S&V FOCUS | Cure Palliative e Realtà Virtuale. Nuovi strumenti di cura per le persone in condizioni di estrema fragilità



Di fronte ai diversi tentativi a livello culturale, politico e sociale di rendere la vita umana, soprattutto quella nella fragilità, disponibile e rinunciabile, sovvertendo il principio di uguaglianza e di pari dignità ed eliminando qualsiasi anelito di solidarietà – "anima" stessa delle relazioni umane, in particolare quelle che si instaurano nel campo sanitario – è necessario riscoprire il valore della cura attiva e totale del paziente anche quando la malattia è caratterizzata da un'inarrestabile evoluzione e da una prognosi infausta. Anche nella malattia inguaribile, infatti,

è sempre possibile la cura.

In tale contesto le cure palliative tentano di rispondere ai bisogni specifici del paziente e della sua famiglia, nel rispetto della dignità e dell'autonomia della persona umana, del bisogno di salute, dell'equità nell'accesso all'assistenza, dell'appropriatezza riguardo alle specifiche esigenze. La legge n. 38 del 2010 in Italia disciplina l'accesso alle cure palliative e alla terapia del dolore offrendo un programma di cura individuale per il malato e per la sua famiglia. La legge riconosce l'importanza di un adeguato sostegno sanitario e socio-assistenziale alla persona nella malattia e alla famiglia. Il bisogno di cure palliative della popolazione italiana e mondiale è sempre in continuo aumento; l'offerta di cure palliative e di terapia del dolore non è tuttavia ancora sufficiente.

La ricerca scientifica in questo ambito continua a cercare strade sempre nuove per rispondere ai bisogni specifici dei pazienti e per alleviare il dolore nella sua multidimensionalità (fisica, psicologica, spirituale). Alcuni studi, in particolare, si stanno interrogando sulle possibilità offerte dal progresso tecnologico: negli ultimi anni, in particolare, anche in ambito medico si sta utilizzando la realtà virtuale con effetti positivi, ad esempio, sulla gestione dei sintomi della depressione, del dolore e dell'ansia. La realtà virtuale, attraverso ausili tecnologici, è in grado di incidere su fattori esperienziali, simulando, quanto più accuratamente possibile, nell'ambiente virtuale la vita reale (dal punto di vista visivo, uditivo, tattile e anche olfattivo). Il soggetto può addirittura compiere azioni nello spazio virtuale, superando limiti fisici e di sicurezza: si parla a tal proposito di potenziamento percettivo.

Recenti studi hanno evidenziato come la realtà virtuale può essere utilizzata anche nell'ambito delle cure palliative, offrendo supporto ai pazienti, alle famiglie e agli operatori

sanitari. Negli ultimi anni è stata data sempre più attenzione al trattamento del dolore: la realtà virtuale potrebbe aiutare il paziente nel dolore attraverso stimoli capaci di attirare l'attenzione. La realtà virtuale sarebbe, inoltre, in grado di sviluppare nel malato un senso di "presenza", che avrebbe effetti positivi dal punto di vista psico-fisico. Le realtà virtuali vengono oggi utilizzate anche nella ricerca in campo psicologico, per innovative pratiche cliniche nell'ambito delle fobie, della depressione e nel trattamento del dolore.

Un recente studio, dal titolo *Virtual reality use and patient outcomes in palliative care: A scoping review*, pubblicato su *Digital Health,* ha condotto una revisione della letteratura in materia negli ultimi 10 anni, identificando gli articoli più recenti sulla realtà virtuale nelle cure palliative. Negli articoli si parla a tal proposito di "*therapeutic intervention*", "*therapeutic recreation*" o "*distraction therapy*". L'utilizzo della realtà virtuale nell'ambito delle cure palliative sembra essere, così, correlata a strategie di supporto incentrate sul paziente.

I partecipanti agli studi, tutti maggiorenni, riportavano esperienze meditative/rilassanti dall'utilizzo di immagini fotorealistiche o video animati o dalla meditazione guidata. In alcuni casi le immagini provenivano dalla natura, in altri invece il paziente "viveva" una esperienza emozionante, come la simulazione di viaggi spaziali o giri sulle montagne russe. La realtà virtuale ha consentito, inoltre, esperienze di viaggio virtuale verso mete scelte dal paziente. Due articoli hanno riportato interventi di revisione della vita combinati con rappresentazioni digitali cinetiche (cioè *avatar*): in questi casi, le voci, i gesti e i movimenti dei pazienti sono stati sincronizzati su un *avatar* in un ambiente virtuale.

In relazione ai sintomi fisici e psicologici, i pazienti hanno riportato miglioramenti, come ad esempio un sollievo dal dolore, miglioramenti rispetto alla stanchezza, alla depressione e all'ansia, un rilassamento del corpo e un

miglioramento nella respirazione. All'interno della revisione, solo un articolo ha misurato i segnali fisiologici (cioè, la frequenza cardiaca, la temperatura e l'indice di attività) tramite un braccialetto intelligente, senza però segnalare cambiamenti significativi. Un documento ha riportato l'aumento del benessere spirituale. Solamente uno studio riporta il coinvolgimento di uno specialista di realtà virtuale. Tutti gli interventi di realtà virtuale avevano come scopo quello di offrire brevi esperienze ricreative e di rilassamento per migliorare la qualità della vita e il benessere emotivo, una sorta di "terapia adiuvante" per alleviare sintomi psicologici come ansia, depressione e dolore.

La tecnologia anche in questo ambito può fornire un sostegno all'uomo e all'attività di cura, anche se è importante utilizzare la massima prudenza: non si possono, infatti, escludere risposte emotive inaspettate conseguenti all'immersione in un mondo virtuale. Anche nella ricerca in questo ambito è raccomandato l'uso del principio di precauzione e del principio di non maleficenza. È, inoltre, necessario trovare un equilibrio tra il coinvolgimento e l'esclusione dei partecipanti alle ricerche, vista la condizione di vulnerabilità dei pazienti.

La realtà virtuale può, pertanto, dare un contributo alla cura globale nella fragilità estrema, permettendo esperienze e viaggi non più consentiti al paziente, offrendo benefici dal punto di vista psicologico, fisico e spirituale.

Tali strumenti si aggiungono agli strumenti tradizionali di cura e mai sono da intendersi come sostitutivi o alternativi alla cura offerta dalla persona e alla vicinanza umana. Anche quando non è possibile guarire, sempre è possibile curare e far sentire vicinanza alla persona: le cure palliative, anche tramite l'uso della tecnologia, tracciano, così, la via "umana" della cura nelle situazioni di estrema fragilità.

Per approfondire:

1. Moloney M, Doody O, O'Reilly M, Lucey M, Callinan J, Exton C, Colreavy S, O'Mahony F, Meskell P, Coffey A. Virtual reality use and patient outcomes in palliative care: A scoping review. Digit Health. 2023 Nov 1
2. Guenther M, Görlich D, Bernhardt F, Pogatzki-Zahn E, Dasch B, Krueger J, Lenz P. Virtual reality reduces pain in palliative care-A feasibility trial. BMC Palliat Care. 2022 Oct 5;21(1):169
3. Snoswell AJ, Snoswell CL, Immersive Virtual Reality in Health Care: Systematic Review of Technology and Disease States, JMIR Biomed Eng 2019