

TESTATA	TITOLO	Data	Pag.
D La Repubblica.it	Anche le parole curano	27/11/2014	On-Line



## Anche le parole curano

Ne sono convinti i ricercatori della Fondazione Giancarlo Quarta che, insieme all'Istituto Nazionale Tumori, hanno realizzato Ippocrates, un progetto di ricerca e intervento per migliorare la relazione medico-paziente. Partendo, una volta tanto, dagli esempi positivi. Innescando un circolo virtuoso che ha prodotto dei risultati sorprendenti

*Tiziana Moriconi*



La cura comincia dalle parole: da ogni frase che medici e infermieri rivolgono ai pazienti. Perché devono essere loro, e non la malattia né i trattamenti, al centro della relazione. Ne sono convinti i ricercatori della [Fondazione Giancarlo Quarta](#) che, insieme all'[Istituto Nazionale Tumori \(Int\) di Milano](#), hanno realizzato [Ippocrates](#), un progetto di ricerca e intervento per migliorare la relazione medico-paziente, seguendo un approccio rigorosamente scientifico. E partendo, una volta tanto, dagli **esempi positivi**.

**Ippocrates**. Si tratta di un lavoro imponente durato due anni, in cui sei ricercatrici con una formazione psicologica hanno raccolto oltre **5 mila interviste di pazienti oncologici** che stavano attraversando un momento difficile sia dal punto di vista fisico che emotivo. I loro racconti sono stati analizzati per evidenziare ogni **elemento positivo del comportamento dei medici** (*quella volta che il chirurgo è arrivato in ritardo, ma si è subito scusato, sciogliendo la tensione; o quando l'oncologa ha spiegato tutto il percorso terapeutico, rallentando per permettere alla paziente di prendere appunti*).

Sulla base delle interviste sono state scritte **363 lettere di ringraziamento** dirette a **135 medici**, che le hanno ricevute insieme a un'analisi accurata di ogni passaggio e dell'effetto che il loro comportamento empatico aveva suscitato nel paziente. Non solo, in forma anonima, le lettere e le analisi sono state anche pubblicate in una pagina web accessibile a tutto il personale. Tutto questo – spiegano i ricercatori – ha avuto una ricaduta enorme sui medici, che dura nel tempo: a distanza di sei mesi dalla conclusione del progetto, è stato riportato un **miglioramento della qualità relazionale del 54%**.

**Il rinforzo positivo.** Il nome del progetto sta per “*Interventi di Premiazione e Potenziamento degli Ottimi Comportamenti Relazionali dei giovani medici in Ambito Terapeutico E Sanitario*”. In pratica, Ippocrates si basa sul cosiddetto **rinforzo positivo**. L'ipotesi di partenza della ricerca era questa: il medico, sentendosi gratificato e vedendo analizzati da altri gli elementi positivi del suo comportamento, sarebbe stato spinto a metterli di nuovo in atto e ad amplificarli, rendendoli abituali; gli altri medici sarebbero comunque stati contagiati da questa positività. E così è stato: si è creato un vero e proprio **circolo virtuoso**.

**Lo studio è spiegato dettagliatamente nel libro “Anche le parole curano”**, edito dalla Fondazione Giancarlo Quarta, in cui sono riportati anche alcuni esempi dei racconti raccolti. Come questo: “*Sono molto timida e riservata e perciò fatico a chiedere delucidazioni sulla mia patologia e su ciò che sta accadendo. Di solito entro proprio in un tale stato di ansia da dimenticarmi tutte le domande che a casa mi preparo prima di una visita. Proprio durante l'ultimo ricovero, però, ho trovato una dottoressa che si fermava spesso vicino al mio letto e mi chiedeva, con un grande sorriso, come andava e come avevo trascorso la giornata, cose così. La dottoressa, con la sua cortesia e disponibilità, è riuscita a farmi sciogliere e ho posto tutte le domande che non avevo fatto in precedenza*”.

**L'effetto delle parole sul cervello.** Che la relazione-medico paziente sia centrale nel percorso di cura è un fatto di cui si sta sempre più prendendo coscienza. È noto, per esempio, che un buon rapporto aumenta l'aderenza dei pazienti alle terapie, e che questo ha un impatto positivo sulla prognosi. Inoltre, si stanno accumulando studi anche su come questo incida sui costi sociali del percorso di cura, facendo diminuire il numero di test diagnostici e di visite. Ma c'è un altro aspetto che sta emergendo in questi ultimi anni: “Le parole positive, proprio come dei farmaci, sono in grado di muovere delle molecole nel cervello del paziente”, spiega **Fabrizio Benedetti**, responsabile del [Laboratorio di neurofisiologia dell'effetto placebo dell'Università di Torino](#), che collabora a Ippocrates: “Ora stiamo cominciando a comprendere, dal punto di vista neurobiologico, quali sono queste molecole e perché fanno stare meglio il paziente” (**GUARDA IL VIDEO SOTTO**).

**I 5 bisogni relazionali del paziente.** Tornando allo studio pilota, un punto importante era anche capire come valutare in modo scientifico il rapporto tra i medici e i pazienti. Una delle domande che si sono posti i ricercatori è: quali sono gli indicatori da prendere in considerazione per affermare che una buona relazione corrisponde a un miglioramento delle condizioni cliniche e o della qualità di vita del paziente? Per rispondere, la Fondazione – che ha alle spalle molti anni di ricerche in questo ambito – ha creato un **modello basato su 5 bisogni relazionali o situazioni**:

**Comprensione:** il bisogno di capire chiaramente e di approfondire la propria condizione

**Futuro:** il bisogno del paziente di sapere come evolverà la propria condizione e il percorso clinico e in particolare il rapporto con il medico

**Privato:** il bisogno di essere compreso emotivamente e di avvertire un clima relazionale disteso

**Attenzione:** il bisogno di essere riconosciuto come persona e di ricevere manifestazioni di considerazione da parte del medico

**Decisione:** il bisogno di superare l'indecisione, di sapere come agire.

“Questi cinque punti sembrano apparentemente scontati, invece sono molto ben scelti e hanno dei pesi precisi. Vengono presi in considerazione anche gli stati d'animo e i problemi reali dei medici”, ha commentato **Filippo de Braud**, direttore del dipartimento di Oncologia Medica dell'Int, tra i promotori del progetto: “Questa che abbiamo portato avanti è un'iniziativa unica. Uno dei dati più

importanti è che il lavoro è finito da un anno, ma se ne vedono ancora i risultati: una volta riconosciuti, i comportamenti positivi vengono perpetuati senza fatica, senza bisogno di alcun sostegno”.

“È stato dimostrato che è possibile mettere a fuoco problematiche che noi pensiamo essere impalpabili e non misurabili come le relazioni, individuare le carenze e proporre soluzioni”, ha aggiunto **Ugo Pastorino**, vice-direttore dell'Int: “Mi ha stupito vedere risultati che non sono delle interpretazioni soggettive, ma dati. Che dimostrano che un progetto come questo è in grado di modificare in maniera duratura i comportamenti”.

27 novembre 2014