

Ecco il passaporto della cultura per ogni bebè

Il 23 settembre la Fondazione Medicina a misura di donna fa partire dal S. Anna di Torino, il più grande ospedale ostetrico-ginecologico d'Europa, il progetto Nati con la Cultura: un passaporto culturale che verrà consegnato a tutti i neonati - circa 8mila all'anno - come prescrizione per una buona crescita. Il passaporto consentirà ai piccoli, nel loro primo anno di vita, e ai loro familiari, di visitare gratuitamente Palazzo Madama, il museo storico sito nel cuore della città, tutte le volte che lo desidereranno. Tutto ciò vuole essere un invito a considerare la cultura come un patrimonio importante della propria vita, fin dall'inizio. Infatti, il partecipare ad attività culturali, «vedere» il mondo con il filtro della cultura aiuta a vivere di più e meglio: fa bene alla salute.

La ricerca. Un importante studio multicentrico italiano condotto su 3mila cittadini ha dimostrato che la fruizione di stimoli culturali (musica, musei, mostre, teatro, sport, poesia, romanzi, volontariato ecc.) è il secondo fattore, dopo lo stato di salute, a influenzare il benessere psicologico generale, misurato attraverso un indice validato da decenni nella pratica clinica (lo Psychological General Well Being Index). L'attività culturale è risultata molto più importante di altre variabili come il reddito, l'età e l'occupazione che nell'immaginario collettivo vengono spesso considerati più determinanti nella percezione del benessere. Anche in Finlandia, una ricerca basata sulla compilazione di questionari, da parte di circa 3mila soggetti dai 52 ai 76 anni, ha dimostrato un'associazione positiva fra l'attività intellettuale-ricreativa, la partecipazione a eventi culturali (mostre, teatro, cinema e concerti) e la salute percepita. L'impatto positivo della cultura sulla salute degli individui è avvalorato da molti altri studi. In Svezia, per esempio, è stato dimostrato che la percentuale di soggetti con una scolarità inferiore agli 8 anni è maggiore fra i pazienti colpiti da infarto miocardico rispetto ai soggetti sani.

In questo caso è probabile che il livello di istruzione più elevato abbia potuto incidere indirettamente sulla salute consentendo di acquisire maggiori informazioni sui fattori che possono influenzarla negativamente come la cattiva alimentazione, lo stress, il fumo. Sempre in Svezia uno studio della durata di 14 anni, su individui di 25-74 anni, ha dimostrato che i soggetti che prendevano più frequentemente parte attiva a spettacoli cinematografici e musicali o visitavano mostre e musei, avevano

un minor rischio di morte. In Finlandia, l'osservazione per un periodo di 20 anni di più di 5mila soggetti, ha confermato un minor rischio di morte in coloro che partecipavano più intensamente a varie attività socio-culturali e svolgevano attività ricreative all'aperto (pesca, giardinaggio, camminate), o coltivavano degli hobbies (fotografia, canto, recitazione, pittura, collezionismo, bricolage). L'attività socio-culturale e ricreativa sembra ridurre anche il rischio di demenza (-40%): ciò è stato dimostrato da uno studio newyorkese su circa 2mila soggetti over 65, sottoposti a regolari valutazioni neuro-psicologiche per 7 anni.

La cultura come risorsa per migliorare la salute e il benessere degli individui apre nuove prospettive strategiche per il Welfare. Con questo spirito, la Fondazione Medicina a misura di donna, dai suoi esordi ha stimolato la creazione di una rete tra istituzioni culturali del territorio che fanno ricerca sul valore della cultura per il benessere e la traducono con progetti in ospedale. Arte, Scienza e Tecnologia lavorano insieme per rendere gli spazi più sicuri, capaci di rispondere a bisogni e desideri delle pazienti.

L'idea di creare la Fondazione è nata dal vissuto dell'ospedale S. Anna di Torino, di chi ci lavora tutti i giorni e di chi lo abita come paziente, e da un mio appello personale rivolto alla società civile per l'umanizzazione della cura e dei suoi luoghi. Hanno risposto altre donne, di diverse professioni, che, operando a fianco delle istituzioni (Università e Città della Salute e della Scienza di Torino) hanno coinvolto la comunità, con progetti concreti. Insieme alle istituzioni culturali del territorio, la Fondazione ha attivato un "Cantiere dell'arte" che, attraverso processi partecipati di pittura collettiva, ha trasformato luoghi di passaggio grigi e deprimenti, in luoghi luminosi e vivi, cambiando la percezione dello spazio dell'ospedale e i comportamenti di chi lo vive. Ciò che i pazienti vedono intorno a loro condiziona il processo di cura: infatti, è stato dimostrato che chi ha intorno a sé un ambiente gradevole o immagini considerate piacevoli percepisce meno il dolore, ha un processo di cicatrizzazione delle ferite più rapido e un recupero post-operatorio molto più veloce.

** presidente della Fondazione
 "Medicina a misura di donna" Onlus*

