



La tecnica da sola, per quanto raffinata e sofisticata, è fast. La tecnica accoppiata alla conoscenza di sé e al rispetto della persona e della sua irripetibile complessità è slow.

**Slow Medicine. Che cos'è? In primo luogo un atteggiamento mentale.** In una interazione tra soggetti diversi, noi consideriamo fast, cioè frettolosa e incompleta, la predominanza di uno di essi sugli altri; se un'unica voce risuona, se il confronto è abolito, se l'inflessibilità delle regole rifiuta la flessibilità della vita, alla relazione si sostituisce la gerarchia, l'arroganza del potere. Nell'atteggiamento mentale fast, la complessità propria della persona viene più o meno rozzamente semplificata fino alla banalizzazione. È "Fast" non significa naturalmente "inefficace": in ambito medico sostituire la comunicazione, la relazione tra professionista e paziente con una prescrizione, una capsula, una supposta può funzionare, e anche bene, in termini di terapia; ma laddove manca la cura, la presa in carico completa della persona, può ben esserci la regressione dei sintomi e qualche volta della patologia ma non c'è benessere, non c'è salute.

Quale è allora l'atteggiamento slow?

Alla domanda: **"Secondo voi quali sono le caratteristiche che permettono di riconoscere un medico slow?"** Le persone da noi interpellate (medici e non medici) hanno risposto così:

Il medico slow ...

- *Ti ascolta con attenzione*
- *Ti prende sul serio*
- *Ti lascia parlare*
- *Ti fa domande sulle tue difficoltà nel seguire la cura*

- *Non trascura mai gli aspetti di prevenzione e di educazione del paziente*
- *Se hai dolore, il medico slow ti visita di nuovo, anche se ti ha già visitato*
- *Prende sempre le decisioni assieme a te*
- *Ti incoraggia a fargli domande per capire meglio*
- *Si affianca al paziente nella scelta*
- *Stacca il cellulare quando state assieme e vi parlate*
- *Ti invita e ti aiuta a raccontare*
- *Tiene sempre presente che i pazienti hanno famiglia*

Definizioni che non nascono solo da una riflessione teorica sulla professione ma dalle richieste dei pazienti, purché naturalmente si abbia la pazienza di ascoltarle.

È questo atteggiamento mentale che il Manifesto per una Slow Medicine definisce "rispetto". Una medicina rispettosa è sempre, e non può non essere - per citare ancora il Manifesto - sobria e giusta.

**Nel 1996 il *Journal of American Medical Association* (JAMA) pubblicò un lungo testo dal titolo *A Piece of my Mind*, scritto da un paziente. Il testo, che suscitò all'epoca un intenso dibattito, iniziava così:**

*Quando (tu medico) entri nella mia corsia*

*devi conoscere i fatti della mia vita*

*le informazioni che non sono contenute nella mia cartella clinica*

*(...) Che amo la sensualità della vita terrena, la bellezza, i viaggi, il cibo, bere Scotch J&B, il teatro, l'opera, il cinema, lo sci d'acqua, il tennis, passeggiare, andare in campeggio*

*che mi piace l'amore, l'intimità sessuale*

*che mi piace il giardinaggio e il profumo della terra bagnata dalla pioggia (...)*

E due pagine dopo, concludeva con queste parole:

*Quando entri nella mia corsia*

*Promettimi presenza*

*Promettimi una partnership di cura*

*Mantieni viva la mia speranza*

*È tutto quello che ho*

**Quel paziente era come diciamo noi medici quando parliamo dei malati, “un Crohn”, ma quanto sarebbe limitativo ridurlo alla diagnosi... Ecco, questo un medico slow non lo fa. Qui non si parla di “un Crohn” ma del signor Stephen A. Schmidt a cui è stato diagnosticato un morbo di Crohn: non è la stessa cosa.**

Certo, quella diagnosi ha indiscutibilmente cambiato la sua vita, il suo futuro, la sua progettualità ... Ma il soggetto di questi cambiamenti è ancora e sempre il signor Schmidt, non la sua patologia; ed è col signor Schmidt, con il suo mondo, con la sua vita, non col suo intestino, che si pone in relazione il medico slow.

Parliamo, come si è detto, di un *atteggiamento mentale*: e in quanto tale esso ha una vasta storia che precede di gran lunga il termine Slow Medicine.

**Il movimento che porta questo nome, nato nel 2011 sotto l'impulso di un gruppo di operatori sanitari - medici e non medici - non pretende quindi di averlo inventato:** esso propone a tutti i professionisti della cura e in prospettiva a tutti i cittadini uno spazio, un'area in cui si possano incontrare, confrontare, condividere esperienze e riflessioni sulla medicina, fatte in tempi e in contesti differenti, che possano essere riferiti ai tre termini (*medicina sobria, rispettosa, giusta*) da noi individuati come fondamentali. In questo senso rientrano nella Slow Medicine esperienze, proposte, contributi diversi che ad essa non si riferiscono esplicitamente, non foss'altro per motivi cronologici, come per esempio gli Hospice di Cicely Saunders; il *counselling*; la medicina narrativa; l'analisi e la valutazione della qualità degli interventi; la prevenzione e l'educazione terapeutica del paziente; l'esperienza autobiografica e la conoscenza di sé da parte del medico; le *medical humanities*; l'invenzione e l'uso nella pratica professionale di determinate strutture linguistiche come ad esempio la metafora. Slow Medicine insomma è un metodo, o per meglio dire un'*epistemologia* che ci unisce senza tuttavia omologarci: l'omologazione infatti, in quanto cancellazione della diversità, è una scorciatoia mentale, una arbitraria semplificazione di ciò che è complesso e, in quanto tale, è sempre fast...

**Perché un'epistemologia? Perché Slow Medicine è una teoria della conoscenza: non solo della conoscenza scientifica (ovviamente necessaria) ma della conoscenza di uomini e donne in quanto persone oltre che medici e pazienti...** “Medici”? Sì, anche medici! La conoscenza è prima di tutto conoscenza di sé, dei propri pregiudizi, delle proprie convinzioni, delle proprie presunte certezze. *Il medico slow conosce, o si sforza di conoscere, innanzi tutto se stesso.*

La tecnica da sola, per quanto raffinata e sofisticata, è fast; la tecnica accoppiata alla conoscenza di sé e al rispetto della persona e della sua irripetibile complessità è slow.

Giorgio Bert, Medico, Istituto [CHANGE](#) di Counselling Sistemico, Torino

#### **Risorsa**

[Manifesto di Slow Medicine](#) [PDF: 161 kB]