prima che i soccorritori tornassero. Ogni anno aumentano le richieste. La possibilità per il personale di urgenza di assicurare un sostegno continuo ai genitori dà grande sollievo a tutti, e ben presto anche il pronto soccorso degli ospedali furono grati di poter lasciare adeguati tempo e spazio ai genitori per l'estremo saluto ai loro bambini. Questo dura dalle due alle sette ore, ed era impossibile mettere a disposizione il personale ospedaliero per l'assistenza del caso. Grazie a quel soccorritore insistente, oggi siamo in grado di offrire ai genitori un sostegno ininterrotto dal momento del decesso sino al rientro, un tipo di assistenza sicuro e condotto dai familiari a casa. Dopo questo primo genere di presenza, assicuriamo un sostegno 24 ore su 24, per qualunque loro bisogno, e la successiva assistenza che consiste in circa due incontri settimanali per tre o quattro mesi.

Successivamente, gran parte dei genitori frequenta il gruppo auto-gestito.

È raro che dopo qualche settimana i soccorritori non mi chiamino, perché hanno bisogno di sapere come procedono i genitori: tutti abbiamo bisogno di aiuto e, secondo me, anche il diritto di trovare le conferme che la vita continua. L'immagine dell'immenso dolore non deve essere l'ultima cosa che si porta dentro il soccorritore, deve essere sostituita dalla conferma che i genitori hanno trovato la loro strada per condurre una vita diversa.

Né migliore né peggiore di prima, semplicemente diversa...  $\Delta$



**BELL's CAR s.n.c.**  
**CARROZZERIA**  
**E**  
**ALLESTIMENTI SPECIALI**



**Ambulanze nuove pronta consegna**

**ALLESTIMENTO AMBULANZE E VEICOLI SPECIALI**

**Prenota la tua ambulanza con locazione finanziaria a lungo termine.**

**Sede: Bell's Car snc**

via Messina ang. via Stoccolma - 20038 Seregno(MI)

Tel. 0362/222214 Fax 0362/221299

[www.bellscar.com](http://www.bellscar.com)

E-mail: [info@bellscar.com](mailto:info@bellscar.com)

