

Parlare del cancro

Ogni giorno gli oncologi devono affrontare colloqui difficili. Purtroppo non c'è un farmaco che lenisce i discorsi spinosi, ma esistono perlomeno diverse possibilità per accompagnare i pazienti con sensibilità e rispetto. Conoscerle è utile anche per il medico, e recentemente è diventato obbligatorio in Svizzera. Ecco un bilancio dei dieci anni del corso "Migliorare la comunicazione" della Lega svizzera contro il cancro, e un'anteprima dei nuovi standard internazionali.

Gli studi hanno dimostrato che solo circa un terzo di ciò che dice il medico al momento della diagnosi viene davvero percepito dal paziente. Il resto va perduto a causa dello shock. Per questo motivo è importante che gli oncologi sappiano come affrontare questi discorsi, in modo che il paziente comprenda davvero le cose più importanti e non si senta completamente smarrito. Spesso è un compito che appare impossibile, che richiede tantissimo tatto. E anche una formazione adeguata: si può imparare a comunicare bene.

Teoria e impegno

All'inizio di maggio, la Lega svizzera contro il cancro ha invitato medici e personale infermieristico operanti in ambito oncologico e membri di organizzazioni di pazienti al convegno internazionale CST (Communication Skills Training) a Kappel am Albis, focalizzato sull'arte di migliorare la comunicazione. È stata presentata, tra l'altro, un'ampia meta-analisi, che, analizzando tutti gli studi più importanti svolti in questo settore negli ultimi dieci anni, ha confermato ciò che dieci anni di pratica avevano fatto intuire: per garantire una buona comunicazione tra medico e paziente è necessario che i medici dispongano di conoscenze teoriche sulle tecniche di comunicazione di base e che siano coscienti delle loro motivazioni e paure.

Giochi di ruolo

Riprodurre la comunicazione profonda e personale tra medico e paziente è un aspetto decisivo ma anche difficile del corso: per potersi confrontare in gruppo, ai medici e al personale infermieristico partecipanti viene richiesto un grande impegno e la disponibilità a esporre se stessi, e questo in un corso obbligatorio. Nel gioco delle parti, i medici si mettono nei panni degli infermieri per migliorare l'intesa, e viceversa. Quindi si svolgono prove di incontri con i pazienti. Gli esercizi vengono filmati per poter essere successivamente valutati.

I segnali non verbali

Nonostante alcune differenze all'interno dell'Europa, gli esperti invitati si sono trovati tutti d'accordo: i filmati sono essenziali per analizzare anche i segnali non verbali che immancabilmente ogni medico trasmette, e che non sono meno importanti delle parole che vengono effettivamente pronunciate. È soprattutto nelle situazioni estreme, quali quelle profilate dal cancro, che le persone diventano estremamente sensibili ai più piccoli segni e indizi che riconducano in qualche modo alla loro condizione e prognosi.

Per fare un esempio, se il medico durante l'incontro guarda sempre il blocco per gli appunti e scrive, il paziente si sente perso e parla meno liberamente rispetto a una situazione in cui viene regolarmente mantenuto il contatto visivo.

Consolidamento e adattamento

Poiché la comunicazione è qualcosa di molto personale e complesso, seguire i partecipanti a intervalli regolari dopo il corso è essenziale per migliorare sia il programma stesso del corso sia la sicurezza di ciascuno nell'attività con i pazienti. Infatti la maggior parte dei partecipanti ammette in seguito di sentirsi molto più sicura nell'affrontare le situazioni difficili. Per questo motivo gli esperti hanno stabilito che questi follow-up in futuro diventeranno parte integrante del training. E si sono anche ritrovati d'accordo nel ritenere che corsi simili incentrati sulla comunicazione dovrebbero essere obbligatori in tutta Europa, almeno per gli oncologi.

Economicità

Uno dei motivi per cui questi corsi per migliorare la comunicazione con i pazienti non sono ancora stati avviati in tutti i Paesi e per tutti gli oncologi è il timore che richiedano un investimento troppo elevato in termini di tempo e quindi anche di denaro. Ma questo timore è infondato. Innanzitutto, studi condotti in Inghilterra evidenziano che instaurando un rapporto di fiducia sin dall'inizio, parlando in modo chiaro, si risparmiano incomprensioni e contrasti futuri. Di conseguenza i successivi incontri con il personale medico e infermieristico richiedono meno tempo. E poiché la comunicazione tra oncologo e paziente non si limita alla comunicazione della diagnosi, e spesso dura mesi, è un vantaggio non indifferente.

In secondo luogo, è stato dimostrato che la disponibilità dei pazienti a collaborare e l'aderenza al trattamento, due punti cruciali per il successo del trattamento, dipendono fortemente dal livello di comprensione e di fiducia. Migliore è la comunicazione, più il trattamento sarà efficace.

Riassumendo: negli ultimi dieci anni sono stati compiuti molti passi avanti nella comunicazione oncologica. Ma lo sviluppo è ancora in corso. In questo contesto la Lega contro il cancro riveste un duplice ruolo: in Svizzera, offre corsi e li finanzia; a livello internazionale, mostra la via per lo sviluppo europeo, contribuendo a far sì che il maggior numero possibile di malati sia aiutato e consigliato al meglio in questa difficile situazione.

Per maggiori informazioni sui corsi e sui vari studi visitare il sito www.legacancro.ch