

Con la medicina narrativa il vissuto del paziente aiuta l'odontoiatra nelle decisioni

Through narrative medicine, patient experience supports decisions in dentistry

Dapprima vista con sospetto, contrapposta all'esattezza della evidence-based medicine, la medicina narrativa si è gradualmente imposta in tutti gli ambiti clinico-assistenziali per il miglioramento dell'assistenza offerta. Attraverso l'ascolto empatico dell'esperienza del paziente e la risonanza emotiva generata nel terapeuta, infatti, si intende offrire un'utile componente che si integra, e non certo si sostituisce, al sapere medico scientifico. Questo approccio rientra in una volontà di umanizzazione delle cure sempre più perseguita anche a livello accademico. Si tratta di acquisire una mentalità che può essere sempre d'aiuto anche in una specialità come l'odontoiatria in cui la rassicurazione del paziente, soprattutto in ambito pediatrico dove la comunicazione richiede maggiore attenzione, è decisiva per un corretto e sicuro svolgimento degli interventi. Abbiamo chiesto un approfondimento su questi temi a una delle figure con la massima esperienza nel settore, la prof.ssa Gabriella Pravettoni dell'Università degli Studi di Milano.

CHE COSA SI INTENDE ESATTAMENTE CON IL TERMINE "MEDICINA NARRATIVA"?

Questo approccio, che nasce circa trent'anni fa, mira a introdurre nella pratica medica quotidiana l'uso della narrazione come strumento per raccogliere e interpretare le informazioni sull'esperienza di malattia del paziente. Nella medicina narrativa si dà molto spazio a ciò che un paziente sente, a ciò che percepisce e soprattutto a come dice di sentirsi. Come rileva Rita Charon, "la medicina narrativa fortifica la pratica clinica con la competenza narrativa per riconoscere, assorbire, metabolizzare, interpretare ed essere sensibilizzati dalle storie della malattia: aiuta medici, infermieri, operatori sociali e terapisti a migliorare l'efficacia di cura attraverso lo sviluppo della capacità di attenzione, riflessione, rappresentazione e affiliazione con i pazienti e i colleghi". Le narrazioni offrono l'opportunità di interpretare dati clinici e soprattutto le esigenze delle persone, e danno la possibilità di comprendere sto-



Gabriella Pravettoni è professore ordinario di Psicologia delle Decisioni, UNIMI; direttore della Divisione di Psiconcologia, IEO Milano; vicedirettore del Dipartimento di Oncologia ed Ematologia, UNIMI; coordinatore del dottorato Folsatec (Foundations of Life Sciences and Their Ethical Consequences), European School of Molecular Medicine di Milano; responsabile della Psicologia della European School of Oncology; presidente del Corso di Laurea in Scienze cognitive e Processi decisionali, UNIMI; visiting professor al King's College, Londra; membro del board scientifico di *ecancermedicalscience*. È membro di numerose società scientifiche. Le sue ricerche, svolte a livello nazionale e internazionale, si concentrano principalmente sulle "medical humanities", avendo come focus principale l'empowerment e il benessere del paziente, i processi cognitivi, le decisioni in medicina e la prevenzione dell'errore.

rie e racconti, garantendo una molteplicità di prospettive. La medicina narrativa mette il paziente al centro e permette agli operatori di avere una visione più completa dei problemi. La narrazione della patologia del paziente verso il medico viene quindi considerata al pari dei segni e dei sintomi clinici della malattia stessa.

QUALE RAPPORTO HA QUESTO APPROCCIO TERAPEUTICO CON LA EVIDENCE-BASED MEDICINE?

In passato esisteva un certo dualismo tra i due approcci. La medicina basata su prove di efficacia (in inglese *Evidence-Based Medicine*, EBM) può definirsi come "il processo della ricerca, della valutazio-

ne e dell'uso sistematici dei risultati della ricerca contemporanea come base per le decisioni cliniche". Si tratta di un approccio che utilizza stime matematiche e calcoli sul rischio/beneficio per prendere decisioni riguardanti il paziente. La medicina narrativa, invece, propone un approccio diverso; il processo di ricerca delle informazioni e le decisioni non possono prescindere dalla valutazione di ciò che il paziente racconta, sente e percepisce. Nella pratica attuale si tenta quanto più di integrare questi due approcci: ascoltare ciò che il paziente ha da offrire in termini di sensazioni, pensieri, può aiutare molto il clinico nella formulazione della diagnosi e nella gestione delle cure. Infatti la medicina narrativa propone di validare un processo di cura personalizzato, adatto e in linea con le indicazioni della EBM; inoltre favorisce l'alleanza terapeutica e la partecipazione del paziente.

QUALI APPLICAZIONI HA LA MEDICINA NARRATIVA IN ODONTOSTOMATOLOGIA? SI RIFERISCE PIÙ A SPECIFICHE PATOLOGIE O IN GENERALE AL RAPPORTO CON IL PAZIENTE?

Più che a particolari patologie la medicina narrativa si riferisce a un modo nuovo di rapportarsi con i pazienti. Accanto alle evidenze scientifiche, l'ascolto del vissuto e delle preferenze personali ci assicura che le decisioni prese siano coerenti con le sue aspettative e i suoi bisogni, aumentando la soddisfazione rispetto al percorso di cura e l'aderenza alle prescrizioni.

PUÒ DESCRIVERE UN CASO CLINICO PARADIGMATICO DELL'UTILITÀ DELLA MEDICINA NARRATIVA IN ODONTOSTOMATOLOGIA?

Ogni bambino che si avvicina a un odontoiatra può essere considerato un caso

paradigmatico. Per quanto piccoli, anche i bambini possono narrarsi: ascoltare il loro vissuto, le loro paure, le loro aspettative (per quanto "minuscole") aiuta il professionista a individuare il tempo, il setting e le strategie più adatte per portare benessere a ogni singolo piccolo paziente. A maggior ragione, quindi, nelle patologie più severe e invalidanti che vanno a interferire con il benessere non solo fisico ma anche relazionale risulta importante dar voce alle preoccupazioni, ai bisogni e alle preferenze dei pazienti. In questo caso l'ascolto aiuta il professionista a prendere una decisione condivisa con il paziente circa l'intervento, che nel lungo termine ne migliora maggiormente la qualità di vita.

COMPETENZE DI MEDICINA NARRATIVA DOVREBBERO FAR PARTE DEL BAGAGLIO CULTURALE DI OGNI MEDICO ODONTOIATRA?

Certamente il medico odontoiatra dovrebbe conoscere e usare la medicina narrativa e l'apprendimento dovrebbe iniziare già dalla formazione accademica. A Milano, nel 2015, la Facoltà di Medicina e Chirurgia ha proposto in alcune scuole di specialità la possibilità di seguire dei corsi di Umanizzazione delle Cure che enfatizzano l'importanza del prestare attenzione alla persona in tutte le sue componenti fisiche, psicologiche e sociali, riconducendo la pratica della sanità alle sue finalità originarie: essere medicina per l'uomo. Tramite una prospettiva multidisciplinare (medicina, psicologia, sociologia, antropologia) si vuole fornire alla medicina e a tutti gli operatori coinvolti nel processo di cura gli strumenti necessari per capire approfonditamente tanto le malattie quanto la salute in un contesto sociale e culturale sempre più esteso, al fine di favorire una maggiore comprensione empatica di sé, dell'altro e del processo terapeutico. In questa

prospettiva la narrazione è lo strumento fondamentale per acquisire, comprendere e integrare i diversi punti di vista che intervengono nella malattia e nel processo di cura e aiuta a rendere le decisioni clinico-assistenziali più complete, personalizzate, efficaci e appropriate.

RITIENE CHE NELLA PRATICA ODONTOSTOMATOLOGICA LA MEDICINA NARRATIVA POSSA ESSERE IMPIEGATA ABITUALMENTE O RISERVATA A CASI SELEZIONATI?

L'obiettivo della medicina narrativa è clinico-assistenziale, come ribadisce la definizione della consensus conference del 2014. La medicina narrativa, quindi, dovrebbe essere implementata nella pratica odontostomatologica quotidiana e non riservata a casi selezionati. Come anticipato, la medicina narrativa sviluppa un percorso di personalizzazione, dettagliato e in supporto delle linee guida dell'EBM. In questo senso i principi della medicina narrativa non vanno contro ma si integrano con la pratica clinica quotidiana.

La medicina narrativa fornisce strumenti pratici e concettuali per comprendere il paziente, la sua malattia e la relazione umana che si viene a instaurare tra il medico e il paziente. Attraverso la medicina narrativa i medici, e tutti gli operatori sanitari, possono coltivare e ampliare le proprie capacità empatiche, riflessive, di ascolto e riuscire a prendersi cura della persona con le sue emozioni, paure, speranze, oltre a curare la malattia. La narrazione del paziente e di chi se ne prende cura è un elemento imprescindibile della medicina contemporanea, fondata sulla partecipazione attiva dei soggetti coinvolti nelle scelte. Le persone, attraverso le proprie storie, diventano protagoniste del processo di cura.

Arturo Zenorini