

# CultureForHealth. Un nuovo rapporto europeo per orientare le politiche

di **Marta Reichlin** 24 Gennaio 2023

Che impatto ha la partecipazione regolare ad attività culturali e creative sulla salute e sul benessere, individuali e collettivi? A partire dalle evidenze, quali linee guida è possibile fornire ai decisori politici in campo sia culturale sia sanitario? Come creare ecosistemi salutogenici?

Questi obiettivi sono alla base di [CultureForHealth](#). Il progetto, della durata di 18 mesi, co-finanziato dalla Commissione Europea. Affidato a [Culture Action Europe](#), [Trans Europe Halles](#), [Central Denmark Region](#), [The Northern Dimension Partnership for Culture](#), [Centrul Cultural Clujean](#) (Romania) e [Društvo Asociacija](#) (Slovenia), è accompagnato da un advisory board di cui fanno le italiane Annalisa Cicerchia (Vice Presidente [CCW-Cultural Welfare Center](#)) e Luisella Carnelli (Area ricerca di [Fondazione Fitzcarraldo](#)). Il progetto è pensato per promuovere sperimentazioni e sviluppo di *policy* a livello comunitario, nazionale e locale per assicurare il contributo della cultura e delle arti al ridisegno in corso del *welfare* e della sanità.

## Un programma di ricerca voluto dalla commissione europea

Il programma C4H si articola in più linee di azione: la raccolta di recenti evidenze scientifiche sul rapporto tra partecipazione ad attività culturali e salute che è alla base di un [rapporto](#) che ne commenta 300, presentato alla commissione Europea il 24 novembre scorso [Culture: a driver for health and wellbeing in the EU](#) (la presentazione si può riascoltare [qui](#)); una [mappatura di progetti](#) di cultura e salute su autosegnalazione, ancora in corso, che ha già

superato quota 700; azioni di *advocacy*; lo sviluppo di sei progetti pilota di ricerca-azione e la divulgazione di dati, *best practice*, strumenti e metodologie di lavoro.

**Sei i progetti pilota in corso:** [Music and Motherhood](#), in collaborazione tra WHO-Region Europa e Centrul Cultural Clujean (Romania), che ha promosso [laboratori di canto](#) per la salute mentale delle neo-madri; [Museum for Dementia](#), progetto danese che ha l'obiettivo di migliorare la qualità della vita portando gioia a persone affette da demenza e ai loro *carer* attraverso attività museali interattive; [Overcoming burnout through Arts](#) che in Romania, con la proposta di workshop creativi nelle aziende, sta lavorando allo sviluppo di un modello di intervento per contrastare il *burnout* negli ambienti lavorativi; [Certificate Cultural Company](#), iniziativa slovena che mira ad incentivare l'introduzione della cultura nelle aziende come fonte di benessere, fornendo un certificato alle aziende che inseriscono o propongono attività culturali e artistiche ai propri lavoratori.

**In tutti i progetti emerge l'importanza dei processi partecipati, di co-creazione, in collaborazione con i destinatari,** la necessità di far sperimentare esperienze artistiche a tutti gli attori coinvolti affinché possano comprenderne in profondità il valore.

Un tema ricorrente e particolarmente scottante è quello di **se e come sia possibile misurare l'impatto di questi ed altri progetti culturali sulla salute**, attraverso modalità che siano scientificamente valide ma che restituiscano la ricchezza e complessità delle esperienze culturali ed artistiche, il cui impatto sulla salute è articolato e non sempre traducibile in dati scientificamente misurabili

Il tema della valutazione di impatto è stato oggetto di una intera sessione di discussione nel recente Culture and well-being forum, in cui sono stati presentati studi ed esperienze di valutazione. Tra queste, il progetto [MESOC-Measuring the Social Impact of Culture](#), che ha sviluppato *toolkit* e una piattaforma per misurare l'impatto delle esperienze culturali in vari ambiti sociali, tra cui la salute, e [OurCluj/ArtiVistory Initiative](#) che ha indagato il benessere e i bisogni dei giovani in Romania attraverso la pratica artistica dei fumetti.

Dallo studio di queste esperienze è emersa **la difficoltà e necessità di condurre studi di valutazione di impatto**, data l'interazione di più determinanti: la salute individuale, che spesso è quella su cui gli studi di valutazione di impatto si concentrano, è influenzata dal contesto e dalle relazioni sociali, processi per i quali la cultura è una risorsa fondamentale nel costruire connessioni sociali.

## Il rapporto su otto sfide di salute

Per capire come la cultura risponde a queste sfide, C4H si è dedicato alla ricerca e allo studio delle evidenze, che ha raccolto e pubblicato in una *scoping review*.

**Il report appena pubblicato dal consorzio di C4H** intende proseguire e sviluppare lo [studio pubblicato nel 2019 dall'Organizzazione Mondiale della Sanità](#) sulle evidenze del ruolo delle arti per la salute.

Il gruppo di ricerca di C4H ha raccolto e restituito oltre 300 studi, pubblicati dal 2019 ad oggi, suddividendo le evidenze in aree tematiche, che riprendono quelle proposte da OMS -prevenzione e promozione della salute; trattamento della malattia e gestione della malattia- aggiungendo le sezioni legate all'impatto sulla salute individuale, comunitaria e legata alla pandemia.

**Il gruppo di lavoro C4H ha messo in luce otto sfide di salute che possono beneficiare dell'alleanza virtuosa con la cultura.**

- **La cultura e le arti possono contribuire alla salute e del benessere di tutti;**
- **Il benessere dei giovani è riconosciuto come una emergenza di salute pubblica.**
- **Le profonde trasformazioni e la crisi in atto nei modelli economici e nel mercato del lavoro minano il benessere dei lavoratori**, con un crescendo di paure, ansie, disagi che sconfinano in patologie: la sfida è dunque la qualità dei luoghi di lavoro, della cultura e del clima organizzativo inclusivo, sull'*empowerment* di ogni risorsa, considerando le arti come risorsa, sia a livello di ambiente che di pratiche, per investire sulle relazioni e sul pensiero creativo.
- La piramide demografica invertita, l'aumento della popolazione anziana, impone di **abbattere gli stereotipi sull'anziano e concepire una nuova cultura dell'essere anziani**, favorendo il coinvolgimento attivo ad attività culturali nei luoghi della loro frequentazione, quali gli ambienti sanitari.
- La **crecente crisi di salute mentale** è un problema che riguarda trasversalmente tutta la popolazione, gravato da uno stigma da combattere e che vede nelle diseguaglianze culturali, nella povertà educativa ed esperienziale, profondi fattori di rischio e nella risposta comunitaria, di prossimità, una risorsa.
- L'associazione tra l'insorgere di patologie e disuguaglianze di salute è ormai dimostrata, così come la correlazione tra partecipazione culturale, la prevenzione e la gestione di patologie: **la disparità nell'accesso alla cultura costituisce quindi un rischio di salute**, motivo per cui **il rapporto suggerisce di includere la cultura in un approccio strutturale alle disuguaglianze.**
- **La partecipazione attiva, presupposto per percepirsi in benessere, è in crisi soprattutto tra i giovani:** va promossa e sostenuta attraverso il loro coinvolgimento attivo nel co-design di spazi sociali a partire da spazi culturali.
- Il **benessere dei curanti**, nelle organizzazioni socio-sanitarie come in quelle sociali e umanitarie che fronteggiano gli esiti dei conflitti in corso è una sfida di grande peso, e le pratiche artistiche hanno rivelato il loro potenziale per supportare il benessere, come riconosciuto formalmente da un recente **documento tecnico pubblicato WHO.**

**Il report segnala alcune aree di particolare efficacia delle esperienze culturali.**

Per quanto riguarda la **prevenzione, cantare in gruppo conferma l'effetto sul miglioramento delle funzioni respiratorie e cardiovascolari, ma anche quelle cognitive**, in particolare per le persone anziane a rischio di demenza per le quali promuove anche inclusione sociale e supporto nell'invecchiamento (**Feng et al., 2020**). È **confermata l'associazione tra la visione di un'opera artistica visiva e la riduzione dello stress e della pressione arteriosa sistolica** (**Law et al., 2021**). Per quanto attiene gli adolescenti il loro **ingaggio in attività culturali** ha una correlazione con stili di vita salutari, l'aumento dell'attività fisica e la riduzione dei comportamenti a rischio (**Bungay & Vella-Burrows, 2013**). La **partecipazione a performance teatrali** su temi legati alla salute migliora la consapevolezza su alcune condizioni di salute (**Burns et al., 2018**; **Cueva et al., 2016**), incoraggiando ad esempio l'assunzione di antibiotici (**Swe et al., 2020**) o lo screening pre-natale (**Hundt et al., 2011**).

## L'impatto sulla salute mentale e non solo

Un contesto di salute in cui le esperienze culturali hanno un grande impatto, è quello della **salute mentale**, soprattutto per quanto riguarda il trattamento di ansia e depressione grazie al potenziamento di fattori fisici, intrapersonali, culturali, cognitivi e sociali (**Dunphy et al., 2019**).

Programmi di **art on prescription** per persone affette da depressione, ansia, isolamento sociale e dolore cronico possono apportare nei pazienti notevoli miglioramenti nel benessere generale, migliorando l'umore e riducendo la tensione (**Holt, 2020**). Più in generale, la partecipazione attiva a varie attività creative quali il canto, la danza, la scrittura creativa, teatro e le arti visive promuove una migliore regolazione emotiva (**Fancourt & Ali, 2019**), emozioni positive (**Jensen, 2019**; **Holt, 2020**; **Slattery et al., 2020**) e riduzione degli attacchi di panico (**Jensen et al., 2020**).

Un altro ambito di ricorrenti evidenze è legato alla **partecipazione culturale in caso di disturbi neurologici e del neurosviluppo, in particolare demenza**.

Per **persone che soffrono di demenza o Alzheimer** la partecipazione ad attività musicali potenzia le capacità cognitive ([Warran & Frederick Welch, 2019](#)), l'attività storytelling facilita l'accesso alla memoria a lungo termine ([Critten & Kucirkova, 2019](#)) mentre la danza promuove benefici fisici a livello di movimento e coordinazione ([Jensen et al., 2020](#)).

Le **persone affette dal morbo di Parkinson** che partecipano ad attività creative hanno riportato benefici a livello di benessere sia mentale- grazie a laboratori di danza ([Irons et al., 2021](#))- sia fisico ([Abell et al., 2017](#); [Buetow et al., 2014](#)). **Bambin\* e adolescent\* con paralisi cerebrale**, partecipando a un corso di hip-hop per loro adattato, hanno acquisito migliori funzioni fisiche, ma anche competenze sociali ([Withers et al., 2019](#)).

Anche le persone colpite da **malattie non trasmissibili** possono trarre benefici dalla partecipazione ad esperienze artistiche e culturali, riscontrando miglioramenti a livello del funzionamento fisico, ma soprattutto una riduzione della depressione e dell'ansia con miglioramento dell'umore ([Jensen & Bonde, 2018](#)).

Numerosi studi hanno dimostrato l'efficacia delle attività di canto per **persone con malattie polmonari croniche ostruttive**, aiutandole soprattutto a combattere la depressione ([Philip et al., 2020](#)), ma anche migliorando la ventilazione al minuto e il volume respiratorio ([Philip et al., 2021](#)).

Allo stesso modo, **pazienti oncologici** hanno riportato benefici sia per quanto riguarda lo sviluppo di un maggior senso di autoefficacia attraverso la partecipazione a laboratori di danza ([Thieser et al., 2021](#)), ma anche un miglioramento delle funzioni respiratorie prendendo parte a un laboratorio di percussioni ([Moors et al., 2020](#)).

La partecipazione ad attività culturali ed artistiche si rivela efficace anche nel trattamento e nella gestione di **condizioni acute**, ad esempio alleviando ansia e dolore in particolare prima e dopo operazioni chirurgiche ([Forouzandeh et al., 2020](#)).

Interventi da parte di clown in ospedale si sono dimostrati in grado di ridurre lo stress in **pazienti pediatrici** e nelle loro famiglie ([Lopes-Júnior et al., 2020](#)).

Non trascurabile è la **diminuzione e la gestione del dolore** in diversi contesti medici: il canto in gruppo, ad esempio, si rivela un ottimo approccio per ridurre il dolore e la depressione in persone con malattie a lungo termine ([Irons et al., 2020b](#); [Irons et al., 2020a](#)).

## Le dimensioni del benessere individuale e collettivo e della crisi pandemica

Oltre a trasmettere le più recenti evidenze rispetto alle aree di salute indicate da OMS nel report 67/2019, C4H ha organizzato i risultati riportando le evidenze dell'impatto delle esperienze culturali sulla salute rispetto a tre ulteriori dimensioni: benessere individuale, comunitario e crisi scatenata dalla pandemia Covid-19.

Rispetto al **benessere individuale**, l'ingaggio in attività artistiche si conferma in grado di generare senso, quindi maggior autorealizzazione personale, attraverso l'acquisizione di competenze, in primis di collaborazione e comunicazione ([Eleni & Georgios, 2020](#); [Gao et al., 2021](#)). Esperienze culturali quali gruppi di lettura o di canto si sono rivelate in grado di rafforzare i legami sociali ([Billington, 2019](#); [Mansky et al., 2020](#); [Moss & O'Donoghue, 2020](#)). Partecipare a laboratori di danza, teatro o canto favorisce anche una esperienza emotiva più armonica riducendo ansia e stress, ad esempio, in

donne affette da depressione post-partum ([Wulff et al., 2021](#)) o nelle persone anziane affette da demenza ([Baltà Portolés, 2021](#); [Zeisel et al., 2018](#)).

La partecipazione ad esperienze culturali quali attività teatrali, canore o di arte visiva è in grado, di promuovere un **benessere a livello comunitario**, contribuendo a includere socialmente persone svantaggiate, sfruttando i linguaggi artistici come mezzi di espressione e comunicazione utilizzabili da persone con disabilità, ad esempio uditiva ([Young et al., 2019](#)); migliorare la qualità dell'ambiente sia costruito- soprattutto nel design a base artistica nei luoghi pubblici e di cura ([Law et al., 2021](#))- sia sociale, soprattutto a scuola- dove interventi teatrali sono in grado di influenzare conoscenze e propensione a comportamenti di vita salutari ([Kennedy et al., 2020](#)) e nei luoghi di lavoro, in cui l'ingaggio in workshop creativi ha ridotto il rischio di burnout ([Cacovean et al., 2021](#)).

Il rapporto sottolinea come la cultura si sia dimostrata efficace anche nel fronteggiare **la crisi scatenata dalla pandemia di Covid-19**, offrendo attività artistiche che hanno controbilanciato gli effetti negativi dell'isolamento sociale ([Tan & Tan, 2021](#)) riducendo l'ansia ([Zabini et al., 2020](#)) e favorendo la regolazione emotiva ([Elisondo & Melgar, 2021](#); [Kiernan et al., 2021](#)).

**La cultura si conferma in questi studi un'alleata, complementare alla medicina tradizionale, nella prevenzione e promozione della salute e nella gestione e nel trattamento delle patologie, in particolare nella salute mentale.**

## Le politiche

C4H ha elaborato diverse linee di raccomandazioni strategiche per i *policy maker*, da porre alla base di politiche a livello comunitario, nazionale e locale.

**C4H evidenzia l'insufficienza degli investimenti nella prevenzione e la promozione della salute** (il cui investimento attuale è pari solo al 2,8% delle spese totali in ambito sanitario), sottolineando la rilevanza dei determinanti sociali, tra cui la partecipazione culturale e l'educazione. L'approccio suggerito è bottom-up, di co-design dei progetti con i destinatari, privilegiando il coinvolgimento dei gruppi di basso livello socioeconomico.

Occorre inoltre promuovere programmi di **prescrizione sociale a base culturale, un modello di intervento** nato nel Regno Unito che prevede la possibilità da parte del sistema sanitario di prescrivere e sovvenzionare la partecipazione ad iniziative sociali e/o culturali per fronteggiare alcune sfide di salute complementari a terapie farmacologiche.

**Il Rapporto invita ad aumentare gli investimenti in ricerca**– in particolare in tema di valutazione, per ottenere un sempre maggior riconoscimento scientifico dell'efficacia delle esperienze culturali sulla salute- **e formazione**, inserendo le arti in tutti i curricula educativi e nell'alta formazione (soprattutto degli operatori della salute).

**Infine, lo scambio di buone pratiche merita di essere sostenuto e promosso.**

## In conclusione

Ad oggi l'esperienza di CultureForHealth, ancora in corso, e del Forum in particolare, suggerisce che **la cultura è in grado di supportare un approccio olistico alla salute che completa il modello biomedico tradizionale, rispetto al quale si deve porre in ottica di integrazione, non di sostituzione.**

Oltre agli evidenti benefici per i pazienti **i vantaggi dell'alleanza virtuosa sono significativi per entrambi i settori**: non solo un riconoscimento del rilievo sociale della cultura, ma anche la possibilità di ottimizzare i costi dei servizi sanitari,

oggi più che mai sotto pressione e soggetti a continua riduzione di personale e di fondi. Come dimostra l'esperienza del *social prescribing* può creare un circolo virtuoso tra bisogni sociali, iniziative culturali e servizi sanitari.

Per avviare questo mutuo scambio, occorre però attivare un serio dialogo volto al confronto e al riconoscimento reciproco da parte di entrambi i settori. Se l'ambito culturale deve aprirsi sempre più a un modello di ricerca di tipo scientifico, **l'ambito sanitario deve essere più presente nel trattare questi temi** (basti pensare che al momento l'unica organizzazione sanitaria strategicamente in campo su questo tema è Organizzazione Mondiale della Sanità).

**Occorre pertanto creare un sempre maggiore dialogo tra i due ambiti, a livello politico come settoriale, per creare un linguaggio comune, sinergie e strumenti di azione. Solo così le numerose pratiche potranno evolversi in politiche all'altezza della complessità delle sfide contemporanee.**

