

La conoscenza come forma di cura

Dellafiore Federica

Introduzione

La ricerca infermieristica è il ponte che collega ciò che sappiamo con ciò che facciamo — e ciò che facciamo con ciò che possiamo ancora scoprire. Parlare di ricerca oggi significa parlare dell'essenza stessa della professione: di ciò che dà senso al nostro agire quotidiano, e che rende l'infermieristica non soltanto una pratica, ma una disciplina viva, in continua evoluzione.

Viviamo in un tempo in cui la sanità cambia rapidamente: l'invecchiamento della popolazione, l'aumento delle cronicità, lo sviluppo della sanità territoriale e l'introduzione delle tecnologie digitali stanno ridefinendo i modelli assistenziali. In questo scenario, agli infermieri è richiesta un'autonomia crescente — ma un'autonomia che si fonda su conoscenze solide, su evidenze verificabili, su capacità di giudizio critico. In questo contesto, la ricerca non è un lusso o un compito riservato a pochi: è una condizione necessaria per garantire qualità, sicurezza e significato alla cura. Solo attraverso la ricerca possiamo comprendere i fenomeni assistenziali nella loro complessità, misurare gli esiti sensibili all'assistenza, e costruire modelli di cura davvero centrati sulla persona.

Ma la ricerca infermieristica è anche una dimensione culturale e politica: è la voce con cui la professione parla di sé, produce il proprio sapere, partecipa ai processi decisionali e orienta il cambiamento. In un sistema sanitario sempre più standardizzato e tecnologico, essa preserva il legame con l'essenza più profonda del prendersi cura: comprendere, osservare, interrogarsi, migliorare.

In fondo, conoscere — per un infermiere — è il primo atto del prendersi cura.

La ricerca come fondamento dell'identità professionale

Per capire l'importanza della ricerca infermieristica, è necessario guardare alle nostre radici. Per secoli, l'assistenza è stata tramandata come sapere pratico: un sapere prezioso, ma raramente sistematizzato, e dunque poco riconosciuto come conoscenza scientifica. L'infermiere era il “braccio operativo” della medicina, non ancora un professionista capace di pensare, analizzare e produrre sapere proprio.

La svolta arriva quando la disciplina inizia a porsi domande fondamentali: *cosa significa prendersi cura? qual è il contribu-*

to specifico dell'infermieristica alla salute delle persone e delle comunità?

Da qui nasce il passaggio da un sapere “fatto di gesti” a un sapere fondato sul pensiero e sulla riflessione.

Con Florence Nightingale, tra il 1820 e il 1910, la professione si apre al metodo scientifico. Nightingale osserva, raccoglie dati, li analizza e li traduce in miglioramenti concreti delle condizioni ospedaliere: è la prima “ricercatrice moderna” dell'assistenza. Negli anni '60 e '70, la nascita delle grandi teorie (Orem, Roy, Rogers, Watson, Leininger, Peplau) segna la maturità epistemologica della disciplina: la cura viene concepita come fenomeno relazionale, umano e ambientale. Negli anni '80 e '90, l'Evidence-Based Nursing consolida la dimensione empirica: integra evidenze, esperienza clinica e valori del paziente, affermando la ricerca come strumento concreto per migliorare la pratica quotidiana. Infine, dagli anni 2000 in poi, la ricerca infermieristica entra nei dottorati, nei progetti competitivi e nei linguaggi globali, che danno al sapere infermieristico visibilità e interoperabilità nei sistemi sanitari digitali.

Oggi possiamo dire che la ricerca ha dato alla professione un linguaggio, un metodo e una visione. Ha trasformato l'infermiere da esecutore di pratiche a professionista riflessivo, capace di fondare la propria azione su evidenze e valori. La ricerca, dunque, non è un accessorio della professione: è ciò che la fonda e la distingue. È attraverso la ricerca che l'infermieristica si riconosce come disciplina autonoma, con un proprio oggetto di studio — la cura — e un proprio sguardo sulla salute.

Dalla teoria alla pratica e ritorno: il ciclo virtuoso della conoscenza infermieristica

Spesso immaginiamo il rapporto tra teoria e pratica come una linea: si produce la teoria, la si applica, si ottengono risultati. Ma la conoscenza infermieristica funziona diversamente: è un sistema circolare, dinamico e generativo.

L'Evidence-Based Practice (EBP) rappresenta il movimento dalla teoria alla pratica: traduce i risultati della ricerca in decisioni cliniche e assistenziali, rendendo la pratica più sicura, efficace e coerente con le migliori evidenze disponibili. Tuttavia, la EBP non è un semplice insieme di protocolli: è un processo decisionale complesso che integra quattro dimensioni — evidenze scientifiche, esperienza clinica, valori della persona assistita e contesto operativo. È in questa integrazione che si esprime l'essenza della

competenza infermieristica contemporanea.

Ma esiste anche il movimento inverso: la *Practice-Based Evidence* (PBE). Quando la pratica è vissuta in modo riflessivo, osservato e documentato, diventa a sua volta fonte di conoscenza.

Ogni contesto assistenziale — dal reparto ospedaliero alle case della comunità — può diventare un laboratorio di ricerca. Ogni infermiere, osservando, interrogandosi e migliorando la propria azione, genera evidenza, anche senza accorgersene. La PBE restituisce dignità scientifica alla pratica quotidiana, perché riconosce che la conoscenza nasce dall'esperienza vissuta, dall'incontro con la persona, dalle domande che sorgono nel fare. Così, teoria e pratica si alimentano reciprocamente in un ciclo virtuoso: **teoria → pratica → riflessione → nuova teoria → nuova pratica**.

È questo il cuore dell'evoluzione disciplinare: un sapere in continua trasformazione, che cresce dal dialogo tra esperienza e pensiero. Un tempo parlavamo di *Evidence-Based Practice*; oggi dobbiamo aggiungere la *Practice-Based Evidence*: perché ciò che accade ogni giorno nei reparti, nelle case della comunità e nei servizi territoriali è già ricerca — se sappiamo osservarlo, documentarlo e restituirlo alla scienza.

Il valore della ricerca: una riflessione personale

E a questo punto, dopo aver attraversato la storia, i fondamenti teorici e le implicazioni professionali della ricerca infermieristica, vorrei chiudere con una riflessione più personale. Vorrei condividere il motivo per cui, negli anni, la ricerca mi ha affascinata, conquistata, e perché continua a farlo ogni giorno.

Per me, la ricerca è molto più di un'attività accademica o di un percorso professionale.

La ricerca è conoscenza — nel senso più profondo e originario del termine. Fare ricerca significa conoscere ciò che abbiamo tra le mani, comprendere ciò che viviamo, interrogare ciò che ci circonda. E non c'è nulla di più profondamente umano di questo desiderio di capire, di dare senso alle cose, di cercare il perché e il come. Il desiderio di conoscere appartiene a tutti noi: è ciò che ci accomuna come esseri umani. Quindi la ricerca è estremamente invischiata con la parte più profonda di tutti noi, e che ci costituisce come persone. È la curiosità che ci spinge a guardare oltre, a non accontentarci, a cercare qualcosa di più. Senza curiosità, senza questo impulso a sapere e a trasmettere conoscenza, non ci sarebbe stato nessun progresso: né la scoperta del fuoco, né quella della ruota, né le conquiste della scienza.

Ecco perché, per me, **la ricerca non è solo un mestiere, ma un modo di essere**. E con il tempo ho capito che essere ricercatori non significa semplicemente "fare ricerca": significa *guardare il mondo con occhi di ri-*

cerca. È uno sguardo abitato da curiosità e stupore, che entra in ogni situazione con l'idea che ci sia qualcosa da scoprire, da capire, da conoscere meglio. Diventa un *habitus*, una forma mentis, un modo di stare al mondo. Chi ricerca, cambia: cambia il modo di vedere, di ascoltare, di pensare. Quasi inconsapevolmente. Curiosità e stupore diventano tratti del volto, del gesto, dello sguardo: plasmano il ricercatore, lo rendono capace di cogliere connessioni invisibili e di stupirsi sempre di più.

C'è poi un altro aspetto straordinario, che mi affascina ogni volta che ne percepisco la profondità e la portata: **la ricerca non finisce mai**. Ogni piccola conquista apre immediatamente nuove domande, nuovi percorsi, nuove possibilità di conoscenza. È un viaggio senza fine, e forse è proprio questa la sua bellezza. Perché più conosci, più ti rendi conto di quanto resta da conoscere. Più si approfondisce la conoscenza di un fenomeno, o parte di esso, più ci si rende conto di quanto di quel fenomeno manca da conoscere... e ciò crea un senso di piccolezza, che insieme allo stupore, diventano il motore per andare avanti, e alimentano la fame e la sete — senza fine — di conoscenza del ricercatore.

Da questa esperienza e consapevolezza conquistata, che nel tempo, nasce **la virtù più preziosa di chi fa ricerca: l'umiltà**. L'umiltà di chi percepisce la grandezza del mondo, e la propria piccolezza di fronte ad esso. L'umiltà di chi non smette mai di stupirsi, di chi sa che ogni sapere è provvisorio, e che la verità si costruisce solo nel dialogo e nel dubbio. L'umiltà di chi comprende che la conoscenza non si possiede, ma si custodisce, si condivide, si mette a servizio. L'umiltà di chi non ha paura di perdere perché la purezza della conoscenza è la più grande delle vittorie.

Ed è proprio qui che **il metodo scientifico** assume tutto il suo valore. Nel metodo scientifico, tutta la potenza di quanto descritto sopra, trova la sua massima possibilità di espressione. Osservare, interrogare, formulare ipotesi, verificare, dubitare, ricominciare: è una strada che dà forma alla curiosità, che la rende sapere condiviso, verificabile, utile alla collettività. In fondo, il metodo scientifico è il modo in cui l'essere umano trasforma il desiderio di capire in qualcosa di concreto, affidabile e condivisibile, e su cui ha costruito tutta la nostra società.

Nell'infermieristica, questa dinamica e dimensione diventa ancora più potente. Perché l'oggetto del nostro conoscere è la persona — con la sua salute, la sua fragilità, la sua storia, la sua unicità. Fare ricerca in infermieristica significa non smettere mai di cercare: non solo nuove risposte, ma nuovi modi di comprendere, di ascoltare, di prendersi cura. È cercare di illuminare quei punti di contatto tra scienza e umanità, tra metodo e senso, tra sapere e cura. E credo che sia proprio questo il cuore della ricerca infermieristica: una scienza che nasce dall'umano e che all'umano ritorna.

Quindi, **conoscere — per un infermiere — non è solo sapere. È il primo, profondo atto del prendersi cura.**