

# Una giornata a scuola con «Ticino Cuore»

di Silvia Parianotti\*

## Introduzione

Nell'ambito del "Piano di intervento cantonale primario in caso di arresto cardiaco", Ticino Cuore promuove la formazione BLS-DAE rivolta agli allievi di quarta media di tutte le scuole ticinesi.

Il progetto, parzialmente finanziato dal Cantone (risoluzione 372 del 4 febbraio 2009) è partito lo scorso anno scolastico (2009-2010). Si tratta di una "prima" a livello nazionale e vede coinvolti circa 3'200 allievi di quarta media all'anno per quattro anni, ripartiti in 41 sedi scolastiche e 159 classi.

Il corso, della durata di un'intera giornata scolastica, ha i seguenti obiettivi: riconoscere precocemente una situazione di emergenza; attivare correttamente i servizi di soccorso professionali; applicare le prime manovre rianimatorie in sicurezza (rianimazione di base e uso del defibrillatore); riflettere sui comportamenti che aumentano il rischio di malattie cardiovascolari.

Di seguito ecco la libera descrizione di una giornata trascorsa con gli studenti.

## Una giornata davvero speciale

Sono le 07.00 e sono in auto. La mia meta è la scuola media poiché oggi, insieme ai soccorritori diplomati dei servizi ambulanza, faremo il corso di rianimazione, il BLS-DAE. Anche loro sono in auto, sicuramente immersi nel traffico intenso tipico del mattino. Sul

marciapiede diverse persone camminano con passo sicuro, sempre di fretta perché al mattino è così per tutti: il treno, la coincidenza, il bus, l'appuntamento al quale non si può arrivare in ritardo! Che stress!

Quando vado nelle scuole spesso mi capita di sentirmi un pochino preoccupata, mi chiedo: "chi incontrerò oggi?", "sarò in grado di interessarli, di motivarli, di farli riflettere?", "capiranno quanto è importante, che non è un gioco?".

Ho parcheggiato e ho le braccia cariche di materiale e di documentazione. In lontananza vedo alcuni ragazzi che si avvicinano con passo lento, direi anche un pochino "strascicante" e chiacchierano rumorosamente. So per certo che non entreranno prima della "campanella ufficiale", mai perdere gli ultimi minuti di libertà!

Vedo padiglioni e lunghi corridoi che inizialmente mi disorientano un pochino. Molte scuole sono simili architettonicamente, ma quando capita di visitarle prima del corso, magari per un incontro con il direttore o con un docente, percepisco un ambiente particolare, un'atmosfera particolare, un'identità propria. Ancora silenzio... Nome utente, password PC, beamer, visualizzazione della presentazione Power Point: vediamo un po', i filmati si vedono? Le immagini sono importanti. Quello delle vie aeree sì, altri no, ecco! Come spesso accade! Non im-

porta, posso recuperarli dalla penna USB e da internet... Sento il rumore delle ruote delle valige in arrivo, ecco i colleghi che salutano e allestiscono le altre aule che saranno utilizzate. Ieri diversi di loro erano "sul campo", devono aver fatto molti interventi perché dal mio ufficio, che si affaccia sulla strada, sentivo in continuazione le sirene. Chissà chi erano tutte quelle persone, cosa è successo e come stanno. Oggi i soccorritori assumono un altro ruolo e non solo perché la formazione alla popolazione fa parte della missione dei Servizi ambulanza, ma anche perché sanno che nelle situazioni di emergenza, in particolare quando la vita di una persona è in pericolo, l'intervento tempestivo di chi si trova accanto alla vittima è determinante. Lo sa bene anche Luca: se il suo amico non avesse capito che c'era qualche cosa che non andava, se non avesse dato subito l'allarme, se... se... se...

Da una valigia ecco spuntare il manichino, vestito sempre con la solita tuta grigia; per essere corretta dovrei dire "la signorina manichino" perché sembra che i tratti del viso appartengano ad una giovane e bellissima ragazza ritrovata molti, molti anni fa sulla riva della Senna. A dire la verità molti ragazzi non si accorgono subito che è "una lei", forse i tratti non sono così somiglianti... Prima o poi dovremo deciderci a truccarla un pochino e a metterle una parrucca, magari prendendo spunto dagli "emo".

In ogni aula che utilizzeremo facciamo spazio, mettiamo per terra il manichino e il simulatore DAE, che è proprio uguale a quello vero. Le esercitazioni pratiche sono molto importanti, bisogna provare, provare e provare.

Penso al passato e ai film in televisione: palette, gel, carica a 360, via tutti! ...E scarica! L'immagine che molte persone hanno sul tema della rianimazione dipende spesso dalle serie televisive, non tutto però è vero!

Oggi, grazie alla tecnologia e al progetto attivo sul nostro territorio questi apparecchi sono maggiormente accessibili e utilizzabili da tutte le persone adeguatamente formate e responsabili, compresi i nostri studenti: con tali apparecchi e con le prime manovre rianimatorie si possono salvare molte persone da morte certa, anche se non tutte purtroppo.

© fotopedrazzini.ch



Punto della situazione con gli altri istruttori, suddivisione dei compiti, organizzazione e ultimi minuti “liberi” anche per noi, perché poi non c’è più tempo: la teoria, le dimostrazioni, i video, la suddivisione in piccoli gruppi, gli spostamenti veloci nelle altre aule, le esercitazioni e poi ancora tutti insieme per la seconda parte del corso e così via. I ragazzi richiedono molta attenzione poiché è necessario saper cogliere parole, espressioni, sfumature che ti fanno capire se l’obiettivo è vicino o se devi cambiare strategia... L’impegno è grande per loro e per noi, alla sera siamo tutti “distrutti”.

Eccoli arrivare. Mi soffermo a guardare un ragazzo con un giubbotto in pelle nera dall’aria sicura, due belle ragazze con lunghi capelli e trucco marcato e, in seguito, un altro studente che indossa una felpa con il cappuccio in testa e che prende subito posto nell’angolino in fondo insieme ai suoi amici. Oggi possono sedersi liberamente e subito le alleanze si fanno notare: i migliori amici vicini, i gruppetti di ragazze con jeans stretti e ancora il tipo taciturno e dall’aria indifferente con lo sguardo che tocca il pavimento.

E il docente? Eccolo, sembra un pochino imbarazzato. Anche per lui è una giornata diversa: oggi è seduto con i ragazzi e lavora con loro, l’aver una preparazione pedagogica in questo caso non avvantaggia, non dà la garanzia di essere il più bravo o di apprendere subito, anche per lui è necessario un impegno importante. Mi ricordo di aver sentito dire “ehi raga, guardate il sore” o “prof, sono più bravo io, ha visto?”. Oggi siamo tutti uguali!

Nel corso ci sono diversi ingredienti, anche “emozionali”. Non si impara solo a mettere correttamente le mani sul torace e a premere velocemente, ci si confronta con il tema della responsabilità, della prevenzione, della morte, delle aspettative... A volte, senza volerlo, si toccano tasti dolorosi, e... ricordi, esperienze passate o recenti emergono improvvisamente. Ma durante la giornata ci sono anche momenti in cui arriva la risata – ci vuole – che a volte serve per nascondere un iniziale imbarazzo nel toccare il manichino o nel mostrarsi di fronte a tutti durante le esercitazioni pratiche... e poi ancora arrivano gli interventi dei ragazzi che ti fanno capire che “ci so-



© fotopedrazzini.ch

no”, che riflettono, che sono grandi, anzi “mega-grandì”, e che hanno una “mega-sensibilità”! E l’impegno? Ricordo ancora l’emozione che ho provato quando una giovane in difficoltà e fortemente a disagio ha superato brillantemente il test pratico. Percepivo chiaramente l’incoraggiamento dei compagni anche nei loro sguardi che volevano dire “dai che ce la fai, ci siamo, ti sosteniamo”. Con coraggio ha messo da parte il suo disagio e ha dimostrato a tutti, per prima a se stessa, che anche le sfide difficili possono essere vinte, basta impegnarsi. Lo stesso docente era stupito! Le compagne e i compagni hanno a lungo applaudito. Da parte mia occorre correggere le esercitazioni: so che sono un po’ severo ma il massaggio cardiaco è davvero importante! Se non è corretto è inefficace e l’ossigeno non potrà raggiungere gli organi vitali e... lo sappiamo, dopo tre-quattro minuti il cervello inizia a soffrire. Correggo l’intervento di un ragazzo, lui “sbuffa” un po’ ma ricomincia, si riposiziona, cerca il punto di compressione e spinge con forza ripetutamente, questa volta con il ritmo giusto grazie anche all’aiuto dei suoi compagni che, quasi intonando una canzone, contano “uno, due, tre, quattro, cinque, ...”. Adesso ci siamo, massaggio cardiaco perfetto!

I ragazzi capiscono che non vogliamo “supereroi” che mettono, tra l’altro, in pericolo la loro sicurezza o quella degli altri, capiscono che in fondo ognuno ha bisogno un po’ dell’altro anche se in alcuni momenti sembra di non aver bisogno di nessuno.

Come previsto la giornata è intensa e vola! Nel primo pomeriggio l’attenzione inizia un po’ a calare, lo capisco, ma si va avanti comunque tutti insieme, fino alla meta.

Arriva il momento dell’esame e un pochino di tensione si fa sentire, ma per chi si è impegnato durante la giornata non è così difficile. E dopo l’esame un grande sorriso di soddisfazione e una risata liberatoria!

Saluto i ragazzi e mi soffermo nuovamente a pensare: e se dovesse capitare proprio a uno di loro? Chi è vittima di arresto cardiaco non decide dove, quando e in presenza di chi stare male. Potrebbe accadere a tutti, anche a una di quelle persone che questa mattina camminava lungo la strada con passo sicuro. Una persona distesa a terra non ha lo stesso colore del manichino, può evocare spavento, paura... la realtà è un po’ diversa proprio perché siamo umani e come tali proviamo sentimenti ed emozioni. Non auguro a loro di trovarsi in questa situazione ma sono certa che, se capiterà, ci proveranno e agiranno correttamente!

Alzo lo sguardo, dalla finestra li posso ancora vedere, e penso a questa mattina: ora hanno messo il turbo e a “100 all’ora” si precipitano a prendere il bus. Libertà ritrovata fino a domani? Mi piacerebbe sapere cosa penseranno questa sera o nei prossimi giorni dell’esperienza fatta. Mi piacerebbe molto.

La nostra giornata non è ancora finita, dobbiamo risistemare tutto il materiale. È proprio in questo momento che spesso facciamo un bilancio generale della giornata e discutiamo degli eventuali miglioramenti da apportare. Se chiudo gli occhi riesco ancora a vedere le loro espressioni, le risate, il modo di fare e sento i loro commenti: è stata una giornata davvero speciale. Grazie ragazzi! Grazie di cuore!

\* Coordinatrice dei corsi BLS-DAE  
per le scuole