

Cos'è la Medicina
Narrativa?

- La Medicina Narrativa è una modalità di “fare medicina” che parte dalla **storia del paziente**: spesso questa storia non è sovrapponibile a quella raccolta dal medico (anamnesi).
- Il **paziente** stesso narra o scrive agli operatori sanitari la propria storia di malattia.
- In questo modo le **persone**, attraverso le loro storie, diventano protagoniste del processo di cura.

➤ Questo approccio permette al medico (e ai sanitari in generale) non solo di curare la malattia, ma anche di prendersi cura della persona nel suo complesso, migliorando l'alleanza terapeutica con il paziente e la partecipazione dello stesso al suo percorso di cura.

- » La **Medicina Narrativa** si integra con la **Medicina contemporanea** e arricchisce le cure attraverso l'uso dei racconti dei pazienti, dei medici, degli infermieri, dei familiari, valorizzando la visione della malattia del soggetto e della sua famiglia.
- » La narrazione della malattia da parte del paziente è fondamentale al pari dei segni e dei sintomi clinici della malattia stessa.

- La Medicina Narrativa non è un'innata propensione ad una relazione empatica medico-paziente, ma può essere appresa ed insegnata.
- Pertanto gli **operatori sanitari**, oltre al sapere scientifico, hanno la necessità di sviluppare le proprie capacità di ascoltare empaticamente il paziente, di imparare ad utilizzare un approccio narrativo nella relazione con il paziente, in modo da riuscire a facilitare le narrazioni di pazienti e familiari e saper poi analizzare e trarre informazioni da queste narrazioni per migliorare ogni aspetto del processo di cura.

- » La Medicina Narrativa deve diventare parte integrante della **formazione**, in modo che gli operatori sanitari dispongano degli adeguati strumenti di supporto ai trattamenti farmacologici, chirurgici e fisici.
- » L'Associazione RacconTiamo con Francesca aps si pone proprio questo come obiettivo.



Quali sono gli strumenti
utilizzati dalla Medicina
Narrativa?

- Gli strumenti utilizzati dalla Medicina Narrativa sono numerosi e variano in relazione ai diversi contesti:
- l'ascolto empatico, il colloquio condotto con competenze narrative;
- la scrittura riflessiva, il diario, il racconto libero, per favorire l'espressione della persona;
- il racconto strutturato (con una traccia), l'intervista, per comprendere meglio aspetti particolari del vissuto del paziente;
- la cartella parallela per gli operatori sanitari.

❧ II DIARIO DEL PAZIENTE



- ❧ È la vera storia della malattia, come da lui viene percepita.
- ❧ Rappresenta una grande risorsa di informazioni sulla qualità di vita del paziente, i suoi desideri, le sue paure.
- ❧ Fornisce indicazioni ai familiari e agli operatori per prendersi cura della persona in maniera adeguata.

➤ LA STORIA SEMI-STRUTTURATA

- si tratta di una griglia predisposta con parole chiave per guidare le persone nel far emergere gli aspetti fisici, emotivi, spirituali, esistenziali della persona.
- Esempio: Chi ero ieri (prima della malattia); oggi (mi sento...il mio corpo... le cure... gli altri...); domani (vorrei...).

Perchè scrivere la propria storia di malattia?

- » La scrittura è uno spazio libero che permette la riflessione (che nella comunicazione verbale manca), l'introspezione, la presa di consapevolezza e l'interiorizzazione del proprio percorso.
- » È anche un'occasione di condivisione, esteriorizzazione e scambio delle esperienze.
- » Permette di ridurre la distanza che chi vive una malattia ha con chi non sta vivendo la sua situazione è la distanza con il curante.
- » Narrare l'esperienza di fragilità o di malattia è una strategia che può aiutare la persona a rimettere insieme i pezzi, le parti di quel sé che la malattia ha prepotentemente frammentato. (Malvi)