



*Città di Ivrea*

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



# Il TEMPO in medicina

**[mario.clerico@me.com](mailto: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**

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



# **Kairos: il tempo qualitativo**

**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.



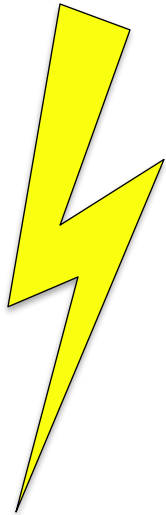
# il tempo nelle malattie acute:

- 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...

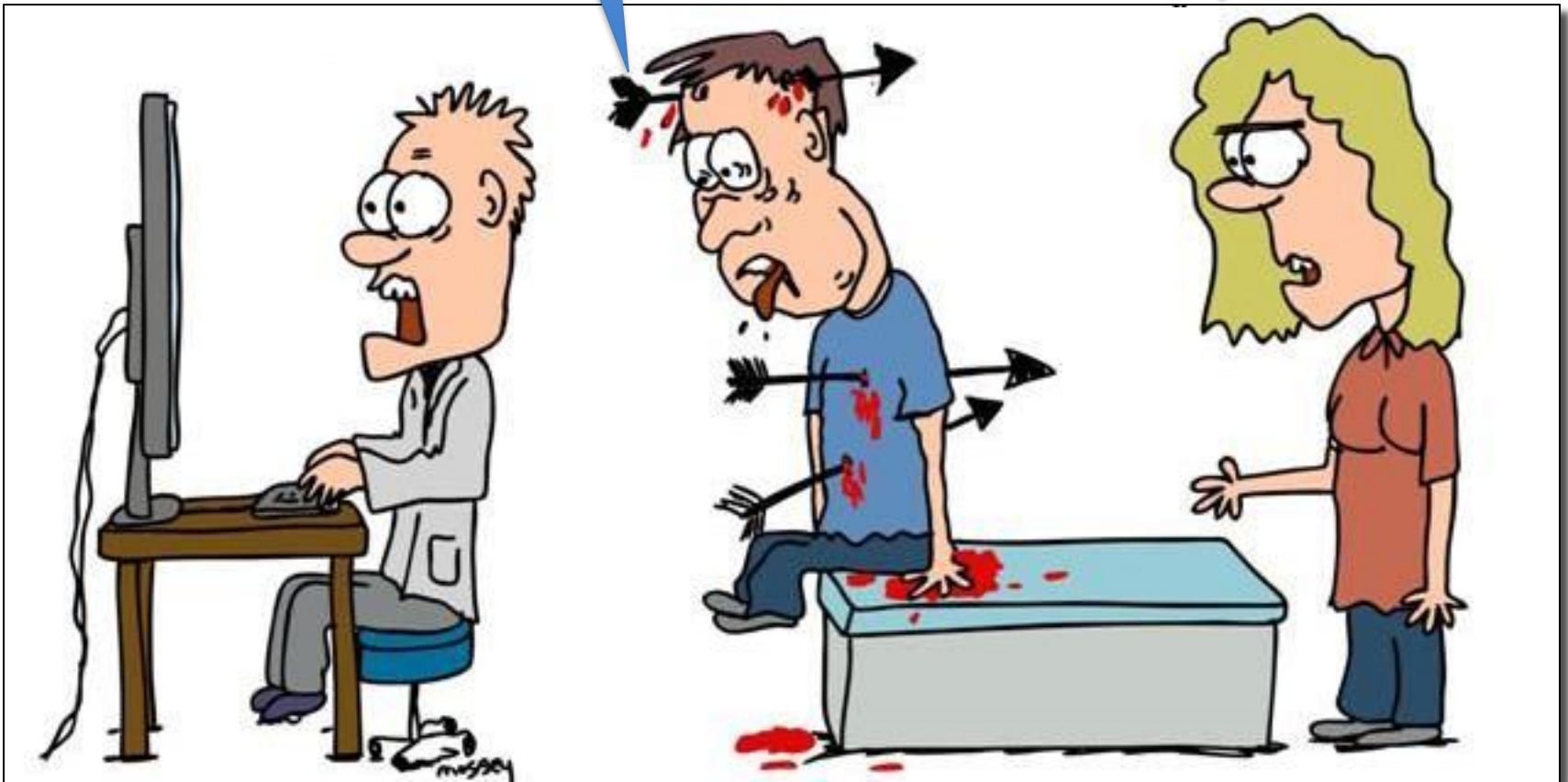


**wow! il valore di  
colesterolo mi  
preoccupa!!**



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](mailto:mario.clerico@me.com)**