
Prefazione

L'idea di questo volume nasce dall'esigenza di fornire un libro di testo agli studenti del Corso "Cultura e Salute" che lo IULM ha istituito a partire dall'anno accademico 2011-2012.

Il libro, come il corso stesso, è del tutto inedito. In effetti in nessuna Università italiana, europea o internazionale è stato mai istituito un corso che trattasse in maniera sistematica i temi legati al rapporto privilegiato tra partecipazione culturale e stato di salute. Questa materia ha visto una notevole crescita di interesse solo negli ultimi anni, dopo la pubblicazione di alcuni studi epidemiologici, frutto di osservazioni prolungate nel tempo e di campioni rappresentativi di popolazione generale, i quali hanno dimostrato in maniera inequivocabile come l'intensità di fruizione intelligente del tempo libero si associ a un prolungamento della aspettativa di vita e alla riduzione di gravi patologie croniche degenerative, come la malattia di Alzheimer o il cancro.

Il libro intende quindi fornire le chiavi interpretative del ruolo esercitato dalla cultura nelle sfere del benessere individuale e della società, un tema ad oggi mai approfondito con strumenti scientifici e con un approccio multidisciplinare.

L'obiettivo è fornire gli strumenti per costruire possibili strategie volte a incrementare le opportunità di sviluppo del benessere individuale e, più in generale, della popolazione di un territorio di riferimento.

La cultura è nel nostro Paese considerata generalmente "intrattenimento", quindi ricondotta al superfluo. Secondo quanto esposto in questo volume, l'attività culturale assume invece una precisa valenza, dimostrandosi un importante strumento in grado di prevenire malattie croniche anche gravi, assicurare una maggiore longevità ed attenuare gli effetti negativi dello stress cronico sullo stato generale di salute, letto e interpretato con un concetto olistico in linea con la nuova interpretazione OMS sulla salute socialmente determinata.

Il volume mette quindi a fuoco la rilevanza della esperienza culturale sullo stato di salute e sugli indicatori della qualità di vita e del benessere psicologico attraverso una rivisitazione accurata degli studi scientifici condotti in Italia e in vari Paesi occidentali, introducendo anche alcuni dati inediti ricavati da due indagini di popolazione: una svolta sul territorio italiano nel suo complesso e una nella città di Milano.

Il quadro che ne emerge suggerisce che le politiche volte a promuovere l'accesso culturale possono essere considerate (e conseguentemente trasformate e riprogettate) come politiche per il welfare.

Un'altra particolarità di questo libro è che molti degli studenti che hanno seguito con successo il corso sono diventati autori o co-autori di molti dei capitoli che compongono il libro, al fianco di noti esperti universitari delle varie discipline che convergono in questo ambito: Giorgio Piga, Chiara Bocchi, Elettra Chiereghin, Ginevra Are, Chiara Tampieri, Lara Villa, Cristina Riso, Alfonso Casalini e Chloé Dall'Olio.

Nel primo capitolo "Salute e malattia" Enzo Grossi e Chiara Tampieri evidenziano alcuni dei limiti dell'attuale modello biomedico per la salute e la malattia, e offrono le basi concettuali di un approccio più integrato, scientificamente più valido e omnicomprensivo, basato sul modello biopsicosociale di Engel. In estrema sintesi, il medico, per comprendere e risolvere la malattia, deve occuparsi non solo dei problemi che interessano le funzioni vitali e gli organi, ma deve anche rivolgere l'attenzione agli aspetti psicologici, sociali, familiari dell'individuo, che interagiscono fra loro e che sono in grado di influenzare l'evoluzione della malattia.

Nel secondo capitolo si affronta l'affascinante tema della complessità, con la descrizione dei costrutti fondamentali sviluppati negli ultimi decenni intorno ai sistemi complessi e delle loro potenziali ripercussioni sulla piena comprensione dei rapporti tra cultura e salute.

L'autore del terzo capitolo (Giorgio Piga) indaga il significato della parola cultura analizzando l'etimologia e la storia del termine, commentando e approfondendo le visioni principali del dibattito internazionale, secondo l'approccio umanistico e quello antropologico. La analisi di due fondamentali documenti prodotti dall'UNESCO fornisce una preziosa mappa teorica e le basi concettuali dell'approccio statistico alla partecipazione culturale.

Il quarto capitolo si pone l'obiettivo di definire il concetto di cultura, le varie declinazioni dal punto di vista sociale ed economico e di descrivere la funzione che assume nei processi di sviluppo delle società post-industriali. Guido Ferilli e Ginevra Are, autori del capitolo, focalizzano la loro attenzione in particolare sul Distretto Culturale Evoluto, il quale, grazie alla valorizzazione della dimensione culturale locale, attiva la generazione di un circuito permanente di strutture e servizi capaci incrementare le potenzialità di sviluppo sociale ed economico di un territorio.

Il quinto capitolo curato da Alfonso Casalini e Giorgio Tavano Blessi si concentra sul rapporto esistente tra beni relazionali, consumo culturale e benessere. I beni relazionali sono quella particolare categoria di beni immateriali che si sviluppa allorquando si genera un rapporto afinalistico tra due o più individui. Questi beni, che hanno altre peculiarità quali il consumo necessariamente condiviso e l'identificazione tra il tempo di produzione e di consumo, generano attraverso la creazione di comportamenti sociali condivisi un clima di fiducia relazionale che agisce in maniera positiva sul benessere degli individui: la cultura viene inserita in questo processo di creazione di valore sia come input sia come output.

Annamaria Ravagnan nel sesto capitolo affronta la gestione associata dei beni culturali, strumento recentemente definito da Regione Lombardia. I progetti condivisi e le sperimentazioni attuate attraverso questi strumenti innovativi hanno per-

messo di introdurre i concetti di benessere e di diletto nella valorizzazione dei beni culturali e attraverso il consolidamento e la regolamentazione di questi strumenti sarà più facile sostenere ed attuare progetti culturali inseriti nello scenario attuale.

Il settimo capitolo tratta di un argomento su cui poche volte ci si è soffermati a riflettere: un museo potrebbe o dovrebbe essere considerato un luogo di divertimento? Annamaria Ravagnan e Chloé Dall'Olio, autrici del capitolo, analizzando le prospettive di questa piccola rivoluzione culturale, ci ricordano che l'International Council of Museums (ICOM) ha indicato tra i fini museali il "diletto". Ma i musei hanno fatto propria la definizione di questo organismo internazionale?

La qualità della vita, conosciuta oggi come importante parametro per la ricerca in medicina e nel campo della salute, ha avuto origine nel campo delle statistiche del benessere. Una parte di queste, quelle relative agli indicatori soggettivi, si è coniugata con tendenze che erano già in atto da tempo in medicina. Ricordando questi antecedenti, l'ottavo capitolo scritto da Mauro Niero e Cristina Lonardi presenta le tipologie di strumenti per l'analisi della qualità della vita in medicina, con particolare riguardo alle attuali applicazioni e agli scenari futuri del loro uso.

In ambito psicologico, dopo decenni di enfasi sulle strategie di compensazione dei deficit, sono stati recentemente formalizzati modelli di comportamento positivo. A ciò ha contribuito la psicologia positiva, una prospettiva di studio e ricerca che presta attenzione alle risorse dell'individuo, alle sue abilità, potenzialità e competenze come leve per supportare la crescita personale e lo sviluppo sociale. Nel nono capitolo Antonella Delle Fave e Raffaella Sartori spiegano come questo approccio abbia dirette conseguenze sulle politiche di intervento in quanto enfatizza la prevenzione rispetto alla cura, il potenziamento delle risorse rispetto alla riduzione dei problemi, il benessere in senso lato rispetto alla salute o al funzionamento in senso organicistico e pragmatistico. In questo capitolo sono anche descritti alcuni costrutti fondamentali sviluppati in questo ambito e le loro potenziali applicazioni, inclusa la pratica culturale, tema di questo volume.

Lo stress è stato recentemente definito come la malattia del nuovo secolo. La crescente consapevolezza che molte delle malattie croniche nella società moderna sembrano risiedere nelle crescenti richieste e pressioni provocate dai nuovi stili di vita, ha portato con sé l'esigenza di una riflessione sul peso che tali pressioni rivestono sulle condizioni di salute degli individui. Con il progredire delle conoscenze e della specializzazione in campo medico, l'approccio interdisciplinare e multifattoriale si è rivelato particolarmente importante e sempre più necessario. Nel decimo capitolo Angelo Compare e collaboratori analizzano il concetto di stress, in quanto fenomeno complesso, attraverso un approccio multifattoriale con l'obiettivo di integrare le varie componenti di tipo biologico, genetico, ambientale, psicologico, sociale e culturale. Inoltre viene delineata la storia del termine *stress* e le più recenti scoperte neuropsicologiche, che sottolineano l'imprescindibile legame tra mente e corpo. Tra gli aspetti che vengono messi a fuoco dalla ricerca emergono soprattutto i seguenti: il ruolo delle emozioni e dei processi di elaborazione cognitiva in relazione allo stress, il ruolo attivo che il soggetto ha nella gestione dello stress e nell'utilizzo di strategie (coping) per fronteggiare gli eventi stressanti e, soprattutto, il ruolo che la personalità e le emozioni svolgono nel mediare gli effetti nocivi dello stress attraverso l'elaborazione cognitiva.

Luca Francesco Ticini nell'undicesimo capitolo ci guida nel mondo affascinante della neuroestetica, la scienza che studia le basi neurobiologiche della bellezza. Recenti studi realizzati utilizzando avanzate tecniche di visualizzazione dell'attività cerebrale, come la risonanza magnetica funzionale, hanno dimostrato come l'arte stimoli nel nostro cervello le aree cerebrali coinvolte nella sensazione di ricompensa e benessere, generando così una risposta biochimica molto simile a quella rilevata durante l'innamoramento. Questi risultati testimoniano come il piacere estetico, il desiderio e il benessere siano strettamente interconnessi dal punto di vista neurobiologico, e suggeriscono come l'arte e la partecipazione culturale possano essere di beneficio contro l'ansia e la depressione.

Enzo Grossi e Ginevra Are affrontano nel dodicesimo capitolo un passaggio fondamentale, e cioè le evidenze scientifiche sul ruolo della cultura nella promozione della salute. Vengono riassunti i risultati ottenuti nei numerosi studi condotti in vari paesi sul ruolo della partecipazione culturale nella promozione dello stato di salute. Le evidenze disponibili sono convergenti e unanimemente a favore di un ruolo importante giocato dalla partecipazione culturale sull'allungamento della durata della vita e sulla prevenzione delle principali malattie croniche degenerative.

Il tredicesimo capitolo esplora diversi fenomeni di declino cognitivo e demenza, tra cui il morbo di Alzheimer, che coinvolgono la vecchiaia. Tra i fattori preventivi di queste degenerazioni, quelli legati alla partecipazione in attività di tipo culturale sono tra i più studiati. Enzo Grossi, Lara Villa e Cristina Riso, autori del capitolo, identificano 18 studi (9 sul declino cognitivo e 9 sul rischio di demenza) che hanno coinvolto oltre 10000 soggetti anziani, che dimostrano una robusta associazione tra la quantità di attività mentale e l'entità di riduzione del declino cognitivo e del rischio di demenza. L'ordine di grandezza dell'effetto è notevole: un'attività mentale di livello elevato si associa a un dimezzamento del rischio di demenza.

Chiara Bocchi ed Elettra Chiereghin analizzano nel quattordicesimo capitolo la letteratura medica che studia l'associazione tra arti/discipline umanistiche e il settore sanitario e l'influenza, a vari livelli, delle arti sulla salute. È infatti spesso ribadita l'influenza positiva esercitata dalle arti e dalle scienze umanistiche sugli esiti clinici dei pazienti, l'ambiente lavorativo, l'istruzione e la formazione degli operatori sanitari, la cura di pazienti con disturbi mentali.

Il lettore si stupirà nello scoprire come alcuni importanti ospedali internazionali – il Chelsea and Westminster Hospital di Londra in primis – abbiano consapevolmente inserito l'arte nella loro missione.

Gli ultimi tre capitoli sono dedicati a due importanti progetti di ricerca condotti in Italia e nella città di Milano. Le indagini sono state condotte con Doxa su un totale di 4000 cittadini campionati in modo da essere rappresentativi del Paese Italia (N = 3000, capitolo 15) e della città di Milano (N = 1000, capitolo 16). I risultati ottenuti confermano che uno stile di vita sano, l'uso intelligente del tempo libero e la continuità nella fruizione culturale, attività fisica compresa, diventano un fattore determinante del benessere psicologico individuale. Nel genere femminile, dove si evidenzia una maggior vulnerabilità al *distress* anche per una maggiore esposizione a malattie croniche, si osserva un maggiore vantaggio tratto dalle attività di partecipazione culturale, vantaggio che si concretizza in un maggior benessere percepito. Nel

profilo di benessere della donna, le attività culturali diventano inaspettatamente un fattore fondamentale nella determinazione del benessere soggettivo.

I risultati di queste ricerche sono incoraggianti, e sollevano una serie di interrogativi che sono stati discussi nell'ultimo capitolo, scritto da Cristina Lonardi e collaboratori.

Milano, dicembre 2012

Enzo Grossi
Annamaria Ravagnan



<http://www.springer.com/978-88-470-2780-0>

Cultura e salute

La partecipazione culturale come strumento per un nuovo welfare

Grossi, E.; Ravagnan, A. (Eds.)

2013, XX, 248 pagg., Softcover

ISBN: 978-88-470-2780-0