

## Medicine non convenzionali: un'opportunità per il medico di famiglia?

Raffaele Pastore

Medico di medicina generale, Jesi (AN)  
Area interdipartimentale  
di medicine non convenzionali AIMEF

*In un momento storico di crisi professionale l'utilizzo delle medicine non convenzionali potrebbe rappresentare un'occasione per riappropriarsi delle prerogative olistiche della medicina di famiglia, permettendo di recuperare il rapporto empatico con il proprio paziente*

Una ricerca condotta da un'équipe di ricercatori dell'Harvard Medical School (*BMJ* 2008; 336: 999-1003) ha lanciato un'ipotesi intrigante: se a fare funzionare il placebo fosse il buon rapporto tra medico e paziente e la fiducia con la quale questo segue le indicazioni del proprio medico?

Nello specifico la ricerca ha evidenziato come fattori tipici del rapporto medico-paziente, quali il calore nell'approccio, l'empatia, la durata dell'interazione e l'autentica comunicazione possiedano un valore clinico rilevante e possano modificare il risultato effettivo della cura.

Gli autori hanno analizzato le componenti dell'effetto placebo in pazienti affetti da sindrome dell'intestino irritabile, valutando se il miglioramento scattasse al momento dell'osservazione e della valutazione da parte del medico, ancor prima che venisse somministrato il trattamento-placebo, o dopo che a questa prima fase fosse seguito un trattamento di agopuntura-placebo, o ancora se i pazienti si sentissero davvero meglio se a questa seconda fase se ne fosse aggiunta una terza, di forte interazione medico-paziente.

La ricerca ha sottolineato come siano migliori i risultati terapeutici nei pazienti che non hanno ricevuto solo la terapia-placebo, ma soprattutto una grande attenzione da parte del proprio medico, con un'accoglienza calda e amichevole.

Questa superiorità terapeutica legata al vecchio e caro rapporto medico-paziente appare quasi un'accusa alla forse troppo enfatizzata corsa alla medicina ipertecnologica, in tutti i suoi

aspetti relativi ai processi di cura, che caratterizza la nostra epoca.

Personalmente penso che i risultati di questa ricerca siano un richiamo alla riflessione, finché si è in tempo, per non rischiare di perdere la profondità di relazione e di approccio tipica del passato, in favore di una metodica ipertecnologica propria della moderna pratica medica.

Un ulteriore stimolo alla discussione che emerge dalla ricerca è l'ipotesi dell'effetto "farmacologico" svolto da una terapia non convenzionale come l'agopuntura. Ci si chiede, infatti, se la funzione principalmente assoluta dalle terapie alternative sia proprio quella di preservare un ruolo rilevante della relazione medico-paziente nel processo terapeutico e che in fondo sia proprio l'approccio olistico ad avere uno specifico valore terapeutico, piuttosto che la metodica non convenzionale utilizzata.

La provocazione è forte e l'ho colta per provare a capire, se il medico di famiglia, che ha in se tutte le caratteristiche per potere svolgere quelle attività relazionali evidenziate nello studio, in un momento storico di profonda crisi professionale, possa, investendo del tempo nella formazione specifica, riappropriarsi delle sue prerogative e riconquistare il ruolo che si merita. Il riferimento all'effetto placebo non mi scandalizza, anche perché è una realtà di portata tutt'altro che trascurabile sia nella pratica medica sia nella ricerca clinica.

### ■ Effetto placebo

È opinione comune che il meccanismo alla base dell'effetto placebo sia di natura "psicosomatica", in realtà

sottende eventi biochimici complessi. Non è solo un farmaco che, pur sprovvisto di attività specifica, risulta efficace nei confronti di un sintomo o di una malattia, perché può assumere diverse forme: un'attenzione, il consiglio di una tisana, un buon rapporto con il proprio medico di famiglia, la fiducia profonda in qualcosa o piuttosto una metodica terapeutica di medicina complementare o alternativa. Sicuramente la caratteristica principale è quella di produrre un risultato favorevole più o meno significativo e non di rado sorprendente su parametri sia soggettivi sia oggettivi.

Nel complesso meccanismo d'azione del placebo giocano un ruolo numerosi protagonisti tutt'altro che immateriali, quali organi, cellule e mediatori biochimici. Tra questi il cervello ha un ruolo fondamentale così come il sistema nervoso autonomo, rappresentato da simpatico e parasimpatico, i cui centri regolatori si situano nell'ipotalamo. In effetti si tratta di una "autonomia relativa", in quanto se è vero che non si possono regolare volontariamente è altrettanto vero che sono automaticamente controllati e regolati dalla corteccia e subiscono le interferenze degli eventi esterni.

È chiaro che questo sistema di regolazione, se influenzato, ha la capacità di modificare manifestazioni fisiologiche e reazioni biochimiche del tutto simili a quelle prodotte da farmaci convenzionali; tutto questo in effetti è alla base delle teorie della moderna psico-neuro-endocrino-immunologia. Grazie al professor J. Edwin Blalock, docente di fisiologia all'Università dell'Alabama che nel 1989 ha dimo-

strato che i sistemi nervoso, endocrino e immunitario comunicano tra loro, è iniziata una nuova era per l'approccio alle patologie umane. Chiarendo poi che i tre sistemi comunicano in maniera bidirezionale tra loro, Blalock ha dato i natali alla psico-neuro-endocrino-immunologia.

Molto probabilmente questo potrebbe essere il canale di comunicazione che ci può permettere di spiegare l'interazione tra il sistema uomo e le medicine cosiddette "non convenzionali".

### ■ Identikit delle MNC

Le medicine non convenzionali (MNC) sono definite come un insieme di metodiche non ancora sufficientemente conosciute dal punto di vista del meccanismo d'azione e dell'efficacia terapeutica; per questo non sono collocate all'interno della medicina ufficiale o accademica che viene trasmessa nel corso degli studi universitari. In effetti sono un insieme di pratiche molto diverse e fra loro eterogenee; in Italia quelle riconosciute di esclusiva competenza medica da parte della FNOMCeO sono nove, alcune di queste discipline sono veri e propri modelli di cura (medicina tradizionale cinese, omeopatia, ayurvedica, antroposofica), altre sono terapie specifiche nell'ambito delle singole metodologie: agopuntura, chiropratica, fitoterapia, omotossicologia, osteopatia.

Nonostante il riconoscimento ufficiale sono spesso avversate dalla medicina accademica, che sta vedendo vacillare il proprio monopolio "scientifico", anche per l'aumento esponenziale dei pazienti affetti da patologie croniche che le utilizzano.

È in effetti un fatto innegabile che circa otto milioni di italiani facciano uso di queste metodiche con grande soddisfazione e che diecimila medici le suggeriscano, ottenendo risultati decisamente favorevoli. Dalle indagini effettuate risulta comunque inadeguato il numero dei laureati in medicina e chirurgia che le conoscono e le applicano. Questo potrebbe essere uno dei motivi per cui personaggi di eterogenea provenienza, seguendo corsi di formazione in pratiche non convenzionali aperte anche a figure non me-

diche, si immettono nel mercato parallelo, svolgendo il più delle volte attività di abuso della professione medica e causando danni ai pazienti.

La causa di ciò è probabilmente imputabile alla classe medica che ha lasciato sguarnito un ambito terapeutico che invece andava presidiato e approfondito. La maggior parte di noi non ha preso in considerazione questi approcci, sopraffatta dal preconcetto che le MNC non siano scientificamente valide, perché le prove di efficacia eseguite seguendo metodiche tipiche della medicina convenzionale non sono risultate positive.

Molte di queste metodiche utilizzano conoscenze biochimiche e biofisiche; altre si rifanno alla fisiologia, altre ancora alle moderne conoscenze in ambito psico-neuro-endocrino-immunologico, sicuramente però si rivolgono alla persona e non al sintomo e forse per questo possono avere un risvolto non oggettivo alla valutazione con il metodo scientifico. Per chi non le conosce possono anche sembrare inutili, ma chi le ha sperimentate sa benissimo quanti benefici riescono a fornire, soprattutto nelle patologie croniche, spesso con la totale assenza di effetti collaterali. Vanno sicuramente utilizzate maggiormente in forma integrata con la medicina ufficiale piuttosto che in alternativa, soprattutto nella cura di patologie complesse.

Possono essere uno strumento importante per il medico di medicina generale, per ampliare il bagaglio terapeutico, in quelle patologie in cui la medicina ufficiale non riesce a incidere.

### ■ Esperienza personale

Nonostante la mia preparazione professionale all'inizio della carriera sia stata improntata alla medicina e alla chirurgia d'urgenza, ho scelto di mettermi in gioco esplorando le diverse metodiche delle MNC. Dopo un approccio iniziale estremamente diffidente, intriso anche di notevole scetticismo, la curiosità di verificare sul campo le possibilità offerte da questo approccio mi ha affascinato, soprattutto perché mi ha dato l'opportunità di intervenire anche su problematiche su cui avrei potuto in-

cidere poco con le terapie tradizionali. Certamente, all'inizio, si è trattato di una sperimentazione su piccoli numeri, estremamente oculata e previa raccolta del consenso verbale, legato all'accettazione da parte degli assistiti della metodica non convenzionale proposta sempre come alternativa o integrativa della terapia convenzionale. Le possibilità che mi sono state date dai miei assistiti hanno superato di gran lunga le mie aspettative. Ho trovato, infatti, una disponibilità impensata a provare le varie terapie non convenzionali, senza nessuna necessità di proporle con enfasi. In seguito alle prime esperienze positive, sono stati gli stessi pazienti a richiedere un'integrazione tra terapia convenzionale e non. Dopo alcuni anni ho potuto mettere a frutto il bagaglio professionale esperito, proponendo le mie capacità in un ambito diverso, di tipo libero professionale. In tale ambito ho acquisito ulteriore esperienza e capacità, ottenendo anche un supplemento di soddisfazione legato all'etico guadagno di un professionista che cura persone che liberamente hanno scelto di avvalersi delle sue competenze. Quello che mi preme sottolineare è che l'utilizzo delle medicine non convenzionali da parte della popolazione italiana è in continuo aumento, ma se questo spazio sarà lasciato libero si assisterà sempre di più all'avvento di figure non mediche che possono mettere in seria difficoltà la salute dei nostri pazienti.

Non è certamente mia intenzione convincere chicchessia a utilizzare metodiche che non condivide; quello che però vorrei rimarcare è che non si deve perdere di vista ciò che il medico ha sempre fatto, utilizzare un rimedio in una patologia o in un problema e osservarne gli effetti. Purtroppo con la crescita e la validazione dell'Ebm, gli studi osservazionali sono passati in secondo piano. Studi in larga parte adottati e apprezzati dai medici di famiglia. Si tratta di una metodologia di ricerca che i medici di famiglia utilizzano costantemente nella farmacovigilanza, cioè per la rilevazione degli effetti avversi da comunicare al Ministero.