

## LA MEDICINA PSICOSOMATICA

**Dr. Gaetano Uva**

La Medicina Psicosomatica non è una branca della medicina ma un modo di accostarsi ad essa. un nuovo modo di Inquadrare e trattare i malati.

Il malato è una persona, un essere umano che agisce come un tutto Indivisibile soma e psiche (anima e corpo) insieme unite, tanto nelle risposte alle situazioni normali quanto alle situazioni patologiche.

La Medicina Psicosomatica considera non solo la lesa funzione determinata da stimoli emotivi acuti, ma anche numerose malattie francamente organiche, che segnano l'ultima espressione di una ansia che dopo aver agito per anni sulle funzioni di un organismo od apparato, lo lede nella sua struttura. In tal modo la Medicina Psicosomatica estende la sua azione a tutta la scienza medica, senza alcuna pretesa di avocare a sé ogni patologia, ma con l'unico intento di psicologizzare la scienza medica, umanizzarla, completarla e renderla più efficiente ad ogni livello. Questo modo di affrontare il problema della lotta contro la malattia può apparire nuovo al profano, ma esso ha le sue origini nel lontanissimo passato della nostra civiltà. La cultura greca fu completamente pervasa dalla importanza che i fattori psichici hanno sulla salute del corpo. Grandi medici come Ippocrate e grandi filosofi come Platone ed Aristotele ci hanno lasciato testimonianze ancora valide in questo senso. Dalla cultura greca questo atteggiamento si trasfuse in quella romana, ed in questo clima nacquero grandi medici come Asclepio e Cornelio Celso.

Nel Medio Evo la Scuola Salernitana fu l'erede di questo. sapere che se pure immutato era pervaso dalla spiritualità cristiana.

In quei tempi tanto lontani, la cura del malato nel corpo e nello spirito era riunita in una unica persona. medico e sacerdote insieme... I successi terapeutici di questa casta di curanti erano dovuti ad un indefinibile rapporto emotivo esistente tra curante e paziente. Qualunque sia la spiegazione del potere curativo del medico sacerdote di allora, dello stregone, del moderno guaritore, del missionario o dell'acqua santa di Lourdes, non v'è dubbio che gli effetti curativi spesso raggiunti siano strabilianti; talora più drammatici di quelli che noi possiamo raggiungere con droghe o farmaci di cui conosciamo formule ed effetti terapeutici con grande precisione.

Questo aspetto terapeutico è sopravvissuto in forma rudimentale nella moderna medicina come influenza suggestiva e rassicurante del medico sul paziente; ma tale aspetto è stato sempre più distinto dall'aspetto scientifico della terapia. Negli ultimi cinquanta anni, la evoluzione sempre più rapida della diagnostica e della terapia, nell'ambito di nuovi principi fisici e chimici, ha fatto evolvere quella distinzione in aperto disprezzo.

L'affrontare i problemi della vita e della malattia con metodo psicologico, pare ai medici, il cui ideale è quello di diventare un ingegnere del corpo umano, un ricadere nell'oscuro Medioevo, quando la malattia era considerata opera dello spirito maligno, e la terapia consisteva negli

esorcismi e nello scacciare il demonio dal corpo malato. Comunque disprezzato questo aspetto della medicina è sempre presente e salta agli occhi facilmente, considerando la particolare contraddizione in cui cade la maggior parte dei medici al momento dell'atto terapeutico; questo infatti come Giano Bifronte, ha due aspetti, uno ufficiale teorico, e uno pratico, e nella gran parte dei casi difficilmente si accordano. Se infatti nelle relazioni scientifiche e nei congressi, il medico polarizza il suo interesse esclusivamente sulla realtà materiale dell'uomo, ignorando completamente quella spirituale, nella attività pratica il suo comportamento è completamente diverso, la sua coscienza di uomo-medico lo costringe di fronte al malato a dare grande importanza al fattore psicologico tanto detestato: ma ciò non ha il sostegno di una preparazione scientifica pari a quella cui il medico viene preparato sul piano materiale, e allora ripeto tutto ciò è quello che rimane di quella grande arte medica a noi giunta dal lontano passato, unita al sapere intuitivo acquisito in lunghi anni di esperienza professionale.

I fattori che mi hanno posto molti anni fa il problema arduo di ricominciare tutto da capo come medico, sono molteplici.

Il primo fu quello di uscire o meglio rifiutare una falsa posizione adottata dalla medicina alla fine del secolo scorso e per molti aspetti tuttora valida. La totalità dell'essere umano fu suddivisa a scopi di studio in parti e sistemi, tale atteggiamento influì automaticamente sulla oggettivazione diagnostica e terapeutica, al punto che ancora oggi per malattia non si intende qualcosa di anomalo che colpisce l'individuo nella sua totalità, ma soltanto in uno dei suoi organi. Questa limitazione di orizzonti è stata ancora più aggravata dall'eccesso di tecnicizzazione dell'indagine diagnostica. Da ciò consegue la disumanizzazione dell'atto medico, la compromissione di quel rapporto medico-paziente al quale la mutualità ha dato il colpo di grazia.

È chiaro che la Medicina Psicosomatica non ignora e non disdegna i sempre più perfetti strumenti diagnostici e terapeutici, e non nega alla mutualità i suoi grandi meriti sociali, ma altresì fonda la sua ragion d'essere nella ricerca di un nuovo modo di avvicinarsi al malato, e oltre a essere terapia e profilassi è continuo studio, e questo è l'aspetto più interessante e impegnativo della sua essenza scientifica.

La Medicina Psicosomatica indirizza la ricerca delle cause psicopatogene innanzitutto sulla personale reattività dell'individuo, studia per ogni malattia i tipi di personalità, i cosiddetti profili psicosomatici che predispongono alla malattia, indaga poi sulle strutture ambientali studiandone le situazioni patogene. Sul piano delle terapie ritengo personalmente che tutte le conoscenze tecniche accumulate da millenni siano opportunamente riscoperte e studiate con metodo, integrandole con le conoscenze concettuali e pratiche del sistema dominante. Questo rapporto più elastico con diverse realtà, talora solo apparentemente estranee, porterà a un maggiore affinamento dei nostri concetti di medicina e ci spingerà sempre più a conoscere e ad ampliare gli orizzonti della nostra conoscenza. Ecco perché a Medicina Psicosomatica ho aggiunto Integrata.

Come ho detto poc'anzi la Medicina Psicosomatica indaga sulle strutture ambientali o fattori sociali come causa di malattia, in parole povere, cerchiamo di capire come mai l'uomo moderno soggiace più facilmente di ieri a malattie dello spirito che prima o poi creano le malattie del corpo.

L'uomo per secoli è vissuto in un ambiente in cui ogni sua azione veniva regolata da tribù e riti; questi toglievano all'uomo ogni responsabilità, svalutandone in definitiva la personalità. In una parola l'uomo non era libero.

La società di oggi, dopo secoli di lotta, che hanno portato alla demolizione di questi miti e tabù, è caratterizzata dalla affermazione dello individualismo e della libertà che per noi occidentali appare il bene più di ogni altro in grado di proteggerci.

Questa libertà che è scelta fra bene e male, impegna a fondo la nostra responsabilità, è una continua lotta interiore che ci porta inevitabilmente ad una perdita di sicurezza.

Ma se l'uomo di oggi è riuscito a liberarsi da quei tabù, la straordinaria e troppo rapida evoluzione della tecnica lo ha reso schiavo di nuove condizioni, per certi aspetti più pericolose di quelli.

Condizioni che hanno spezzato la vita dell'uomo moderno in due parti nettamente separate, vita privata e professione. In quest'ultima l'opera individuale con tutto il possibile e logico dispiego di energie non è più richiesta. Il lavoro o professione a qualsiasi livello è reso più facile da una tecnica che riduce le prestazioni fisiche e limita al minimo quelle intellettuali. Nonostante ciò, questa nuova servitù alla tecnica svuota di contenuto la vita di ogni giorno, e a sera l'uomo non è stanco nella giusta misura, ma sposato. A ciò aggiungiamo il problema del tempo libero accresciuto in cui l'uomo si annoia e soffre, perché ha disimparato a spendere sul lavoro tutte le energie di cui dispone.

In natura infatti ogni essere vivente tende a dispiegare al massimo l'energia in lui contenuta. Un impedimento a ciò crea lo squilibrio; un esempio evidente lo si riscontra negli animali selvaggi allorché vengono costretti a vivere in cattività. L'uomo deve obbedire a questa legge non come un animale ma è chiamato ad agire liberamente in questo senso.

La società di oggi proprio per queste nuove condizioni è caratterizzata da contrasti stridenti e drammatici. Essa rende ciascun nemico del proprio simile perché vige una stabile legge di concorrenza, che a livelli estremi può essere paragonata alla legge della giungla. Ma al tempo stesso i rapporti umani sono regolati inflessibilmente da norme precise di correttezza e contegno. La tecnica stimola costantemente i nostri bisogni ma non vede o fa finta di non vedere che la possibilità di soddisfarli è limitata.

Nessuno in realtà è libero perché i vincoli morali e materiali sono infiniti e sempre nuovi ne sorgono, ma in contrasto a ciò le nostre orecchie sono piene di continui e retorici appelli alla libertà individuale. Da tutto ciò sorge una constatazione molto semplice, l'uomo di oggi è infelice perché vuoto e insoddisfatto, imbevuto di ideologie ed errati concetti sulla vita; è irrequieto e pertanto sempre alla ricerca di qualcosa di nuovo che gli faccia dimenticare la sua infelicità. Ed è per questo che si ammala, perché felicità e salute sono in relazione fra loro. L'uomo è felice e quindi sano solo se riesce a seguire le leggi della vita. Ciò vuol dire innanzitutto vivere in buona armonia con se stessi e con

l'ambiente; ma la semplicità di questo concetto è pari alla difficoltà nel riconoscerlo e attuarlo.

È infatti veramente difficile insegnare all'uomo di oggi che per essere felice e sano deve armonizzare con il suo prossimo, con gli animali, con le piante; che felicità vuol dire talora generare una nuova vita o darsi interamente a un'arte, a un'idea, in una sorta di mitica unione con il creato. La felicità che oggi l'uomo si procura è fittizia, artificiale e la salute è un bene che ritiene di potersi procacciare o comprare solo per mezzo di pillole.

Quindi cause esterne materiali e interiori o spirituali non sono in equilibrio. Se dunque il medico verrà chiamato per assolvere al suo compito dovrà sapere qualcosa di questi rapporti e dovrà essere sempre più capace nell'evidenziarli per dare al suo malato i consigli migliori.

Dovrà ancora una volta come da sempre, insegnare all'uomo che la salute è qualcosa che riguarda il malato stesso e la visione del mondo e della vita che possiede. Dovrà insegnargli che la salute non si può comprare o avere come un diritto, bisogna guadagnarsela da soli con i propri mezzi.

È necessario che il medico sappia tutto questo se vuole essere la guida dei suoi malati per la ricerca della loro salute. Oltre a ciò e forse anche per tutto ciò ha il dovere morale, non solo di essere sempre più capace come medico, ma migliore come uomo. Infatti avvicinare un malato in questi termini è un vero atto d'amore verso il prossimo, è un genuino esempio di solidarietà umana.

Tutto ciò ha costituito la vera essenza della medicina di tutti i tempi; oggi purtroppo la moderna farmacoterapia lo ha del tutto ignorato. La Medicina Psicosomatica ripropone questo principio e ricorda che mai come oggi è valido il detto di Paracelso "la miglior medicina è l'amore".

**da "Medicina Psicosomatica"**

**Conferenza tenuta il 18 Maggio 1971**