

Decrescita e salute: per una medicina della decrescita



Comincio con il parlare della medicina, perché da una parte è il contesto che mi è più familiare, dall'altra perché la medicina, così come la psichiatria, è decisamente imbrigliata nelle catene della crescita economica. Viviamo in un mondo sempre più inquinato, siamo sempre più di corsa, stressati, imbottiti di cibi

malsani e in sovrabbondanza. Viviamo normali eventi della vita (gravidanza, vecchiaia, calvizie) come se fossero patologici. Non tolleriamo più lo star male, il dover stare qualche giorno fermi. I dottori, quando ci visitano, non ci guardano magari neanche in faccia, qualche sbrigativa domanda, due o tre esami e ci prescrivono una tonnellata di farmaci.

Tutto ciò fa aumentare il pil. Quindi, secondo gli economisti, più ci ammaliamo, più visite facciamo, e più medicine assumiamo, più aumenta il nostro benessere!

Decrescita in medicina, significa invertire il timone, svincolare la medicina dalle influenze che nel corso dei secoli le ha apportato un sistema economico basato esclusivamente sulla crescita del pil (e non sul perseguimento del ben vivere dell'umanità); affrancarla da una visione miope della scienza e del progresso ("materialista, meccanicistica, biicamente riduzionista e non olistica) la quale ha fatto dell'uomo un oggetto di studio come gli altri, trascurandone le varie dimensioni essenziali (non materiali), la sua unitarietà e la sua complessità (soprattutto a livello emotivo). La decrescita, come in economia, si propone di

riorientare la medicina secondo un carattere prettamente qualitativo (e non quantitativo), riportando l'unicità della persona al centro del processo medico e promuovendo tutte quelle pratiche che mirino al reale benessere psico-fisico e sociale dell'essere umano, inteso nella sua globalità (abbandonando tutte quelle pratiche che invece perseguono interessi diversi). Inoltre in antitesi con l'approccio scientifico/positivistico "la medicina della decrescita" non contrappone l'uomo alla natura attraverso una logica di dominio e di controllo assoluto, ma vede l'uomo come parte della natura stessa, in armonia con essa e promuove un concetto di salute che non può prescindere dalla cura e dal rispetto dell'ambiente circostante.

In pratica cosa vorrebbe dire?

Vorrebbe dire fare prevenzione primaria, ovvero promuovere stili di vita che non solo prevengano le malattie, ma che promuovano la salute, intesa come completo benessere psico-fisico e sociale (definizione OMS). Significa però garantire anche un ambiente sano in cui vivere, sia dal punto di vista ambientale che lavorativo!

Vuol dire avere un approccio olistico al paziente, ovvero avere una visione del paziente non come di una macchina fatta di tante cellule, organi, apparati, ma come persona, unica e unitaria, in cui mente e corpo non sono che due facce della stessa medaglia, in un rapporto continuo e dinamico con l'ambiente circostante[1]. Consumiamo un sacco di farmaci inutili (es. antibiotici, antiinfiammatori, etc.), un sacco di analisi inutili, screening inefficaci che non modificano il decorso della patologia ma anticipano solo la diagnosi. Un farmaco inutile è una merce, ma non un bene. Aumenta il Pil, ma è potenzialmente dannoso per il nostro organismo. Farne a meno porta a quella che noi definiamo "La decrescita felice".

Sotto l'influenza delle multinazionali del farmaco stiamo assistendo alla creazione di nuove malattie, il cosiddetto

disease mongering (es. il deficit di attenzione con iperattività), alla medicalizzazione di normali eventi della vita (come la gravidanza, la vecchiaia) e all'allargamento dei confini dei valori anormali (es. i valori pressori e i valori di colesterolo sempre più bassi)[2]. Non è forse venuta l'ora di invertire questa tendenza?

La depressione maggiore sarà nel 2030 la principale causa di disagio legata ad una malattia[3]. Sarà tutto ciò legato ad una perversa casualità o è in parte causato dalla deriva culturale della nostra società che ha sacrificato il benessere sull'altare della produttività economica?

In alcune patologie è dimostrato che la psicoterapia ha efficacia pari ai farmaci[4]. Perché allora in alcuni ambienti psichiatrici si continua a fornire principalmente solo il trattamento farmacologico?

Decrescita in medicina significa anche però promuovere la concezione che la sofferenza, la malattia e il dolore (acuto) siano normali esperienze della vita, spesso propedeutiche alla gioia o ad un qualche cambiamento e non necessariamente qualcosa di avulso dalla nostra vita che è necessario sempre eliminare appena insorto ed ad ogni costo. Significa considerare la morte come parte della vita, e approcciarsi al fine vita guardando la qualità e non solo la quantità. Significa decolonizzare il nostro immaginario (sia dei medici, che di tutti noi potenziali pazienti) dall'idea di onnipotenza insista nella medicina e nella società occidentale odierna, riappropriarsi del concetto di limite e cominciare a guardare al mondo con occhi diversi.

Jean-Louis Aillon

Per maggiori sul progetto **“Medici per la decrescita”** :

[1] Ambiente inteso nelle sue varie “sfaccettature” di tipo biologico, psicologico, sociale e culturale

[2] Ray Moynihan, Iona Heath, David Henry, Education and debate Selling sickness: the pharmaceutical industry and disease mongering BMJ 2002;324:886–91

[3] Mathers C.D., Loncar D. Projections of global mortality and burden of disease from 2002 to 2030. PLoS Medicine, 2006, 3:2011–2030

[4] Kaplan & Sadock's ,Comprehensive Textbook of Psychiatry, 2000. Nel Disturbo Ossessivo Compulsivo una recente metanalisi indica addirittura come l'aggiunta della farmacoterapia alla psicoterapia porti ad un peggior “out come” nel lungo periodo.