

Le parole come atto terapeutico

Aver cura delle parole utilizzate è a tutti gli effetti un atto terapeutico. Per chi cura, usare le parole corrette non è solo un atto di rispetto umano per il paziente, ma è fare buona medicina

Alan Pampallona - Direttore generale Fondazione Giancarlo Quarta, www.fondazionegiancarloquarta.it

Le parole non sono mai solo parole, specie in una relazione significativa come quella tra medico e paziente. È un dato ormai assodato in letteratura che le parole del medico in grado di creare aspettative positive nel paziente sulla “bontà” di un determinato analgesico, possono incrementare, anche notevolmente, l’efficacia del farmaco, o rendere efficace una sostanza inerte. Allo stesso modo le parole che creano aspettative negative nel paziente possono ridurre, fino ad annullarne l’efficacia, gli effetti di quel determinato farmaco. Esiste quindi una variabile psicologica in grado di agire, in positivo o in negativo, sugli effetti di un principio attivo. Gli effetti dell’azione di questa variabile, definita effetto placebo o nocebo, trovano ulteriori riscontri in vari ambiti terapeutici. Seppur con vari distinguo, è possibile affermare, citando il Prof. Fabrizio Benedetti, che “le parole sono delle vere e proprie frecce, che colpiscono dei bersagli chimici che sono gli stessi dei farmaci”.

► Le due ricerche

Le parole producono precise conseguenze, rilevabili da un punto di vista comportamentale, ma anche neurofisiologico. Questa è stata l’ipotesi di lavoro del Progetto F.I.O.R.E. (*Functional Imaging of Reinforcement Effects*), realizzata dalla Fondazione Giancarlo Quarta in collaborazione con l’Università di Padova, e articolato in due ricerche complementari: la prima dedicata agli effetti cerebrali prodotti dalle parole positive (Rinforzi Positivi), la seconda agli effetti delle parole negative (Rinforzi Negativi).

Ogni ricerca ha testato 30 soggetti volontari mediante l’utilizzo della fMRI - Risonanza Magnetica Funzionale. I soggetti, attraverso un visore elettronico, guardavano una sequenza di vignette con personaggi e testi che rappresentavano varie situazioni sociali.

In queste situazioni due personaggi interagivano tra loro, uno presentando un proprio bisogno e l’altro rispondendo a questo bisogno. Ai soggetti veniva chiesto di immedesimarsi nel personaggio portatore del bisogno.

Testi e vignette sono stati validati, quindi, sono state avviate le scansioni con fMRI.

- La prima ricerca ha mostrato come le parole che soddisfano i bisogni e le aspettative dei pazienti, sono in grado di attivare i circuiti cerebrali coinvolti nei comportamenti prosociali e nelle esperienze di “ricompensa sociale”, di gratificazione. In altri termini, un accurato uso delle parole è in grado, da un lato di predisporre a comportamenti positivi il nostro interlocutore, dall’altro di aumentare la probabilità che il soggetto apprenda e continui a ripetere i comportamenti rinforzati¹.

- La seconda ricerca ha indagato le conseguenze prodotte dalle parole che, invece, eludono o deludono i bisogni dei pazienti. Si sono registrate delle attivazioni cerebrali molto potenti nei soggetti che ricevono parole inadeguate, che mostrano come nel cervello si attivi un sistema di allarme che coinvolge aree cognitive, emotive e motorie. Tale situazione di allarme è anche caratterizzata dall’attivazione delle aree connesse alla percezione ed elaborazione del dolore, in

questo caso psicologico e non fisico. Possiamo, quindi, dire che l’effetto cerebrale delle parole negative è sostanzialmente sovrapponibile a quello del dolore fisico.

Il soggetto, quindi, avverte una minaccia alla propria integrità, di nuovo psicologica e non fisica, e si prepara a rispondere a questa minaccia, come mostra l’attivazione della corteccia premotoria. Usando il linguaggio psicologico, potremmo esprimere tale situazione come una reazione attacco-fuga di fronte a qualcosa di ostile².

È difficile immaginare qualcosa di più lontano dal concetto di alleanza terapeutica tra medico e paziente di una risposta di tipo attacco-fuga, eppure le parole e i comportamenti negativi, che esprimono indifferenza e freddezza possono comportare proprio questo effetto.

In una relazione significativa come la relazione medico paziente, le parole sono importanti. Aver cura delle parole utilizzate è a tutti gli effetti un atto terapeutico. Per chi cura, usare le parole corrette non è solo un atto di buone maniere o rispetto umano per il paziente, ma è fare buona medicina.

• In www.md-digital.it è disponibile l’intervista ad Alan Pampallona e Andrea Di Ciano

BIBLIOGRAFIA

1. Daniele Olivo, Andrea Di Ciano, Jessica Mauro, Lucia Giudetti, Alan Pampallona, Katharina M. Kubera, Dusan Hirjak, Robert Christian Wolf, Fabio Sambataro. Neural responses of benefiting from the prosocial exchange: the effect of helping behavior. *Frontiers in Psychology*, 2021 March.
2. Articolo in fase di pubblicazione