



Città di Ivrea

**UNIVERSITÀ
POPOLARE
DELLA TERZA ETÀ
E DELL'EDUCAZIONE
PERMANENTE
DI IVREA**

Il TEMPO in medicina

mario.clerico@me.com



Clerico - Ivrea, 19 marzo 2025

benvenuti

Prendetevi
(e godetevi) il
vostro TEMPO!

Il tempo è il bene più prezioso che possediamo, eppure spesso lo diamo per scontato. Scorre in modo inarrestabile, senza concederci pause o possibilità di riavvolgerlo.

il tempo ...



- Il tempo scorre sempre alla stessa velocità per voi?
- Avete vissuto momenti in cui il tempo sembrava dilatarsi o restringersi?
- Come percepite il tempo quando siete malati o provate dolore?

il tempo ...



- Quanto è importante il tempo in medicina secondo voi?
- C'è un momento della giornata in cui vi sentite più attivi o più stanchi?

Chronos: il tempo quantitativo

Kairos: il tempo qualitativo

**il tempo misurabile,
lineare, quello del
cronometro o del
calendario.
È il tempo che si
accumula in
maniera oggettiva e
costante.**



**il “momento giusto”,
l’opportunità.
Sottolinea
l’importanza del
contesto e
dell’adeguatezza del
momento in cui si
agisce.**

vivere il tempo

Come Chronos, lasciandosi trascinare dalla routine, dalle scadenze e dagli orologi, misurando ogni istante senza realmente viverlo.

Come Kairos, cogliendo le opportunità, assaporando il presente e riconoscendo i momenti giusti per agire, amare, imparare e crescere.

Imparare dal tempo significa non sprecarlo con rimpianti o ansie per il futuro, ma viverlo con consapevolezza. Ogni giorno ci offre un'occasione irripetibile: quella di fare scelte che ci avvicinano alla vita che desideriamo.

Il tempo non si ferma, ma possiamo imparare a danzare con esso.  

**C'è un legame segreto
fra lentezza e memoria,
fra velocità e oblio.**

Milan Kundera

tempo e percezione della realtà



Lentezza e memoria:
Quando rallentiamo, siamo più presenti, più consapevoli. Ricordiamo meglio i dettagli, i volti, le emozioni. È nel silenzio e nella calma che la memoria trova spazio per sedimentarsi.

tempo e percezione della realtà



Velocità e oblio:

Quando corriamo, il mondo ci scivola via. Le giornate frenetiche si confondono, i ricordi sfumano più in fretta. Più andiamo veloci, meno tratteniamo, perché la mente non ha il tempo di registrare.

tempo e pazienza: inseparabili compagni



Tutto ciò che vale davvero richiede tempo per essere costruito: un sogno, una relazione, la conoscenza di sé stessi.

Viviamo in un mondo che ci spinge alla velocità, all'immediatezza, ma le cose più profonde e autentiche fioriscono solo con calma.

il duplice volto del tempo

- ◆ **Per la società, il tempo accelerato è efficienza**
- ◆ **Per l'individuo, la lentezza è consapevolezza.**

L'equilibrio sta nel conciliare questi due ritmi: Veloce fuori, ma lento dentro.

Quando uno di noi rallenta, vede, se invece una società decelera, s'ammala.

Erri De Luca

il tempo nell'arte



Memento mori,
mosaico da Pompei
I secolo a.C.



Le tre età dell'uomo – Giorgione, 1507

Mario Clerico - Ivrea, 19 marzo 2025



Enigma dell'ora - Giorgio de Chirico, 1911

Mario Clerico - Ivrea, 19 marzo 2025



La persistenza della memoria - Salvador Dalí, 1931

Mario Clerico - Ivrea, 19 marzo 2025

tempo in medicina

Rapidità → intervento tempestivo!

Alcune diagnosi richiedono tempo per essere comprese appieno, per evitare errori e valutare con attenzione ogni dettaglio.

La pazienza è fondamentale

La fretta può portare a conclusioni sbagliate

il tempo delle decisioni

il momento giusto per modificare o
iniziare una terapia

deve tenere conto non solo della quantità di
tempo trascorso,
ma anche dello stato clinico e
della risposta individuale del paziente.

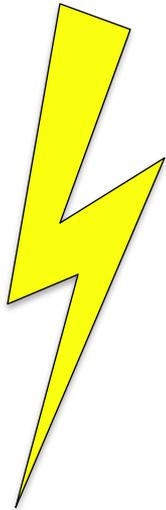
il tempo nelle malattie acute:

- Diagnosi
- Valutazione del quadro clinico
- Terapia
- Esito
- Controlli...

FINE!



modello per malattie acute:



problema



cercare la
soluzione!



esperto della
malattia



il tempo nelle malattie croniche:

- **Diagnosi**
- **Valutazione del quadro clinico**
- **Terapie per lungo tempo**
- **Modifiche di comportamento e stile di vita**

Cambia la vita!!



malattie croniche



tanti problemi,
dubbia/nessuna
guarigione



a chi mi
rivolgo?



PRESA IN CARICO



malattie croniche

→ **lentezza e pazienza**

per costruire una relazione
terapeutica efficace

per permettere una comprensione
profonda della malattia.

il tempo per comunicare

Ed è per questo stupefacente constatare la disponibilità alla comunicazione con il paziente da parte di persone che lavorano a ritmi serrati e alle quali è richiesta scrupolosa attenzione per le particolari mansioni da svolgere.

per me risulta di sicuro trovare nel tuo percorso dall'incertissimo futuro un contesto di medici, infermieri, amministrativi sereni e svevili è di grande aiuto

quanto le cure farmacologiche.



Luke Fildes: The doctor, 1891

Mario Clerico - Ivrea, 19 marzo 2025



Pablo Picasso: Scienza e carità, 1897

Mario Clerico - Ivrea, 19 marzo 2025



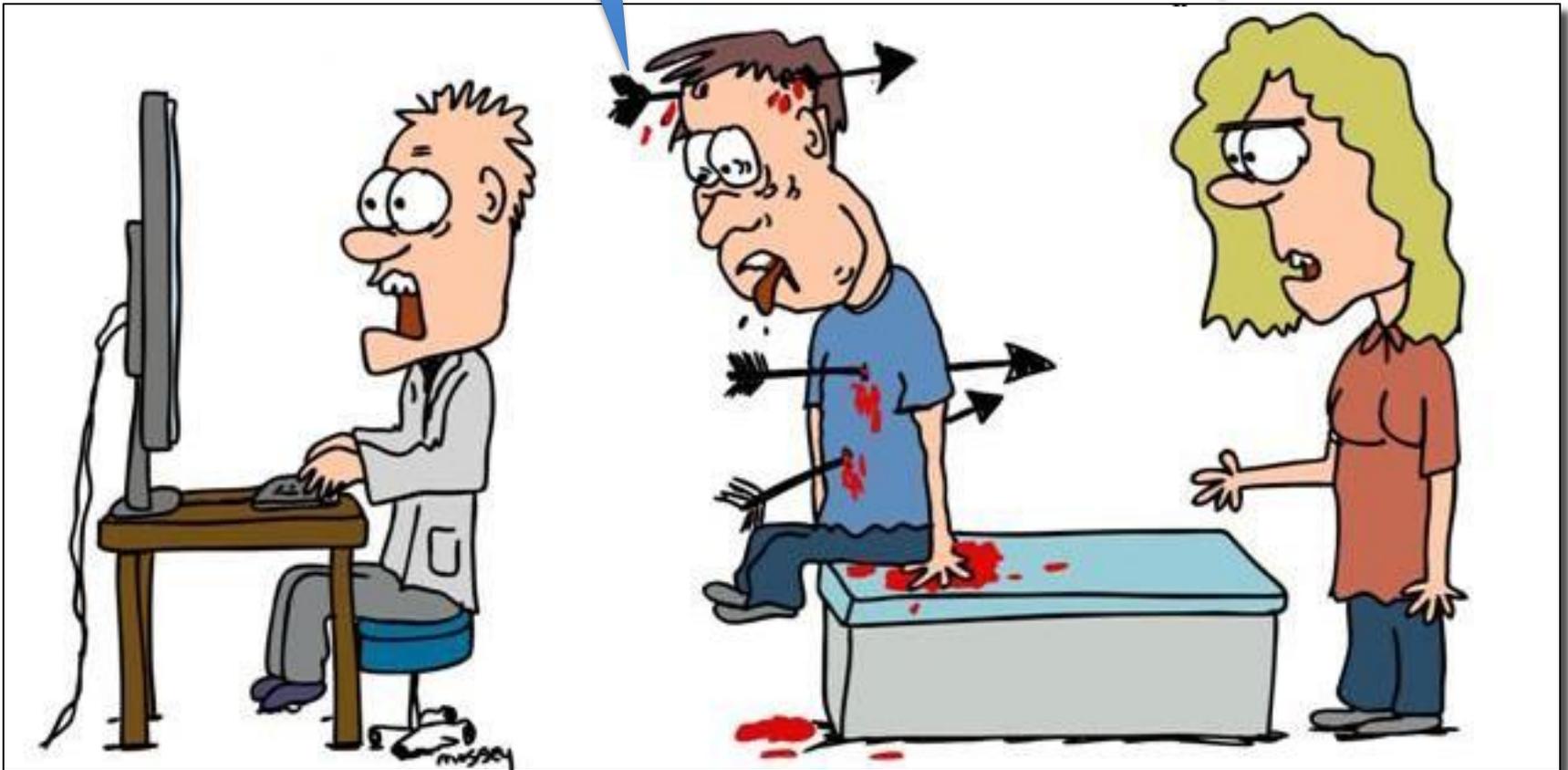
il malato al
centro...

**wow! il valore di
colesterolo mi
preoccupa!!**



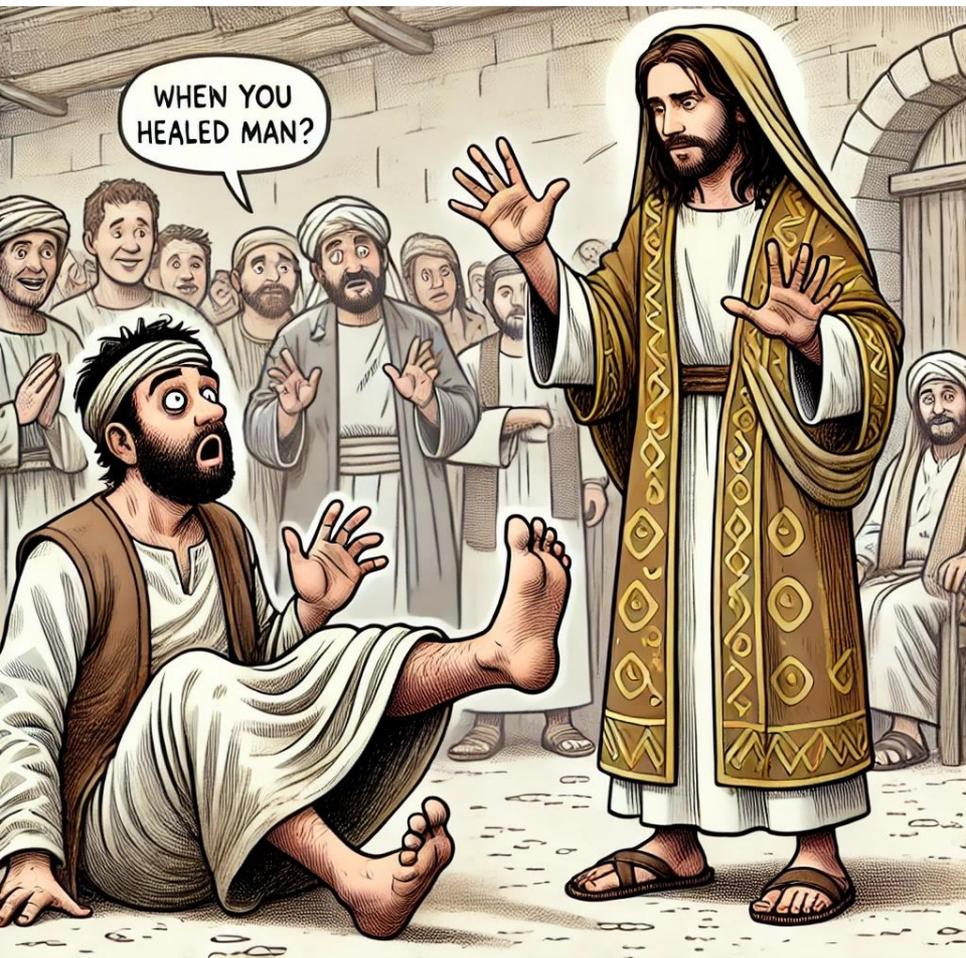
Gach!!

uh... forse è meglio
se gli date
un'occhiata!



Un uomo malato viene portato da Gesù per essere guarito.

Gesù lo tocca e miracolosamente lo guarisce all'istante.



L'uomo, però, scuote la testa e dice indignato:

...Non mi ha nemmeno visitato!

il tempo per imparare

Le cose più importanti - la crescita personale, la saggezza, l'arte, l'amore - richiedono tempo per svilupparsi.

Come un seme che diventa albero, anche noi abbiamo bisogno di cura e costanza per crescere.

Ogni errore, ogni ostacolo, ogni successo è un tassello del nostro apprendimento.

tempo per riflettere

- ◆ In un mondo che corre veloce, **trovare il tempo per riflettere** è un atto di resistenza e consapevolezza. Fermarsi non è tempo perso, è **tempo investito**.
- ◆ **Il tempo per riflettere non è un lusso, è una necessità.**
- ◆ È solo fermandoci che possiamo davvero vedere, capire e crescere. **Chi non si ferma a riflettere, rischia di perdersi.**

tempo perso

- ◆ Il tempo perso in attese...
- ◆ Il tempo perso negli errori...
- ◆ Il tempo perso con le persone sbagliate...

Forse il vero tempo perso è solo quello che non viviamo consapevolmente.

Anche il silenzio, l'attesa, la sconfitta hanno un valore. Se ne comprendiamo il senso, allora nulla è stato vano. 🕒 ✨

il tempo per accettare

◆ **Accettare sé stessi...**

◆ **Accettare gli altri...**

◆ **Accettare la malattia e le sue conseguenze**

→ non è rassegnazione, ma libertà: quella di andare avanti senza più opporsi a ciò che non possiamo cambiare.

Accettare è il primo passo per vivere davvero

tempo e qualità di vita

dovete decidere una cura.

Scegliete:

(barrare la voce che interessa)

- durata (tempo)?
- qualità della vita?

il tempo in ospedale

- il tempo degli operatori
- il tempo degli assistiti

Se poteste gestire il tempo in ospedale,
cosa cambiereste?

il tempo con le persone care

nella mia esperienza di medico
ho incontrato molta gente che mi riferiva
un certo rammarico per non avere trascorso
abbastanza tempo con le persone care

il tempo del dopo

Non piangere perché è finito,
sorridi perché è accaduto.

Dr. Seuss



**Il TEMPO è
terminato!**

Grazie per l'attenzione

mario.clerico@me.com