

La filosofia del movimento Slow Medicine¹ considera indispensabile basare la pratica medica sulle prove scientifiche, ma richiama l'attenzione dei professionisti sanitari a una lettura critica della letteratura e delle linee guida per proporre al singolo paziente un trattamento *sobrio* (tutto ciò che è necessario, evitando sprechi ed eccessi), *rispettoso* (che tenga conto dei valori e delle aspettative del paziente, per non imporre il trattamento mediamente migliore, ma quello più appropriato per quel paziente) e *giusto* (un eccesso di cure per alcuni non deve avvenire a scapito di una carenza per altri) (www.slowmedicine.it).

Se riprendiamo la definizione di evidence based medicine (ebm) data dagli autori del libro-manifesto² "*Ebm is the integration of best research evidence with clinical expertise and patients' values*", ci rendiamo conto che Slow Medicine si inserisce a pieno titolo nella definizione data dai fondatori dell'ebm. Negli anni il concetto di ebm è stato però impropriamente focalizzato solo sul primo dei tre pilastri (*best research evidence*), riducendo il processo alla sola necessità di selezionare e valutare le prove di efficacia, al di fuori del contesto clinico e delle preferenze di pazienti.³ La diffusione

Per Slow Medicine le prove sono indispensabili

Tre esponenti del movimento per una medicina sobria, rispettosa e giusta intervengono nel dialogo sull'attualità dell'ebm

Marco Bobbio

Medico, già primario di Cardiologia, Ospedale Santa Croce e Carle di Cuneo

Michela Chiarlo

Medico, Reparto di Medicina d'urgenza, Ospedale San Giovanni Bosco di Torino

Paola Arcadi

Infermiera, Università degli studi di Milano





di linee guida ha ulteriormente accentuato questo fenomeno facendo credere che solo i dati scientifici (quali? quanto affidabili? come interpretati? come trasferiti?) devono guidare le scelte cliniche.

L'eccessiva deriva sui tecnicismi e l'ossessione da aggiornamento ha di fatto snaturato il significato primigenio dell'ebm e trascurato la natura umana e personale del rapporto tra un medico e un paziente. Slow Medicine ha invece saputo riprendere e sviluppare quei concetti, dando sostanza ai principi fondativi dell'ebm.

“Slow Medicine ha scelto di dare valore all'esperienza del singolo: il termine ‘rispetto’ è al centro della nostra filosofia e significa proprio questo” ha scritto Giorgio Bert, uno dei fondatori del movimento. “Se il medico è un ‘esperto’ di patologia e di clinica, il paziente è un ‘esperto’ di sé stesso, e queste due esperienze devono dialogare alla pari. Questa relazione valorizza entrambe queste fonti di conoscenza per definire insieme un percorso condiviso di salute”. Rispetto significa che “ogni persona ha il diritto di essere ciò che è e di esprimere ciò che pensa”. Una medicina rispettosa ha come riferimento le raccomandazioni delle linee guida, ma le adatta ai valori, alle preferenze e agli orientamenti di una persona in ogni momento della vita, dal momento che i professionisti sanitari devono agire con attenzione, equilibrio ed empatia.

Lento? No: riflessivo

Associare il termine “*slow*” a “*medicine*” può sembrare pleonastico e può essere oggetto di fraintendimenti. Sembra infatti scontato che la medicina debba essere sobria, rispettosa e giusta; è infatti improbabile che qualcuno invochi una medicina esagerata, irriguardosa e ingiusta. Si è invece sentito il bisogno di aggiungere il termine “*slow*” dal momento che la medicina moderna sta scivolando verso una pratica aggressiva, condizionata dall'uso della tecnologia, che trascura le esigenze dei pazienti, che pretende di curare tutti allo stesso modo, applicando in modo

Slow Medicine non è pigra e non prescinde dalle prove di efficacia. Si batte invece per una medicina che sappia rimettere il paziente al centro del processo decisionale applicando i principi fondamentali dell'ebm

acritico le raccomandazioni delle linee guida a prescindere dalle esigenze, dalle aspettative, dai desideri, dalle ansie, dalle paure di ogni singola persona che necessita di cure. Menzionare questi tre aggettivi – sobria, rispettosa e giusta – è un modo per richiamare l'attenzione a una dimensione più umana della medicina centrata sulle esigenze dal paziente.

Talvolta il termine “*slow*” viene frainteso quando associato alla traduzione letterale di “lento”: una medicina rilassata, indolente, pigra, inoperosa che richiede molto tempo per assumere una decisione e per avviare un intervento. In molte circostanze la medicina deve essere veloce, anzi rapidissima, quando si deve rianimare un paziente, arrestare un'emorragia, affrontare un politraumatizzato. Il medico deve spesso intervenire con automatismi appresi con la formazione e con l'esperienza per non perdere secondi preziosi. Nel caso di Slow Medicine invece, il termine “*slow*” significa saper riflettere su come affrontare una malattia, sul senso della prevenzione e della cura personalizzata, saper valutare criticamente i risultati della ricerca clinica, saper adattare le raccomandazioni delle linee guida al singolo paziente.⁴

Slow Medicine non è pigra e non prescinde dalle prove di efficacia; si batte invece per una medicina che sappia rimettere quel paziente al centro del processo decisionale applicando i principi fondamentali dell'evidence based medicine. ▲

Bibliografia

- ¹ Bonaldi A, Vernero S. Slow medicine: un nuovo paradigma in medicina. *Recenti Prog Med* 2015; 106: 1-7.
- ² Sackett DL, Richardson WS, Rosenberg W, Haynes RB. Evidence-based medicine. How to practice and teach ebm. London: Churchill Livingstone, 1998.
- ³ Bert G. Esperienza in: Bert G, Bobbio M, Bonaldi A, Domenighetti G, Gardini A, Quadrino S, Vernero S. Le parole della medicina che cambia. Un dizionario critico. Roma: Il Pensiero Scientifico Editore, 2017. Pag. 32.
- ⁴ Bobbio M, Vernero S, Colimberti D, Gardini A. Slow Medicine and choosing wisely: a synergistic alliance. *J Evid-Based Health* 2021; 4: e4222.