

L'arte di toccare in medicina

Fino ad alcuni decenni fa il toccare dei medici era un'abilità esclusiva: i migliori ne sapevano trarre diagnosi impeccabili. Oggi quest'arte – che ai malati appariva ugualmente misteriosa e salvifica – si sta perdendo, sostituita dagli strumenti (ecografi, risonanze, endoscopi...) che indagano con un dettaglio impressionante l'interno del corpo. Anche il distanziamento sociale legato al Covid ha amplificato il distacco. La “telemedicina” – che al vantaggio della rapidità abbina il pericolo dell'errore – rischia di dare l'ultimo colpo alla relazione col malato. Se l'etica medica avesse un suo codice penale, la perdita del toccare sarebbe un crimine.

Qui non è in gioco solo la rinuncia agli elementi fisici che la “palpazione” offre per dare un nome a una malattia. C'è di mezzo qualcosa di più importante, che viene ancora prima: lo scambio umano. Che è minacciato dalla maggiore affidabilità che i medici sono tentati di dare più agli strumenti diagnostici che al contatto pelle-a-pelle.

Il toccarsi è socialmente sottoposto a limitazioni, perché avvicina una sfera molto privata e talvolta rischia fraintendimenti con approcci sessuali. Inoltre mostra variazioni culturali e geografiche: se le popolazioni mediterranee sono assai espansive, anche in luoghi pubblici, quelle nordiche sono più avare di tocamenti reciproci (in questi paesi l'esigenza del contatto viene soddisfatta con gli animali domestici: ce ne sono molti di più nelle case dei nordamericani che in quelle dei greci).

Ai medici, invece, è concesso un ampio diritto di toccare, perché il mestiere lo richiede. Purtroppo, la deriva delle tecno-diagnosi ne riduce l'uso e lo cancella nella medicina “da remoto”. Eppure i malati non hanno smesso di averne bisogno e anzi desiderano con immutata intensità sentire sul corpo la forza dolce delle mani, la stretta di uno scuotimento che conforta, l'avvolgimento di un abbraccio che trasmette affetto. Gestì un tempo del tutto spontanei e il cui bisogno fra chi soffre cresce in maniera proporzionale alla severità della malattia.

La pelle è un sensibilissimo organo di comunicazione. Da come viene toccato, il paziente raccoglie informazioni sul carattere di chi lo sta toccando e risponde con reazioni conseguenti: abbandono o irrigidimento, calma o inquietudine, rassicurazione o sfiducia.

Oltretutto, la stimolazione cutanea appropriata attiva il rilascio di ossitocina, endorfine e serotonina, le molecole della socialità e del buon umore. Quindi il toccare del medico, se condotto ad arte, può sortire sorprendenti effetti terapeutici: riduce lo stress, controlla l'ansia, attenua il dolore e agevola l'adesione alle cure.

Per rimanere umani, i medici devono continuare a usare le mani e a promuovere la vicinanza fisica. Toccare procura serenità. E il malato, per avere fiducia nel suo medico, si aspetta che sarà toccato. Il medico che non distende la mano sui suoi pazienti non ispira né merita fiducia.