

## The care that saved me. Il nostro lavoro (e la nostra ricerca) conta

**Matteo Martinato**, *Ricercatore Universitario,*  
*Unità di Biostatistica, Epidemiologia e Sanità Pubblica, Università degli Studi di Padova*

Poche ore prima di leggere, grazie al suggerimento ricevuto dalle colleghe di ASI – Accademia Scienze Infermieristiche (<https://www.accademiascienzeinfermieristiche.it>), il toccante scritto di Sarah McCarthy, “The Care That Saved Me”, pubblicato sul New England Journal of Medicine (<https://www.nejm.org/doi/full/10.1056/NEJMp2407628>), avevo terminato un incontro presso l'Hospice Pediatrico dell'Azienda Ospedale Università di Padova. Stavamo discutendo la creazione di un nuovo percorso formativo post-laurea presso l'Università di Padova, pensato per le infermiere e gli infermieri che volessero acquisire competenze avanzate in oncologia e cure palliative. Era uno di quegli incontri densi di significato, dove la competenza professionale e la compassione umana si incontrano per costruire qualcosa che possa creare un impatto sulle colleghe e i colleghi che lavorano o lavoreranno in quel particolare setting clinico. La lettura dell'articolo di McCarthy, poco dopo quella riunione, ha risuonato profondamente in me, come infermiere, ricercatore, docente e, soprattutto, essere umano.

Le riflessioni di McCarthy, maturate a partire dalla sua esperienza clinica e personale, non sono soltanto commoventi, sono essenziali. Ci offrono un promemoria potente: il nostro lavoro, come infermieri e come ricercatori, conta e conta in modo profondo e duraturo.

### Riscoprire il cuore della cura

Avendo iniziato la mia carriera nel campo delle malattie croniche e lavorando oggi come ricercatore nei campi della terapia intensiva pediatrica e delle cure palliative, trovo le parole di McCarthy non solo ispiranti, ma anche confermative. Nella mia attività attuale presso l'Unità di Biostatistica, Epidemiologia e Sanità Pubblica dell'Università di Padova, e grazie alle collaborazioni con realtà come la European Academy of Nursing Science, ECCO (European Crohn's and Colitis Organisation), Università di Torino, ULSS 6 Euganea, la Società Italiana di Cure Palliative e molte altre, ho visto con i miei occhi come gli atti di cura, grandi e piccoli, possano fare la differenza. La cura non è un concetto vago o astratto: è concreta, è azione ed è presenza. Ogni infermiere conosce questa verità in modo istintivo. La vediamo nella madre che dorme accanto al letto del figlio, nel paziente che ricorda l'infermiere che gli ha stretto la mano, nell'anziano che piange, non per dolore, ma per sollievo, per essere stato finalmente ascoltato.

### Il potere dei piccoli gesti

Uno dei messaggi più potenti di McCarthy è che *i piccoli atti di gentilezza e i momenti di connessione fanno una differenza significativa*. È un messaggio che tocca profondamente chiunque abbia lavorato nell'assistenza.

Questi momenti, che a volte sembrano semplici - parlare un po' di più, notare la paura in uno sguardo, spiegare un esame con calma - diventano spesso i ricordi più forti per pazienti e famiglie. Non sono aggiunte alla cura; sono la cura.

Nel nostro lavoro, a volte, rischiamo di essere sopraffatti dalla tecnica, dalle scadenze, dalla burocrazia. Misuriamo, valutiamo, prescriviamo, documentiamo e tutto questo è necessario. Ma ciò che spesso resta nella memoria delle persone non sono le macchine o i dati, ma i volti. I gesti. L'umanità.

Questa consapevolezza non deve solo ispirare la nostra pratica quotidiana, ma anche guidare il modo in cui formiamo, progettiamo e ricerchiamo la cura.

### Quattro pilastri della cura consapevole

McCarthy identifica quattro principi alla base di una cura significativa. Li trovo fondamentali anche per l'attività di ricerca, e oggi cerco di portarli con me in ogni ambito del mio lavoro:

1. *Rendere visibile la persona nel paziente.*

Ogni paziente è una persona con una storia, dei legami, dei desideri. Non possiamo ridurlo a una diagnosi o a un parametro vitale. Riconoscere questa umanità è la base della cura autentica.

2. *Comprendere la vita al di fuori dell'ospedale.*

La malattia impatta ogni ambito della vita: il lavoro, le relazioni, i sogni. Conoscere questo contesto ci permette di costruire piani di cura più realistici, empatici e sostenibili

3. *Coltivare la compassione pratica.*

La compassione non è solo un'emozione: è un'azione. È ascoltare anche quando siamo stanchi, è tornare in una stanza anche quando siamo di fretta, è difendere un paziente anche quando nessuno lo fa.

4. *Saper stare al buio lasciando entrare la luce.*

Le cure palliative, e l'assistenza in situazioni critiche, ci portano a contatto con il dolore, con la morte, con la perdita. Ma proprio in questi contesti è possibile creare spazi di luce, presenza e significato.

Questi principi non sono utopie: sono pratiche reali, che si possono (e si devono) integrare con l'Evidence Based Practice.

