

# **FRAGILE**

## **maneggiare con CURA**

fragilità mentale e cura delle ferite

1

E resta il tormento più grande  
quando un uomo non sa  
se la propria sofferenza  
sia una malattia... o no!

cf. S. Kierkegaard

#### PREMESSA: UN CONTAGIO DI NORMALITÀ

Mi permetto una rapida premessa, perché parlare di fragilità, e di fragilità mentale più che mai, è compito arduo e necessita di grandi competenze, sensibilità e chiarezza.

La premessa riguarda me, chi sono, cosa faccio... e sono consapevole che è una premessa che serve molto più a me che a chi leggerà queste righe, forse per scusarmi della non competenza con cui mi avvicino ad un tema così vasto, una sofferenza così sfuggente, un mondo così incredibilmente vicino da essere quasi spaventoso.

E lo spavento si fa vita tutte le volte che mi accorgo che dalla fragilità nessuno è immune. Non esistono corsi, medicine, protezioni.

Anzi, a ben vedere la fragilità è normale. È connaturale. Così credo che scriverò di quella fragilità da cui mi scopro orgogliosamente affetta... ma anche di quelle fragilità tra cui mi è stato donato di vivere, servire, amare in questo periodo della mia vita, qui, alla Piccola Casa del Rifugio di Milano.

#### FRAGILITÀ: UNA QUESTIONE DI MATERIALE... UN PO' IMMATERIALE

Il termine fragilità, che per estensione si utilizza con scioltezza per parlare delle difficoltà sociali, spirituali, morali, dei bisogni, delle debolezze, delle mancanze, nasce essenzialmente dall'esperienza scientifica.

La fragilità è la tendenza di alcuni materiali a rompersi bruscamente, senza che avvengano precedentemente deformazioni e snervamenti. È un concetto molto importante nell'ambito della metallurgia perché rappresenta un tipo di rottura piuttosto pericolosa e quasi sempre indesiderata.

Semplicemente, un materiale sottoposto a tensione, si deforma inizialmente con un allungamento proporzionale allo sforzo cui è sottoposto, fino ad un punto, detto punto di snervamento, in cui il comportamento del materiale “impazzisce”, non è più regolato da regole matematiche di proporzionalità e conduce irrimediabilmente alla rottura.

Un materiale è definito fragile (o al contrario duttile, cioè capace di deformarsi plasticamente sotto carico) valutando la deformazione raggiunta prima della rottura.

Così uno stesso materiale, a seconda della temperatura, della pressione, del tipo di sollecitazione a cui è sottoposto, può rispondere in modo diverso.

Il materiale, portatore strutturalmente di una certa attitudine di fragilità o duttilità, risente fortemente dell'ambiente e delle condizioni in cui si trova ad operare.

Inoltre discontinuità dovute a lavorazioni, cricche, inclusioni, creano concentrazioni di tensione e favoriscono la rottura fragile.

#### FRAGILITÀ: TRACCE SINCERE DELLA NOSTRA UMANITÀ

La mediazione del linguaggio tecnico mi permette di avvicinare senza troppi problemi l'esperienza umana.

La malattia mentale, così come la salute mentale, rappresenta un mistero.

Il mistero stesso dell'uomo. Della vita. Della morte. Della forza. Della debolezza. Del coraggio. Della paura.

*Sappiamo molto poco del cervello e del suo funzionamento, ma soprattutto non siamo in grado di effettuare il salto logico dagli studi (e dalle scoperte della neurologia) ai comportamenti complessi dell'essere umano.* (Luigi PINTUS - lezione su La fragilità mentale - Milano, 15 febbraio 2012).

*Le malattie mentali sono manifestazioni esteriori di un malessere attraverso dei comportamenti, sui quali hanno una certa incidenza sia la struttura della personalità dell'individuo (il materiale, portatore strutturalmente di una certa attitudine...), sia i fattori ambientali che incidono negativamente sul suo essere* (Pascual PILES<sup>1</sup>).

*Ogni persona è chiamata a strutturare la propria personalità. Servendoci degli aiuti esterni, famiglia, società, amicizie, studi, Chiesa, costruiamo il nostro essere partendo da basi innate, che ognuno possiede.*

In questo processo di formazione il contesto è incredibilmente performante, così come gli incontri, gli scontri...

In ognuno di noi è *come se ci fosse una soglia di protezione mentale, superata la quale si manifesta la vulnerabilità individuale alla patologia mentale*, quel punto di snervamento che nel diagramma tensione/deformazione dell'acciaio indica il momento in cui l'elemento non risponde più in misura proporzionale allo sforzo.

*Un malessere, spesso sottosoglia (cioè che non esplose sempre in chiare e franche patologie mentali), è diffuso molto di più delle già numerose patologie mentali: è l'esercito dei “malati” normali, un po' depressi, un po' ansiosi, un po' compulsivi, che ogni mattina si alzano per andare a lavorare o da qualunque altra parte sperando in sollievi vaghi ed indefiniti e che alla sera tornano nei loro letti malinconici e rassegnati* (Tonino CANTELM<sup>1</sup>).

Troppo importante e seria, la questione della fragilità mentale, per improvvisare metafore e riflessioni. Mi avvalgo di contributi autorevoli per cercare di delimitare alcuni confini. Non certo per “restare dentro”, ma per il desiderio di “espatriare”, di percorrere nuove strade, di esplorare paesaggi inaspettati.

Cito liberamente Gennaro IASERVOLI, psicologo, docente di psicologia giuridica – facoltà di Giurisprudenza – Università di Napoli da un suo articolo pubblicato in rete.

*La fragilità indica tutto ciò che nella natura è delicato (un fiore, una farfalla, un castello di sabbia, una coppa di vetro, un uovo, un fiocco di neve). Anche gli esseri umani sono fragili e per questo sono ancora di più circondati di premure (in primo luogo i bambini, i vecchi, i malati). La fragilità del bambino negli anni si trasforma mirabilmente in forza e coraggio, ma c'è una specifica fragilità causata da alcuni disturbi mentali che non evolve e continua ad affliggere alcune persone attraverso alcuni meccanismi psichici.*

*Per giungere ad un miglioramento delle cure dello stato psichico occorre partire dall'analisi delle problematiche che incidono sull'armonia fattoriale della personalità e delle conseguenze psicologiche della “fragilità mentale” con le connesse problematiche sociali e giuridiche.*

*Molte persone affette da problematiche psicologiche vengono additate come svogliate, cattive, aggressive, reattive, paranoiche e via dicendo...; esse, invece, sono soltanto affette da un incompleto sviluppo della sfera intellettuale e caratterologica che poi le fa sentire contrariate nel momento in cui esse non riescono a capire la necessità di osservare tutte le leggi, tutte le norme e tutti i regolamenti che disciplinano il lavoro, il divertimento, la politica, il sindacato e la convivenza familiare e sociale.*

*Le persone fragili non resistono agli stress dell'attenzione protratta per lungo tempo, si stancano di socializzare, persino di amare la famiglia ed il prossimo, o di farsi una ragione delle sofferenze umane, di ascoltare, di studiare e di riflettere.*

*Alla fine non compiono le necessarie operazioni logiche multiple a catena, che presuppongono una capacità di simulare mediante operazioni mentali astratte le soluzioni concrete più utili a risolvere un problema (operazioni mentali alla base dei progetti in ogni settore previsionale); compiono azioni spesso dimenticando di prevederne il danno (anche significativo per sé e per gli altri) che segue all'incerto beneficio ricercato.*

*La fragilità mentale e l'aggressività possono dipendere da fattori genetici, neo-natali o post-natali:*

*1) cause genetiche: derivano dal danneggiamento del DNA (che può avvenire per esempio a causa della “tossicità” dei genitori o per altre malattie e aspetti patologici dei genitori, oggetto della genetica);*

*2) cause neo-natali: derivano dal danneggiamento dell'encefalo (che può avvenire per esempio a causa della “anossia neo-natale” o per altri accidenti patologici del periodo neo-natale);*

*3) cause post-natali: sono moltissime, disseminate nelle varie età e non sempre individuabili.*

*Esse possono riferirsi al:*

*a) danneggiamento strutturale/biochimico dell'encefalo (che può avvenire per esempio a causa di malnutrizione, assunzione di tossici di varia natura e per varie vie, infezioni batteriche, virali, tumorali o traumi meccanici);*

*b) danneggiamento psichico (dovuto a: rifiuto della propria immagine o del proprio “sé”, difficoltà di relazione, stress, pressioni psicologiche, paure, incontri traumatici, condotte e frequentazioni avvilenti, esaltanti o abominevoli).*

*I comportamenti derivanti dalla fragilità mentale e dall'aggressività sono in qualche modo contigui ed omologabili, proprio perché hanno la radice nelle stesse cause suaccennate.*

*Nell'età adulta avanzata, la fragilità mentale porta principalmente alla chiusura in se stessi, al disimpegno lavorativo, all'incostanza, alle fissazioni, alle ossessioni ed alle reazioni esagerate agli stimoli esterni.*

*Dalla fragilità mentale alla aggressività il passo è breve, perché appena le persone fragili escono da un contesto familiare accogliente o addirittura ostile od inesistente, cominciano a vagare per un mondo poco compreso, irto di vaghe sorprese (gli ostacoli non vengono percepiti come tali o misurati correttamente) ed esperienze che stimolano la reazione standardizzata-premeditata, generalmente di tipo infantile.*

*Ciò perché i fragili mentali hanno una risposta psichica alle situazioni di contrasto (risposta psichica intesa ad annientare le fonti di segnali esterni, percepiti, anche se erroneamente, in contrasto con la loro vita) meno razionale, che si esprime in azioni "bambinesche" e pericolose. Infatti appena la mente fragile percepisce una fonte del contrasto alla volontà, senza regole e senza guida etica, decide ed inizia puerilmente a cancellarla con ogni mezzo. Sul piano giuridico, la LEGGE 13 Maggio 1978 n° 180 sulla diagnosi e la cura volontaria o obbligatoria, promossa da Francesco Basaglia, dopo aver decretato la chiusura dei manicomi, ha stabilito le norme sul trattamento obbligatorio, e sui servizi di igiene mentale. Il 23 dicembre 1978 è seguita la legge 833/78 che ha istituito il Servizio Sanitario Nazionale e confermato all'articolo 33, sulle - Norme per gli accertamenti ed i trattamenti sanitari volontari e obbligatori -, che demanda al sindaco, nella sua qualità di autorità sanitaria.*

*Sul piano procedurale non vi sono grandi novità, a conferma delle già rimarcate responsabilità deontologiche ed amministrative che la Legge Basaglia ha trasferito in solido ai sindaci, ai servizi sociali ed ai servizi sanitari territoriali nei confronti dei fragili mentali, e quindi dei soggetti che verosimilmente sfociano nella aggressività, in seguito a particolari evoluzioni endogene della loro patologia.*

*In pari tempo, le responsabilità in capo alle istituzioni amministrative, sociali e sanitarie territoriali, comprendono il rispetto della salute dei terzi danneggiati a seguito delle eventuali omissioni degli interventi spettanti ai servizi sociali.*

*I servizi sociali comunali sono tenuti alla prevenzione sociale sempre tenendo presente che la fragilità indica anche tutto ciò che nella natura è bello e delicato come " .... un fiore, una farfalla, un fiocco di neve".*

#### SOGNI, DESIDERI, SPERANZE, SLANCI E FRENI

Troppo spesso la cura è assimilata ad un processo di normalizzazione di un comportamento, dimenticando che la malattia non è il MALATO. La patologia non definisce la persona, ma il suo malessere.

Questo malessere rappresenta il "grido silenzioso" da cui siamo richiamati, come Chiesa e come società, per un Ascolto pieno, rispettoso e sollecito.

Di questo grido si fa voce lo Spirito del Signore, provocando il cammino delle comunità cristiane, che non possono sottrarsi alla concreta esperienza del dolore.

Accanto alle storie che esprimono le molte "grida silenziose" di questo tempo, la Chiesa vuole essere madre, maestra e quindi sempre discepola: solo così, ascoltando, com-patendo, abbracciando, sostenendo, riempiendo di speranza, dando senso, suggerendo nuovi sguardi, saprà anche generare e insegnare (Sergio PINTOR<sup>1</sup>).

*Come Chiesa, siamo chiamati ad essere testimoni di una vita sana, di una fede sana, che sia fonte di salute, che sia basata sull'amore che Gesù Cristo ha avuto per le persone, molte delle quali, nella loro fragilità, hanno ricevuto da Lui quell'aiuto necessario per essere ricostruite (Pascual PILES<sup>1</sup>).*

CONCLUDO COSÌ: PIÙ CHE RISPOSTE... UN BEL PO' DI DOMANDE

Che stranezza! È l'equilibrio, continuamente da ricercare, che non lascia mai sicuri o tranquilli o in pace di essere finalmente in salvo... intoccabili... invincibili... la sottile incertezza, continua insicurezza, perenne ricerca... che ci rende in movimento. Esattamente come quel bimbo che iniziando a camminare scopre la meraviglia, la paura e la fatica di staccare un piede da terra senza la certezza di cosa accadrà.

Ma imparare a camminare è alzare un passo dopo l'altro. Accettare l'insicurezza di non avere entrambe i piedi appoggiati, accettare per un attimo di staccarsi, di rischiare, per procedere. E solo così si va avanti. Provando. Inciampando. Aggrappandosi. A volte con qualche ammaccatura. A volte con l'impareggiabile gusto di chi sperimenta che imparare a camminare... è imparare a correre... è imparare a volare.

7

BREVE BIBLIOGRAFIA:

O MEGLIO COSA MI HA AIUTATO AD ALLARGARE GLI ORIZZONTI

- ANDREOLI VITTORINO – L'uomo di Vetro – La forza della fragilità. Rizzoli, 2008
- VALLARENGHI MARINA – L'insicurezza – La paura di vivere nel nostro tempo. Bruno Mondadori, 2005
- A CURA DI A. BALLERINI E B. CALLIERI – Breviario di psicopatologia – La dimensione umana della sofferenza mentale. Feltrinelli, 1996
- <http://it.wikipedia.org> – fragilità
- <http://www.funzioneobiettivo.it> – fragilità
- <sup>1</sup>Atti del Convegno Nazionale dei Direttori degli uffici Diocesani per la pastorale della sanità “FRAGILITÀ PSICHICA E MENTALE. Un grido silenzioso a cui rispondere come Chiesa e come Società” - Chianciano Terme, 5-7 giugno 2006

**FRAGILE**  
**maneggiare con AMORE**

sr Luisa Chesta  
SUORA DELLA CARITÀ DI SANTA GIOVANNA ANTIDA THOURET

blunadir@yahoo.it