

# Prendiamoci cura gli uni degli altri



Enrico Valletta

UO Pediatria, Ospedale G.B. Morgagni – L. Pierantoni, AUSL Romagna, Forlì

*Stop sometimes and ask “are you okay?”  
and listen carefully to the answer.*

Lucina [2]

Due lettere contenute nella sezione *InSight+* di *The Medical Journal of Australia* (MJA) affrontano con modalità non convenzionali il tema della malattia mentale, ma soprattutto delle condotte suicidarie, tra i medici.

## La prima lettera

*Voi non lo sapevate, ma è accaduto a me*

Il giorno di Capodanno del 2018, un giovane medico australiano che lavorava nell'ospedale di Rockhampton mette in atto il proposito di togliersi la vita [1,2]. La notizia colpisce profondamente pazienti e colleghi. Uno di questi decide di uscire allo scoperto e raccontare la propria storia. È Steve Robson, Presidente del Royal Australian and New Zealand College of Obstetricians and Gynaecologists, anch'egli ex-interno all'ospedale di Rockhampton alla fine degli anni '80 e ora all'apice della propria carriera professionale [3]. Robson ha un percorso di studi non particolarmente brillante e anche l'inizio del suo internato ospedaliero, nel 1988, non sembra procedere meglio. È lontano dalla famiglia, sperimenta una sensazione di inadeguatezza personale, si sente responsabile della morte di un paziente, avverte di non riuscire a progredire come lui e i suoi tutor vorrebbero e ha l'impressione che i suoi colleghi siano tutti più capaci di lui. È così che, sottratti alcuni farmaci dall'infermeria, mentre è nel suo reparto, decide di suicidarsi. Quando già l'ago è in una vena della mano, qualcuno bussa alla porta. Lui è costretto a rimuovere l'ago, ad aprire la porta al collega e si distrae quel tanto che basta perché abbia il tempo di riconsiderare il proprio gesto. Da allora, Robson non ha mai parlato a nessuno dei suoi colleghi di cosa avesse avuto intenzione di fare per non compromettere la propria carriera. “*Enough silence*”, dice ora. È venuto il momento di raccontarsi perché la sua vergogna non nasce da quello che stava per fare trent'anni fa, ma dal non avere utilizzato la sua esperienza per aiutare i colleghi più giovani che si erano trovati nelle stesse difficoltà.

## La seconda lettera

*Noi avevamo intuito, non sapevamo cosa fare, ma non ti perdevamo di vista*

Esattamente una settimana dopo, insieme a decine di lettere di solidarietà a Robson, giunge al MJA anche la lettera di Kate Tree, la studentessa che bussando alla sua porta lo aveva salvato [4]. La dottoressa Tree rompe la consegna della riservatezza che lei e i suoi colleghi avevano mantenuto per trent'anni su questa vicenda per dirgli che in realtà non era mai stato solo anche quando pensava di esserlo. Tutti i giovani collaboratori del suo gruppo avevano capito, lo avevano sorvegliato, avevano avuto prova dei suoi preparativi e, alla fine, erano intervenuti per salvarlo. Quel bussare alla sua porta non era stata una fortunata casualità come Robson pensava, bensì il chiudersi tempestivo attorno a lui di una rete di protezione che non lo aveva mai abbandonato, ma che lui non aveva percepito. Se non avesse aperto la porta, l'avrebbero abbattuta. Avevano capito, ma non sapevano come aiutarlo. Erano forse troppo giovani, i turni di lavoro troppo pesanti, i progetti personali tutti da inseguire e l'i-

solamento di ciascuno, gli insuccessi, le responsabilità crescenti, il confronto con i pazienti e con la morte avevano fatto il resto. Anche negli anni successivi avevano mantenuto con lui e con tutti l'impegno al silenzio perché in silenzio Robson era rimasto. Ora, anche per lei è venuto il momento di rompere quella gabbia che con i suoi colleghi aveva in qualche modo contribuito a costruire attorno a Robson e alla sua carriera, perché altri possano trovare il coraggio di liberarsi dalla propria, prima che sia troppo tardi.

## Due lettere da leggere e fare leggere

Difficile commentare queste due lettere. Devono essere lette in originale, e ciascuno potrà riconoscerci, forse, parti più o meno piccole di sé e del proprio percorso professionale e di vita. Delle due, quella che mi ha fatto più riflettere è la seconda. La lettera di Steve Robson è la testimonianza di una solitudine di cui può forse parlare solo chi ha avuto modo di viverla su di sé, non altri; è parte del nostro lato oscuro, nel quale non saprei come muovermi. Lo scritto di Kate Tree è invece la faccia della medaglia che appare più luminosa, che ci è facile distinguere e che forse può indurre in noi qualche cambiamento. Kate Tree siamo noi, o almeno quello che dovremmo essere.

I medici sono una categoria professionale a elevato rischio di suicidio al di là dell'esistenza, o meno, di una malattia mentale [5]. Le evidenze sono innumerevoli. Psichiatri, intensivisti e medici dell'emergenza sono maggiormente a rischio, ma tutta la nostra categoria paga, con quello che in una parola viene definito il *burn-out*, un alto tributo all'affermazione personale e professionale, al prestigio sociale, al confronto con la sofferenza e al (sovra)carico di lavoro e di responsabilità. Andando indietro nella memoria, credo di avere incrociato colleghi che ho percepito in difficoltà e forse anche oggi posso dire di avere questa consapevolezza quasi ogni giorno. Sempre più spesso, mi sembra di avvertire attorno a me la fatica di vivere con sufficiente serenità l'impegno e la responsabilità di una professione che è forse l'espressione più alta del “servizio”. Sono anche consapevole di avere fatto e di fare ancora oggi poco o nulla per ascoltare e per cercare di essere di aiuto a chi ne avrebbe, forse, grande bisogno. Anzi, quasi certamente io stesso, per la posizione nella quale mi trovo, posso divenire ulteriore elemento di disagio e di disequilibrio in situazioni già molto delicate. È un'ulteriore responsabilità che io (e altri insieme a me) non posso ignorare. La lettera di Kate Tree è un forte invito per chi vive una situazione di ormai insopportabile difficoltà a chiedere aiuto e a uscire dal proprio angolo di sofferenza prima che sia troppo tardi. Ma è soprattutto un forte esempio di come, prestando attenzione gli uni agli altri, possiamo realmente renderci utili pur con i pochi mezzi a nostra disposizione.

✉ [enrico.valletta@auslromagna.it](mailto:enrico.valletta@auslromagna.it)

1. Nunn K, Isaacs D. Burnout. *J Paediatr Child Health* 2019;55(1):5-6.
2. Lucina. Mental health in doctors and burnout. *Arch Dis Child* doi.org/10.1136/archdischild-2019-317279.
3. Robson S. Learn from me: speak out, seek help, get treatment. *MJA InSight+* (41)22/10/2018.
4. Tree K. Doctors' mental health: a heartfelt reply to Steve Robson. *MJA InSight+* (42)29/10/2018.
5. Gerada C. Doctors and suicide. *Br J Gen Pract* 2018;68(669):168-169