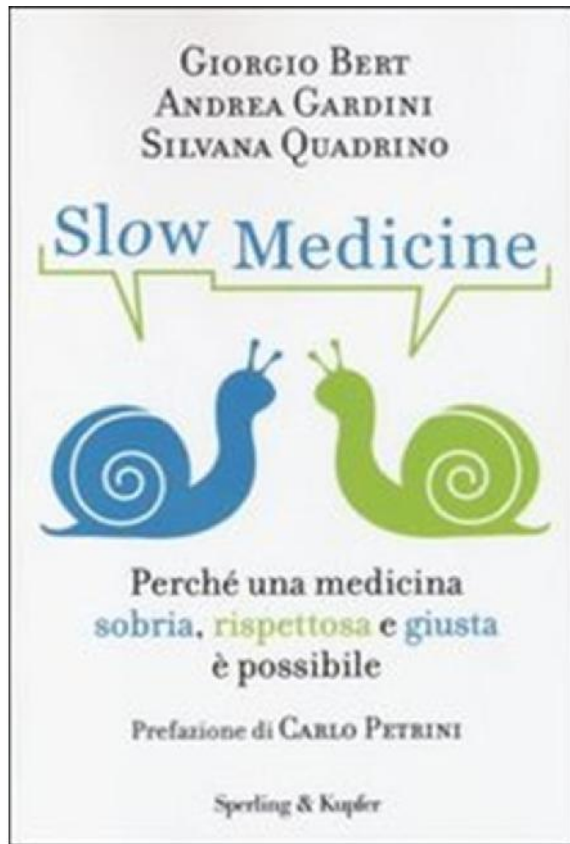
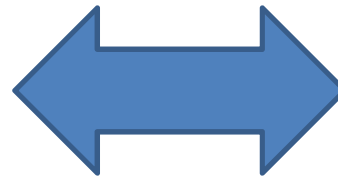


SLOW MEDICINE



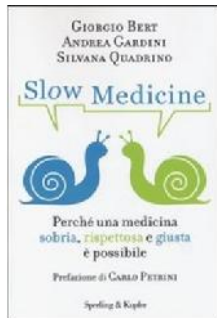
MEDICINA DI SEGNALE



Congresso annuale 2014 Professionisti GIFT e medici AMPAS

Grosseto 10-11 maggio 2014

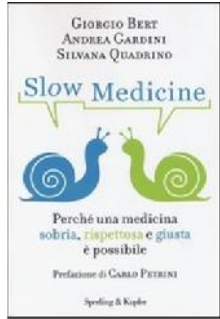
Rosanna Vagge



E' accaduto qualcosa in questo mondo complesso



Farmaci, interventi sempre più avanzati, test ed esami, screening e procedure di diagnosi sono in primo piano.



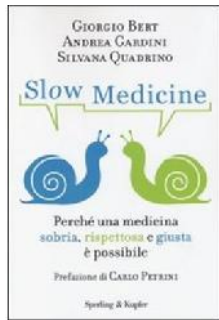
Qualcosa che ha messo in secondo piano le persone

Dove è finita la relazione di fiducia?

Dove è finito il concetto di cura?

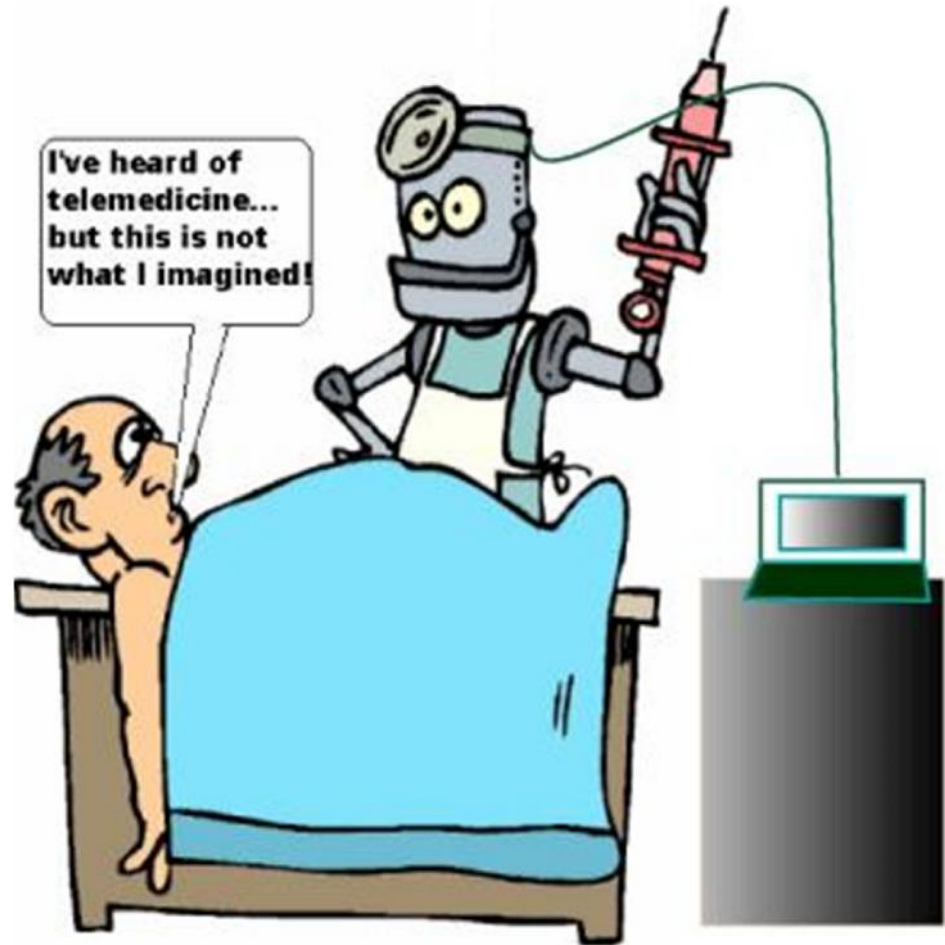
Dove è finito il dialogo tra le persone?





Si parla di telemedicina ...

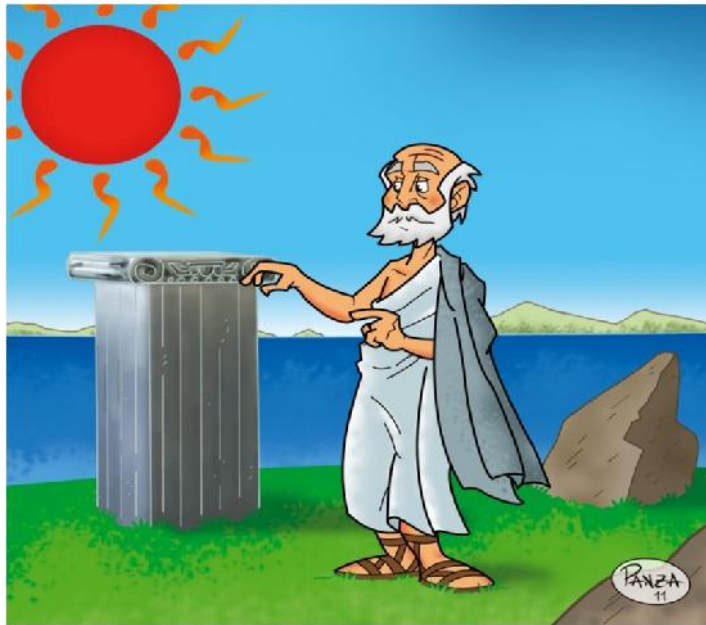
... e si pensa a interventi in cui la voce del paziente e quella del medico saranno superflue, per loro parleranno i parametri vitali dell'uno e il computer sofisticatissimo dell'altro, ben programmato per emettere una serie di farmaci da assumere e di nuovi esami da effettuare ...



Con questo risultato ...



E i principi del giuramento di Ippocrate ?



Conoscenze

Evidenze scientifiche

Umiltà

“Non mi interessa che tipo di malattia ha quell’uomo,
ma che tipo di uomo ha quella malattia”

Il centro di gravità dell'etica medica si sta spostando ...

dalle mani del
medico



all'autonomia della
persona



La titolarità delle decisioni emigra ...

Dai professionisti



ai cittadini

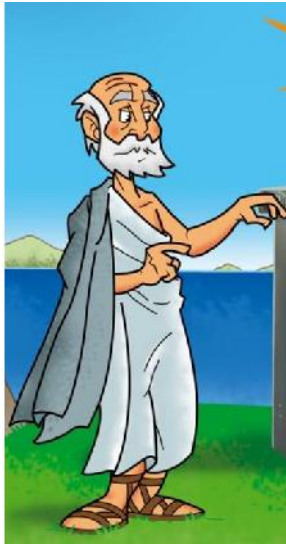


alle autorità pubbliche



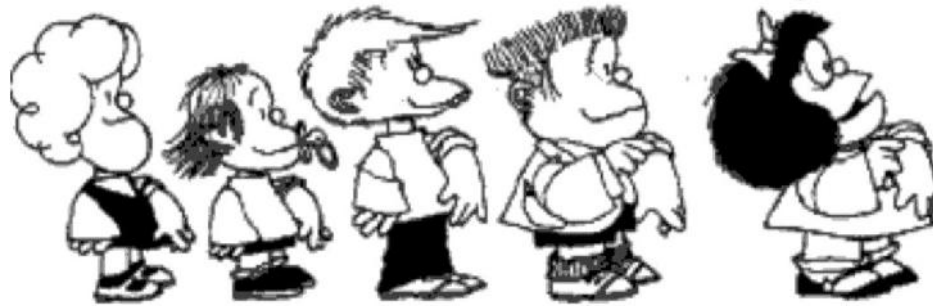
Da JANUS 06/09/2012 «**Caro malato, non vale la pena curarti**» Sandro Spinsanti, Gianfranco Domenighetti

E l'accento sui principi etici pure ...



Bene del paziente

Autonomia del cittadino



Equità nell'allocazione
delle risorse

L' alleanza terapeutica è un imperativo etico

LE DECISIONI DEVONO ESSERE PARTECIPATE E
CONDIVISE: SCELGA, TESTA O CROCE?



Entrano in gioco
elementi chiave:
fiducia,
speranza,
empatia
compassione.

Benedetti F: Il cervello del paziente

Come deve essere un medico ?

“Che faccia il suo dovere. Che sia ben visto da tutti.

Che non prescriva tante medicine, ma quando va da una persona malata, prescriva le medicine che servono.”

Amelia
risponde



“Che sia un medico di fiducia, che si capisca un po' di tutto e che quando gli dici che ti fa male in un punto non ti dica che lui si occupa di un altro punto ...”

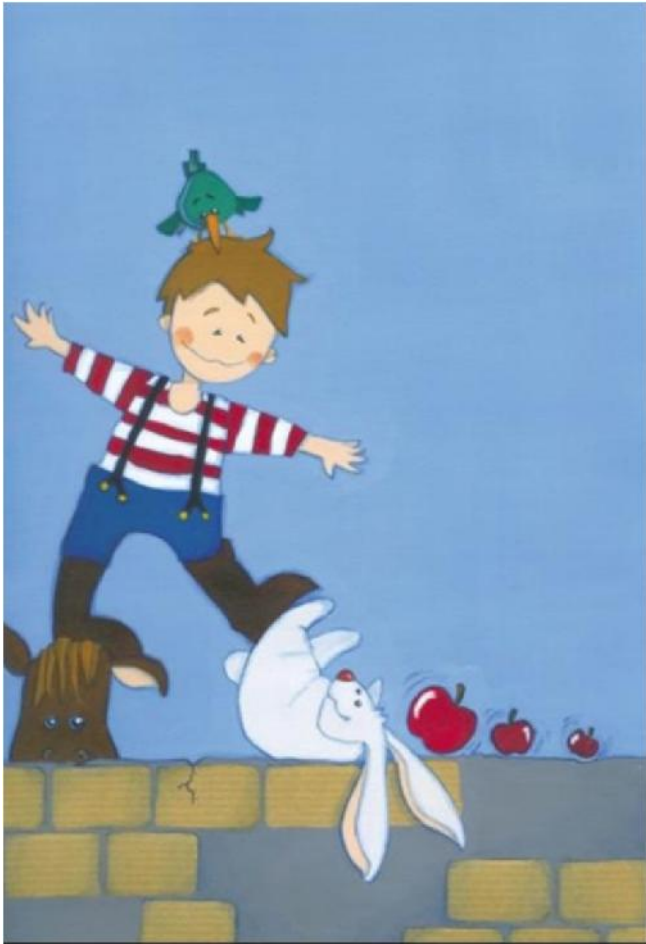
Perché semplicemente ...



Oggi come sempre, al cuore della cura vi deve essere la comunicazione fra due esseri umani ...

Da "Lettera a un medico sulla cura degli uomini"
Giorgio Cosmacini, Roberto Satolli, Laterza, 2003

La sfida non è facile



Tenere insieme
il bene del paziente,
l'autonomia del cittadino
e l'equità

Sandro Spinsanti

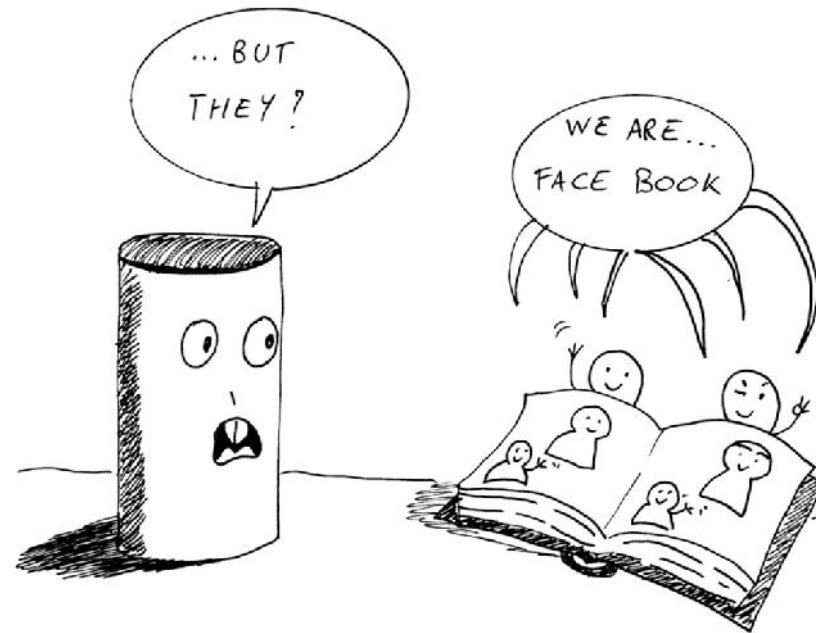
La domanda sanitaria è in crescita ...

Diffusione dell'innovazione tecnologica

Invecchiamento demografico

Transizione epidemiologica

Avversione al rischio dei professionisti che induce la prescrizione



Oltre l'efficacia clinica e l'efficienza economica
di *Gianfranco Domenighetti*

E ancora ...



Conflitti di interesse

Marketing dei rischi di salute

Precarizzazione della vita che genera morbidità supplementare

Mentre ...

La crescita economica è stagnante

Oltre l'efficacia clinica e l'efficienza economica
di Gianfranco Domenighetti

La potente medicina è in crisi ...

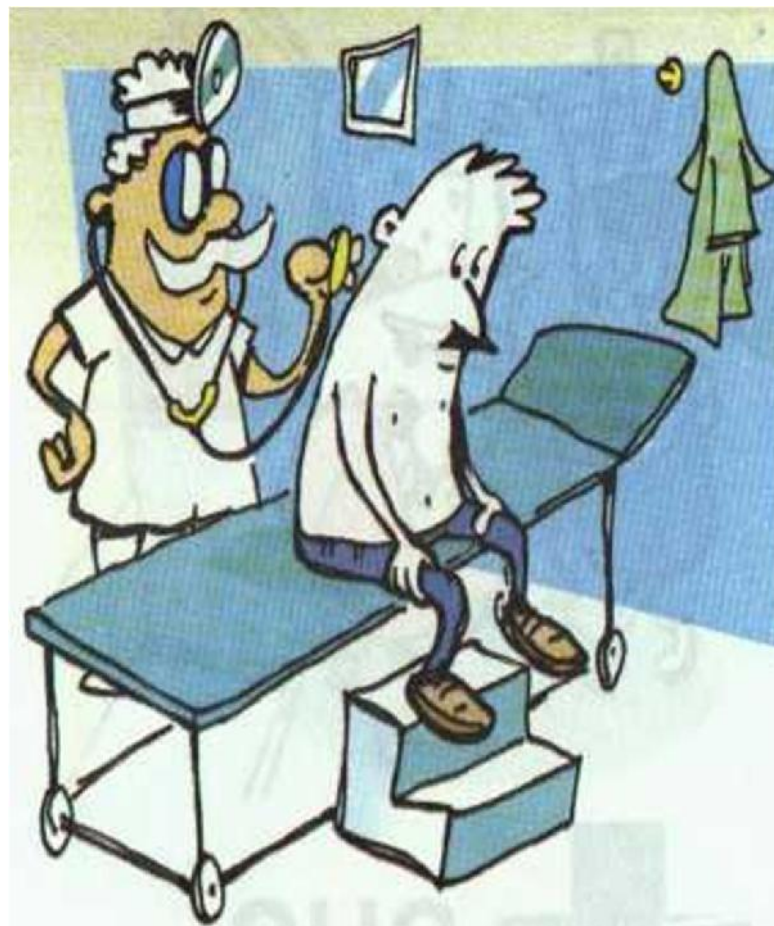


Mai come in questo periodo la medicina ha esibito la sua potenza tecnologica e mai come ora ha attraversato una così profonda crisi di credibilità da parte dell'opinione pubblica.

E le persone chiedono a gran voce ...

Una medicina che sappia:

- curare e prendersi cura,
- assicurare cure efficaci dal punto di vista biologico,
- ma anche rispettose di tutta la molteplicità dei bisogni umani.



Una sorprendente anticipazione



1866-1959

Una riflessione del Dr. Abraham Flexner nel 1910 su 155 scuole di Medicina degli Stati Uniti constatava che:

- la ricerca scientifico-tecnica era prioritaria come metro di giudizio dei traguardi raggiunti o da raggiungere.
- stavano perdendo importanza:
 - la clinica,
 - l'attenzione al rapporto medico – paziente
 - la considerazione dei problemi di salute pubblica.

Ma dove vogliamo arrivare ?



Come mantenere la mente lucida di fronte al bombardamento di informazioni che sono alle base delle nostre scelte ?

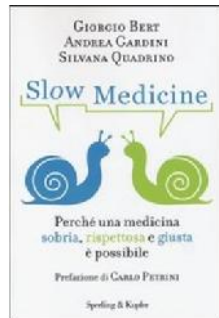
MAI PIU' !!!



**PENSIERO
SLOW**



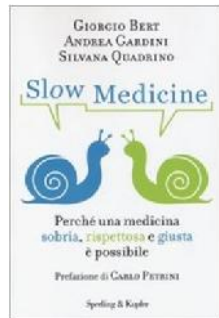
“Che sia arrivato il momento di togliere il piede dall’acceleratore, fermarsi a riflettere sulla direzione in cui si vuole andare e continuare il viaggio a velocità molto ridotta?”



Tre parole per un cambiamento



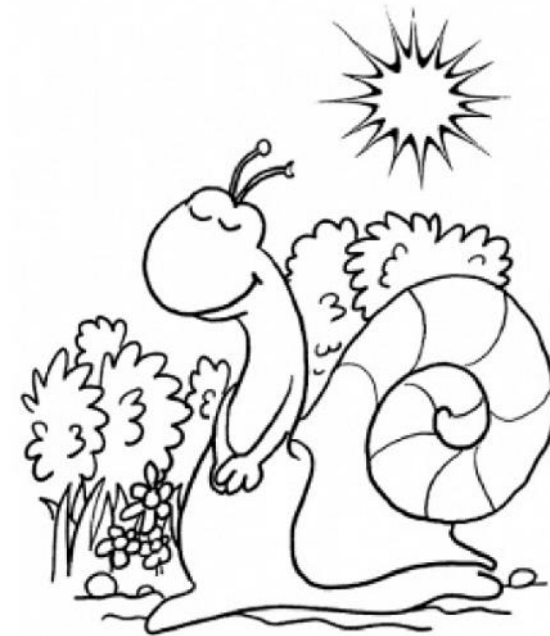
Le parole che cercavamo per definire la medicina slow dovevano avere un significato concreto per tutti i personaggi coinvolti nel mondo della salute. Siamo arrivati a tre parole, tre aggettivi. Che ora sono la bandiera di Slow Medicine: sobria, rispettosa, giusta.



Slow Medicine è

Sobria  *Fare di più non vuol dire fare meglio.*

La parola che meglio si sposa con sobrietà, intesa come rifiuto della superficialità e della frettolosa spontaneità è competenza. Competenza dei professionisti della sanità, ma anche dei cittadini e degli altri professionisti della cura. E anche saggezza.



Perché sobrietà è:

Equilibrio

Moderazione

Controllo

Gradualità

Essenzialità

Riflessione

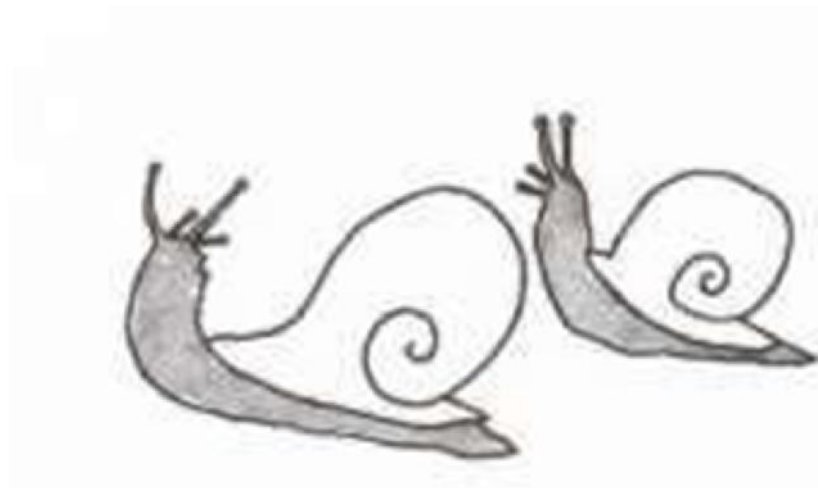


da relazione "L'arte di essere slow" di *Silvana Quadrino* - Chiavari, 31 maggio 2013



Slow Medicine è

Rispettosa *Valori, aspettative e desideri delle persone sono diversi e inviolabili.*



Rispetto è la parola della relazione. Della capacità di ascolto, della condivisione e della negoziazione. Tutti elementi indispensabili alla relazione di cura.

Perché rispetto è: considerare il malato una persona



La malattia coinvolge non solo il corpo ma la vita intera, che è fatta di emozioni (paure, speranze), di progetti, di relazioni (famiglia, lavoro, amici ...), di immaginari, di simboli e significati, di convinzioni.

Risposta corale di *Bonaldi, Bert, Quadrino e Vernerio* ad una intervista di presentazione di *Slow Medicine*, pubblicata su *Bon Vivre*



Slow Medicine è

Giusta  *Cure appropriate e di buona qualità per tutti.*



La giustizia nella cura coincide con l'etica della cura.

Ma è la somma delle tre parole a costituire la base teorica e pragmatica di Slow Medicine: la sobrietà richiede rispetto e giustizia ... e il rispetto non esiste senza una profonda propensione etica alla giustizia.



Perché giustizia è:

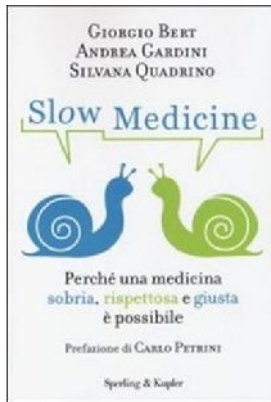
garantire cure di buona qualità per tutti

- La tutela della salute è un diritto fondamentale dell'uomo e deve essere sottratta alle regole del mercato e del profitto.
- Per ridurre le disuguaglianze è necessario agire sui principali determinanti della salute: le condizioni economiche, l'occupazione, l'istruzione, la casa e l'ambiente.

Le tre parole tracciano un abbozzo di strada da percorrere insieme



- Nella ricerca
- Nella prevenzione
- Nell' educazione alla salute
- Nello sviluppo di nuove tecnologie per la salute e la cura delle malattie
- Nella riabilitazione
- Nell' organizzazione dei processi assistenziali
- Nei processi organizzativi necessari a garantire una effettiva e partecipata governance clinica
- Nella realizzazione della partnership con i cittadini
- Nella salvaguardia dell' ambiente



Cosa vogliamo cambiare

- La medicalizzazione della vita quotidiana
- Il ricorso a farmaci e cure di non provata efficacia
- L'accanimento preventivo
- L'esclusione e le diseguaglianze nell'accesso alle cure
- L'illegalità e la corruzione
- L'aziendalizzazione selvaggia della sanità
- L'orientamento della ricerca in base a ragioni puramente economiche
- La conflittualità fra pazienti e sanitari (accuse di malasana, medicina difensiva)
- La moltiplicazione di malattie inventate (*disease mongering*: "vendere malattie")
- La convinzione che fare di più significhi fare meglio

Il sistema sanitario è complesso

Regole etiche e deontologiche

Vincoli giuridici
civili e penali



Culture e religioni diverse

Tendenze e
limiti tecnici e
scientifici

Principi di bio diritto che traducono istanze fondamentali
dell'uomo

Ma che cos'è un sistema?

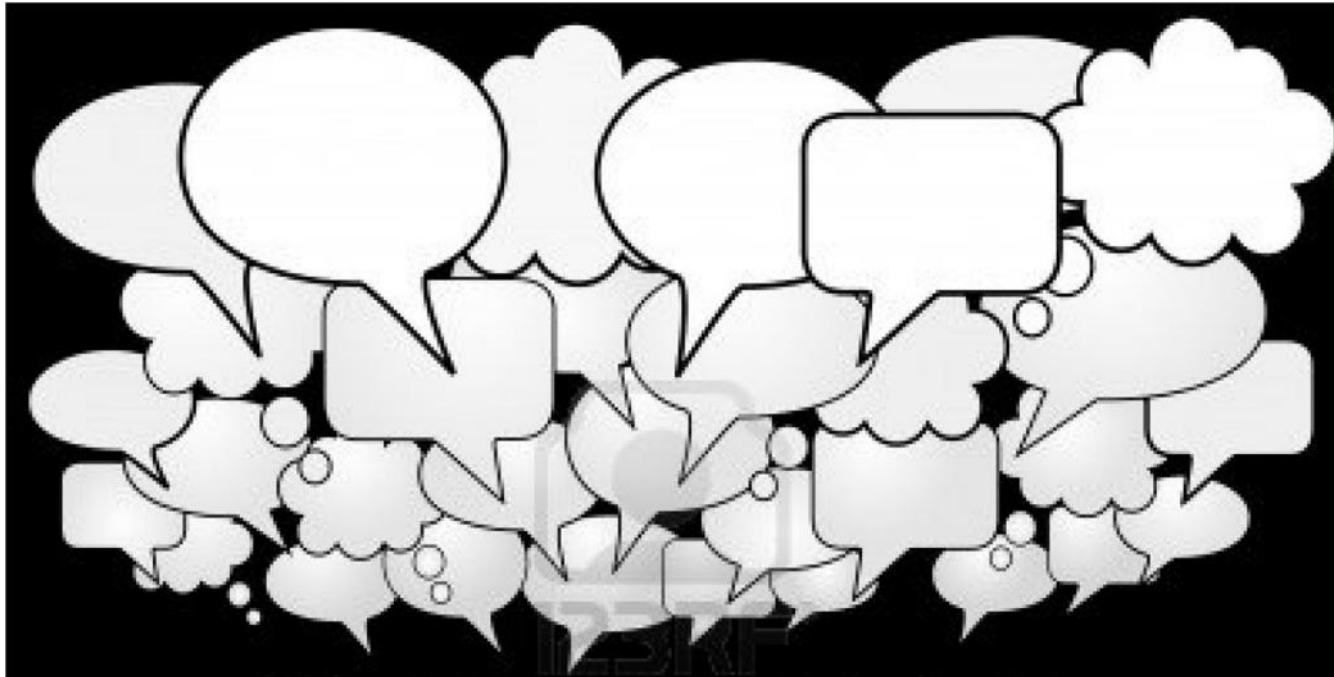
Un sistema può essere definito come un complesso di elementi interagenti, cioè connessi da relazioni, in modo tale che il comportamento di un elemento è diverso a seconda del tipo di relazioni.

(von Bertalanffy – Teoria generale dei sistemi)

Un minimo cambiamento in un punto dell'apparentemente semplice castello di carta, può comportare un'alterazione catastrofica in tutto il sistema.

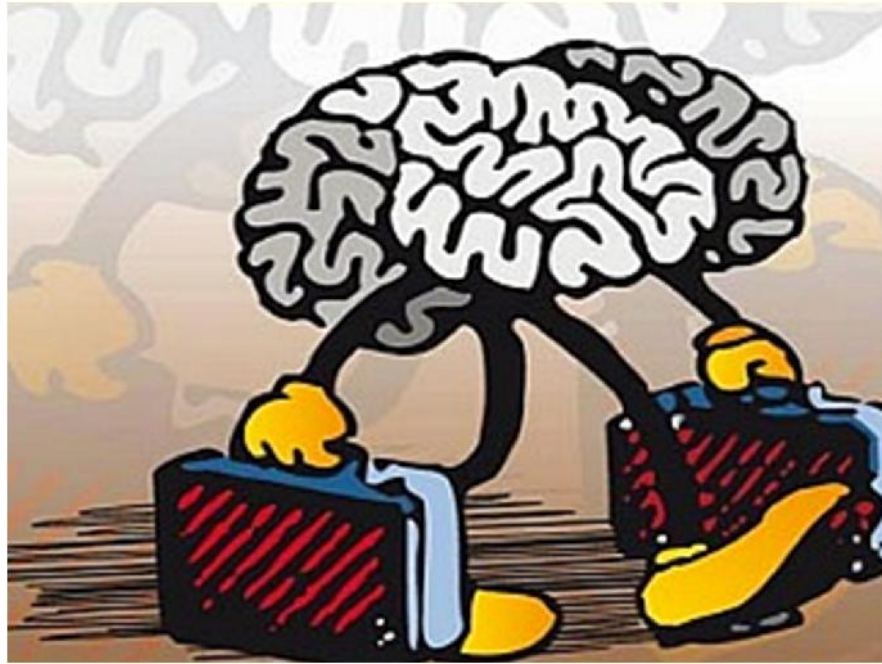


I sistemi viventi ...



E i loro sottosistemi hanno complessità enormemente più elevate e connessioni intra-sistemiche, inter-sistemiche e con gli ambienti circostanti (a loro volta intra-connessi e inter-connessi) tali da far annegare nell'universo degli infiniti...

Un piccolo esempio: Il cervello umano



100 miliardi di neuroni, pari alle stelle della via Lattea

Ciascun neurone può ricevere fino a 100.000 impulsi

Oltre 1 milione di miliardi di sinapsi nella corteccia

Dalla relazione di *Antonio Bonaldi* al 2° Festival della Complessità – Tarquinia 2011 -

E allora come si fa a cambiare il mondo?



Semplice! Ecco gli ingredienti:

Coraggio

Volontà

Entusiasmo

Passione

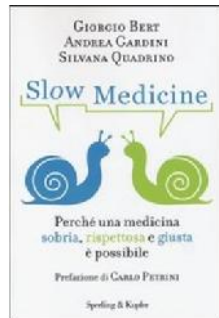
Onestà

Impegno



un pizzico di utopia

e anche un po' di allenamento non guasta ...



Come in maratona

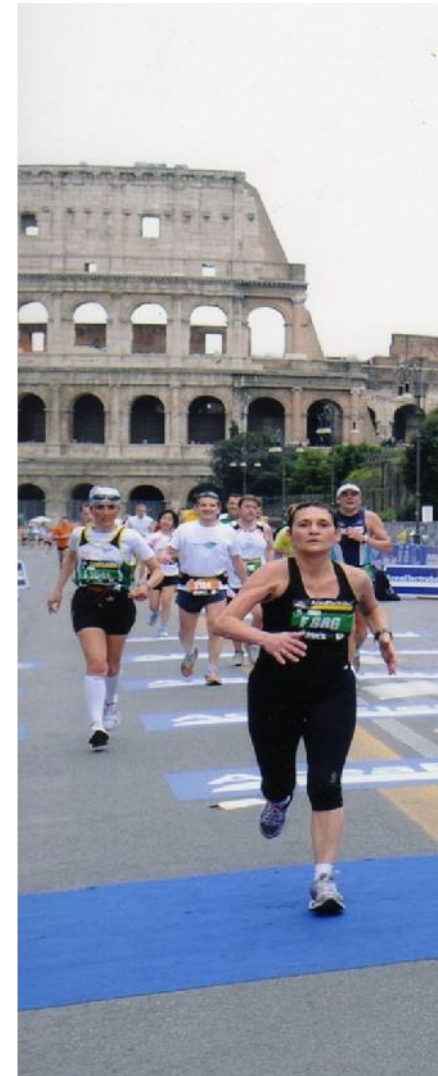
Che cosa determina il risultato ?

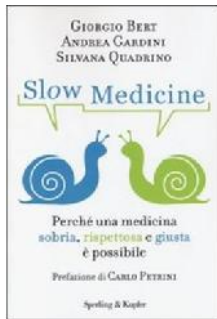
Tutto contribuisce: il clima, l'allenamento, il pensiero positivo, la motivazione, la sfortuna, gli imprevisti ... proprio tutto e non esiste un ordine di importanza prestabilito.

Tutto si decide momento per momento.

Ma per fare una maratona bisogna, per prima cosa, che ti venga la voglia di farla e che programmi un minimo di allenamento indispensabile per non soccombere.

Poi devi credere di poterla finire e addirittura di farne un'altra e un'altra ancora.





Ma c'è una cosa dalla quale non si può prescindere, mai ...

Bisogna essere lì, alla partenza, solo con te stesso in mezzo a migliaia di persone che, come te, faranno il primo passo ...



lo
ci
sono
e
tu
?



Basteranno i contributi di singoli elementi ...

per avviare cambiamenti reali, visibili e misurabili, in questa direzione?

Scriv *Riccardo Ierna*: “ Se ci saranno persone in grado di assumersi la responsabilità di agire quotidianamente commisurando il potere professionale ai bisogni delle persone, io credo ci sia una **possibilità concreta** di trasformazione del reale”.

Il **contagio**, inteso come proliferazione di piccoli cambiamenti che ne produrranno di più vasti, è reso possibile dalle connessioni visibili e invisibili fra i diversi infiniti elementi del sistema in cui siamo immersi.

I “SEGNALI” SLOW

La competenza comunicativa è un diritto/dovere

Una buona comunicazione professionista-paziente facilita la negoziazione e migliora l'informazione. *Silvana Quadrino*

Per dialogare con i sistemi viventi e la loro complessità occorre imparare il sottile linguaggio attraverso cui essi comunicano tra loro.

Luigi Oreste Speciani



**Perché la salute è
soprattutto
informazione e
consapevolezza**

Gianfranco Domenighetti



I “SEGNALI” SLOW

La rivoluzione concettuale

Dovremmo invertire la tendenza perversa che in nome di una ipotetica **salute** aumenta il numero di potenziali malati invece di aumentare il numero di persone che si mantengono sane (*Slow Medicine*).

Il **mercato** continua a produrre rimedi per l'obesità, il diabete, i disturbi cardiocircolatori in cui hanno un peso determinante i danni da cibo altamente industrializzato e quelli di uno stile di vita sempre più sedentario (*Slow Food*).

Esiste un modo rivoluzionario di interpretare le **risposte del metabolismo**, ovvero far leva sui segnali, positivi e negativi che l'organismo riceve dall'ambiente, dai cibi e molto altro ancora (*Medicina di segnale*).

Dieta GIFT: parlare di segnali che fanno dimagrire significa rivoluzionare il concetto di dieta fino ad oggi comunemente condiviso [...]
(*Medicina di segnale*)

I “SEGNALI” SLOW

Alcune specifiche modalità di valutazione degli interventi



In nome del mercato si tollerano comportamenti inappropriati e pericolosi che alimentano gli sprechi e producono effetti diseducativi e dannosi per la salute (*Slow Medicine*).

Fare di **più non significa** fare meglio (*Slow Medicine*).

Nuovo **non è sempre sano** (*Medicina di segnale*).

Etichette dei cibi: **non ci possiamo fidare** di nessuno (*Medicina di segnale*).

La difficoltà è quella di **orientarsi tra** le sirene del supermercato, dove ci si imbatte nei tanti specchietti per le allodole utilizzati dalle aziende per confonderci. Parole magiche, che nella nostra percezione equivalgono a benessere, dieta, dimagrimento (*Medicina di segnale*).

I “SEGNALI” SLOW

L'individuazione e l'uso di parametri di qualità



Il concetto che **una caloria è sempre una caloria** [...] è assolutamente errato se lo si esamina dal punto di vista degli effetti biologici degli alimenti (*Medicina di segnale*).

E' opinione comune che nel corso dell'ultimo ventennio , la **qualità** delle cure sia molto migliorata, **ma ...**

Molte delle prestazioni che costituiscono la **pratica clinica corrente**, non sono suffragate da valide prove di efficacia o sono eseguite in modo inappropriato (oltre il 50%) (*Slow Medicine*).

L' **eccesso di prestazioni** è fonte di conseguenze negative non solo per i malati, ma addirittura per i sani, come avviene alle persone che si sottopongono agli screening (*Slow Medicine*).

I “SEGNALI” SLOW

L'abilità di sapersi muovere nei sistemi complessi

Cercare di muoversi in **modo più consapevole** nella complessità, migliorando dove possibile la qualità delle comunicazioni e delle relazioni è *slow* (*slow medicine*).



Lasciarsi **travolgere** dalla complessità, fare come se non esistesse o tentare di renderla semplice sono modalità *fast*(*slow medicine*).

E' questo un **campo in evoluzione** esplosiva, per il quale una qualsiasi cosa detta oggi rischia di essere superata da acquisizioni avvenute anche solo dopo pochi giorni (*Medicina di segnale*).

Siamo in mare, ma dobbiamo avere il coraggio di lasciare le calme acque del golfo se vogliamo conoscere l'ignoto (*Medicina di segnale*).

I “SEGNALI” SLOW

Ricordarsi che l'asse portante di una relazione di cura basata sul rispetto è l'ascolto

Se le comunicazioni sono di difficile comprensione e lasciano spazio a malintesi, gli sforzi per riuscire ad agire in modo adeguato diventano **fonte di stress** per i cittadini come per i professionisti, e producono un aumento dei costi per correggere gli errori (*slow medicine*).



Imparare a dialogare con le risposte innate del nostro cervello più antico rappresenta la **chiave di svolta** per sentirsi bene con sé stessi in modo stabile e permanente, ma per parlare alle cellule del nostro cervello, dovremo imparare a farlo “sottovoce” (*Medicina di segnale*).

I “SEGNALI” SLOW

Ricordarsi che le differenze sono superabili
e che ... l'unione fa la forza



**QUINDI ...
AVANTI TUTTA !**



Rosanna Vagge