

Cultura è salute

Le biblioteche pubbliche come luoghi promotori di salute

di Nicoletta Mencarini

Una ricerca dell'Università della Pennsylvania, realizzata dalla School of Social Policy & Practice nel biennio 2014-2016, mostra il legame tra arte, cultura e benessere, salute e sicurezza. Nei quartieri di New York a reddito basso o moderato, gli abitanti con molte risorse culturali sono più sani, hanno una migliore istruzione e godono in generale di una maggiore sicurezza rispetto a coloro che, vivendo nello stesso ambiente, hanno meno risorse creative. E i risultati sono gli stessi in tutti e cinque i distretti della City.

Il Social Impact of the Arts Project (SIAP) ha esaminato l'«ecosistema culturale di quartiere» di New York (per esempio, organizzazioni creative non-profit e a scopo di lucro, luoghi di intrattenimento, edicole, librerie, artisti e così via), che rende New York la capitale culturale del mondo.

Mentre molti studi hanno guardato all'impatto economico delle arti, questa ricerca ha documentato come queste ultime migliorino la qualità della vita dei newyorkesi, quelli che conducono un'esistenza comune. Questa materia ha visto una notevole crescita di interesse solo negli ultimi anni, dopo la pubblicazione di alcuni studi epidemiologici che hanno dimostrato in maniera inequivocabile come la fruizione intelligente del tempo libero si associ a un prolungamento dell'aspettativa di vita e a una riduzione di alcune patologie degenerative.(1)

Gli studi sulla popolazione effettuati da scienziati di tutto il mondo, hanno dimostrato che il consumo culturale incide sull'aspettativa di vita di ciascuno, mentre coloro i quali fruiscono raramente di eventi culturali presentano un rischio di mortalità maggiore. Altri studi, inoltre, hanno dimostrato che impegnarsi in attività culturali influisce sul nostro grado di soddisfazione complessiva, diminuisce l'ansia e riduce i rischi di depressione.

La cultura nel nostro Paese è generalmente considerata di "intrattenimento", quindi ricondotta al superfluo. Invece, l'attività culturale assume una precisa valenza, dimostrandosi un importante strumento in grado di prevenire il declino cognitivo, attenuare condizioni di stress e contribuire al benessere generale. Corretti stili di vita, cultura, uso intelligente del tempo libero hanno assunto un valore e un ruolo sempre più importante.

Le dimensioni della salute divengono, quindi, fisiche, emotive, psicologiche e sociali; l'individuo e la collettività in generale sono strettamente correlate in quanto, "la salute, come bene comune, è indivisibile: la salute degli uni dipende da quella degli altri"(2).

La promozione della salute

Nella sua carta fondativa del 1948, l'OMS, definisce la salute come stato di completo benessere fisico, mentale e sociale e non come semplice assenza di malattia.

A questi principi si aggiunge anche quanto affermato nella Carta di Ottawa, documento redatto nel 1986 durante la prima "Conferenza internazionale per la promozione della salute", nel quale si afferma che: "Grazie ad un buon livello di salute l'individuo e il gruppo devono essere in grado di identificare e sviluppare le proprie aspirazioni, soddisfare i propri bisogni, modificare l'ambiente, e di adattarsi".

In Italia, possiamo avere un esempio di disposizione legislativa nell'articolo 32 della Costituzione che sancisce la tutela della salute come un fondamentale diritto dell'individuo ed interesse della collettività, accogliendo i principi dell'OMS nella legge n° 833 del 1978 la quale, in fatto di promozione della salute, definita chiaramente fisica e psichica, sottolinea l'importanza della prevenzione come supporto al benessere generale dell'individuo e sostiene inoltre la necessità di formare una "moderna coscienza" di cura della salute sulla base di una adeguata educazione del cittadino e della comunità.

La promozione della salute non è responsabilità esclusiva del settore sanitario, dovendo coinvolgere anche i settori che influiscono sulla salute stessa con un approccio definito "intersectoriale": che preveda,

cioè, l'intervento, la collaborazione e il coordinamento di settori diversi dalla sanità quali l'istruzione, la cultura, il turismo, per realizzare iniziative in grado di migliorare lo stato di salute della popolazione.

Cultura è salute e ben-essere, arte e creatività per nuovi approcci terapeutici, miglioramento dello stile di vita grazie alla fruizione di musica, teatro, arte e danza, lettura di libri.

Le disuguaglianze nell'ambito della salute si possono combattere attraverso la partecipazione e la pratica di arte e cultura.

Secondo il Rapporto Annuale 2017 ISTAT *“il benessere non può essere misurato esclusivamente sulla base delle risorse di cui l'individuo può disporre, ma deve essere inteso anche come capacità di “agire e di essere”, di scegliere in modo consapevole lo stile di vita corrispondente ai propri ideali, di condurre una vita lunga ed in buona salute, di partecipare alla vita della comunità.*

In questa ottica, le risorse economiche diventano uno strumento e il tempo libero, la partecipazione politica, sociale e culturale e lo stato di salute sono invece indicatori di qualità della vita e di benessere delle persone”.

Health literacy

Secondo la definizione di Freedman et al. public health literacy (PHL) è “il livello di competenza delle persone e delle comunità nell'ottenere, gestire, comprendere, valutare le informazioni e trarne conseguenze per l'azione necessaria ad assicurare beneficio alla comunità con decisioni di sanità pubblica”(3).

“L'importanza dell'alfabetizzazione sanitaria - sostiene Annalaura Carducci, Professore Associato presso il Dipartimento di Biologia, Settore scientifico disciplinare, Igiene Generale e Applicata, dell'Università degli Studi di Pisa- in ogni azione di tutela e promozione della salute, rende indispensabile accrescere conoscenze, abilità e competenze individuali e creare un contesto di supporto a questo scopo. Si tratta quindi di un impegno necessariamente multidisciplinare, concentrato su due fronti principali: il sistema degli operatori della sanità, dell'istruzione e della cultura da un lato ed i cittadini dall'altro”.- (4)

La Health literacy è essenziale in quanto implica il raggiungimento di conoscenze e di competenze tali che i cittadini e la collettività in generale, possano non solo essere in grado di assumere decisioni consapevoli sulla propria salute, ma anche di poter partecipare in maniera attiva alle scelte di politica sanitaria pubblica. Il raggiungimento di competenze nell'ambito della salute e del benessere permette di comunicare direttamente con gli operatori del settore, nell'intento di superare le disuguaglianze nell'accesso ai servizi sanitari causate da determinanti sociali. (reddito, livello di istruzione)

In questa direzione, la crescita di competenze incrementa *l'empowerment*, ovvero la presa di coscienza dei diritti, e nello stesso tempo, attiva risorse e capacità nei confronti dell'ambiente, inteso come ecosistema sociale e naturale.

Il ruolo della biblioteca pubblica

Il Manifesto IFLA/UNESCO (1994) afferma che *“la biblioteca pubblica, via di accesso locale alla conoscenza, costituisce una condizione essenziale per l'apprendimento permanente, l'indipendenza nelle decisioni, lo sviluppo culturale dell'individuo e dei gruppi sociali”*; essa assicura l'accesso libero a tutti alle risorse informative, al pensiero, alla cultura senza distinzioni di sesso, età, religione, nazionalità, lingua o condizione sociale, garantisce lo sviluppo di una società democratica e le pari opportunità e favorisce la partecipazione alla vita sociale e culturale della collettività.

La biblioteca pubblica può svolgere un ruolo importante nella promozione della salute nella comunità, in quanto luogo di sviluppo di competenze legate alla lettura e all'informazione, e di alfabetizzazione informatica; la biblioteca costituisce l'agenzia informativa sul territorio in quanto rende disponibile ogni

genere di conoscenza. Ed è anche una “piazza del sapere”(5), uno spazio di condivisione, un centro di riflessione, aperto a gruppi e associazioni, un luogo di libertà e creatività per ogni cittadino.

In questo senso la biblioteca pubblica può rafforzare il suo ruolo diventando il nodo centrale di una rete con altre istituzioni, e diventare promotrice di salute nella comunità.

Operando in sinergia con il settore sanitario, il mondo della scuola, le associazioni, può svolgere un compito chiave di prima divulgazione informativa sanitaria, attraverso incontri tra gli addetti ai lavori e i cittadini, offrendo una corretta informazione rivolta alle varie fasce di età della popolazione interessata, e, nello stesso tempo, contribuisce anche ad un uso informato e consapevole del sistema sanitario pubblico.

La biblioteca pubblica, quindi, diventa uno “sportello” di riferimento per la comunità, realizza la sua “mission” di luogo della cultura, di incontro e di partecipazione, incoraggiando il dialogo interculturale e il rispetto delle diversità.

Conclusioni

La salute intesa come benessere psico-fisico è un concetto relativamente nuovo, basato in ultima istanza sulla percezione che ogni individuo ha di sé, dei suoi bisogni, delle sue aspirazioni all'interno di un determinato contesto storico, sociale e relazionale. La ricerca ci mostra come la fruizione di cultura influisca positivamente sullo stato di salute e come una corretta alfabetizzazione sanitaria possa determinare un miglioramento nell'accesso ai servizi sanitari. Un cittadino informato, “competente”, potrebbe essere in grado, non solo, di prendere decisioni sulla propria salute, ma potrebbe anche partecipare a scelte di salute pubblica. Il percorso verso questa meta ideale prevede un cambiamento culturale in cui tutti gli attori coinvolti, sanità, cultura, istruzione interagiscano in base alle rispettive competenze per superare le disuguaglianze e garantire un uso consapevole delle risorse sanitarie pubbliche.

Bibliografia

libreriamo.it/arte/nuova-ricerca-mostra-arte-cultura-migliorano-la-nostra-salute-sicurezza-benessere/

[1] Grossi Enzo, Ravagnan Annamaria, Cultura e salute. La partecipazione culturale come strumento per un nuovo welfare, Springler, 2013

[2] Grandolfo M. Public Health Literacy. Evidence 2015;7 (10) e1000121

[3] Freedman DA, Bess KD, Tucker HA, Boyd DL, Tuchman AM, Walliston KA. Public health literacy defined. AM J Prev Med 2009;36: 446-51

[4] www.thinktag.it/system/files/4039/Carducci_IT.pdf?1292097266

[5] Agnoli Antonella. Le piazze del sapere. Biblioteche e libertà, Laterza, 2009