

Stammi Bene

I consigli del medico

La medicina narrativa: raccontiamoci una storia



di **Giulio Bergamasco**,
medico di famiglia
al Lido di Venezia
e psicoterapeuta

Possiamo guarire dai nostri mali anche raccontandoci delle storie, delle esperienze, dei modelli di terapia

in collaborazione con



ORDINE PROVINCIALE
DEI MEDICI CHIRURGHI E
DEGLI ODONTOIATRI
DI VENEZIA

Forse non l'abbiamo mai considerato ma possiamo guarire dai nostri mali anche raccontandoci delle storie, delle esperienze, dei modelli di terapia che hanno impattato in maniera importante l'esperienza di medici e pazienti.

Il concetto di medicina narrativa si accoppia spesso alla propensione all'ascolto inteso sia in senso univoco che biunivoco (paziente-medico/medico-paziente). La medicina narrativa nasce negli Usa negli anni Novanta ad opera di Rita Charon, un medico internista del Columbia Presbyterian Hospital di New York. In Italia se ne comincia a parlare un po' più tardi con il compianto Giorgio Bert, un medico libero docente in Semeiotica Medica – disciplina che studia i sintomi e i segni clinici – all'Università di Torino, molto noto per essere stato il cofondatore del movimento Slow Medicine per una cura sobria, rispettosa e giusta.

La medicina narrativa sposa in maniera efficace la EBM (Evidence Based Medicine), la medicina basata sulle evidenze, attraverso vari strumenti espressivi valorizzando la dimensione umana e relazionale nella pratica clinica. Si avvale, dicevamo, di diversi strumenti, come la scrittura, la lettura, il dialogo, l'ascolto attivo, il disegno, la fotografia, il teatro e il cinema: incoraggia la comunicazione medico-paziente per poter intensificare la relazione d'aiuto e la riflessione di cura. Un'integrazione che permette la fioritura spontanea di una medicina più empatica e partecipativa.

Questa modalità reciproca di integrazione, basata sulla narrazione, ricorre a una spiccata alleanza terapeutica nella quale si realizza un grande spazio per l'ascolto attivo, il rispetto per ciò che il paziente riferisce, un'intensa opportunità di dialogo, un pizzico di umiltà da parte del professionista, la dimostrazione al paziente che quello che ci racconta ci interessa davvero.

È di sicuro un importante punto di partenza per ricreare una medicina più umana, come è stato nei secoli. La tecnologia a supporto della diagnosi e cura è fondamentale, ma è bello pensare che nella visita medica rimanga anche un po' di spazio per l'espressione reciproca di esperienze e riflessioni. La medicina narrativa, allora, diventa un ponte, un meccanismo importante per esplorare il pianeta altrui così pieno di realtà ma anche di simbolismi più o meno criptici. Uno strumento che ci consente anche di comprendere la differenza tra malattia intesa come patologia e malattia intesa come aspetto psicosociale del vivere.

Ma, ricorda ancora lo stesso Bert: «Il contesto in cui si applica la medicina narrativa non è forse tale da farci "godere la vita", ma l'uso strategico della narrazione può spesso renderla più accettabile... La narrazione è uno strumento prezioso per il medico, ma ha le sue regole, le sue indicazioni, i suoi rischi. Il suo uso va appreso con rigore e la sua applicazione deve essere guidata dalla ragione e dall'etica, come nel caso di ogni altro atto medico».

