



Prevenzione, Cura, Innovazione

Nuove prospettive per
l'Infermieristica Nefrologica



44° CONGRESSO NAZIONALE SIAN

4-5-6 Maggio 2026
Zanhotel Europa - Bologna

IL SINTOMO FISICO: UN PORTALE DI ACCESSO ALLE VERE ORIGINI DEL MALESSERE Dedicato agli infermieri che si prendono più cura degli altri che di se stessi

D.ssa Marisa Pegoraro - Gruppo Cure Palliative SIAN

INTRODUZIONE

L'infermieristica si fonda su una visione olistica della persona, intesa come unità bio-psico-socio-relazionale. Nonostante oltre trent'anni di sviluppo accademico, tale approccio fatica a tradursi in modelli organizzativi e clinici pienamente integrati nella medicina contemporanea. Nella pratica, l'esperienza di malattia, da parte degli infermieri, è spesso accompagnata da una percezione di incongruenza tra definizione clinica e vissuto soggettivo della persona. Alcuni paradigmi della fisica quantistica sottolineano l'interconnessione dei fenomeni con il ruolo dell'osservatore, la presenza di coscienza e libero arbitrio¹ suggerendo la necessità di ampliare le chiavi interpretative ed i paradgmi della biologia, della medicina e delle scienze correlate alla cura della vita umana.

Dedico questo lavoro a noi infermieri, a coloro che vivono con empatia il proprio lavoro, o vivono situazioni di malessere, più o meno grave in famiglia, o si trovano ad accompagnare persone o cari nel loro fine vita. A coloro che vorrebbero trovare il senso di molte azioni e reazioni vissute nella giornata, un senso ai malesseri che «inspiegabilmente» compaiono, scompaiono, ritornano o... non se ne vanno mai



OBIETTIVO

Questo elaborato vuole presentare un pratico «strumento di auto ascolto e consapevolezza» per rilevare sintomi fisici che sono da considerare «messaggi»² del nostro io interiore. Il metodo «ENIA» di «Ascolto Biologico»³ rende possibile attribuire un significato al sintomo nel contesto della storia individuale, nel proprio vissuto emozionale e relazionale, alla luce del nuovo paradigma della «Nuova Medicina» (NM) del Dott. Hamer. In questa prospettiva, i **sintomi fisici non sono casuali**, ma rappresentano una risposta a ciò che viviamo. Quando diventano cronici e ricorrenti, possono essere letti come un richiamo a portare un cambiamento nella nostra vita e nelle nostre relazioni. Riconoscere, tracciare ed interpretare il sintomo rimane lo scoglio più importante da superare, perché non siamo stati educati a considerare il corpo come il nostro migliore alleato.

MATERIALI E METODI :

È stata condotta una revisione narrativa delle basi concettuali del metodo «ENIA» e «Ascolto Biologico»³, inserito in un percorso personale e di gruppo di approfondimento del metodo. Sono state analizzate le varie fasi ed applicate con esempi veri, condivisi nell'ambito del gruppo di lavoro, utilizzando sintomi fisici percepiti e sperimentati nella vita reale, dai vari componenti del gruppo.

Il metodo ENIA, proposto da Ascolto Biologico, si compone di 4 fasi, sintetizzate nell'acronimo :

Epokè : «sospensione del giudizio».

Narrazione : il sintomo viene ascoltato e prende parola.

Intuizione: la presa di coscienza della causa profonda.

Azione trasformatrice: il cambiamento concreto nella vita.

NB: queste fasi non sono una tecnica da applicare in modo meccanico



Le fasi del metodo ENIA sono un processo di consapevolezza del «qui e ora» e richiedono presenza, ascolto, accoglienza, pazienza per allenare uno sguardo non giudicante verso se stessi e verso gli altri.



EPOKE'- termine greco che significa *sospendere il giudizio nei confronti del sintomo ed abbandonare la definizione diagnostica a cui siamo stati educati, uscire dal «medichese», che spesso non lascia spazio all'ascolto ed apre all'angoscia della cosiddetta «malattia». La sospensione del giudizio crea lo spazio per incontrare il sintomo senza paura, permettendo di avvicinarsi alla sua origine. La vera malattia è la paura di essere malati, la percezione di avere un nemico dentro di noi, contro cui combattere e la conseguente tendenza a delegare ad altri la nostra vita. Epokè apre uno spazio nuovo: un silenzio mentale in cui il sintomo può iniziare ad essere ascoltato.*

NARRAZIONE: è la fase in cui il sintomo viene portato nel linguaggio e può iniziare a «raccontarsi». Attraverso alcune chiavi di osservazione la persona è accompagnata a raccontare il sintomo, scrivendo un diario. **DOVE** si manifesta, in quale organo, in quale tessuto, in quale lato del corpo (destra/sinistra, dominante, non dominante), a cosa serve quell'organo e quale la sua finalità biologica. **COME** si manifesta, come migliora o peggiora e come varia nel tempo. **QUANDO** è comparso ed in quali circostanze ritorna. **COSA** permette o evita nella propria vita. Ed infine **IL RACCONTO:** raccontiamo con parole semplici il sintomo. Ad esempio «gastrite»: questo mal di stomaco può essere vissuto come un bruciore, un peso, un vuoto, sempre o solo in momenti della giornata. Sono le espressioni utilizzate che aprono significati differenti. **Il sintomo può essere ascoltato come un racconto che si svela progressivamente.**



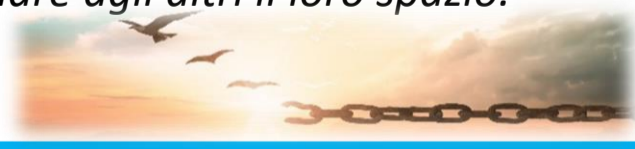
L'intuizione è davvero l'immersione improvvisa dell'anima nella corrente universale della vita
Paulo Coelho



INTUIZIONE: nasce da un **processo non lineare, analogico**. E' spesso inattesa e può portare alla luce vissuti profondi, può liberare sentimenti difficili per la mente, ma veri per il cuore. Il metodo ENIA utilizza strumenti precisi per l'autoascolto del sintomo: **la meditazione guidata, la lettera al sintomo, il focus sul sintomo prima del riposo notturno, con possibili annotazioni al risveglio**.



AZIONE TRASFORMATRICE: cosa fare per cambiare? **Possiamo cambiare solo ciò che conosciamo.** Possiamo imparare a dire «sì» anche a noi stessi (non solo agli altri). Possiamo scegliere di «**essere congrui**» tra pensieri, parole e azioni. Possiamo **assumerci il nostro 100%** di responsabilità e lasciare all'altro il suo 100%, perché non tutto dipende da noi. Possiamo «fare meno» per lasciare agli altri il loro spazio. **Possiamo osare cambiare, perché tutto cambia... e possiamo cambiare soprattutto noi stessi!**



Osa essere chi senti di essere.
Osa fare quello che ti senti di fare

Risultati: L'analisi suggerisce che l'integrazione tra narrazione soggettiva proposta dal metodo ENIA e la lettura biologica del sintomo, secondo la NM del Dott Hamer, favorisce una maggiore consapevolezza della persona. Tale approccio attiva le potenzialità di guarigione ed autoregolazione dell'organismo e contribuisce ad una elaborazione meno minacciosa della cosiddetta «malattia».

Conclusioni: L'approccio proposto da «Ascolto Biologico», con il metodo ENIA offre una prospettiva integrativa all'arte del prendersi cura e risulta utile sia in ambito personale che professionale, coerente con i principi dell'assistenza centrata sulla persona. Sono auspicabili ulteriori approfondimenti per valutarne l'applicabilità e l'integrazione nei contesti clinici e formativi dell'infermieristica.

Bibliografia di riferimento:

1)Faggin F. Oltre l'invisibile. Dove scienza e spiritualità si uniscono. Milano: Mondadori; 2024. 312 p. ISBN: 9788804791058. - 2)Rainville C. Metamedicina. Ogni sintomo è un messaggio. La guarigione a portata di mano. Giaveno (TO): Amrita; 2000. circa 380-400 p. ISBN: 9788887622126. - 3) Bardelli MG, Leone A. La guarigione è dei pazienti. Con la mappa del dr. Hamer e l'ascolto profondo dei sintomi grazie al metodo ENIA®. [S.l.]: Ascolto Biologico; 2023.

Sitografiaconsigliata : www.ascoltobiologico.it ; Youtube: ascolto biologico - <https://www.youtube.com/channel/UCCQOn1k-VHAYgSkBQYtIt3Rw> - incontri «community» gratuiti in diretta a giovedì alterni h. 19,00 ; Telegram: ascolto biologico

