

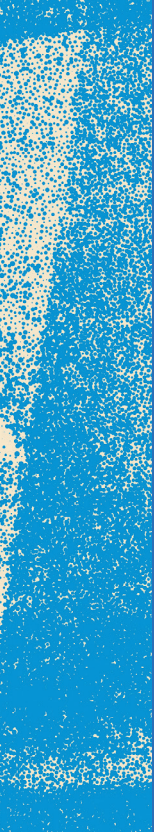
Marco Trabucchi

La cura inquieta

Relazione e fragilità
nell'era tecnologica



Il Margine



«La cura si veste di mille colori diversi, dietro a ognuno dei quali vi è una scelta umana, sempre la stessa: quella di un impegno che capisce, avvicina e non abbandona».

Marco Trabucchi scrive un saggio che esplora la cura come condizione fondamentale dell'esistenza: gesto concreto, parola, vicinanza, responsabilità reciproca. Nel tempo della complessità, del post-Covid e dell'accelerazione tecnologica, la cura emerge come scelta umana decisiva: un modo di stare con l'altro che non semplifica, non abbandona, non delega.

Attraverso esempi, riferimenti culturali e riflessioni maturate nei luoghi della vita e dei servizi, il libro attraversa gli strumenti del curare, la relazione come cuore di ogni intervento e la necessità di tenere insieme tecnica e amore. Uno sguardo particolare è dedicato alla vita lunga — solitudine, fragilità, demenza — e al bisogno, spesso invisibile, di sostenere anche chi cura.

Marco Trabucchi

1946

Psichiatra, è direttore scientifico del Gruppo di Ricerca Geriatrica di Brescia. È autore, coautore o curatore di più di sessanta volumi a carattere medico-scientifico. Ha pubblicato oltre 650 articoli, prevalentemente su tematiche psicogeriatriche e di clinica geriatrica. In questi ambiti svolge un'intensa attività didattica e di informazione rivolta ai medici, agli infermieri, alle altre figure professionali dell'area sociosanitaria e al pubblico generalista.

Pluralità. Eterogeneità. Apertura.

Il Margine, progetto editoriale di Erickson, dà voce a punti di vista dissonanti e originali per metterli al centro del pensiero e del dibattito.

IN COPERTINA Immagine di Anastasiia Hevko/iStock.com

PROGETTO GRAFICO Bunker

€ 15,00

Introduzione

La frase di Leone XIV riprodotta in epigrafe definisce la cura come condizione obbligata per la vita e sembra non lasciare spazio alle scelte: la carne impone la cura. Non solo la carne di chi la riceve; anche quella di chi la pratica, perché solo attraverso di essa è veramente umano.

In epigrafe anche la nota poesia di Emily Dickinson, che esprime il valore e il senso della vita se collegata ad atti di cura. Nella gioia.

«Lieve è il dolore che parla», come disse Seneca: la cura permette alla fatica di vivere, di esprimersi e di essere consolata. La cura è parola, vicinanza, atti concreti, condivisione. Per tutti, l'esperienza del dolore fa percepire il desiderio di cura, talvolta razionale, talvolta solo intravisto.

Forse qualche tempo addietro si sarebbe potuto affermare che la vita del singolo individuo non aveva bisogno degli altri, perché ciascuno era sicuro del proprio futuro e orgoglioso della propria libertà. Poi, l'avvento del Covid-19 ha radicalmente modificato la coscienza delle persone riguardo alla propria vita e a quella degli altri; ha aperto una voragine nella certezza di un futuro controllabile, ciascuno da solo. Allo stesso tempo, con una forte accelerazione proprio

dopo la pandemia, il progresso delle nuove tecnologie ci sta facendo sperimentare un potere che prima non conosceamo; un potere che ad alcuni dà la sensazione di venire aiutati a vivere e a far vivere, mentre ad altri quella di essere nelle mani di scelte che non possono controllare e che sembrano essere sempre meno sensibili ai veri bisogni dell'individuo. Inoltre, il progresso della cultura, stimolato da grandi figure come Edgar Morin, ci mette di fronte alla realtà «dell'irriducibile legame di ogni cosa con ogni cosa, laddove il progresso delle conoscenze nei binari della parcellizzazione suscita una regressione del pensiero stesso».¹ Senza una cura reciproca, che aiuti a evitare il riflesso condizionato della semplificazione, posti ciascuno di fronte alle piccole o grandi dinamiche del momento, non abbiamo realisticamente la possibilità di capire che nella vita ogni evento è interdipendente, inserito in una circolarità complessa in cui tutto è contemporaneamente causa ed effetto. E la vita appartiene a queste dinamiche: è carne, pensiero, spirito, con interazioni complesse che determinano i tempi e i modi dell'esistenza.

Queste tre dinamiche — l'autonomia precaria che ha caratterizzato il recente passato, il progresso tecnologico che segna il presente con un ruolo sempre più determinante e la complessità che cerca di spiegare le dinamiche tra loro interagenti del reale — insieme generano l'esigenza di cura come comportamento umano senza alternative. Molti, però, non sono disposti

¹ CERUTI M., «La complessità genera nuove sfide», *Il Sole 24 Ore*, 17 agosto 2025.

ad accettare, per motivi difficilmente comprensibili — ma forse per miopia ed egoismo — l'idea che senza la disponibilità a curare il proprio simile non si supererà mai il dolore della pandemia e non si affronterà la sfida alla libertà posta dalle nuove tecnologie, né si comprenderà la logica della complessità. Invece, sono convinti che questo mondo di ingiustizie e di guerre, incapace di rispettare la dignità e la libertà umana, accelererà certamente, quasi fosse una reazione innata, il processo di miglioramento delle relazioni, premessa alle azioni di cura.

Come sarà il futuro? Quale forma prenderà la convivenza nella quale potranno avere spazio gli atti di cura? Siamo nel pieno di una crisi umana, culturale, spirituale e anche pratica, poiché la solitudine indotta dalle altre crisi genera a sua volta nuova solitudine, che impedisce una vita «normale». La pandemia ha prodotto sterminate solitudini; in questo contesto, oggi vi è il rischio che le intelligenze artificiali generative creino le condizioni per cui il dialogo avvenga esclusivamente con la macchina, escludendo ogni altra relazione. Siamo, quindi, necessariamente destinati a vivere in un tempo nel quale le cure non si donano né si ricevono, nonostante il grande bisogno indotto dalla sofferenza?

In questa atmosfera di incertezza e di solitudine diffusa, Papa Francesco nell'omelia della santa messa di Capodanno 2021 ha preso una posizione chiara: «Quest'anno, mentre speriamo in una rinascita e in nuove cure, non tralasciamo *la cura*. Perché, oltre al vaccino per il corpo, serve il vaccino per il cuore: è la cura». Il Papa ha dichiarato da un punto di vista re-

ligioso quello che molti abbiamo percepito nel pieno della crisi: solo la cura dell'altro ci permette di tornare sulla strada giusta. La cura, che era sembrata una pratica desueta nel tempo non lontano della vittoria dell'io, ritorna forte come base fondante del noi e della comune speranza per il domani. Allo stesso modo, l'attenzione di Papa Leone XIV alle «cose nuove» del nostro tempo è un segnale che aiuta a cogliere l'esigenza di trovare un sentiero, come avvenne nella crisi di fine '800, quando il progresso industriale induceva sofferenza e disordine sociale. Oggi le tecnologie (le «cose nuove») devono essere uno strumento per migliorare le potenzialità e la realtà della cura, non un mezzo per renderla meno umana ed efficace. A tal fine, occorrono la maturità di pensiero, il coraggio dell'autonomia e la comprensione che la cura è regolata dal cuore, ma è anche parte della carne.

Tutti abbiamo bisogno di cura

Non siamo ancora usciti in mare aperto, come prima, ma la nostra umanità ha compreso che senza l'altro — fratello, amico, tecnico — nessuno più uscirà, perché dominato da paure e angosce. La cura deve farsi carico di difficoltà e fragilità diffuse, anche se troppo spesso sembra che la solitudine, accompagnata dal dolore, dalla sofferenza e dal disagio, non le conceda spazio. Viviamo nel limbo del conflitto tra la ricerca di qualcuno che si prenda cura di noi e il tentativo di gestire senza supporti le crisi, con lo stesso stile che abbiamo seguito per anni, quando ci sembrava meno

necessario ricorrere alla cura da parte dei nostri concittadini. Lo stesso conflitto che viviamo ancora oggi dentro di noi, tra egoismo e generosità.

La città, luogo della vita, dei dolori e delle gioie, sta cambiando a una velocità formidabile. Dobbiamo immaginare una *smart city* iperconnessa, abitata da un ecosistema umano basato su tecnologie diffuse, reti veloci ed energia pulita. Le case saranno organizzate riducendo al massimo l'incertezza sui vari aspetti della vita, sia sul piano pratico-organizzativo sia su quello riguardante il nostro corpo e la nostra salute, perché tutto sarà gestito da un'intelligenza artificiale. In questo mondo, in cui sembra che tutto sarà regolato al meglio da meccanismi che prevedono ogni aspetto e vi provvedono in modo adeguato, la cura tra le persone ha ancora un suo spazio?

In questo scenario, l'illusione più facile è quella di poter limitare il bisogno di cura alla logica delle debolezze, delle fragilità, delle povertà: sarebbe un errore mortale per il nostro mondo, dato che vi è sempre bisogno della parola, della vicinanza, di una strada condivisa. Ma ancor più forte è l'esigenza di una cura diffusa, che coinvolga ogni donna e uomo alle prese con una vita che sembra priva della possibilità di una guida autonoma; una vita in cui il pensiero è dominato dagli idoli della comunicazione e dalle macchine, e non sembra vi sia spazio per lo spirito. Queste donne e questi uomini avranno invece bisogno di cura: quella quotidiana da parte di chi ascolta, accompagna, provvede, e quella, meno ordinaria, ma altrettanto importante, di chi offre sostegno quando le condizioni del corpo e della mente non permettono autonomia.

La cura si fonda sul fatto che uno abbia bisogno dell'altro e che l'altro sia disponibile. Nel nostro modo di convivere si stanno riducendo progressivamente gli spazi della condivisione, perché da una parte vi è l'illusione dell'ottenimento diretto e personale degli obiettivi, dall'altra si adottano atteggiamenti che impediscono di dedicare attenzione e tempo a chi ha bisogno di cura e di supporto.

Questa visione della vita comunitaria potrebbe sembrare pessimista, ma riflette il diffuso sentire di chi, nei momenti di difficoltà, constata la propria solitudine e vive con un'amarezza che talvolta confina con la disperazione.

La società americana, un modello del vivere contemporaneo, ha sperimentato negli ultimi anni una forte riduzione della speranza di vita alla nascita, dato senza precedenti, che indica una comunità in grave crisi. Dal 2014 vi è stata una prolungata tendenza alla diminuzione dell'attesa di vita, evento reso più complesso dal punto di vista interpretativo perché gli USA hanno la più alta spesa pro-capite per la sanità (circa il 15% del PIL, secondo i dati OCSE del 2025). L'aumento della mortalità verificatosi nello stesso periodo è stato attribuito alla «disperazione», causa e conseguenza della triade alcoolismo, tossicodipendenza e suicidio. Condizioni legate alla vita emotiva, a lungo trascurate, assumono un'importanza simile a quelle somatiche; ciò impone alla collettività un'attenzione specifica, che si esprime attraverso una cura sia sul piano delle dinamiche psicologiche tra le persone, sia su quello dell'organizzazione di servizi adeguati.

L'esempio americano, per quanto estremo, è la spia di una situazione che richiede forte impegno di cura. Sarà possibile rispondervi in modo congruo, organizzando interventi sul piano personale e su quello collettivo in grado di contrastare questa evoluzione? Purtroppo, lo sviluppo recente del movimento Make America Great Again non è una risposta adeguata alle sofferenze diffuse; con angoscia seguiamo le manifestazioni di un egoismo elevato a governo della nazione, dove la cura sembra una colpa sia a livello individuale che rispetto agli interventi pubblici.

Le diverse espressioni della cura

La cura ha diversi modi di esprimersi: da quello di chi nella vita accompagna il concittadino che vive momenti di debolezza — di fronte ai quali la cura può essere importante —, a quello strettamente medico o psicologico, cioè l'intervento a favore della persona in condizioni di sofferenza che giova di un supporto o di una terapia. Vi sono molti contatti tra le due modalità di cura; chi scrive, in particolare, è portato a ritenere simili i due approcci, perché alla base di entrambi vi sono l'attenzione, la dedizione e la stabilità della donazione. In entrambi i casi, spesso la cura è «contro-tempo». Infatti, nella società delle relazioni effimere mediate da strumenti tecnologici «freddi» come i *social network*, la cura sembra uscita dal raggio delle possibilità concrete, perché richiede un coinvolgimento diretto, affettivo, carnale, che non rientra nella logica di queste tecnologie. Allo stesso modo, anche

nelle relazioni di cura in ambito clinico il prevalere delle macchine ha progressivamente ridotto lo spazio dell'intervento personale, almeno apparentemente. La cura appartiene alla vita degli individui e alle sue evidenti contraddizioni; oggi è necessario fare un passo avanti e superare l'aspetto descrittivo-sociologico per andare alla ricerca delle motivazioni profonde che potrebbero rendere la cura un atteggiamento diffuso. La dialettica tra generosità ed egoismo fa parte della storia umana, con la prevalenza nel tempo di un aspetto o dell'altro. La potenza dell'ego uccide l'altro; per questo la cura va difesa dalla tentazione di essere al servizio di chi mira al potere.

La postmodernità ha costruito una società complessa che sembra non tener conto della relazione di cura; oggi, però, l'umanità sembra arrivata a un bivio e si chiede se sarà in grado di salvarsi dall'autodistruzione provocata da egoismi, violenza, danni all'ambiente e guerre tra gli uomini. La salvezza deriverà forse dalla tecnica, in grado di imporre le sue regole e le sue scelte (mai neutrali!), per cui apparentemente tutto ritorna nell'alveo accettabile della funzionalità, togliendo però di fatto a ogni donna e uomo la possibilità di decidere autonomamente il proprio futuro (possibilità che è un misto di volontà e capacità)? In queste circostanze, se la cura diventasse un atteggiamento diffuso potrebbe svolgere una funzione di salvezza, purché ci si impegni su vari piani per definire, prima di tutto teoricamente, come realizzare un mondo dove il legame di affetto e di aiuto tra gli individui è più forte di qualsiasi indicazione fornita dalle macchine, riuscendo a mettere al proprio servizio le loro enormi potenziali-

tà. Le macchine, in prospettiva, rischiano di diventare una sorta di nuove divinità: dobbiamo opporre al loro potere la forza dei legami, del rispetto e dell'amore a indirizzo e guida delle scelte. Le macchine non conoscono il linguaggio del profondo, quello che lega l'uomo a Dio e ai suoi fratelli. Anche noi non lo conosciamo razionalmente, ma lo sentiamo come realtà che ci accompagna e dà senso al tempo. L'intelligenza artificiale esegue, ma non sa di parlare, di scegliere. Non ha esperienza di sé. È stato definito un «pappagallo stocastico», che non comprende la realtà, ma agisce solo in base a correlazioni statistiche, che non comprendono il linguaggio dell'affettività umana.

Il concetto di cura è legato a quello di tempo, perché si colloca in un preciso momento della storia individuale, quando il bisogno si fa più forte. La cura non è atemporale, ma riflette le condizioni di vita in un certo contesto, irripetibili. Le debolezze che hanno bisogno di cura cambiano nel tempo di vita del singolo e della collettività; l'efficacia stessa della cura dipende dal tempo nel quale si esplica. Quindi la cura potrebbe sembrare «controtempo» se si considera che oggi deve battere la pesante concorrenza dell'effimero, tecnologico o non; è, però, legata al tempo della vita, perché la relazione tra chi ha la possibilità di aiutare, con generosità e capacità tecnica, e chi ha bisogno di farsi aiutare non è una condizione destinata a scomparire, qualsiasi sia l'evoluzione del nostro modo di vivere.

In questo tempo difficile, la cura può continuare a rappresentare un pilastro della vita collettiva solo se accompagnata (e preceduta) da un forte impegno culturale. Forse qualche individuo particolarmente ricco

sul piano psicologico non percepisce questa esigenza, ma nella vita delle collettività è necessario che l'impegno del singolo sia collocato in una logica complessiva, fondata sulle basi forti di una cultura che viene da lontano, dalla cultura ellenistica per arrivare ai nostri giorni, passando per il messaggio cristiano e per i Lumi. Molti sono i punti critici da affrontare e solo delle basi culturali indiscutibili possono evitare le crisi nelle quali ognuno può cadere quando arriva il momento di realizzare un atto di cura nel mondo contemporaneo. La vita non sceglie chi sottoporre al dolore e lo stesso dolore può modificare, con la sua potenza distruttiva, anche chi naturalmente avrebbe tenuto comportamenti diversi.

Un'area rilevante dell'impegno culturale, che ha visto una recente crescita della sensibilità e degli studi in proposito, riguarda i determinanti sociali della salute; è necessario un forte impegno formativo per collocare queste dinamiche all'interno dello schema di informazioni e di considerazioni alla base delle azioni di cura. Ugualmente, anche l'organizzazione sanitaria deve porsi nelle condizioni di affrontare gli aspetti della vita sociale quali, tra gli altri, la casa, l'ambiente fisico, l'alimentazione, il lavoro, la situazione economica, il livello scolastico e la solitudine. Non hanno successo, infatti, le cure attuate nei vari ambiti della vita se non sono accompagnate dall'analisi (intuitiva o analitica, a seconda delle circostanze) delle condizioni che determinano e interferiscono con la salute fisica e psichica, perché queste rischiano di avere un peso soggettivo e oggettivo così rilevante da limitare l'efficacia degli stessi atti di cura. Un