

Azione 15

Società e Territorio

Le emozioni dei bambini in questo periodo di forzato isolamento: intervista alla psicoterapeuta Cinzia Pusterla



► pagina 13

Ambiente e Benessere

Hospice Ticino «raziona» i servizi a domicilio a causa del Covid-19, ma mantiene comunque attenzione e vicinanza attraverso contatti telefonici, via e-mail e, se necessario, con visite al paziente

► pagina 17



Politica e Economia

La drammatica miopia dei leader del mondo nel vedere l'arrivo del virus



► pagina 25

Cultura e Spettacoli

Gli artisti da sempre cercano di illustrare e narrare ciò che sconvolge l'uomo



► pagina 34

In prima linea contro il virus

di Maria Grazia Buletti ► pagina 3



Isolati, fra interrogativi e speranze

di Peter Schiesser

Non ci sono riuscito. Avrei voluto scrivere un diario di questa pandemia, per ancorare questo tempo strano. L'avevo cominciato il 1. di marzo, cinque giorni dopo il primo caso proclamato in Ticino, nove dopo il primo in Italia. Ma di fronte all'*Unheimliche*, di cui parla lo scrittore Mauro Veronesi a pagina 35, mi sono fermato. Non mi sono mancate le parole, mi è mancata la volontà e la forza di scriverle giorno dopo giorno. Forza e volontà mi servivano per cogliere, capire, contenere, metabolizzare l'immensità che giorno dopo giorno si stava abbattendo su di noi, sul mondo intero. Già il solo fatto di riuscire a continuare a lavorare, sostanzialmente da casa, richiedeva sforzi e adattamenti, trovarsi la casa diventata ufficio senza chiari confini, e poi la necessità di un dialogo, di una vicinanza diversa con amici, amiche, famigliari, tutto questo occupava mente e tempo, anche il fisico direi, mentre in sottofondo le notizie avevano un solo nome, Covid-19, e significati lugubri, oscuri. La forza interiore e la volontà erano rivolte a reggere l'incertezza, a coniugarla con la consapevolezza, anche della paura, affinché non divenisse panico o rimozione.

Tre settimane di isolamento più tardi, con altre davanti a noi, persiste questo senso di smarrimento di fronte all'inconcepibile. Dal terrazzo di casa, con lo sguardo che può spingersi lungo su prati, alberi in fiore, armoniose sagome di villaggi in lontananza, il mondo sembra quello di sempre. Ma non lo è, fermo in questo tempo sospeso. E anche noi non siamo più quelli di prima, abbiamo dovuto modificare i nostri comportamenti più intimi, imparare ad accettare il folle pensiero che anche la persona più cara possa infettarti e metterti in pericolo, o tu lei, cercando di evitare che al contempo ne nasca un sentimento di sfiducia. Ce lo chiediamo tutti: torneremo a baciarci e abbracciarci, e quando? E nella vita sociale, quando torneremo a fidarci del prossimo tanto da sedergli accanto durante un concerto, uno spettacolo, una festa affollata? Quando spariranno dalla vista mascherine guanti disinfettanti? Sono interrogativi che restano senza risposta fino a emergenza conclusa.

La pandemia non è sotto controllo, vengono i brividi a pensare a che cosa accadrà nelle prossime settimane negli Stati Uniti, in Europa e, speriamo di no, che cosa potrebbe accadere in continenti più poveri come l'Africa e l'America latina. Qualche segnale incoraggiante

viene dall'Italia ed è consolante vedere che la curva dei contagi è meno ripida Oltralpe. Speriamo sia così presto anche in Ticino, dove le strutture sanitarie hanno fin qui retto il colpo grazie al potenziamento di cui sono stati capaci in breve tempo EOC e cliniche private e grazie alla dedizione del personale medico. E poi, fa bene al cuore percepire in cose grandi e piccole tanti e tali slanci di solidarietà. L'avvitamento delle società moderne in un individualismo sempre più spinto ce lo aveva fatto dimenticare, ma il coronavirus ci ha fatto capire quanto abbiamo bisogno del prossimo, che esistiamo in quanto animali sociali, che da soli non ce la possiamo fare in questa vita. Siccome queste riflessioni le avranno fatte tutti per esperienza vissuta, non solo come esercizio mentale astratto, è più probabile che lascino il segno anche in futuro. Lo stesso vale per la nostra relazione di cittadini con lo Stato: anche chi predica il libero mercato ad oltranza oggi ha bisogno dello Stato per sopravvivere, ossia della comunità. Verrà riscritto il contratto fra le diverse parti della società, vorremo dare di nuovo maggiori risorse allo Stato? Sfruttiamo l'isolamento per pensare a come vorremo ricostruire la realtà, una volta che recupereremo la libertà di uscire nel mondo.

Società e Territorio

La spesa con Amigos.ch

Migros, in collaborazione con Pro Senectute, propone un servizio gratuito di consegna della spesa a domicilio per chi fa parte di un gruppo a rischio
► pagina 6

I bambini e i cartoni animati

I cartoon possono essere educativi e positivi per l'immaginario infantile a patto che rispondano a certi criteri. Intervista al professor Cosimo Di Bari
► pagina 6



Personaggi

La storia dello psichiatra elvetico Adolf Meyer la cui lezione è ancora di sconcertante attualità



► pagina 11

Tutti in casa

Intervista alla psicoterapeuta Cinzia Pusterla su come affrontare questo periodo di isolamento con i bambini



► pagina 13

Le narrazioni dell'incertezza

Dialogo Una riflessione sulla Medicina narrativa al tempo del Covid-19

Sebastiano Caroni e Christian Delorenzo

Avrei voluto incontrare Christian Delorenzo di persona in Italia, dove si trova spesso, magari davanti a un buon caffè. Christian Delorenzo è uno specialista di narrazioni. Lavora come consulente letterario presso l'ospedale Chic di Créteil. All'Université Paris-Est Créteil insegna Medicina narrativa, e ha da poco tradotto il libro fondamentale sul tema: Medicina narrativa di Rita Charon, per Raffaello Cortina. Avrei voluto incontrarlo di persona, ma non si può, lo sappiamo. Così ci diamo appuntamento per una conversazione telefonica.

S.C.: Jerome Bruner una volta scrisse che «le avventure accadono a chi le sa raccontare». Non so cosa ne pensi tu, ma trovo che il termine «avventura», permettimi il gioco di parole, sia un po' avventato in questi giorni. Viviamo un momento segnato dall'incertezza, ci troviamo obbligati a rivedere i nostri piani per il futuro, a rinviare o annullare vacanze e viaggi, tanto per fare un esempio. E anche quando si tratta di cose semplici, dobbiamo muoverci fra una fitta selva di ma, forse, chissà. E, come se non bastasse, la mappa di questa nostra inedita esistenza può davvero cambiare da un giorno all'altro, ridisegnata da nuove regole, restrizioni, fatti, numeri, dati; magari scompagnata dall'irruzione dello spettro di cui parlano tutti. Tu che professionalmente ti occupi di come le parole aiutano a raccontare meglio la realtà, non trovi che sia piuttosto arduo descrivere, e raccontare, tutta questa incertezza? E che una frase come quella di Bruner, che normalmente sarebbe illuminante, diventa improvvisamente spinosa, sconsiderata, addirittura pericolosa?

C.D.: Anch'io ho qualche perplessità su «avventura». Etimologicamente, è un participio futuro: ciò che avverrà. Ma «avventura» ha una valenza positiva, che mi fa pensare ai romanzi di Stevenson. Peccato che non siamo in viaggio verso l'isola del tesoro. Se anche lo fossimo, il viaggio salterebbe per via delle misure di contenimento, e noi rimarremmo bloccati sul galeone. Racconterebbe questo uno Stevenson oggi? Non lo so. Ma so che siamo

in una pandemia. Lo direi senza giri di parole. Ora, Arthur Frank sostiene che una delle tre modalità di racconto della malattia, a livello individuale, sia quella caotica. Non c'è deviazione temporanea dal corso della vita. Non c'è ricerca di senso. C'è una narrazione che fatica a organizzarsi, che si decostruisce. Mi chiedo se, con l'incertezza che ci circonda, non stia avvenendo questo, ma a un livello più ampio, sociale. E mi chiedo pure, per parafrasare Austin, quali cose facciamo, qui e ora, con le narrazioni del Coronavirus.

S.C.: Se capisco bene quanto dici, a questo punto mi porrei il seguente interrogativo: quali effetti ci aspettiamo dalle storie che raccontiamo a chi ci sta attorno? Con le parole mettiamo in ordine l'esperienza, mettiamo una cornice e infondiamo dei colori alla realtà che ci circonda. Nelle condizioni attuali, scegliere le parole giuste è più che mai fondamentale. Ti faccio un esempio. Se i media continuano a dirci che la situazione è tragica, affiancando queste parole con delle immagini altrettanto drammatiche, danno una certa immagine complessiva della realtà: indubbiamente fedele a quel che ci sta capitando. Ma questo significa che la speranza, la positività, e la creatività non debbano fare parte della storia ufficiale, non in questo momento? Non pensi che chi si trova nella posizione di raccontare la realtà, in una situazione delicata come la nostra, si trovi anche di fronte al difficile compito di raggiungere un equilibrio fra pessimismo e ottimismo, fra dramma e speranza?

C.D.: Credo che ogni storia sia il risultato di una relazione. Quella tra chi scrive e chi legge. Aggiungerei un undicesimo diritto al decalogo di Pennac: il diritto di leggere quello che si vuole. Non intendo solo libertà nella selezione, ma soprattutto libertà nella reazione e nell'interpretazione. Ogni lettore apporta qualcosa di fondamentale alla dinamica testuale: la propria lettura. Quindi, la mia interrogazione si sposta ulteriormente dal piano che indichi tu – il desiderio di provocare un certo effetto – a quello della consapevolezza. Potrei riformulare così la mia domanda: quali cose fa fare questa specifica narrazione? Tra l'altro, può valere sia per chi scrive che per



«Magari testimonianze dalla prima linea se più condivise aumenterebbero la consapevolezza della situazione». (Didier Ruef)

chi legge. La speranza, la positività, la creatività, sì. Ma in astratto ognuno ha la libertà di rinvenire o costruirsi questi valori in un'esperienza di lettura. E poi una narrazione, anche se percepita come paurosa, potrebbe rivelarsi se non buona almeno efficace in un contesto d'incertezza. Perché la paura, magari, porta a tutelarsi.

S.C.: La paura induce a rispettare i divieti e le limitazioni, rendendo efficaci le misure di contenimento, ma temo che sia anche un'arma a doppio taglio, poiché spesso viene proiettata, inconsciamente, su delle categorie di persone come i runner, che diventato improvvisamente i nuovi untori, dei capri espiatori insomma. Trovo che la paura, come risposta all'incertezza, stia mostrando dei limiti abbastanza evidenti. A questo punto, quindi, io valorizzerei piuttosto un'esperienza a cui tu stesso fai riferimento: la con-

sapevolezza. Anche se, a dire il vero, è più facile cedere alla paura che accedere alla consapevolezza. L'importante però è non rimanere prigionieri della propria paura, o di quella degli altri, ma cercare di trasformarla in qualcosa di più costruttivo. Il galeone sarà anche fermo in mezzo all'oceano, come dicevi tu prima: ma ai primi segnali di ripartenza è meglio che al timone ci sia la paura o la consapevolezza?

C.D.: Non vedo per forza opposizione tra consapevolezza e paura. Al timone non può esserci, in momenti come questo, consapevolezza della paura? Il cuore dell'oceano, quando pulsa per una tempesta, può fare paura persino a un pilota esperto. Ma anche rabbia, tristezza, disguido. Non so tu, ma io mi scopro a viverle ogni giorno, queste emozioni. Credo che la consapevolezza aiuti a resistere, senza cercare il nemico di turno o cadere nella di-

sperazione. Ma come accedere a questa consapevolezza? Non è facile, vero. La mia risposta è: scrivendo. La Medicina narrativa suggerisce vie e strumenti. I professionisti della salute, per esempio, potrebbero utilizzare il genere della cartella parallela per dare voce alle proprie storie. Rita Charon, che lo ha inventato, ne parla molto nel suo libro, a cui rimando. Sia chiaro: la mia non è un'ingiunzione. È un invito aperto. Magari, testimonianze dalla prima linea, se più condivise, aumenterebbero la consapevolezza della situazione. E magari l'esperienza dell'isolamento, nuova per tutti, acquisirebbe anche il senso di un contributo alla cura. Che non sia proprio questa la chiave, il rimedio all'incertezza? La consapevolezza di quanto sia fondamentale oggi aver cura. Per tornare a navigare domani, con il vento in poppa. Chissà. S.C.: Chissà.

Emergenza Covid in corsia

Pandemia Il personale medico sanitario della Clinica Luganese Moncucco è confrontato con tantissime ore di lavoro, fatiche fisiche e psicologiche, pochissimo riposo, ma dimostra tanta voglia di andare avanti e aiutare

Maria Grazia Buletti

«I pazienti che ora siamo chiamati a curare presentano condizioni completamente diverse dalla quotidianità alla quale eravamo abituati: ci confrontiamo con patologie molto gravi a livello polmonare e respiratorio, il cui quadro clinico ed emodinamico può completamente degenerare anche in un paziente stabile fino a poco prima. Ciò significa che dobbiamo assicurare un controllo costante dei parametri vitali e mettere in campo tutte quelle indagini di cui disponiamo a beneficio massimo dei pazienti. Questo virus sta causando grossi problemi all'apparato respiratorio»: la dottoressa Manuela



Indispensabili i sedativi. (Didier Ruef)

Balmelli (specializzata in medicina interna generale) ha per ora sospeso le visite ambulatoriali e presta servizio alla Clinica Luganese Moncucco 24 ore su 24, come del resto alcuni suoi colleghi e gran parte del personale sanitario, tutti chiamati a far fronte all'emergenza coronavirus.

Prima di lei sentiamo il professor Andreas Cerny, epatologo e infettivologo pure accreditato alla stessa struttura, che ora dirige anche la parte ambulatoriale degli altri suoi colleghi impegnati con i pazienti degenti in clinica: «Siamo dieci medici distribuiti in diverse sedi esterne ambulatoriali che si occupano di pazienti trapiantati, con cirrosi epatiche, Hiv, epatiti e dipendenze». Persone che, a lato dell'emergenza sanitaria, necessitano di cure improrogabili o coordinate dal professor Cerny in servizio tripartito con gli altri colleghi, fra i quali la dottoressa Balmelli che, malgrado i ritmi



La corsia è diventata un susseguirsi di letti e macchine, affollata di pazienti e di personale curante. Su azione.ch trovate una più ampia galleria fotografica. (Didier Ruef)

incalzanti di lavoro, ci riserva un po' del suo tempo per parlare con noi di come viene vissuta oggi la quotidianità in clinica.

Con voce pacata, riflessiva e cordiale, ci ringrazia per l'interesse che dimostriamo ai curanti. Racconta come è cambiato il modo di lavorare in corsia, come ci si organizza, la situazione d'emergenza, le fatiche, la pressione emotiva, la relazione con i parenti e tanto ancora: tutto quello che solo un mese fa sarebbe stato inimmaginabile: «Prima di tutto sono cambiati i rapporti interpersonali a favore di tanta solidarietà. Lavoriamo 24 ore su 24, un grandissimo impegno medico-sanitario: medici senior, medici assistenti e personale sanitario sono operativi senza sosta». Una frenetica e complicata attività di cure improrogabili o coordinate dal professor Cerny in servizio tripartito, faticoso anche dal profilo psicologico perché sono forti le interazioni con

il personale infermieristico e tutti quelli che si adoperano a lavorare con noi in questo momento». Lo spirito di solidarietà è tangibile, racconta, tanto quanto la reciproca collaborazione di tutto il personale sanitario: «Ci dà la forza per andare avanti, lavorare tante ore consecutive essendo efficienti coi pazienti che ora hanno davvero molto bisogno delle nostre cure».

Uno sforzo psicofisico che talvolta necessita di un sostegno assicurato dallo psichiatra della struttura: «I pensieri sono veramente tanti, compresa la consapevolezza che potremmo ammalarci a nostra volta, pensiero che scongiuro mettendomi in atto tutte le misure necessarie per curare i nostri pazienti». Tangibili le precauzioni messe in campo: mascherine, camici, occhiali, guanti, disinfezione e personale specifico che controlla quotidianamente che tutto sia come da protocollo.

Anche il morale, ci racconta, si



Apparecchiature complesse necessitano di personale specializzato. (Didier Ruef)

mantiene positivo: «Abbiamo scelto una professione che va, dal profilo sanitario e medico, verso l'aiuto al prossimo: ognuno di noi è certamente in

grado di essere d'aiuto alle persone per le quali, mai come in questo momento, dobbiamo rappresentare un pilastro». Ma ci sono pure alcuni momenti di sconforto per quelle persone che non ce la fanno: «Come medici e curanti perdere questi pazienti è di sconforto perché è un epilogo che non vorremmo mai». Poi ci sono le persone che guariscono e lasciano la Clinica: «Ti salutano commossi, non finiscono di ringraziarti: è una grande emozione vederli partire ed è la cosa più bella che possa succedere perché ci fa comprendere il senso positivo di ciò che stiamo facendo».

Un auspicio per salutarci: «Non avrei mai pensato di vivere tutto questo nella mia vita, ma posso garantire che mai come ora ho incontrato persone speciali e ricevuto tantissimo sostegno da chi mai avrei pensato ci stesse vicino in questo momento». Solidarietà, e continuità dell'unione creatasi ora fra le persone: è l'auspicio che esprime quando le chiediamo cosa lascerà a tutti noi questa esperienza.



Al di fuori della corsia, il lavoro non è da meno. (Didier Ruef)



Arrivano nuovi pazienti, la struttura è ancora in grado di accoglierli. (Didier Ruef)