

CULTURA E SALUTE

## Se l'arte fa bene alla salute, risparmiamo tutti: la conferma dall'Oms

di Roberta Capozucca



**La crisi del Covid19 ha messo in evidenza l'influenza delle arti sulla nostra salute mentale. La legittimità dell'alleanza tra cultura e benessere è nelle evidenze scientifiche raccolte nella ricerca dell'Organizzazione Mondiale della Sanità**

Di fronte al desolante scenario in cui l'intero pianeta si trova, guardare alle arti come una soluzione per la ricostruzione del benessere sociale non è più soltanto un passepartout accattivante del dibattito culturale. L'alleanza tra arte e salute, infatti, ormai si regge su un corpo sempre più solido di evidenze scientifiche, ma a fugare gli ultimi dubbi è arrivata l'Organizzazione Mondiale della Sanità con la pubblicazione del più grande studio mai effettuato sul tema: **“What is the evidence of the role of the arts in improving health and well-being?”** Il rivoluzionario **rapporto**, presentato a Helsinki nel novembre 2019, è ora disponibile anche in lingua italiana grazie alla versione redatta dal Cultural Welfare Center in collaborazione con il DORs-Centro di documentazione per la promozione della Salute e la Fondazione Medicina a Misura di Donna.

### La posizione dell'OMS

Lo studio in questione rappresenta uno dei risultati del programma **“Salute in tutte le Politiche”**, lanciato nel 2015 dall'Ufficio Europeo dell'OMS per indirizzare il sistema sanitario comunitario verso un approccio integrato di diversi settori, così come raccomandato dall'Agenda 2030 per lo sviluppo sostenibile. L'indagine, che ha preso in esame oltre 900 pubblicazioni afferenti all'ambito della medicina, della psicologia, dell'antropologia e delle neuroscienze, è suddivisa in due macro aree di studio: la prima si concentra sul contributo che la cultura può avere nella prevenzione e nella promozione della salute, mentre la seconda riguarda il ruolo che le arti possono avere nella gestione delle malattie all'interno dei percorsi di cura.

Le questioni attorno cui lo studio cerca di fare chiarezza sono:

- in che modo le arti possono influenzare i determinanti sociali della salute, quali la coesione sociale o il superamento delle disuguaglianze? In questo senso l'indagine sottolinea come la musica e la danza siano

ambiti particolarmente efficaci nel promuovere comportamenti di socialità e di sincronia con l'altro. Tra i casi citati emerge **El Sistema**, istituito in Venezuela nel 1975 dal musicista **José Antonio Abreu**, come programma di educazione musicale gratuita per i bambini in condizioni di povertà; fin dalla sua istituzione, vi hanno preso parte oltre 700.000 bambini, molti dei quali hanno poi continuato l'attività di musicisti in tutto il mondo.

- in che modo le arti possono supportare lo sviluppo della prima infanzia, tra cui l'acquisizione del linguaggio e delle capacità cognitive? Secondo l'OMS, investire sull'inizio di ogni storia personale significa indirizzarne il futuro con impatti positivi anche sulla spesa pubblica; come suggerisce un altro **studio** redatto insieme all'**UNICEF** e alla **Banca Mondiale** citato nell'analisi, per ogni dollaro investito sui primi mille giorni di vita di un individuo se ne ha un ritorno stimato di circa 13. Tra i progetti che si sono distinti in quest'ambito, citiamo **Nati con la Cultura**: il programma sviluppato in Piemonte da **Fondazione Medicina a Misura di Donna Onlus** e avviato nel 2014 con Palazzo Madama all'Ospedale Sant'Anna, che permette ai nuclei familiari con un bambino di età inferiore a un anno di entrare gratuitamente nei musei del circuito; l'idea di fondo è che la partecipazione culturale sia una risorsa importante per la crescita bio-psico-sociale dell'individuo.

- in che modo le arti possono promuovere il benessere, inteso sia come l'orientamento verso modelli di vita sani che come la tutela della salute mentale contro il declino precoce? In questo senso, sono molti i casi e le evidenze che sottolineano come le arti possono avere impatti positivi sul benessere generale degli individui; tra i casi analizzati dallo studio, c'è il famosissimo **Arts on Prescription**, il programma presente da circa due decenni nell'ambito delle politiche sociali del governo del Regno Unito. Grazie ad Arts on Prescription, chi si presenta dal medico di base con problemi non clinici, situazione che nel Regno Unito riguarda circa il 20-30% dei casi, può ricevere come prescrizione medica l'inserimento in attività artistiche locali. Gli studi condotti sul programma hanno rivelato che, dall'inizio dell'attività, c'è stata una netta diminuzione dell'uso di antidepressivi che, oltre a configurare un miglioramento nella qualità dell'esperienza del paziente, ha generato ampi margini di risparmio sui costi sanitari per la riduzione delle prescrizioni di farmaci e dell'uso dei servizi non necessari, inclusi i ricoveri ospedalieri di emergenza. Come riporta lo studio, le valutazioni del sistema hanno suggerito che per ogni sterlina investita nel programma ci sia stato un risparmio pro-capite di 2,30 € all'interno del sistema sanitario nazionale. Oggi, l'obiettivo del governo inglese è quello di indirizzare, entro il 2023, 900.000 persone a schemi di prescrizione sociale di questo genere. Altro tema analizzato dalla ricerca riguarda l'utilizzo delle arti nella cura delle patologie degenerative, approccio che si è rivelato particolarmente efficace per le malattie legate alla sfera emotiva o neurologica. Tra i casi annoverati dallo studio c'è **Dance Well – movement research for Parkinson**: una pratica nata quasi vent'anni negli Usa e nei Paesi Bassi in cui i partecipanti, affetti dal morbo di Parkinson, affrontano vere e proprie classi di danza all'interno dei luoghi della cultura con effetti positivi sia sui sintomi, come il miglioramento del senso dell'equilibrio, che sulla loro qualità di vita. Il programma, che in Italia è stato accolto in primis dai **Musei Civici di Bassano del Grappa** nel 2013, oggi ha fatto di molti altri centri culturali nazionali il suo palcoscenico, quali il **Teatro Civico di Schio**, **La Lavanderia a Vapore di Collegno (TO)**, **Palazzo Strozzi a Firenze**, **Palazzo Spada a Roma**, il **Museo degli Affreschi “G.B. Cavalcaselle” di Verona** fino all'**Istituto di Cultura Italiano a Tokyo**. Un'altra esperienza italiana, che si pone su questa stessa lunghezza d'onda, è la rete dei **Musei Toscani per l'Alzheimer**, che ha l'obiettivo di sviluppare attività educative e ricreative all'interno delle proprie sale museali per le persone con demenza e per coloro che se ne prendono cura. L'approccio, sperimentato anche questo negli Usa, è stato inizialmente accolto in Italia dai musei fiorentini di Palazzo Strozzi e **Marino Marini**, ma oggi sono più di 50 le istituzioni toscane che, sulla scia di quest'esperienza, hanno formato i propri operatori e avviato progetti mirati al benessere delle persone con demenza e delle loro famiglie.

#### **A che punto siamo in Italia?**

Nonostante siano da sempre i paesi anglosassoni e scandinavi a fare scuola in questo settore, anche l'Italia vanta un buon numero di esperienze, ancora per lo più confinate nell'episodicità e quindi nella marginalità. Proprio con l'obiettivo di creare una regia che le valorizzi e accompagni il potenziale salto di scala con attività di ricerca, capacity building e advocacy, nel periodo più cupo della pandemia in Italia è nato il **CCW-Cultural Welfare Center**. **Catterina Seia**, che è tra le fondatrici, commenta così la nascita del Centro: “Il secolo scorso, segnato da grandi progressi scientifici, è stato caratterizzato da un approccio biomedicale di lotta alle

patologie, che ha portato a privilegiare la funzionalità dei percorsi di cura sull'individuo. A partire dagli anni '70, invece, diversi autori hanno ricominciato a delineare percorsi che mettessero al centro la persona, non più considerata come una meccanica sommatoria di parti da curare, ma come un sistema integrato costituito da componenti fisiche, psichiche e spirituali.

Questa visione, promossa anche dall'OMS nella Carta di Ottawa (1986), è oggi consolidata nelle politiche di promozione della salute pubblica, ma la relazione sistemica di collaborazione che si dovrebbe instaurare fra professionisti di discipline diverse e, soprattutto, l'integrazione di scopo fra i sistemi istituzionali della salute, delle politiche sociali e della cultura non è stata ancora pienamente conseguita. Il ruolo del Cultural Welfare Center sarà proprio quello di indirizzare le politiche culturali nazionali guardando alla rilevanza delle sfide sociali odierne, progettando percorsi salutogenici di empowerment e aiutando il paese a uscire da quella povertà educativa che oggi esclude dalla salute più di 5 milioni di persone”.

---

### Leggi anche

Per l'Art Bonus in campo Credito sportivo e Anci

**Il caso di Magnificat**Tra i casi italiani di maggiore risonanza c'è Magnificat: il progetto realizzato dall'impresa sociale Kalatà con l'obiettivo di valorizzare il **Santuario barocco di Vicoforte** (Cuneo) attraverso dei tour fortemente esperienziali. Il progetto, che nel 2019 ha anche ricevuto un finanziamento di 200.000 € dalla Fondazione Social Venture GDA, è notoriamente conosciuto per l'indagine condotta dal professore Enzo Grossi, oggi membro del CCW, che ha voluto analizzare gli impatti di un'esperienza di visita del genere sulla salute dei partecipanti.

A coloro che hanno aderito allo studio, circa un centinaio di persone di età compresa tra i 19 e gli 81 anni provenienti in gran parte dalla provincia di Cuneo, è stato chiesto di effettuare una serie di semplici test: un questionario, che ha valutato lo stato generale di benessere psico-fisico di ciascun soggetto e un tampone, che ne ha invece rilevato il livello di cortisolo, il cosiddetto ormone dello stress, prima e dopo la visita. Se i partecipanti al termine dell'esperienza avevano già dichiarato di percepire un aumento considerevole del loro stato di benessere, l'esito delle analisi di laboratorio ha confermato appieno le aspettative: il livello medio di cortisolo si era ridotto del 60%, ribadendo come l'esposizione all'arte e alla bellezza possa avere risultati diretti e immediati sulla salute cerebrale degli individui.

Riproduzione riservata ©