

# Emdr, come guarire dai traumi psicologici con un battito di ciglia



Un momento del convegno dedicato alla terapia Emdr. FOTO PARABOSCHI

## Il convegno organizzato da Ausl e Ordine degli psicologi sulla terapia di desensibilizzazione e rielaborazione attraverso i movimenti oculari

### PIACENZA

● Guarire con un battito di ciglia. È forse riduttivo definire così l'Emdr, acronimo che tecnicamente indica la desensibilizzazione e la rielaborazione attraverso i movimenti oculari. L'approccio psicoterapico è stato al centro di un convegno, "Il trauma psicologico: dalla ricerca alla pra-

tica clinica", organizzato dall'Ausl di Piacenza e dall'Ordine degli psicologi dell'Emilia Romagna sotto la direzione scientifica della psico-oncologa Michela Monfredo al campus Credit Agricole: a finire sotto i riflettori sono stati modi, metodi e risultati di un approccio usato anche all'ospedale di Piacenza nel trattamento dei traumi e oggetto di studi da oltre

vent'anni da parte della psicoterapeuta Isabel Fernandez. È lei la presidente dell'Associazione Emdr Italia: «Da 24 anni opero con questa metodologia in tutta Italia su eventi e situazioni traumatiche - spiega -. È una metodologia che va a lavorare a tutti i livelli in cui il trauma viene vissuto: a livello emotivo, cognitivo, neurobiologico».

Fernandez delinea le modalità con cui questa psicoterapia si attua: «Dopo eventi traumatici o stressanti, le conseguenze rimangono impresse nella mente - spiega - da qui la necessità di capire la storia del paziente, cercando di comprendere quali siano i problemi e le esperienze che nella mente sono rimaste: lavoriamo quindi sul ricordo di queste esperienze, facendo anche una stimolazione alternata destra/sinistra con movimenti oculari simili a quelli che avvengono nella fase Rem. Sono questi movimenti ad aiutare il cervello a rielaborare i ricordi che cominciano a perdere la loro carica emotiva negativa: il paziente inizia quindi a vedere quello che successo in maniera più costruttiva». Diversi sono gli ambiti che vedono l'applicazione dell'Emdr: dagli abusi di alcol e sostanze alle malattie oncologiche, dai maltrattamenti alle lesioni midollari fino alle situazioni emergenziali come lo sono stati in questi anni la pandemia da Covid o la guerra in Ucraina.

Il convegno, introdotto dal presidente e della vicepresidente dell'Ordine regionale degli psicologi, Gabriele Raimondi e Luana Valletta, e da Massimo Rossetti per l'Ausl, ha visto intervenire diversi specialisti che hanno evidenziato i risultati dell'applicazione della psicoterapia in diversi ambiti.

All'inizio della mattinata è intervenuto anche Luigi Cavanna, già primario di Oncologia dell'ospedale di Piacenza: «Tanti anni fa, quando ero un giovane tirocinante, mi resi conto di quanto fosse essenziale il supporto psicologico perché il trauma della malattia è profondo e colpisce non solo i malati, ma anche le loro famiglie - spiega -. A Piacenza abbiamo cercato di avere questa figura di psicologo per tanti anni e alla fine ce l'abbiamo fatta: è stato un traguardo importante è una figura preziosa per tutti, anche per l'equipe e gli operatori».

— Betty Paraboschi