

272

ottobre-dicembre 2018



la Salute umana

Rivista trimestrale di promozione ed educazione alla salute

Dossier

LE BIBLIOTECHE PROMUOVONO SALUTE

Il nostro cervello e la sua voglia di leggere

Letture, Salute e Resilienza

Cultura e salute - La salute in biblioteca

Cambiamenti climatici, salute, agricoltura e alimentazione

Gli effetti psicologici delle diseguaglianze

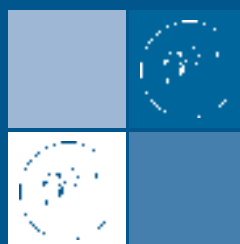
Volume 62, Numero 4

ottobre-dicembre 2018

SISTEMA SALUTE

**La Rivista italiana di educazione sanitaria
e promozione della salute**

rivista del Centro Sperimentale per la Promozione della Salute
e l'Educazione Sanitaria dell'Università degli Studi di Perugia



ISSN 2280-0166 - Poste Italiane S.p.A. - Spedizione in A.P. - D.L. 353/2003
(conv. in L. 27/02/2004 n. 46) art. 1, comma 1, C/10/G/110



CULTURA E SALUTE EDITORE PERUGIA

Abbonamento (4 fascicoli)

Italia

Enti, Istituti, Biblioteche: cartaceo € 80 / on-line € 50 / cartaceo+on-line € 120

Privati: cartaceo € 50 / on-line € 30 / cartaceo+on-line € 70

Un fascicolo: cartaceo € 16 / on-line € 8

Estero

cartaceo € 120 / on-line € 60 / cartaceo+on-line € 140

Un fascicolo: cartaceo € 40 / on-line € 20

PAGAMENTO TRAMITE BONIFICO BANCARIO

IBAN: IT 40 M 02008 03030 000104591258

Conto corrente bancario UniCredit Agenzia di Perugia – Via XX Settembre

intestato a CULTURA E SALUTE EDITORE PERUGIA

codice SWIFT UNCRITM1770

UFFICIO ABBONAMENTI

rivistecespes@gmail.com

tel.: 075.585.7357

per informazioni: Dott.ssa Paola Beatini - 075. 585.7357

In copertina: Il cielo sopra Berlino (Der Himmel über Berlin), Wim Wenders, 1987

Sommario

n° 272, 2018

2 NOTIZIARIO

4 EDITORIALE

La biblioteca come faro e fulcro di promozione della salute nella propria comunità

Giancarlo Pocetta

6 INTERNAZIONALE

10 cose da sapere sulla salute di rifugiati e migranti

OMS / EURO

8 AMBIENTE

Cambiamenti climatici, salute, agricoltura e alimentazione

Position Paper

Agostino Di Ciaula, Patrizia Gentilini, Ferdinando Laghi, Gianni Tamino, Ugo Corrieri, Maria Grazia Petronio, Antonella Litta, Antonio Faggioli

13 DOSSIER

Le biblioteche promuovono salute

14 Il nostro cervello e la sua voglia di leggere

Osservazioni da una prospettiva neuroscientifica

Edvige Mancinelli

20 Leggere per la salute nel corso della vita

Edvige Mancinelli

23 Una rassegna di letteratura

Edvige Mancinelli

25 Lettura, Salute e Resilienza

Piccolo glossario pedagogico

Patrizia Garista

29 Cultura e salute - La salute in biblioteca

Paola Beatini

34 La Biblioteca fa bene alla salute?

Carmen Leonbruni

35 Cultura e benessere a San Matteo degli Armeni

Gabriele De Veris

39 Perugia città sana

Giancarlo Pocetta

41 Condivido ergo sum. Villa Urbani di Perugia, biblioteca dell'inclusione

Gaia Rossetti

48 Vaccinazioni: tra educazione e servizio

Alfredo Notargiacomo

50 I vaccini siamo noi... l'intervento di una mamma

Claudia Avitabile

51 Il commento di una mamma

Lucia Livi

53 Biblioteca Sandro Penna: le biblioteche pubbliche, luoghi promotori di Salute

Nicoletta Mencarini

56 Tra penna e tastiera

Dalla presentazione di Floriana Falcinelli

59 Letto-scrittura, tecnologia e sviluppo psicologico

Dalla presentazione di Michele Capurso

62 Sviluppo cerebrale e rischi da digitale

Dalla presentazione di Ilaria Porro

66 "Il corsivo è mio"

Antonella Ubaldi

67 La Biblioteca Comunale Biblionet

Paolo Zangarelli

69 La Biblioteca comunale Gianni Rodari di Corciano

Lorenzo Pierotti

71 DISUGUAGLIANZE E SALUTE

Gli effetti psicologici delle disuguaglianze

Enrico Materia

74 ESPERIENZE DALLA SCUOLA

Essere una comunità educante per la sostenibilità alimentare

Brunella Librandi

79 BLOCK NOTES

A cura di Osvaldo Fressoia

LA SALUTE UMANA, Rivista trimestrale del Centro Sperimentale per la Promozione della Salute e l'Educazione Sanitaria dell'Università degli Studi di Perugia, fondata da Alessandro Seppilli.

EDITORE: Cultura e Salute Editore Perugia

DIRETTORE RESPONSABILE: Maria Antonia Modolo. REDATTORE CAPO: Giancarlo Pocetta.

COMITATO DI REDAZIONE: Erminia Battista, Filippo Antonio Bauleo, Paola Beatini, Luciano Bondi, Francesca Cagnoni, Marco Cristofori, Osvaldo Fressoia, Fabrizio Germini, Edvige Mancinelli, Elisa Marceddu

SEGRETERIA DI REDAZIONE: Paola Beatini [e-mail paola.beatini@unipg.it]

GRAFICA, IMPAGINAZIONE E STAMPA: Grafox srl

Autorizzazione del Tribunale di Perugia n° 551 del 22.11.1978

Per gentile concessione del "Comité française d'éducation pour la santé" e dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, alcuni articoli sono ripresi dalla rivista "La Santé en action" e da documenti O.M.S.

Abbonamento annuale Italia 2019 - ENTI: cartaceo €40.00 / on-line €20.00 / cartaceo + on-line € 50.00 - PRIVATI: cartaceo €30.00 / on-line €15.00 / cartaceo + on-line € 40.00 - UN FASCICOLO: cartaceo €20.00 / on-line €10.00

Abbonamento annuale Estero 2019 - Cartaceo €60.00 / on-line €20.00 / cartaceo + on-line € 70.00 - UN FASCICOLO: cartaceo €20.00 / on-line €10.00

TUTTE LE TARIFFE SONO IVA INCLUSA (IVA 4%)

PAGAMENTO TRAMITE BONIFICO BANCARIO - IBAN: IT 40 M 02008 03030 000104591258

Conto corrente bancario UniCredit Agenzia di Perugia - Via XX Settembre

intestato a CULTURA E SALUTE EDITORE PERUGIA - codice SWIFT UNCRITM1770

VII CONGRESSO NAZIONALE CARD

Il distretto e i modelli innovativi di rete per la cronicità e fragilità: esperienze a confronto PISA 23-25 MAGGIO 2019 Palazzo dei Congressi



Per la quinta edizione della Conferenza Nazionale sulle Cure Domiciliari XVII Congresso Nazionale CARD la Toscana è stata scelta come regione ospitante.

L'attenzione e l'interesse saranno in primo luogo sull'importanza del distretto e dei sistemi sociosanitari territoriali nella individuazione, presa in carico, gestione e cura appropriata anche a domicilio di pazienti affetti da patologie di lunga durata, da fragilità e malattie rare.

Da una parte, si pone l'accento sull'importanza dei PDTA come superamento di logiche di frammentazione dei percorsi, dall'altra sulla rilevanza dei PAI (programmi di cura personalizzati), la cui evoluzione si presenta come garanzia di appropriatezza ed efficienza, di

personalizzazione e contestualizzazione, anche attraverso una pianificazione delle cure in cui si inseriscono azioni di prevenzione (legate alle vaccinazioni) e l'attivazione delle molte risorse presenti nella comunità.

I punti chiave della conferenza:

- Attualità nelle cure domiciliari, le diverse strategie regional
- PDTA come Percorsi condivisi tra Ospedale e Territorio per la gestione integrata del paziente «cronico»
- La pianificazione delle cure nella cronicità: dalle azioni preventive alla definizione dei percorsi
- Il Piano Nazionale delle Cronicità e la rete delle Case della Salute
- Continuità e transizione delle cure (tra ospedale e territorio)
- Modelli innovativi di cure primarie

- La valutazione delle performance nel distretto
- L'integrazione sociosanitaria
- L'infermiere di famiglia e di comunità
- La formazione professionale e il middle management
- Malattie rare
- Le cure di lungo termine per le persone con malattie rare
- Le nuove frontiere della cronicità: Demenze, SLA, Parkinson, Salute Mentale
- Patologie oncologiche
- Le Sessioni su scompenso cardiaco, BPCO, diabete, vulnologia
- Cure palliative (simultaneous care a domicilio)

Presidente del convegno: Gennaro Volpe

Responsabili Scientifici: Rosa Borgia, Paolo Da Col, Luciano Pletti, Luigi Rossi, Antonino Trimarchi

Comitato Organizzatore: Sara Barsanti, Maria Giovanna D'Amato, Monica Marini, Valeria Massei, Patrizia Fistesmaire, Marco Farnè, Lorenzo Roti, Simona Dei, Angelo Baggiani, Svaldo Sensi

DESTINATARI:

Il congresso sarà accreditato ECM per 250 partecipanti afferenti a tutte le professioni sanitarie. Aperto agli assistenti sociali.

GIOVEDÌ 23 MAGGIO

Prima tavola Rotonda

I Distretti e il governo del sistema sanitario e sociosanitario del territorio

Seconda Tavola Rotonda

Attualità nelle cure domiciliari e le integrazioni tra stakeholders

Workshop

La CARD incontra le aziende.

Attualità e prospettive

VENERDÌ 24 MAGGIO

MATTINA

Competenze, abilità professionali ed organizzazione nelle cure domiciliari; aspetti innovativi nel lavoro dei Medici ed Infermieri di famiglia; il rafforzamento dell'ADI e dell'integrazione sociosanitaria; il valore delle relazioni interpersonali e della leadership per l'affermazione dei PDTA; la continuità assistenziale nelle fasi di transizione; le cure domiciliari nelle grandi patologie ad alto impatto sociale (scompenso cardiaco, BPCO, diabete); le nuove cure intermedie.

POMERIGGIO

Il Piano Nazionale delle Cronicità e le nuove frontiere della cronicità nei vari setting di cura; Il PNC e i PDTA verso il management sanitario; il governo clinico, l'appropriatezza terapeutica e il supporto all'autocura; l'assistenza alle persone con SLA e gravissime disabilità; progetti ed attività innovative per le persone con demenza senile; nuovi ambiti di interesse nelle cure per l'emiparesi; Salute Mentale; Morbo di Parkinson e reti di cura nazionali, regionali e locali. Le Case della Salute, UCCP e modelli innovativi di Cure Primarie; farmaco-economia e cronicità, binomio possibile; modelli regionali a confronto per la presa in carico dei pazienti cronici; telemedicina e novità telematiche per la home care.

Assemblea dei soci CARD

SABATO 25 MAGGIO

MATTINA

Il distretto come sede di governo dei percorsi integrati e complessi; le disuguaglianze ed i determinanti sociali della salute; i Distretti sociosanitari in Spagna; Il middle management del distretto nei nuovi processi di organizzazione; le vaccinazioni per i pazienti con patologie long term; multi-professionalità ed alleanze nelle reti assistenziali e cliniche sul territorio; sicurezza e qualità delle cure di lungo termine nella comunità.

Sono inoltre previsti:

Simposi tematici Le reti delle cure palliative e la rete delle malattie rare. La gestione delle ulcere cutanee. Le Patologie polmonari, cardiache e dismetaboliche a lungo termine. La formazione per le professioni del distretto. Social e cronicità.

Sessione poster e comunicazioni

Relazioni brevi e presentazione di lavori scientifici su poster (saranno premiati i due migliori lavori).

Bando per i giovani ricercatori

Saranno assegnate tre borse di studio ai migliori lavori scientifici sul tema "Esperienze domiciliari".

Proposte

ISCRIZIONI:

L'iscrizione obbligatoria potrà essere effettuata compilando il form disponibile sulla pagina dedicata all'evento del sito web.klinksolutions.it a partire dal 15 febbraio 2019.

In caso di difficoltà alla corretta compilazione del modulo online, è possibile contattare la segreteria organizzativa all'indirizzo di posta elettronica iscrizioni@klinksolutions.it. Il costo dell'iscrizione è di € 80,00 + iva (€ 97,00).

Per gli iscritti CARD e gli specializzandi il costo dell'iscrizione è di € 50 + iva (€ 61,00)

Per informazioni:

www.carditalia.com



Tempo fa la rivista *The Lancet* pubblicò un commento dal titolo: Il segreto di una società in salute¹, nel quale l'autore sottolineava che un fattore critico alla base dello sviluppo di una *healthy society* è la creatività (secondo lui appannaggio dei trenta-quarantenni ... ma su questo dissento completamente!!). Secondo Horton, una *healthy society* è qualcosa di più che una società che minimizza le cause di malattia. Piuttosto è una società nella quale è libera di fiorire la creatività umana, dove ciascuno è libero di vivere secondo il suo desiderio rispettando quello degli altri e dove la "vita" prospera, la vita di "tutti" non solo quella degli "umani" (le virgolette sono mie). Creatività, dunque, come requisito di una società in salute e che produce/promuove salute; cinque sono le qualità alla base della creatività: conoscenza, intelligenza della realtà, capacità di rinnovare le proprie conoscenze, coraggio, apertura.

Questa visione apparentemente individualistica, centrata sulle capacità personali, viene superata dall'idea che è importante creare delle Comunità in salute e per la salute. Non solo per assicurare condizioni attuali di benessere alla popolazione ma anche per garantire un futuro stabile di salute e benessere alle generazioni future.

Cosa c'entra la biblioteca in tutto que-

sto? ... C'entra.

Le biblioteche pubbliche sono dislocate nel contesto di una comunità e ricevono un crescente numero di visitatori. Le biblioteche permettono il libero accesso ai computer e ad internet, oltre ai tradizionali servizi su carta, ed i bibliotecari offrono assistenza professionale nella ricerca di informazioni. Gli stessi bibliotecari invocano un ri-orientamento, da una parte, del loro ruolo professionale verso l'obiettivo sociale e comunitario di produrre salute assistendo l'utente nel prendere decisioni "informate" e, dall'altra parte, della funzione stessa della biblioteca (specie se pubblica, di quartiere) che deve superare il modello "libro-centrico" per aprirsi alle nuove forme di comunicazione e trasmissione del sapere². Ma c'è di più. Una sfida emergente, di portata decisiva, è quella che riguarda la produzione stessa di conoscenza: il passaggio - tutto ancora da disegnare - da una biblioteca come supporto al consumo di conoscenza a una biblioteca come supporto alla produzione di conoscenza.

Questo processo, complesso e non facile per le sue molteplici sfaccettature, si dispiega in un quadro disegnato dalla drammatica evoluzione sociale ed economica che ha scosso il nostro Paese negli anni della crisi, con il graduale invecchiamento della popolazione e l'in-

serimento di una quota consistente di popolazione di culture diverse, con una distribuzione delle risorse (tutte) sempre più disuguale e il diffondersi della povertà materiale, con una condizione di salute sempre più sfavorevole, proprio dei gruppi di popolazione più svantaggiati, in termini di esposizione al rischio, mortalità e morbosità prematura, accesso ai servizi.

Ma c'è un ulteriore motivo di preoccupazione. In Italia sta crescendo il fenomeno dell'analfabetismo funzionale inteso come "l'incapacità di usare in modo efficiente le abilità di lettura, scrittura e calcolo nelle situazioni della vita quotidiana". Secondo una recente classifica³, l'Italia è quarta (dopo Indonesia, Cile e Turchia) nella classifica dei paesi con maggiore analfabetismo funzionale. Nel nostro Paese, gli analfabeti funzionali sono il 28 per cento della popolazione totale. Il maggior numero di questi si concentra al Sud e nelle aree del Nord-ovest (!!), mentre si difendono il Nord-est, il Centro e le Isole. I profili degli analfabeti funzionali corrispondono per lo più agli over 55 (pensionati) e ai giovani che hanno smesso di studiare e che non cercano più un lavoro.

Chi si trova nelle peggiori condizioni è più esposto ed ha meno difese anche di fronte ad una distribuzione e ad un'informazione sulla salute di bassa qualità

La biblioteca come faro e fulcro di promozione della salute nella propria comunità

Giancarlo Pocetta

o addirittura non provata ma spesso aggressiva e interessata.

La risposta non può essere basata su un approccio settoriale, è necessario attuare programmi comunitari che mettano insieme i diversi stakeholder in vista di facilitare, e se necessario ricostituire, una competenza all'uso della conoscenza e dell'informazione sulla salute disponibile nei media e soprattutto nella Rete, in particolare a vantaggio dei cittadini più fragili.

E' in questo scenario, dove l'accesso alla conoscenza sulla salute è sempre più disuguale, che si sta realizzando il ripensamento della funzione e del ruolo dei sistemi bibliotecari.

Oggi poi che siamo di fronte a vigorosi processi di urbanizzazione, tutto ciò investe la posizione della biblioteca e del sistema bibliotecario nel contesto di una città. Vale la pena richiamare l'esperienza delle 100 città resilienti⁴ secondo cui uno dei pilastri della città resiliente sono proprio la salute e il benessere intesi (tra le altre cose) come possibilità per le persone di avere accesso alle risorse di base, accesso a molteplici opportunità di vita e di lavoro, accesso a servizi sanitari pubblici. Alla costruzione di tale pilastro della resilienza urbana, evidentemente, il nuovo modo di pensare la visione e la missione della biblioteca e del bibliotecario può dare un consistente

contributo trovandosi in una posizione strategica per rispondere alla domanda di "accesso universale alla conoscenza sulla salute".

A questa visione ci siamo ispirati nella nostra (CeSPES) collaborazione con le Biblioteche Comunali di Perugia, partecipando ai numerosi incontri con la popolazione organizzati dalle bellissime biblioteche di quartiere che arricchiscono la città. La Salute Umana ha voluto richiamare l'attenzione sull'importanza della biblioteca come agente di promozione della salute nella comunità costruendo la monografia che è al centro di questo numero attraverso la presentazione di una parte dei tanti ricchissimi contributi offerti da insegnanti, ricercatori, bibliotecari, operatori dei servizi socio-sanitari. Ad essi va il ringraziamento della redazione.

¹ Richard Horton, The secret of a healthy society, *The Lancet*, Jan 23 2016, vol. 387, issue 10016, 325

² Laura A. Linnan, Barbara M. Wildemuth, Claudia Gollop, Peggy Hull, Christie Silbajoris, Ruth Monnig, Public Librarians as a Resource for Promoting Health: Results From the Health for Everyone in Libraries Project (HELP) Librarian Survey, *Health Promotion Practice*, April 2004 Vol.5, No. 2, 182-190

³ Info Data, in collaborazione con *Il Sole 24 Ore*, 2018

⁴ The City Resilience Framework <http://www.100resilientcities.org>

10 cose da sapere sulla salute di rifugiati e migranti

OMS / EURO

Brutti, sporchi e cattivi, Ettore Scola, 1976

Circa 68,5 milioni di persone in tutto il mondo sono attualmente rifugiati, con 25,4 milioni di questi che attraversano i confini internazionali in cerca di protezione. È probabile che migranti e rifugiati abbiano una buona salute generale, ma possono essere esposti al rischio di ammalarsi durante il periodo di viaggio o durante il soggiorno nei paesi di accoglienza a causa di cattive condizioni di vita o di adeguamenti nel loro stile di vita.

Questa è la principale conclusione del primo rapporto sulla salute dei rifugiati e dei migranti nella regione europea dell'OMS, pubblicato oggi dall'OMS / Europa.

Il rapporto riassume le ultime prove disponibili sulla salute dei rifugiati e dei migranti nella regione europea dell'OMS - da una revisione di oltre 13 000 documenti - nonché i progressi compiuti dai paesi per promuovere la loro salute. È stato sviluppato in collaborazione con l'Istituto Nazionale per la Salute, la Migrazione e la Povertà (INMP).

1. La salute dei rifugiati e dei migranti è importante
Perché il diritto alla salute è un diritto umano fondamentale; perché i

rifugiati e i migranti contribuiscono attivamente allo sviluppo sia della loro società di accoglienza che dei loro paesi nativi; e perché fornire un accesso tempestivo a servizi sanitari di qualità a rifugiati e migranti è il modo migliore per salvare vite umane e ridurre i costi di assistenza, oltre a proteggere la salute dei cittadini residenti

2. Il numero di migranti è spesso sovrastimato

I cittadini di alcuni paesi europei stimano il numero di migranti tre o quattro volte di più di quanto effettivamente siano. Tuttavia, il volume globale di rifugiati e migranti in percentuale della popolazione mondiale è rimasto relativamente stabile per diversi decenni, pari a circa il 3% della popolazione mondiale. Contrariamente ad alcune percezioni secondo le quali i rifugiati corrono verso i paesi ricchi, l'85% dei rifugiati a livello mondiale è ospitato nei paesi in via di sviluppo

3. Migranti e rifugiati sono molto spesso in buona salute generale
Ma possono correre il rischio di ammalarsi durante il periodo di transi-

zione o durante il soggiorno in nuovi paesi, a causa delle cattive condizioni di vita come campi con poveri ripari e servizi igienici o cambiamenti nel loro stile di vita come cibo e acqua inadeguati e aumento dello stress.

4. I rifugiati e i migranti possono affrontare difficoltà nell'accesso all'assistenza sanitaria

Per motivi che includono il loro status legale, le barriere linguistiche e la discriminazione. Alcune strategie sanitarie nazionali non possono fare alcun riferimento alla salute dei rifugiati e dei migranti o all'accessibilità delle cure sanitarie per loro. L'OMS chiama tutti i paesi ad attuare politiche che forniscano servizi sanitari a tutti i migranti e rifugiati, indipendentemente dal loro status legale.

5. I rifugiati e i migranti hanno un rischio più basso per tutte le forme di cancro, eccetto il cancro cervicale
Tuttavia, il cancro ha più probabilità di essere diagnosticato in una fase avanzata, il che può portare a risultati di salute notevolmente peggiori rispetto alla popolazione ospite. Rifugiati e migranti hanno anche una maggiore incidenza, prevalenza e

tasso di mortalità per il diabete rispetto alla popolazione ospite

6. Rottura nei sistemi sanitari nel paese di origine

E vivere con scarse condizioni igienico-sanitarie e acqua contaminata prima o durante il viaggio migratorio aumenta il rischio di una varietà di infezioni (batteriche, virali e parassitarie) anche per malattie prevenibili da vaccino. Per questo motivo, è necessario per loro ricevere protezione contro le malattie infettive e per gli operatori sanitari in prima linea per comprendere i rischi per la salute di questa popolazione. Tuttavia, ad esempio, la prevalenza della tubercolosi nei migranti e nei rifugiati riflette probabilmente i tassi nel paese ospitante; e che la maggior parte di coloro che sono sieropositivi ottengono l'infezione dopo essere arrivati in Europa. Nonostante l'opinione diffusa al contrario, esiste un rischio molto basso di rifugiati e migranti che trasmettano malattie trasmissibili alla popolazione ospitante

7. Il disturbo da stress post-traumatico sembra essere più diffuso tra i rifugiati e richiedenti asilo rispetto alla popolazione ospitante

Depressione e ansia sono anche comunemente segnalate, legate a lunghi processi di richiesta di asilo e a condizioni socioeconomiche inadeguate, come la disoccupazione o l'isolamento.

8. I migranti lavoratori costituiscono il più grande gruppo di migranti a livello globale

Circa il 12% di tutti i lavoratori nella regione europea erano migranti nel 2015. Le condizioni di impiego variano drasticamente così come i rischi per la salute dei posti di lavoro

e l'accesso alla protezione sociale e sanitaria. I migranti maschi subiscono un numero significativamente maggiore di infortuni sul lavoro rispetto ai lavoratori non migranti

9. I bambini senza genitori o un tutore sono particolarmente vulnerabili

E a rischio sia per problemi di salute che per problemi sociali: i rischi di rapimento e tratta di esseri umani per la vendita e lo sfruttamento possono essere esacerbati se i controlli alle frontiere sono deboli, esistono già violazioni dei diritti dei bambini e un accesso facile al minore. I bambini sono anche vulnerabili allo sfruttamento sessuale e sperimentano tassi più alti di depressione e sintomi di disturbo da stress post-traumatico

10. Rendere i sistemi sanitari favorevoli ai profughi e ai migranti

Mezzi che forniscono una copertura sanitaria di qualità e accessibile nonché protezione sociale per tutti i rifugiati e migranti indipendentemente dal loro status giuridico; rendere i sistemi sanitari culturalmente e linguisticamente sensibili per affrontare la

barriera della comunicazione; assicurare che gli operatori sanitari siano ben equipaggiati e con esperienza per diagnosticare e gestire infezioni e malattie comuni; lavorare meglio in diversi settori che si occupano della salute dei migranti; e migliorare la raccolta di dati sulla salute dei rifugiati e dei migranti.

21 January 2019

<https://www.who.int/news-room/feature-stories/detail/10-things-to-know-about-the-health-of-refugees-and-migrants>



Brutti, sporchi e cattivi, Ettore Scola, 1976

Cambiamenti climatici, salute, agricoltura e alimentazione

Position Paper

Agostino Di Ciaula, Patrizia Gentilini, Ferdinando Laghi, Gianni Tamino, Ugo Corrieri, Maria Grazia Petronio, Antonella Litta, Antonio Faggioli

Nuovomondo, Emanuele Crialese, 2006

ISDE Italia ha recentemente presentato una pubblicazione su “Cambiamenti climatici e salute”, nella quale vengono discusse le conoscenze attuali sui cambiamenti climatici, le conseguenze socio-economiche, ambientali e sanitarie che le variazioni in corso comportano e come le attività umane possano influire, positivamente o negativamente, sugli scenari attesi. Gli effetti dei cambiamenti climatici colpiscono soprattutto i territori e le popolazioni più povere del mondo, generano le migrazioni, ma sono ormai evidenti in tutto il mondo e sono davanti ai nostri occhi. Il report presenta dieci aree tematiche con relativi dati e bibliografia. La Rivista darà in ogni numero spazio a due delle argomentazioni per portare all’attenzione dei nostri lettori questo tema in agenda di tutti i professionisti della salute e degli educatori.

Art. 5 del Codice di Deontologia Medica
Promozione della salute, ambiente e salute globale

Il medico, nel considerare l’ambiente di vita e di lavoro e i livelli di istruzione e di equità sociale quali determinanti fondamentali della salute individuale e collettiva, collabora all’attuazione di idonee politiche educative, di prevenzione e di contrasto alle disuguaglianze alla salute e promuove l’adozione di stili di vita salubri, informando sui principali fattori di rischio.

Il medico, sulla base delle conoscenze disponibili, si adopera per una pertinente comunicazione sull’esposizione e sulla vulnerabilità a fattori di rischio ambientale e favorisce un utilizzo appropriato delle risorse naturali, per un ecosistema equilibrato e vivibile anche dalle future generazioni.

1. Attività umane e alterazioni della biosfera
 2. Le conoscenze recenti sul cambiamento climatico
 3. Le cause dell’effetto serra
 4. Conseguenze sanitarie dei cambiamenti climatici
 5. Cambiamenti climatici e migrazioni
 6. Ruolo dell’agricoltura sui cambiamenti climatici ed effetti del clima sull’agricoltura e sull’alimentazione
 7. Produzione energetica da impianti a biomassa, influenza sui cambiamenti climatici e rischi per la salute umana
 8. Trasporto aereo e cambiamenti climatici
 9. I benefici di alberi e foreste per i cambiamenti climatici e la salute umana
 10. La falsa soluzione: la transizione dal carbone al metano
- Gli scenari attesi e le proposte possibili

Attività umane e alterazioni della biosfera

La popolazione mondiale è in continuo e progressivo incremento (+1.1% per anno, un miliardo di persone in più nel prossimo decennio, circa due miliardi in più nel 2050, circa 3.6 miliardi in più entro fine secolo).

L’incremento demografico comporterà aumento dei consumi, aumento delle risorse necessarie a sostenerlo e, inevitabilmente, incremento delle conseguenze negative derivanti da una crescita progressiva in un sistema limitato, la terra.

L’uomo esercita infatti influenze negative crescenti sulla biosfera a causa di attività come l’utilizzo di combustibili fossili, la combustione di biomasse e di rifiuti, la deforestazione, gli allevamenti intensivi, l’utilizzo di pesticidi e fertilizzanti chimici e forme di sfruttamento non sostenibile dei suoli agricoli.

L’azione dell’uomo appare oggi es-

sere talmente rilevante e inedita nella storia del pianeta da aver giustificato la definizione di “Antropocene” per la corrente era geologica, nella quale l’Homo sapiens assume il ruolo e la responsabilità di forza in grado di alterare gli equilibri naturali spingendosi oltre i limiti di sicurezza necessari al mantenimento del suo stesso benessere sociale e psico-fisico [1].

Aree agricole sempre più estese e sempre più densamente abitate sono utilizzate non più con finalità alimentari ma per coltivare biomasse a fini energetici. Stati Uniti e Brasile sono leader nella produzione di bio-etanolo (circa 45 Mt e 24 Mt, rispettivamente) e gli ultimi anni hanno visto uno sviluppo enorme anche dei mercati asiatici. Nella EU-28 più del 60% del consumo globale di olio di palma è per fini energetici e l’Europa è leader mondiale nell’utilizzo di biomasse a fini energetici, oltre ad essere il principale importatore di biomasse (in particolare pellets)[2]. Questo, sotto la spinta speculativa di incentivi statali per alimentare centrali a biomasse (come avviene in Italia), ha effetti negativi in termini di distorsioni produttive, tutela della biodiversità, produzione di inquinanti e cambiamenti climatici e, come avviene sempre più spesso, con produzione di energia elettrica che non sostituisce ma si somma a quella prodotta dalle tradizionali fonti fossili, deviando risorse dallo sviluppo di fonti realmente rinnovabili (solare, eolico) e dal miglioramento dell’efficientamento energetico.

La produzione di cosiddette “bioenergie” (da combustione di biogas, biocarburanti, biomasse, rifiuti) ha subito una chiara accelerazione, nel nostro Paese, a partire dal 2008 (in conseguenza delle politiche incentivanti), sino ad arrivare, in soli otto anni (2016), a coprire circa il 10% dell’intera produzione termoelettrica nazionale, producendo

nello stesso anno circa 15 Mt CO₂ (Fonte: Terna). Oltre alle emissioni di CO₂ vanno messe in conto anche tutte le altre emissioni inquinanti tradizionalmente derivanti dai processi di combustione (particolato, altri inquinanti gassosi, composti organici clorurati, VOCs etc.), che causano un inevitabile aggravio del degrado ambientale e conseguenze sanitarie rilevanti a carico degli esposti. Stesso destino sembra ormai destinato, almeno in Italia, alle aree boschive. A questo proposito, ha recentemente generato profonda preoccupazione l’approvazione del Decreto Legislativo “Disposizioni concernenti la revisione e l’armonizzazione della normativa nazionale in materia di foreste e filiere forestali”, che favorisce in modo incondizionato e sistematico il taglio esteso di boschi ed aree fino ad oggi protette in modo indiretto perché ricadenti in contesti dove i costi di utilizzazione superano i ricavi (macchiativo negativo) soprattutto quando si attua una selvicoltura a basso impatto ambientale. Con la gestione attiva oggetto del decreto invece si intende rilanciare l’utilizzo delle masse legnose anche a fini energetici.

I cambiamenti climatici, gli impatti antropici sugli ecosistemi con la progressiva perdita di biodiversità hanno raggiunto livelli critici e rappresentano una seria minaccia alla salute umana a livello globale anche per gli effetti negativi su acqua e cibo, sia in termini di disponibilità, che di sicurezza alimentare.

Problemi legati a scarsità delle risorse idriche sono presenti in Italia soprattutto nelle aree interne e nelle regioni meridionali, con picchi di criticità durante la stagione estiva a causa delle ridotte precipitazioni e dell’incremento della richiesta idrica legato all’aumentata densità di popolazione nelle regioni costiere e all’aumentato fabbisogno per le colture e per gli allevamenti di

bestiame [3].

La riduzione della disponibilità di acqua sta anche diventando un problema nelle regioni italiane settentrionali a causa della deglaciazione dei ghiacciai alpini (la più rilevante riserva idrica in Europa). La perdita di massa idrica ghiacciata si è quasi raddoppiata negli ultimi 35 anni a causa dell’incremento delle temperature durante l’estate e della riduzione delle precipitazioni ad alta quota durante l’inverno [4].

Secondo un recente rapporto dell’Organizzazione Mondiale della Sanità (Climate and Health Country profile – Italy, 2018), nel nostro Paese “l’aumento delle temperature, l’erosione costale, alluvioni e siccità possono causare deficit idrici (6 regioni su 20 hanno richiesto lo stato di emergenza al Governo a causa dell’emergenza derivante dalla crisi idrica nel 2017). La crisi idrica potrebbe anche indurre una riduzione della produzione agricola, elevati rischi di incendi boschivi, aumento della desertificazione e potrebbe minacciare il progresso economico”.

L’OMS ha stimato che tra il 2030 e il 2050 ci saranno 250.000 possibili decessi all’anno generati dagli effetti negativi delle modificazioni climatiche. Questa previsione è certamente sottostimata, in quanto non considera i concomitanti e inevitabili effetti indiretti di tipo economico, la possibilità di eventi meteorologici estremi e, a livello globale, le conseguenze della siccità, delle tensioni e dei conflitti causati dalla scarsità delle risorse primarie necessarie alla stessa sopravvivenza (cibo, acqua)[5].

Le conseguenze agro-alimentari dei cambiamenti climatici, addizionali rispetto agli effetti sanitari diretti dell’aumento della temperatura e degli inquinanti atmosferici, non risparmiano nessuno, in qualunque area del pianeta si viva (vedi paragrafo sugli effetti

sanitari dei cambiamenti climatici).

La temperatura globale media è aumentata in maniera significativa soprattutto dagli anni '70 dopo una stabilità durata millenni e le condizioni climatiche del pianeta stanno rapidamente peggiorando, così come gli ambienti di vita e di lavoro e la salubrità di cibo e acqua, a causa dell'immissione praticamente senza freni di inquinanti nell'ambiente. Abbiamo un passato recente (circa un secolo) caratterizzato da devastazione ambientale estrema e costruito sullo sfruttamento insostenibile e incontrollato di risorse umane e naturali.

È stato suggerito che gli adattamenti evolutivi possono essere rapidi e possono aiutare le specie viventi a superare condizioni di stress e che questo si sta già verificando, in alcuni casi, come conseguenza dei cambiamenti climatici. Quando, però, le condizioni ambientali cambiano troppo rapidamente, l'estinzione diventa più probabile dell'evoluzione[6].

Per questo la proposta di Wilson di lasciare metà del Pianeta alla natura (half

earth), per ora visionaria, è l'unica soluzione possibile per mantenere sulla Terra condizioni di vita simili a quelle attuali (<https://www.half-earthproject.org/>).

Le conoscenze recenti sul cambiamento climatico

Nel 2014 il rapporto dell'ONU sul clima ribadiva che l'uomo è responsabile al 95% dei cambiamenti in atto e che le cause principali del riscaldamento globale sono la deforestazione e la combustione di combustibili fossili, utilizzati per le attività umane. Le concentrazioni di gas serra nell'atmosfera hanno raggiunto i più alti livelli "in 800 mila anni"², "resta poco tempo" per riuscire a mantenere l'aumento della temperatura entro i 2 gradi centigradi: è la sintesi del rapporto dell'Intergovernmental Panel of Climate Change 2014 (IPCC, <http://www.ipcc.ch/report/ar5/syr/>). La temperatura media della superficie della Terra e degli Oceani è aumentata di 0,85C tra il 1880 e il 2012. Ecco in breve la sintesi di quel Rapporto:

1. Il riscaldamento globale e l'influenza delle attività umane sul clima sono un dato di fatto e non si possono negare (esteso a tutto il pianeta e globalmente quantificabile in 0,85°C dal 1880 al 2012).
2. Dagli anni cinquanta a oggi i cambiamenti osservati sono senza precedenti.
3. I trent'anni tra il 1983 e il 2012 sono stati probabilmente i più caldi degli ultimi 1.400 anni.
4. Anche gli oceani si sono riscaldati, assorbendo oltre il 90% dell'energia supplementare accumulata nel sistema climatico dal 1971 al 2010, con un incremento termico di 0,11°C per decennio in tale periodo nei primi 75 m dalla superficie. Inoltre è probabile che nell'ultimo mezzo secolo un riscaldamento sia avvenuto anche tra 700 e 2000 m di profondità.
5. Gli effetti del riscaldamento sono già visibili in tutto il pianeta: nell'acidificazione degli oceani, nello scioglimento dei ghiacci artici e



Nuovomondo, Emanuele Crialesi, 2006

nella minor resa dei raccolti in molte regioni.

6. La deglaciazione prosegue in tutto il mondo, con perdite di massa glaciale molto probabilmente quantificabili in circa 275 miliardi di tonnellate di acqua equivalente all'anno (oltre 7 volte il volume del Lago Maggiore) nel periodo 1993-2009. La fusione si è intensificata in Groenlandia e Antartide occidentale, da cui proviene il principale contributo all'aumento dei livelli marini.
7. I livelli oceanici sono cresciuti, con il concorso anche della dilatazione termica dell'acqua via via più calda, di circa 19 cm dal 1901 al 2010, con tasso medio di incremento di 3,2 mm/anno tra il 1993 e il 2010.
8. Senza un'azione coordinata per ridurre le emissioni di CO₂, le temperature aumenteranno nei prossimi decenni e entro la fine di questo secolo potrebbero essere di cinque gradi superiori ai livelli preindustriali.
9. Per contrastare la tendenza, i paesi dovrebbero ridurre a zero le emissioni entro il 2100.

La situazione si è ulteriormente aggravata e continua ad aggravarsi, mettendo in evidenza l'incapacità dei governi dei vari paesi del pianeta a trovare una soluzione, nonostante tante dichiarazioni e accordi, risultati inutili.

L'ultimo rapporto dell'IPCC con la consapevolezza dell'insufficienza degli sforzi sino ad ora compiuti a livello globale, ha ribadito la urgente necessità di contenere l'incremento della temperatura globale entro 1,5°C attraverso azioni "rapide e di vasta portata" e che "i prossimi anni saranno probabilmente i più importanti nella nostra storia", perché abbiamo solo pochi decenni prima di conseguenze gravissime e potenzialmente irreversibili ([http://www.](http://www.ipcc.ch/report/sr15/)

[ipcc.ch/report/sr15/](http://www.ipcc.ch/report/sr15/)).

Un recente rapporto dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (Climate and Health Country profile – Italy, 2018) prevede, in caso di uno scenario caratterizzato da emissioni elevate, un incremento della temperatura annuale media pari a circa 5,1°C tra il 1990 e il 2100. Se le emissioni globali si riducessero rapidamente, l'incremento della temperatura sarebbe contenuto a circa 1,6°C.

Alla luce delle considerazioni esposte è emersa chiaramente, a livello internazionale, la necessità di ridurre le emissioni di almeno l'80% entro il 2050 e di azzerarle entro la fine di questo secolo. Nel dicembre 2015, in occasione della conferenza sul clima di Parigi (CO₂ 1), 195 Paesi hanno adottato il primo accordo giuridicamente vincolante sul clima, concordando di impegnarsi concretamente per limitare l'aumento medio della temperatura mondiale entro 1,5°C, per cooperare a livello internazionale al fine di raggiungere tale obiettivo, per rafforzare le capacità delle società di affrontare gli impatti dei cambiamenti climatici e per fornire ai paesi in via di sviluppo un sostegno internazionale continuo e più consistente all'adattamento.



Dalla Collezione dei Manifesti del Centro Sperimentale per la Promozione della Salute e l'Educazione Sanitaria, Università degli Studi di Perugia

Le biblioteche promuovono salute

Il cielo sopra Berlino (Der Himmel über Berlin), Wim Wenders, 1987

Aver incentrato il lavoro del nostro Centro sulla produzione di due riviste ormai storiche (*La Salute Umana* nasce nel 1972, *Sistema Salute* nel 1956) ci porta naturalmente a considerare in tutta la sua importanza la funzione della cultura come determinante di salute e la lettura stessa quale fattore favorevole e protettivo.

Come riportato nelle pagine seguenti la ricerca scientifica in diversi ambiti disciplinari ci conferma.

E quale luogo maggiormente rappresentativo per la lettura di una biblioteca?

Il Dossier che segue propone riflessioni e contenuti sul legame tra lettura e salute.

A partire da alcuni cenni di neurolettura è descritto il ruolo della lettura sui complessi percorsi e circuiti cerebrali da questa attivata e riportata la varietà dei benefici apportati in tutte le fasce di età, in un'ottica di prevenzione di specifiche patologie, ma anche di sviluppo cognitivo, sensoriale, emotivo e sociale.

Anche da una prospettiva pedagogica la lettura rappresenta uno dei fattori che può contribuire a creare salute, benessere e resilienza, sostenendo lo sviluppo di competenze chiave nel processo di promozione della salute.

Secondo il modello della salutogenesi di Antonovsky, che valorizza le esperienze della vita, positive o negative, riesaminandole come potenziali esperienze di apprendimento e riprogettazione di sé, la lettura possiede tutte queste caratteristiche, poiché dona l'immaginazione che permette di visualizzare il futuro ed in questo senso è sia esperienza che entra nel bagaglio delle conoscenze sulle esperienze di vita, sia risorsa da cercare e utilizzare e tra gli asset del proprio ambiente per affrontare la ricostruzione dell'equilibrio di salute nella quotidianità.

Si riporta a seguire l'*alleanza* costruita tra Centro Sperimentale per la Promozione della Salute e l'Educazione Sanitaria e Sistema bibliotecario del

Comune di Perugia, un'alleanza sviluppata proprio per coniugare in azione il binomio cultura-salute; è importante segnalare l'impegno profuso dal Comune di Perugia nell'arco di decenni sui temi dell'educazione e promozione della salute.

Possono le biblioteche promuovere salute? Sicuramente attraverso la loro missione principale - la lettura - per le argomentazioni e le evidenze sopra accennate, ma anche attraverso le innumerevoli attività che costruiscono conoscenza, inclusione, socialità.

Gli articoli prodotti dai responsabili delle Biblioteche perugine, costituiscono una forte testimonianza del loro articolato ed entusiasta lavoro in favore del benessere dei cittadini così come i contributi dei ricercatori e professionisti che hanno aderito a questo progetto offrono idee, ricerche ed esperienze che raccordano lettura, scrittura salute ed educazione.

Il nostro cervello e la sua voglia di leggere

Osservazioni da una prospettiva neuroscientifica

Edvige Mancinelli

Il cielo sopra Berlino (Der Himmel über Berlin), Wim Wenders, 1987

Le neuroscienze si sono interessate alla lettura dando vita al settore della neurolettura. In realtà, secondo alcuni studiosi, l'investigazione sul concetto aristotelico di catarsi aveva percorso piste di ricerca ben più recenti, interrogandosi sugli effetti della letteratura su lettori o spettatori(1).

La strada: dal foglio ai circuiti neurali

La lettura¹ è un atto cognitivo complesso che include una serie di processi articolati che vanno dal riconoscimento visivo del grafema² alla comprensione del significato di parole, frasi e testo (2). Un atto che ha stimolato gli studiosi, sin dall'antichità, ad interrogarsi sui meccanismi di base.

Occorrerà attendere la fine del XIX secolo per assistere allo sviluppo, soprattutto nell'ambito della psicologia

¹ Leggere deriva dal latino legere che propriamente significa raccogliere, dalla radice lag = leg adunare. Prese poi il senso di parlare, narrare, descrivere, enumerare quasi adunare i suoni, i numeri. (Ottorino Pianigiani, Vocabolario Etimologico della Lingua Italiana).

² Segno che in un sistema grafico (alfabetico, sillabico o ideografico) costituisce l'unità grafica minima (Devoto G., Oli G.C., Nuovo vocabolario illustrato della lingua italiana. Le Monnier 1987) o, in altri termini, segno elementare e non ulteriormente suddivisibile che costituisce l'unità minima dei sistemi di scrittura (<https://it.wikipedia.org/wiki/Grafema>)

sperimentale, di un filone di indagine neuroscientifica dedicato. Tra gli scienziati impegnati in questo ambito, il neurologo J. Déjerine (Plainpalais 1849-Parigi 1917), sulla base dell'osservazione anatomico-clinica di due pazienti con disturbi isolati della lettura (alessia) e della scrittura (agrafia) conseguenti a danno cerebrale e sulla scia della teoria localizzazionista³ ipotizzò l'esistenza di un centro visivo delle lettere situato nel gyrus angularis, nella regione parietale sinistra.

Riscontri recenti, basati sulle odierne metodiche di neuroimmagine, testimoniano la presenza di una zona preposta alla lettura, la regione della forma visiva delle parole (Visual Word Form Area o VWFA), in area occipito-temporale sinistra in una posizione leggermente

³ Teoria secondo la quale a parti diverse del cervello corrispondono funzioni diverse per il principio biologico fondamentale secondo cui strutture diverse devono avere funzioni diverse (da Giusti E., Azzi L., Neuroscienze per la psicoterapia. La clinica dell'integrazione trasformativa Sovera Edizioni; 2013 pag 11)

diversa rispetto al gyrus angularis inizialmente supposto, avente la funzione di discriminare "se un qualunque gruppo di lettere costituisca o meno una vera parola" e, dato interessante, simmetrica rispetto all'area deputata al riconoscimento dei volti collocata nella zona occipitotemporale destra (1-4).

Il percorso cerebrale

Le attuali conoscenze consentono di affermare che la lettura inizia a livello oculare, nella fovea, dove l'area da leggere, grazie a piccoli e rapidi movimenti (saccadi oculari), è convogliata affinché venga, per così dire, scansionata. Dopo una frammentazione infinitesimale (l'oggetto da leggere, nell'immediato, non può essere riconosciuto nella sua interezza) si avvia il processo di ricomposizione e quindi interpretazione cerebrale. Così, dal polo occipitale, le parole vengono canalizzate alla regione della forma visiva delle parole.

La regione della forma visiva delle parole è sede della rappresentazione astratta delle lettere ossia della capacità di rico-

noscere elementi comuni nei molteplici aspetti che i caratteri a stampa possono assumere (maiuscolo, minuscolo, corsivo, etc...) grazie ai cosiddetti meccanismi d'invarianza in grado di compensarne i cambiamenti di dimensione, posizione e forma.

La regione della forma visiva delle parole si comporta come un fondamentale crocevia distribuendo, diffusamente e in contemporanea, informazioni visive sull'identità delle parole, a numerose regioni corticali dell'emisfero sinistro implicate, secondo gradi diversi, nella rappresentazione di suoni, significati e articolazione delle parole.

Dunque, poiché leggere richiede la connessione tra aree visive e del linguaggio, ne consegue che, oltre alle aree occipitali e temporali, coinvolte nella percezione visiva, rivestano un ruolo centrale anche le aree del linguaggio, prevalentemente site nei lobi temporali e frontali in genere di sinistra, rilevanti per le associazioni funzionali tra ogget-

to scritto e linguaggio, anche in termini di rappresentazione mentale di concetti, oggetti, immagini.

Più puntualmente, l'informazione visiva sollecita, nel lobo temporale sinistro superiore, un'area definita *planum temporale* deputata al controllo della compatibilità tra lettere e suoni (nei primissimi mesi di vita, il *planum temporale* funge da filtro di eliminazione rispetto ai suoni non funzionali all'apprendimento della lingua madre). In contemporanea viene attivata un'ulteriore area del lobo temporale medio, collocata in prossimità della corteccia uditiva, preposta alla comprensione neurologica del significato.

Riassumendo, il modello neuronale di lettura poggia sulla attivazione (promossa dallo stimolo scritto) di aree e circuiti cerebrali visivi, uditivi, cognitivi secondo interconnessioni bidirezionali e in parallelo (ossia simultanee). All'interno del processo si individuano due piste neuronali principali: una fonologica (o sub-lessicale) per la conversione della

sequenza di lettere (grafemi) in suoni del linguaggio (fonemi), dalle lettere ai suoni, tesa tra occhio e orecchio; l'altra, lessicale, per l'accesso al dizionario mentale depositario del significato delle parole (dal suono al significato). Modello di lettura a due vie (1, 2, 5-8).

Occorre aggiungere che "attualmente il tradizionale modello di lettura a due vie, pur rimanendo un caposaldo essenziale, verosimilmente continua a sottostimare la complessità e la divergenza delle vie neuronali del leggere. In effetti, la lettura innesca attivazione di reti neuronali dove migliaia di neuroni visivi lavorano in parallelo a tutti i livelli (tratti, lettere e parole) e, tramite sinapsi eccitatorie e inibitorie, cospirano per sostenere una parola o un'altra al fine di proporre la miglior interpretazione possibile della parola percepita" (1).

Alcune peculiarità

Circa il riconoscimento visivo di sistemi di scrittura diversi quali il fonologi-



Il cielo sopra Berlino (Der Himmel über Berlin), Wim Wenders, 1987

co (ad es. alfabeto latino) e l'ideografico (di stampo pittografico come il cinese), è stato dimostrato come l'apparato neuronale dedicato sia più universale di quanto si ritenesse in passato. Che si stia leggendo un testo francese o cinese si innesca sempre il medesimo processo di lettura prima descritto con alcune variazioni relative all'intensità di attivazione fra i diversi circuiti neuronali cooptati (9-10).

Altra scoperta interessante riguarda la lettura di parole sconosciute che attiva circuiti neuronali specifici e differenti da quelli attivati dalla lettura di parole già note.

In caso di parole rare o nuove, verrà percorsa la via fonologica quindi la lessicale; in caso di parole conosciute, lo stimolo visivo passerà direttamente alla via lessicale e solo in un secondo momento recupererà la pronuncia ossia transiterà per le aree del linguaggio (5,6,11).

Un cenno poi alla questione della semplicità della decodifica⁴ delle parole che

⁴ Nell'ambito di una teoria unificata del leggere, possono essere identificati almeno tre principali aspetti della lettura, tra loro correlati:

1. la decodifica, che si riferisce alla conversione dei simboli grafici in linguaggio, unitamente a un livello superficiale di analisi che elabora le parole e la sintassi della frase, seguito da un livello di costruzione del significato di frasi e brevi stringhe di parole;
2. la comprensione, la quale avviene su un livello più globale e profondo, di tipo inferenziale e critico-interpretativo, in cui si elabora il modello mentale evocato dal testo;
3. la risposta, che si sovrappone parzialmente con la comprensione ma coinvolge componenti quali il sentimento, l'emozione, l'empatia nonché l'impatto del leggere sulla nostra quotidianità (Fioroni F., *Neuroscienze e lettura. Enthymema*, VIII 2013, p. 223-229)

risulta maggiore nelle cosiddette lingue trasparenti (connotate da massima aderenza tra testo scritto e relativa pronuncia - ad es. l'italiano) rispetto alle lingue opache (caratteristiche opposte - inglese, ad es.) così che gli studenti italiani leggono più velocemente parole italiane di quanto gli studenti inglesi leggano parole inglesi.

Ebbene sono stati rilevati differenti correlati neurobiologici rispetto a lingue che adottano diversi sistemi ortografici per cui la lettura nei sistemi ortografici opachi, attiva soprattutto la circonvoluzione temporale posteroinferiore sinistra e il giro frontale inferiore mentre la lettura sistemi ortografici trasparenti attiva il giro temporale superiore sinistro. La semplicità della decodifica sembrerebbe costituire uno dei fattori protettivi nei confronti della dislessia la cui incidenza apparrebbe maggiore nelle lingue opache (5,6,12).

Infine un breve rimando alla lettura ad alta voce resa possibile dalla connessione tra il centro della memoria visiva delle parole e il centro motorio dell'articolazione della parola. Nella scrittura su dettato si realizza il processo opposto: i centri della memoria uditiva e/o articolatoria avviano i centri della memoria visiva delle parole e i corrispondenti programmi motori per la realizzazione grafica (3).

Lo sviluppo del processo di lettura nel bambino tra geni e ambiente

L'attivazione del processo di lettura poggia, sin dall'epoca periconcezionale, su basi sia genetiche che acquisite/ambientali.

Circa il primo aspetto, va ribadito il ruolo fondamentale dell'assetto genetico nel guidare, sin dalla vita intrauterina, lo sviluppo neurobiologico di una

funzione cerebrale superiore, quale la lettura, che coinvolge molteplici aree corticali, primarie, secondarie e associative⁵ interconnesse nelle modalità sopra descritte. Come dire che i correlati neurobiologici della lettura hanno inizio in epoca embrio-fetale e sono geneticamente plasmati.

Da evidenziare come nel processo neuro-ontogenetico⁶ (di evoluzione neurologica dell'individuo) della lettura, svolga un ruolo prioritario lo sviluppo del linguaggio⁷ che inizia con l'apprendimento della lingua madre e delle regole basilari per il linguaggio verbale.

Competenze linguistiche complesse il cui correlato neurobiologico risiede in una serie di aree cerebrali perisilviane (intorno all'acquedotto di Silvio) a dominanza sinistra attive già nella vita in-

⁵ Le aree primarie eseguono l'analisi iniziale delle informazioni in arrivo dai diversi recettori sensoriali del corpo e le organizzano in maniera ordinata. Nelle aree secondarie le informazioni vengono sottoposte ad un'analisi più complessa. Nelle aree associative le informazioni provenienti da diverse zone cerebrali vengono associate in modo da ottenere un'interpretazione degli stimoli percepiti e da produrre una risposta adeguata.

⁶ Per ontogenesi, in biologia, si intende la serie successiva di stadi e di cambiamenti che l'uovo (o l'ovocellula, nelle piante) e poi l'embrione, attraversano in una sequenza ordinata nel tempo, per dare origine all'individuo di quella determinata specie. <http://www.treccani.it/enciclopedia/ontogenesi/>

⁷ L'acquisizione della lettura (letto-scrittura) presuppone il consolidamento del linguaggio parlato ossia di ciò che deve essere rappresentato prima che del "come" e del "con che cosa" rappresentarlo. Il linguaggio parlato costituisce il prerequisito della letto-scrittura (da Berton A., *Sviluppo fonetico fonologico, consapevolezza fonologica e rapporto interattivo con il codice alfabetico percorso di acquisizione della lingua scritta. Associazione italiana dislessia*)

trauterina.

Tra le fasi importanti di attivazione di quelle regioni cerebrali si annoverano la presenza di segni neuronali di apprendimento, a sette mesi, per i fonemi della lingua madre, a nove per le parole familiari, a trenta per le anomalie semantiche e sintattiche nelle frasi e via di seguito, avvalorando la tesi di una continuità tra le prime fasi dell'apprendimento linguistico e il livello complesso di elaborazione linguistica raggiunto a tre anni di età (acquisizione implicita delle principali regole grammaticali; origine della padronanza lessicale e consapevolezza fonologica; albori della conversazione complessa).

In merito al secondo aspetto, quello acquisito/ambientale, va ricordato come, sull'attivazione del processo di lettura, esercitino un ruolo essenziale tutti i determinanti che influenzano il neuro-sviluppo in generale e dunque anche i correlati neurobiologici sottesi alla lettura, ancora una volta, sin dall'epoca periconcezionale. Dai contesti socio-economici familiari, al reddito familiare, al

livello di scolarizzazione materna, alla qualità delle cure e alla stimolazione verbale ricevute dal bambino. Inoltre, più tardivamente, durante la scolarizzazione del bambino, poiché l'attivazione del processo di lettura è consensuale all'apprendimento delle lettere, imparare a leggere richiede alcuni prerequisiti ivi comprese discriminazione visiva e uditiva, abilità spazio-temporali, capacità attentive e di memoria, componenti cognitive strutturali, consapevolezza fonologica⁸

⁸ Particolare conoscenza metalinguistica che ha per oggetto la riflessione consapevole sulla struttura fonologica del linguaggio (Orsolini, 2000; Scalisi, Pelagaggi & Fanini, 2003), ovvero sugli aspetti relativi alla discriminazione e al confronto e riconoscimento degli elementi sonori delle parole (Vio & Toso, 2007; Vio, Tressoldi & Lo Presti, 2012). Si riferisce alla capacità di percepire e riconoscere con l'udito i fonemi che compongono le parole, permettendo così al bambino di analizzare intenzionalmente i suoni dell'alfabeto e di ridurre le parole stesse in unità sonore ridotte, ad esempio in sillabe (Pinto, 2003). (Neri A., Pellegrini M., Il ruolo della consapevolezza fonologica per

In definitiva

Conditio sine qua non per l'apprendimento della lettura (in realtà della letto-scrittura), è il reclutamento integrato e maturativo di reti neuronali ancillari dei vari sensi (non esclusivamente la vista quindi) e di funzioni superiori (ad es. la concettualizzazione) grazie a meccanismi congeniti ed acquisiti.

A sua volta, la lettura è un potente attivatore di diverse aree cerebrali, di una rete di connessioni molto più ampia di quanto si credesse in passato, influenzata, come abbiamo visto, anche da contesti socio-economici, stili di vita, atteggiamenti e comportamenti, compresa la qualità della lettura a casa nei primi anni di vita, diseguaglianze. Quindi l'architettura cerebrale condiziona fortemente le potenzialità di apprendimento successive e l'apprendimento ridefinisce architettura e funzioni relate (1,13,14).

l'apprendimento della lettura: una revisione descrittiva. Form@re - Open Journal per la formazione in rete ISSN 1825-7321, vol. 17, n. 2, pp. 76-88



Il cielo sopra Berlino (Der Himmel über Berlin), Wim Wenders, 1987

Diseguaglianze e attivazione del processo di lettura

In un importante lavoro di Tamburlini (13): “Durante i primi anni, i bambini sono molto vulnerabili alle diseguaglianze negli stimoli ambientali. Come dimostrato dal classico studio di Hart e Risley (15), il numero di parole apprese è direttamente dipendente dal numero e dalla varietà di parole ascoltate (in famiglia e altrove) e questo, come a suo tempo insegnatoci da don Milani, è il fattore responsabile del gap che ancora si osserva tra bimbi appartenenti a diversi gruppi sociali, e a maggior ragione tra bambini che, avendo una madrelingua diversa parlata esclusivamente in casa, non hanno una adeguata conoscenza dell’italiano. Oramai la lettura condivisa, sia nella lingua madre che nella lingua di istruzione, fatta in famiglia e promossa dai nidi e poi dalle scuole dell’infanzia, è considerata un intervento di provata efficacia ai fini della riduzione delle diseguaglianze cognitive ancora presenti tra bambini di gruppi sociali diversi (16-17). Altra questione fondamentale che influisce sui processi della neurolettura (non solo in epoca infantile in realtà) è ravvisabile nella fruizione delle nuove tecniche di comunicazione digitale. Non ci soffermeremo sulla rilevanza, in un mondo sempre più pervaso del digitale, della tutela e valorizzazione della scrittura a mano, nella fattispecie corsiva e del libro cartaceo, questione già affrontata in alcuni precedenti interventi rintracciabili nel presente numero della rivista e che richiederebbe spazi e tempi di approfondimento ben più ampi. Un ultimo aspetto da considerarsi alla stregua di un fattore protettivo per i processi di lettura, è individuabile nella socialità della lettura, nella lettura condivisa e in particolare nell’ascolto delle storie. Qui si realizza l’«accoppiamento neurale cervello-cervello» ossia il fenomeno per cui la cognizione umana, come la ricerca neurofisiologica ha ormai chiarito, non si materializza nel singolo cervello ma in uno spazio interpersonale dove i processi neurali di un individuo si accoppiano con analoghi processi di altre persone attraverso segnali sensoriali (visivi, uditivi, olfattivi, ecc.) che attraversano l’ambiente. L’«accoppiamento neurale «cervello-cervello» vincola e informa atteggiamenti dell’individuo all’interno della sua rete sociale, dando luogo a comportamenti comuni che non potrebbero avvenire in isolamento (18-19).

La storia evolutiva

Filogeneticamente, rispetto alla storia evolutiva cerebrale umana che data milioni di anni, la avvenuta specializzazione di aree, o meglio creazione di complessissime reti neuronali dedicate alla letto/scrittura, costituisce “un’invenzione culturale relativamente recente [...] La scrittura è nata circa 5400 anni fa presso i Babilonesi e lo stesso alfabeto fonetico ha 3800 anni; questi tempi dell’invenzione della scrittura/lettura non sono che un istante se confrontati con quelli dell’evoluzione della specie” (1).

Il fenomeno responsabile della acquisizione di una competenza non innata anzi, totalmente assente a livello cerebrale, quale la letto/scrittura viene definito riciclaggio neuronale ossia nella capacità, neuroplasticità- relata, del riutilizzo, per scopi diversi, di dotazioni circuitali neuronali preesistenti inizialmente destinati ad altro.

Nel caso specifico, l’armamentario neuronale riadattato, deriva da sistemi deputati al riconoscimento della forma di volti ed oggetti, i cosiddetti neuroni della lettura, collocati nella regione occipito-temporale sinistra sopra descritta. Peraltro “l’acquisizione di nuove competenze può, almeno in parti specifiche del cervello, avvenire “a spese” di altre competenze che non vengono perdute ma “spostate” in altre aree corticali” (13) A riprova del ragionamento, negli analfabeti, man mano che apprendono a leggere, si assiste al dileguarsi di alcune competenze più antiche (ad es. il riconoscimento delle facce) inizialmente localizzate nelle aree progressivamente dedicate alla lettura e al loro ricollocamento in altre aree nell’emisfero destro.

Da sottolineare infine come il senso dell’acquisizione - filogeneticamente tanto articolata- prima e del mantenimento e sviluppo poi di una competenza quale la lettura (o meglio la letto/scrittura) vada rintracciato nella sua convenienza evolutiva. Infatti “tramite esse (scrittura e lettura ndr) la nostra specie si è liberata dai vincoli della memoria e ha avuto accesso ad un sapere che, non dipendendo più dalla ripetizione orale, può ampliarsi enormemente” (1).

BIBLIOGRAFIA

1. Fioroni F., Neuroscienze e lettura. *Entymema*, VIII 2013, p. 223-229
2. <https://www.acronico.it/2017/04/19/lettura-e-immagini-le-reazioni-del-cervello-intervista-a-francesco-giordano/>
3. Denes G., Neuropsicologia del linguaggio. XXI Secolo 2010 in *Enciclopedia Treccani*
4. Giusti E., Azzi L., Neuroscienze per la psicoterapia. La clinica dell'integrazione trasformativa. Sovera Edizioni 2013
5. Corsi F., La Lettura. I Disturbi Specifici dell'Apprendimento: diagnosi e trattamento. A.A. 2012-2013 Università degli Studi di Trieste Dipartimento di Scienze Umane https://fabiocorsi.files.wordpress.com/2014/04/prima_la-lettura.pdf
6. Dehaene S., I neuroni della lettura. Ed Raffaello Cortina, Milano, 2009
7. <http://www.reyesandres.com/2018/01/21/la-cassetta-delle-letture-del-cervello/>
8. Iafrate C., Ascoltare con la mente e codificare con il cervello. Master Universitario di II livello in Neuroscienze cliniche e in Neuropsicologia clinica A.A. 2015/2016. Università Lumsa e Consorzio Universitario Humanitas
9. Nakamura K. et al., Universal brain systems for recognizing word shapes and handwriting gestures during reading. *PNAS* December 11, 2012 109 (50) 20762-20767
10. http://www.lescienze.it/news/2012/11/27/news/lettura_scrittura_alfabeto_ideogrammi_aree_cerebrali-1385663/
11. http://www.lescienze.it/news/2016/02/04/news/centri_cerebrali_scrittura_ortografia_corretta-2958656/
12. Paulesu E., McCrory E., Fazio F. et al., A cultural effect on brain function, *Nature neuroscience*, 2000, 3, 1, pp. 91-95.
13. Tamburlini G., Lettura condivisa in famiglia e sviluppo del cervello nel bambino. *Medico e Bambino* 8/2015 pgg 2-7
14. Neri A., Pellegrini M., Il ruolo della consapevolezza fonologica per l'apprendimento della lettura: una revisione descrittiva. *Form@re - Open Journal per la formazione in rete* ISSN 1825-7321, vol. 17, n. 2, pp. 76-88
15. Hart B, Risley TR., Meaningful differences in the everyday experience of young American children. Paul H. Brookes Publishing Co (Eds). Baltimore, Maryland, 1995.
16. Engle PL, Fernald LC, Alderman H. et al., Global Child Development Steering Group. Strategies for reducing inequalities and improving developmental outcomes for young children in low-income and middle-income countries. *Lancet* 2011;378(9799):1339-53.
17. Kelly Y, Sacker A, Del Bono E, Francesconi M, Marmot M. What role for the home learning environment and parenting in reducing the socioeconomic gradient in child development? Findings from the Millennium Cohort Study. *Arch Dis Child* 2011;96(9):832-7.
18. Hasson U. et al., Brain-to-brain coupling: a mechanism for creating and sharing a social world. *Trends Cogn Sci*. 2012 Feb; 16(2): 114-121
19. <http://www.pensierocritico.eu/narrazioni-e-neuroscienze.html>

PER APPROFONDIMENTI

- Cavallo G., Chartier R., Storia della lettura nel mondo occidentale. Laterza, 1995
- He Q. et al., Decoding the Neuroanatomical Basis of Reading Ability: A Multivoxel Morphometric Study. *Journal of Neuroscience* 31 July 2013, 33 (31) 12835-12843
- Malins J. G. et al., Individual Differences in Reading Skill Are Related to Trial-by-Trial Neural Activation Variability in the Reading. *Network Journal of Neuroscience* 21 March 2018, 38 (12) 2981-2989
- McNorgan C., Alvarez A., Bhullar A., Gayda J., Booth J. R., Prediction of Reading Skill Several Years Later Depends on Age and Brain Region: Implications for Developmental Models of Reading. *Journal of Neuroscience* 29 June 2011, 31 (26) 9641-9648
- Perrone-Bertolotti M. et al., How Silent Is Silent Reading? Intracerebral Evidence for Top-Down Activation of Temporal Voice Areas during Reading. *Journal of Neuroscience* 5 December 2012, 32 (49) 17554-17562
- Provost J.S., Brambati S.M., Chapleau M., Wilson M.A., The effect of aging on the brain network for exception word reading. *Cortex*. 2016 Nov; 84:90-100
- Rapp B., Purcell J., Hillis AE., Capasso R., Miceli G.. Neural bases of orthographic long-term memory and working memory in dysgraphia *Brain*, Volume 139, Issue 2, 1 February 2016, Pages 588-604
- Richardson F. M., Seghier M. L., Leff A.P., Thomas M. S. C., Price C. J., Multiple Routes from Occipital to Temporal Cortices during Reading. *Journal of Neuroscience* 1 June 2011, 31 (22) 8239-8247
- Vartiainen J., Parviainen T., Salmelin R., Spatiotemporal Convergence of Semantic Processing in Reading and Speech Perception. *Journal of Neuroscience* 22 July 2009, 29 (29) 9271-9280

Edvige Mancinelli, Medico Specialista in Igiene e Medicina Preventiva, Dottore di Ricerca in Educazione Sanitaria, Centro Sperimentale per la Promozione della Salute e l'Educazione Sanitaria, Università degli Studi di Perugia

Leggere per la salute nel corso della vita

Edvige Mancinelli

Il nome della rosa, Jean- Jacques Annaud, 1986

La varietà dei benefici riconducibili all'attività del leggere è dimostrata da tempo immemore e confermata in epoche recenti da studi scientifici pertinenti. Analogamente ad altri ambiti, si sono sistematizzate e accademizzate certezze vetuste giungendo al moderno conio del lemma biblioterapia o libroterapia per indicare, attingendo al lavoro di Monaco¹, un "efficace e scientifico insieme di peculiari tecniche interattive di supporto alla salute, basato su relazioni di aiuto intrecciate con il supporto preminente della lettura di materiali idonei e funzionali agli obiettivi di salute prefissati". Risultano rilevanti sia l'adozione di idonee forme di lettura, anche sperimentali (tra tutte l'abreativa, l'attivatrice di risorse di "auto-aiuto") che l'osservazione delle molteplici reazioni emotive o di natura riflessiva dei vari soggetti dinanzi al medesimo testo.

Per quanto pratica antica, la sistematiz-

¹ Monaco M. (a cura di), La biblioterapia: dai libri alla salute

<http://www.benessere.com/psicologia/arg00/biblioterapia.htm>

zazione e utilizzazione ufficiale della biblioterapia è iniziata in reparti ospedalieri americani (psichiatria, oncologia, ecc.) ed è oggi universale. Si ritiene infatti che il materiale librario possa stimolare la vita intellettuale e innalzare il tono umorale dei pazienti, specie i lungodegenti che, relegati nel proprio letto, trarrebbero benefici dalla fantasia di potersene allontanare anche solo per qualche ora e in tal senso gioverebbero romanzi, poesie, generi avventurosi e storie di viaggi.

Una biblioterapia per definirsi tale deve essere un processo interattivo; focalizzato sul rapporto con la salute piuttosto che sui contenuti del testo in se stessi; che porti ad un miglioramento misurabile del benessere personale; condotto da almeno due soggetti o in gruppo; protagonista e non già gregario all'interno di un percorso; strettamente vincolato alle capacità del conduttore-facilitatore di individuare il materiale più idoneo ai bisogni e alle risorse dei partecipanti.

La biblioterapia

Si distinguono quattro tipi di interventi

biblioterapici e altrettante tipologie di biblioterapeuti o biblioterapisti, ai quali è richiesta una valida formazione..

Biblioterapisti psicoterapeuti impegnati nei percorsi di miglioramento e/o guarigione di disturbi mentali; medici (non psicoterapeuti) per l'educazione sanitaria; psicologi (non psicoterapeuti) dediti all'abilitazione-riabilitazione e sostegno in ambito psicologico (biblio-psicologia, biblioterapia psicologica o "psicobiblioterapia"); operatori di formazione ed educatori per i percorsi educativo-pedagogico, artistico, motorio, culturale, sociale.

Il materiale-stimolo comprende libri; brevi storie; citazioni; testi di canzoni; poesie (poesiaterapia o biblio-poesiaterapia); articoli di giornale o riviste scientifiche (giornale-terapia); favole (fiaboterapia); copioni (biblio-teatroterapia o biblio-dramma); video (musicali, corti, scene selezionate).

L'efficacia della biblioterapeutica, è data da specifiche peculiarità sia tematiche che stilistiche, individuabili grazie a coerenti indicatori del testo sia tematici - migliori predittori di efficacia- (uni-

versalità delle esperienze trattate; modalità particolare e di effetto nell'affrontare un tema comune; comprensibilità e assenza di significati oscuri; presidio di un approccio positivo) che stilistici (ritmo continuo coinvolgente; reclutamento e stimolazione dei cinque sensi; vocabolario intellegibile; durata idonea al mantenimento di un adeguato livello di attenzione).

Le attività in libreria comprendono: lettura silenziosa, a voce alta o corale; discussione guidata; drammatizzazione; scrittura creativa; espressione corporea e danza; proiezioni video; ascolto di suoni e musiche; attività grafico-pittoriche; esperienze di manipolazione di materiali e oggetti; tecniche di consapevolezza psicocorporea.

La biblioterapia si differenzia dalla lettura guidata o consigli di manuali di auto-aiuto per alcuni elementi: diagnosi iniziale dei bisogni; monitoraggio dei miglioramenti osservabili durante il percorso; valutazione finale dei cambiamenti positivi raggiunti.

Scendendo ad un livello più tecnico, si stanno scoprendo benefici della lettura sulla salute psico-fisica individuale e comunitaria. Tra la ricca produzione scientifica pertinente, ci limitiamo ad accennare ad alcuni aspetti tra i più studiati e noti, quelli concernenti il benessere psichico individuale e le funzioni mentali.

Attingendo al lavoro di Sandalo² ricordiamo: attivazione e mantenimento di funzioni cognitive quali memoria, attenzione e concentrazione, ragionamento e capacità critica; incremento delle competenze linguistiche, logiche e di comprensione del testo; ampliamento

² Sandalo A., Di Pilato M., Longo R., La lettura: una fonte di benessere. Dors; adattamento per il web a cura di P. Capra, Dors

della conoscenza dei contesti e del mondo, di sé e degli altri; concorso rilevante - soprattutto della narrativa - all'impianto dell'alfabetizzazione emotiva e all'espansione del vocabolario emotivo con evidenti risvolti positivi sulla sfera emotiva in generale e incremento della capacità di comprendere lo stato emotivo altrui.

Altra questione importante è la capacità della lettura di sollecitare l'immaginazione intesa come libertà di creare le proprie immagini complesse della realtà, più o meno discostate da essa ed elaborandole con gradualità e con i propri tempi (la cosiddetta fantasia).

Si tratta di un processo che mobilita risorse cognitive mentre l'immaginario attuale è ciò in cui è immersa la mente in un mondo sempre più mediatico, ad esempio videogiochi, una specie di viaggio già organizzato, è stato detto.

Per i bambini

Una realtà pervasiva e preoccupante in epoca evolutiva è testimoniata dal frequente riscontro dell'incapacità, tra i bambini, di visualizzare le scene descritte nei libri letti ad alta voce da adulti. Si evidenzia la progressiva perdita di uno dei fattori rilevanti nel processo descritto, la capacità di creare 'immagini mentali' vale a dire rappresentazioni di informazioni sensoriali - raffigurarsi ciò che è stato visto, o udito - senza la presenza del diretto stimolo esterno.

Leggere sprona, in generale, la "creatività personale, consente di lasciarsi andare all'immaginazione, all'astrazione, ha il potere di sospendere l'esperienza del momento presente e trasportare il lettore in altri mondi, di distanziarlo dalla realtà del quotidiano, senza perdere il contatto con essa" (Sandalò). In tal senso, l'azione del leggere riduce tensioni

e stress e non a caso, per l'aggiunta, in alcuni casi, di effetti emozionali intensi, si può assistere all'attivazione dei circuiti cerebrali della gratificazione.

Un particolare interesse suscita, in età evolutiva, la lettura come pratica condivisa in famiglia nei primi anni di vita. Infatti, attivando i circuiti deputati all'ascolto, al riconoscimento di immagini, poi di sequenze narrative e di simboli fonologici ed incidendo positivamente sul comportamento ed emotività sociale, partecipa al potenziamento complessivo dell'attività mentale dei piccoli e contribuisce al benessere degli adulti coinvolti.

È documentato un rapporto positivo tra il grado di attivazione della corteccia laterale occipitale durante il compito di ascoltare una storia e abilità di lettura durante il percorso scolastico.

Si tratta del correlato neurobiologico di quella sorta di incantamento che si può notare nei bambini in età prescolare mentre ascoltano una storia, particolarmente in quelli che ne hanno fatto pratica in casa, in quanto capaci di visualizzare e di comprendere tramite questa visualizzazione ciò che si viene raccontando.

Per gli anziani

Nell'età avanzata, un numero sempre crescente di studi, testimonia come la lettura giochi un ruolo rilevante di natura sia preventiva di patologie ad alta prevalenza ed incidenza nell'invecchiamento che promotrice di salute.

L'incidenza di sindromi neurodegenerative come ictus, demenza e Morbo di Parkinson, le più comuni in senescenza, cresce con l'avanzare dell'età. Rispetto ad esse, è dimostrato che mantenere il cervello impegnato in attività stimolanti e socialmente rilevanti, insieme ad un

esercizio fisico, dieta ricca di agenti antiossidanti, regolare monitoraggio sanitario, rappresenta un fattore protettivo e la lettura, specie se continua e attenta, un fattore particolarmente efficace.

Le persone anziane cognitivamente sane che intraprendono attività mentali specifiche stimolanti, anche in età avanzata, hanno un rischio ridotto di incorrere nel decadimento cognitivo.

È stata inoltre dimostrata l'efficacia terapeutica di attività cognitive, tra cui la lettura, nei programmi riabilitativi post-ictus e nella prevenzione delle recidive. In generale l'arricchimento dello

stile di vita intellettuale lungo l'intero corso esistenziale, con la lettura che ne costituisce uno strumento prioritario, è sempre più considerato una strategia protettiva contro il declino cognitivo comunemente osservato nella popolazione anziana.

L'arricchimento intellettuale, compresa la lettura, ritardando e/o rallentando e/o impedendo l'insorgenza di un danno cognitivo individuale e a livello comunitario, di sanità pubblica, quale intervento preventivo di successo per ridurre l'imminente epidemia di demenza, va considerato anche una forma di promozione

della salute. Infatti preservata in salute, questa fascia di popolazione costituisce una risorsa preziosissima per la società intera.

Edvige Mancinelli, Medico Specialista in Igiene e Medicina Preventiva, Dottore di Ricerca in Educazione Sanitaria, Centro Sperimentale per la Promozione della Salute e l'Educazione Sanitaria, Università degli Studi di Perugia



Il nome della rosa, Jean- Jacques Annaud, 1986

Una rassegna di letteratura

Riportiamo, mutuando dal lavoro di traduzione e adattamento del gruppo DORS Piemonte, sul documento “The impact of reading for pleasure and empowerment” del 2015, i risultati emersi da quella revisione della letteratura finalizzata ad indagare l’impatto della lettura di testi a scopo ricreativo o di sviluppo personale in diversi gruppi di popolazione.

Gli esiti di salute¹ indagati concerneva-

¹ Nel 2015 è stata pubblicata la revisione di letteratura ‘The impact of reading for pleasure and empowerment’ che ha analizzato l’impatto della lettura di testi a scopo ricreativo o di sviluppo personale in diversi gruppi di popolazione. Il termine “reading for pleasure” è usato nella revisione per indicare la lettura il cui scopo è quello di intrattenimento. Il termine ‘reading for empowerment’ si riferisce ad una lettura indirizzata alla crescita personale e alla conoscenza di sé, ad esempio libri di auto-aiuto o manuali pratici. La revisione di letteratura aveva inoltre l’obiettivo di costruire una solida base di evidenze per informare e orientare gli interventi di promozione della lettura sul territorio inglese. <https://www.dors.it/page.php?idarticolo=3155>

no l’impatto della lettura sia nel corso di tutta la vita che su diverse dimensioni della persona quali aspetti cognitivi (memoria, attenzione, prestazioni scolastiche, alfabetizzazione, ecc); relazionali (comunicazione, relazionalità etc); emotivi (alfabetizzazione emotiva, capacità di comprendere le proprie e altrui emozioni, modulazione delle proprie emozioni); specifici di salute (depressione, ansia, deterioramento cognitivo, ecc).

Dalla revisione della letteratura è derivata una modellizzazione in 6 mappe organizzate sia per tipologie di destinatari (popolazione generale, bambini

e giovani, genitori, adulti con problemi di salute, adulti con “bisogni speciali”, provenienti da contesti particolarmente svantaggiati; scarsamente alfabetizzati; in situazioni particolari come i detenuti) che per livello coinvolto: personale (cambiamenti individuali), relazionale (cambiamenti relazionali interpersonali), ambientale (cambiamenti del contesto esterno).

Una mappa è generale e 5 specifiche per ogni gruppo di popolazione. Ecco i risultati dell’impatto della lettura di testi a scopo ricreativo o di sviluppo personale in diversi gruppi di popolazione.



Da: DORS Piemonte, 2015 “The impact of reading for pleasure and empowerment”

Popolazione generale adulta

Forte correlazione tra lettura e sviluppo emotivo e personale. Incremento di empatia; comprensione di se stessi e della propria identità sociale; capacità di comprendere meglio la personalità propria e altrui e culture diverse dalla propria. Correlazione positiva tra lettura ricreativa e rafforzamento del senso di comunità, dell'inclusione sociale, delle capacità di socializzazione e comunicazione.

Bambini e giovani

Positiva correlazione tra lettura e divertimento/piacere. La lettura si rivela un'attività piacevole di per sé e la componente di piacevolezza permane se il lettore ha l'opportunità di scegliere liberamente se e cosa leggere.

Il piacere di leggere inoltre è fondamentale per alimentare una motivazione intrinseca che è prerequisito essenziale per il raggiungimento di altri obiettivi.

Forte correlazione tra lettura e incrementata conoscenza di sé e degli altri; migliori relazioni sociali; potenziamento del capitale sociale e culturale; rinvigoris-

delle capacità di immaginazione, attenzione e concentrazione; induzione del rilassamento e della regolazione dell'umore; intensificazione delle capacità comunicative e dei risultati scolastici.

Genitori e figure di riferimento per il bambino

La partecipazione a gruppi di lettura riservati a genitori sortisce effetti positivi sulle interazioni genitore-bambino e sul pensiero positivo e il programma Bookstart incrementa l'autoefficacia genitoriale, il coinvolgimento parentale nella relazione con i figli, le interazioni genitori-figli e l'interesse dei genitori verso i bambini.

Adulti con problemi di salute

Forte evidenza dell'impatto positivo della lettura ricreativa sulla capacità di affrontare disturbi mentali minori come ansia e stress e sull'incrementare la consapevolezza relativa a temi e abitudini di salute. In merito a patologie croniche, come depressione e demenza, gli studi esaminati hanno evidenziato che la lettura ricreativa, rispetto alla depressione ne attenua

e/o riduce i sintomi laddove, riguardo alla demenza senile, contribuisce ad amplificare sentimenti di gioia e autenticità; consolidare il senso di identità personale. le capacità di ascolto, di memoria e di attenzione; ridurre il rischio di demenza in età senile.

Adulti con bisogni speciali

Gli studi evidenziano come la lettura ricreativa potenzi la fiducia in se stessi e capacità personali quali quelle comunicative, quelle relative al capire ed esprimere se stessi, l'autostima, l'empatia e le capacità relazionali. In particolare si rileva un'accresciuta conoscenza di sé, dell'altro, del mondo circostante vicino e lontano; una intensificata capacità di comprendere il punto di vista altrui; possibilità di evasione con conseguente effetto di distrazione e relax.

Edvige Mancinelli, Medico Specialista in Igiene e Medicina Preventiva, Dottore di Ricerca in Educazione Sanitaria, Centro Sperimentale per la Promozione della Salute e l'Educazione Sanitaria, Università degli Studi di Perugia

BIBLIOGRAFIA

- Clement K.A. et al., Reading, writing, and running? Assessing active space in librerie. Performance Measurement and Metrics Volume 19, Issue 3, 12 November 2018, Pages 166-175
- Di Nuovo S., Angelica A., Santoro G., Relazioni fra mental imagery e fattori di intelligenza: una verifica sperimentale. Annali della facoltà di Scienze della formazione Università degli studi di Catania 16 (2017), pp. 3-17
- Gabriele A., Intervista a Brunetti: "La funzione gratificante e terapeutica del libro" <https://www.neuroscienze.net/elogo-del-libro-e-della-lettura/>
- Horowitz-Kraus T, Vannest JJ, Holland SK. Overlapping neural circuitry for narrative comprehension and proficient reading in children and adolescents. *Neuropsychologia* 2013;51(13):2651-62
- Kosslyn S.M., Behrmann M., Jeannerod M., The cognitive neuroscience of mental imagery. *Neuropsychologia*, 33, 11 (1995), pp. 1335-1344

- Krell-Roesch J. et al., Association Between Mentally Stimulating Activities in Late Life and the Outcome of Incident Mild Cognitive Impairment, With an Analysis of the APOE ε4 Genotype. *JAMA Neurol.* 2017 Mar 1;74(3):332-338
- McCarty Hynes A., Hynes-Berry M., 1994, *Biblio/Poetry Therapy: the interactive process*, North Star Press of St. Cloud, 2011
- Monaco M., Corso di formazione per conduttori di biblioterapia. *Accademia Menteviva* 2008
- Monaco M.(a cura di), *La biblioterapia: dai libri alla salute* <http://www.benessere.com/psicologia/arg00/biblioterapia.htm>
- Pearson J., Naselaris T., Holmes E.A., Kosslyn S.M., Mental imagery: functional mechanisms and clinical applications. *Trends in cognitive sciences*, 19, 10 (2015), pp. 590-602
- Roberts R.O. et al., Risk and protective factors for cognitive impairment in persons aged 85 years and older. *Neurology*. 2015 May 5;84(18):1854-61
- Sandalo A., Di Pilato M., Longo R., La

- lettura: una fonte di benessere. Dors; adattamento per il web a cura di P. Capra, Dors
- Schmithorst VJ, Holland SK, Plante E. Cognitive modules utilized for narrative comprehension in children: a functional magnetic resonance imaging study. *Neuroimage* 2006; 29 (1):254-66.
- Sörman D.E., Ljungberg J.K., Rönnlund M., Reading Habits Among Older Adults in Relation to Level and 15-Year Changes in Verbal Fluency and Episodic Recall. *Front Psychol.* 2018 Sep 27;9:1872
- Steen-Baker AA. et al., The effects of context on processing words during sentence reading among adults varying in age and literacy skill. *Psychol Aging*. 2017 Aug;32(5):460-472.
- The Reading Agency, *Literature Review: The impact of reading for pleasure and empowerment* June 2015
- Vemuri P. et al., Association of lifetime intellectual enrichment with cognitive decline in the older population. *JAMA Neurol.* 2014 Aug;71(8):1017-24

Letture, Salute e Resilienza *Piccolo glossario pedagogico*

Patrizia Garista

La bella e la bestia, Gary Trousdale e Kirk Wise, 1991

L'esperienza della lettura per la costruzione della salute umana e del mondo

L'esperienza della lettura fin da piccoli rappresenta uno dei fattori che può contribuire a creare salute, benessere e resilienza, sostenendo lo sviluppo di molte competenze chiave nel processo di promozione della salute, di sé e del mondo. La letteratura, infatti, può insegnare le verità etiche essenziali sulla salute, la malattia, la disabilità, la medicina, il modo giusto o sbagliato nell'affrontare il dolore e la morte (Wooden, 2013). Bruner spiega che ovunque si guardi si possono riconoscere problemi che affliggono le persone in cui riconoscersi. Tutti noi connettiamo esperienze di malattia, benessere, disabilità e normalità cercando di capirli, unendoci alle vite degli altri. Così succede quando come lettori ci accostiamo alla letteratura (Wooden, 2013). In questo saggio esamineremo alcune connessioni in grado di tracciare dei percorsi di riflessione sulle potenzialità che appartengono alla lettura nel life-long e life-wide learning.

Si presenteranno tali connessioni sotto forma di "voci" che accoppiano la lettura con una parola chiave delle realtà educative e di promozione della salute, cercando dunque di dar vita a riletture e a interpretazioni nuove degli innumerevoli legami tra la lettura e lo sviluppo umano e del mondo.

Letture e Salute

Leggere fa bene alla salute? Per rispondere a tale domanda riprendiamo il concetto di salute di Antonovsky (1987) e del suo modello salutogenico, per cui la salute coincide con la ricerca continua di un equilibrio tra uno stato di completo benessere e uno stato di completo malessere, oscillando spesso nel corso di un ciclo di vita tra una polarità e l'altra. La salute dunque non viene intesa più solo come risorsa per la vita quotidiana (Zannini, 2014), ma diviene nel modello salutogenico un'esperienza di apprendimento permanente, attraverso la quale si confronta se stessi e la propria storia con gli eventi della vita. Per stare bene, produrre benessere e qualità della vita, è necessario creare e ricre-

are il proprio equilibrio di salute e ciò risulta fattibile solo comprendendo la situazione in cui ci si trova e riconoscendo le risorse presenti nell'ambiente, utilizzandole con successo. Tali risorse agiscono a livello individuale, comunitario, sociale, organizzativo; con esse le persone possono costruirsi un bagaglio di esperienze in grado di aiutarle a ricostruire la trama della loro esistenza in situazioni di stress e a trovare un significato per dirigersi verso una situazione positiva (Lindström, Eriksson, 2005). Non ci si riferisce solo a ciò che c'è a disposizione (ad esempio una biblioteca) ma a ciò che le persone sono in grado di utilizzare e riutilizzare: in quali orari è aperta la biblioteca? E facilmente raggiungibile? In quanti conoscono le risorse che mette a disposizione? Attraverso tali risorse le persone possono realizzare un bagaglio di esperienze (non necessariamente positive) in grado di aiutarle a tessere la trama della loro storia in situazioni di stress, a trovare un significato negli eventi e a orientarsi verso uno sviluppo positivo della propria vita e quindi anche verso la salute. Oltre

alle risorse perciò appare di fondamentale importanza sviluppare un costrutto chiave nel modello di Antonovsky (1987): il senso di coerenza (SOC) “un globale, sebbene penetrante, sentimento che qualsiasi cosa accada nella vita essa può divenire comprensibile e può essere gestita a partire dal significato legato ad ogni cosa”. Il SOC si riferisce alla capacità personale di dare significato agli eventi, costruita nel Life long a partire dall’elaborazione delle esperienze vissute; di sostenere e superare ogni situazione, indipendentemente da ciò che sta succedendo nella propria esistenza; di orientarsi verso scelte di vita salutari, capaci di implementare benessere e qualità della vita.

In che senso allora la lettura può essere considerata salutogena? Ovvero capace di generare salute?

Il modello della salutogenesi di Antonovsky (1996), valorizza tutte le esperienze della vita, positive o negative che siano, riesaminandole come potenziali esperienze di apprendimento e riprogettazione di sé. La lettura ha tutte queste caratteristiche, donando l’immaginazione che permette di visualizzare il futuro, in questo senso è sia esperienza che può essere acquisita ed entrare nel bagaglio delle conoscenze sulle esperienze di vita, sia risorsa da utilizzare e cercare tra gli asset del proprio ambiente per affrontare la ricostruzione dell’equilibrio di salute nella quotidianità (Garista, 2017).

Lettura e Benessere

Come spiega Federico Batini (2016) la lettura può essere utile alla promozione del benessere per i suoi numerosi benefici in quanto è un “antidoto alla manipolazione narrativa altrui (della pub-

blicità, della politica); è una difesa dal pensiero unico (che costituisce il seme del pregiudizio), è uno strumento di costruzione e ricostruzione del Sé, e della propria vita, incrementa le competenze utili alla gestione del proprio futuro, potenzia le capacità di comprensione di se stessi e degli altri, rinforza la capacità di immaginazione. [...] molte sono le prove che testimoniano miglioramenti cognitivi correlati alla pratica della lettura e che evidenziano effetti di potenziamento di diversi ambiti della persona tra cui quello socio-relazionale, miglioramenti sulla capacità di gestione del proprio futuro, sul potenziamento delle capacità empatiche e di immaginazione” (p. 123). La lettura dunque gioca un ruolo fondamentale nel fornire nuovi script d’azione per la quotidianità, per creare situazioni di piacevole attività, di costruzione di relazioni positive, di gratificazione dei propri bisogni emotivi.

Lettura e Resilienza

Alcune letture contengono parole di speranza e resilienza. Tra quelle dedicate ai più piccoli, “La locomotiva che se ne infischia” o meglio “La locomotiva che pensava di potercela fare”, ne è un esempio. Froma Walsh (2008) psicoterapeuta familiare, racconta dal suo punto di vista, come la grande letteratura possa schiudere orizzonti, far intravedere possibilità che vanno oltre le immediate contingenze in cui ci muoviamo. Non a caso dal classico degli anni “30 sono stati elaborati libricini di guida alla lettura per educatori, con la finalità di spiegare lo stretto legame da lei colto tra la lettura e la possibilità di generare salute, in particolare speranza e resilienza. Cresciuta in un quartiere povero, i confini del suo mondo si sono schiusi grazie alla lettura, leggendo sto-

rie alternative, come la biografia di Marie Curie, ha potuto immaginare altre possibilità di realizzazione e crescita, altri scenari. “La piccola locomotiva che se ne infischia”, uno dei libri che la madre le leggeva, era una storia di resilienza, ovvero del processo necessario ad attraversare crisi, traumi e stress per uscirne fuori imparando qualcosa di nuovo, pensando sempre di potercela fare. Le storie e le letture sono una risorsa enorme per lo sviluppo di resilienza e salute. Non a caso, uno dei progetti più diffusi al mondo sulla promozione della lettura, coinvolgendo in modo intersettoriale i servizi sanitari e quelli culturali, è *Nati per leggere*, in cui lettura e salute sono intrinsecamente connesse. Infatti, molte ricerche mostrano come *Nati per Leggere* sia un progetto in grado di promuovere salute e resilienza rispetto a: la costruzione di reti informali, l’attaccamento sicuro e multiplo, l’umorismo motorio, la costruzione di relazioni significative, l’implementazione delle life skills, la costruzione del senso di coerenza (salutogenesi) (Garista, 2017).

Lettura e life skills

La salute non dipende solo dal nostro patrimonio genetico, dall’influenza ambientale o dalle cure mediche. La salute si crea ed è risorsa costante per affrontare gli eventi della vita quotidiana in cui le nostre capacità giocano un ruolo fondamentale. Life skills ma anche soft skills sono cruciali per costruire salute in tutti i contesti di salute, dove la gente vive, ama, lavora, gioca. Come sottolinea Batini (2011) i libri e le storie offrono altri scenari e quindi sviluppano quelle competenze che ci permettono di capire meglio le situazioni in cui ci troviamo, prendere decisioni, orientare le

azioni, risolvere i problemi, o prendere tempo per decidere, come nella negative capability di Keats, ovvero nella capacità di fermarsi senza agire, ad esempio sospesi nella lettura per piacere. Ma c'è dell'altro. Nei libri sono presenti parole in grado di evocare vari aspetti della comunicazione, delle emozioni, delle sensazioni che rimanda il corpo in movimento e per questo sono strumenti in grado di rappresentare le varie dimensioni della salute, compresa quella spirituale. Questo spesso manca in molti progetti di prevenzione, seppure finalizzati a promuovere stili di vita sani, in cui l'accento, al di là delle dichiarazioni sulla carta, rimane sulla dimensione bio, nella migliore delle ipotesi, su aspetti psicologici e sociali.

Letture e stili di vita

Ipotizzare la domanda: può la lettura promuovere salute? è un po' come postulare la domanda: può la matematica promuovere salute? enfatizzando il senso delle proposte dei network europei sulla promozione della salute nei vari setting e in particolare nel setting Scuola (Pocetta, 2015). Significa non riempire le scuole di progetti ma lavorare sul curriculum, sull'organizzazione di spazi e tempi che definiscono il lavoro scolastico, sulle discipline e riorientarle, recuperando l'intenzionalità educativa di tali azioni, al fine di creare campi d'esperienza in grado di promuovere apprendimenti e benessere insieme. Ad esempio potremmo ancora chiederci: è possibile promuovere l'attività fisica leggendo? In uno studio danese per promuovere un maggiore movimento e rendere gli effetti dell'attività motoria oggetto di riflessione e rielaborazione, un corso universitario è stato organizza-

to introducendo attività legate alla lettura di testi in grado di "raccontare" le sensazioni provate dal corpo durante e alla fine di una qualsiasi attività: sensazioni, odori, fatica e piacere sono state lette, immaginate, esperite. La lettura ha prodotto una motivazione e un coinvolgimento nell'attività motoria, in una fascia d'età, quella dei giovani adulti, studenti universitari, in cui di solito si verifica un abbandono di interesse e presa di distanza da tali attività. Potremmo dire altrettanto dell'alimentazione, tema ricorrente in molta letteratura, dei piccoli e dei più grandi, proprio perché intrinsecamente legata all'esperienza di vita e alla relazione con gli altri. Anche in questo caso la lettura ci dona repertori per interpretare in modo critico le grandi narrazioni sul cibo e sulla vita, e spunti per riflettere sul proprio rapporto con il cibo, il suo nutrimento per il corpo e per l'anima.

Letture e Health literacy

Come spiega Pocetta (2009) il concetto di Health literacy nasce dall'incontro di due filoni: il primo trae origine da Freire, il suo lavoro di alfabetizzazione e il processo di empowerment; l'altro da studi che hanno evidenziato la diffusione di pericolosi livelli di bassa istruzione tra gli adulti (i low skilled), che si ripercuote nelle loro capacità di controllare la propria salute. Quindi una bassa istruzione di Health literacy va di pari passo con la possibilità di svolgere un lavoro rischioso, di fare scelte sbagliate per sé e la propria famiglia. I due elementi essenziali che caratterizzano l'health literacy sono la centralità data alla persona e alle sue abilità per comprendere le informazioni nonché il rapporto tra individuo e contesto socio-culturale. In tale contesto è

possibile infatti leggere e comprendere i comportamenti di salute, dare un valore alle azioni che la riguardano e imparare a riformulare credenze provenienti dalla propria cultura e dalle narrazioni falsate dai media. Saper leggere criticamente diventa dunque fondamentale, non si tratta solo di decifrare le informazioni di un'etichetta ma di riformulare i propri modelli di salute in base a un pensiero critico leggendo le informazioni dei giornali, dei saggi, del web.

Letture, Eco literacy e Sostenibilità

Arrivato dove desiderava cominciò a piantare la sua asta di ferro in terra.

Faceva così un buco nel quale depositava una ghianda, dopo di che turava di nuovo il buco. Piantava querce. Gli domandai se quella terra gli apparteneva.

Mi rispose di no.

J. Giono, L'uomo che piantava gli alberi

In altre letture, in altre favole per adulti e bambini come quella di Gramsci "il topo e la montagna" (Garista et al., 2015), emergono echi che gridano la salute umana e quanto questa sia legata alla cura dell'ambiente. Oggi gli obiettivi dell'Agenda 2030 sullo sviluppo sostenibile ci invitano ad andare oltre il costrutto di health literacy e a considerare la promozione di una Eco Literacy. Tale literacy consiste nell'abilità di comprendere i sistemi naturali che rendono possibile la vita sul pianeta. L'eco literacy consiste nello sviluppo di empatia verso le varie forme di vita, abbraccia il tema della sostenibilità e della comunità di pratiche, rende l'invisibile visibile attraverso il riconoscimento di comportamenti umani e delle politiche sull'ambiente, come nella splendida sto-

ria, da leggere ad altra voce, dell'umo che piantava gli alberi di Giono.

Letture e contesti educativi

Come sottolineato altrove, non è facile individuare "storie" di salute, narrazioni in positivo capaci di enfatizzare le risorse per la salute, proprio a causa della naturale tendenza a non esplicitare e raccontare la salute (Gadamer, 1994). Eppure una recente letteratura internazionale mostrerebbe un rinnovato interesse in questa direzione (Pawelski & Moores, 2014). Sulla rivista *Scandinavian Library Quarterly*, si enfatizzano le potenzialità dell'adottare un approccio salutogenico, in grado di creare un ponte tra cultura e salute, tra lavoro dei servizi pubblici e di sanità pubblica (centri di riabilitazione, socio-psichiatrici, per il lavoro) e contesti di produzione e promozione della cultura, ipotizzando nuove modalità di sviluppo e di lavoro nel Welfare. Tuomi (2016) descrive come il supportare la lettura nelle persone pro-

muova benessere, un impatto positivo sulle competenze di lettura e un senso di identità nazionale per cui la lettura mostrerebbe effetti positivi sul benessere economico, sulla salute, sulla vita familiare e sulla coscienza civica delle persone. Tra le varie iniziative scandinave, il progetto più interessante sulla lettura dal punto di vista salutogenico è sicuramente Stronger Mental Health Larsen (2015). Le conoscenze che alimentano il SOC infatti non derivano solo da un'esperienza diretta ma anche dalle storie di cui siamo lettori/spettatori o spett-attori se vogliamo, quali ad esempio quelle lette nei libri. Richiamando la studiosa americana che ha affrontato il legame tra letteratura e terapia, Larsen sottolinea la critica mossa intorno alle scelte di lettura di approcci come la biblioterapia, enfatizzando un uso attivo della letteratura nell'ambito della promozione della salute, in cui il fattore vincente, come è accaduto nel loro progetto per promuovere la lettura

e la salute mentale per i richiedenti asilo attraverso le book chat group, risiede negli elementi dell'immaginazione, della vicinanza, del desiderio e dell'amore, aspetti estrapolati a partire dall'esame delle richieste raccolte durante il progetto, differenti rispetto ai testi scelti dai coetanei scandinavi. Mentre l'intenzionalità terapeutica, o la prospettiva che porta la terapia nella letteratura, evidenzia scelte di lettura che donano strategie per il conforto, la consolazione, la comprensione e la presentazione di strategie di coping per affrontare il problema personale, nel progetto Stronger Mental Health la "terapia" entra in biblioteca con un'intenzionalità educativa che lavora sul come si legge e non solo sul cosa si legge. Questo ci sembra l'elemento salutogenico che oltrepassa l'approccio patogenico più orientato a vedere nella letteratura la cura di un malessere, in grado di riconoscere bisogni e perché no, risorse inaspettate.

BIBLIOGRAFIA

- All aboard! - The salutogenic museum project (n.d.), Disponibile da <http://www.cultureforall.info/news.php?aid=12174&k=12833&d=2008>
- Antonovsky A. (1996). The salutogenic model as a theory to guide health promotion, *Health Promotion International*, Vol. 11(1), 11-18.
- Antonovsky A. (1987). *Unraveling the Mystery of Health: How People Manage Stress and Stay Well*, Jossey Bass Social and Behavioral Science Series,
- Batini F. (2011). *Storie che crescono. Le storie al nido e alla scuola dell'infanzia*, Edizioni Junior, Parma.
- Batini F. (2016). Perché la lettura è utile a promuovere il benessere, in Alastra V., a cura di, *Ambienti narrativi, territori di cura e formazione*, Franco Angeli, Milano.
- Gadamer H. (1994), *Dove si nasconde la salute*, Raffaello Cortina, Milano.

- Garista P. (2017) *Letture e salutogenesi*, LLL, n. 28
- Garista P. (2015), *The mouse gave life to the mountain. Gramsci and health promotion*. *Health Promotion International*
- Garista P (2018), *Come canne di bambù. Farsi mentori della resilienza nel lavoro educativo*, FrancoAngeli, Milano.
- Krogh Christensen M. (2007). Biographical learning as health promotion in physical education. *A Danish case study*, *European Physical Education Review*, Vol. 13 (1), 5-24
- Lindström, B. (2003). Developing a salutogenic learning model for the European Dimension. In Davis, J. K. et al (Eds), *The EUMAHP Final Report*. Brighton University.
- Pawelski, J.O, Moores J. (2014). *The Eudaimonic Turn: Well-Being in Literary Studies*, Fairleigh Dickinson University Press.
- Pocetta G. (2009), *Health literacy e ali-*

- mentazione*, in Pocetta G., Garista P., Tarsitani G., a cura di, *Alimentare il benessere della persona*, SEU, Roma.
- Pocetta G. (2015). *Formazione scolastica alla salute e formazione dei formatori*, in Calamo Specchia, a cura di, *Manuale critico di Sanità Pubblica*, Maggioli, Rimini.
- Walsh F. (2008). *La resilienza Familiare*, Raffaello Cortina, Milano.
- Wooden S. R. (2012). *Narrative Medicine in Literature Classroom: Ethical Pedagogy and Mark Haddon's The Curious Incident of the Dog in the Night-time*, *Literature and Medicine*, Vol 29 (2) 274-296

Patrizia Garista

PhD, Full Researcher at INDIRE, Nucleo territoriale Centro

Cultura e salute *La salute in biblioteca*

Paola Beatini



Colazione da Tiffany, Blake Edwards, 1961

Ci piace di frequente ricordare la celebre, semplice ma insostituibile affermazione di Ilona Kickbusch sulla promozione della salute “la salute si crea dove la gente vive, lavora, ama giocare”. Famiglia, scuola, servizi sanitari, città, i contesti privilegiati. Per questi sono nati network internazionali e nazionali: Healthy City, School for Health, Workplace Health Promotion.

Anche nelle biblioteche come nelle scuole o nei luoghi di lavoro, le persone si incontrano, si conoscono, apprendono, condividono momenti ed esperienze di vita. Anche le biblioteche sono un luogo di lavoro per addetti e lettori.

Fino a pochi decenni spazio dedicato quasi esclusivamente e religiosamente - pensiamo al silenzio che “un tempo” vi regnava - alla lettura e alla conoscenza, oggi la biblioteca si apre a numerose e articolate iniziative, pur rimanendo indubbiamente e legittimamente, la sua vocazione e obiettivo principe la lettura e, i suoi nobili strumenti i libri.

Come più volte documentato in questa rivista e come possiamo leggere nelle pagine del dossier, lettura e salute costi-

tuiscono un binomio di eccellenza.

Luogo di cultura la biblioteca, dunque, e, come ben sappiamo, la cultura genera salute.

Il legame tra cultura e salute è da sempre elemento centrale dell’attività di ricerca, formazione e documentazione del Centro sperimentale per la promozione della salute e l’educazione sanitaria (Centro).

Da queste premesse la nostra ipotesi di includere le biblioteche tra quei luoghi citati da Kickbusch nella definizione di promozione della salute citata.

Contesti favorevoli si potrebbe dire delle biblioteche, seguendo ancora la Carta di Ottawa

Lavorare insieme sul territorio per la salute della comunità

A tale linea di pensiero e riflessione si aggiunge il forte radicamento del Centro nel territorio locale di appartenenza, dei forti legami istituzionali con la comunità per un’azione intersettoriale e interistituzionale per la promozione della salute (partecipano al nostro Consiglio rappresentanti del Comune di Pe-

rugia e della Regione dell’Umbria).

E’ stato pertanto siglato un accordo formale tra attività editoriali sviluppate dal Centro attraverso le sue riviste e l’Assessorato alla Cultura di Perugia/Sistema Bibliotecario perugino.

Il Comune di Perugia possiede un importante Sistema Bibliotecario comprendente cinque biblioteche: la Biblioteca Augusta, biblioteca storica di conservazione, Biblionet, Sandro Penna e Villa Urbani, biblioteche di pubblica lettura, San Matteo degli Armeni, biblioteca specializzata sui temi della pace e dei diritti umani.

Obiettivo generale dell’accordo: promuovere la conoscenza e la riflessione con la popolazione sui temi della promozione e tutela della salute del cittadino, della comunità e dell’ambiente di vita.

L’accordo, che si sviluppa nel corso di un triennio, prevede iniziative concordate, progettate e implementate da un gruppo di lavoro cui partecipano ricercatori di diverse discipline, bibliotecari, tecnici dell’amministrazione comunale.



Le biblioteche, contesti favorevoli alla salute

Ci preme sottolineare un elemento, un connotato che accomuna ognuna delle biblioteche del Sistema Bibliotecario Perugino: l'essere perfettamente inserita nel contesto urbano cittadino in maniera coerente e armoniosa, luoghi belli nei quali trascorrere il proprio tempo, caratterizzati da una consonanza con l'ambiente circostante che risponde non solo all'importante atto della lettura e della conoscenza ma - potremmo dire - anche alla specifica funzione di ognuna di esse.

Contesti favorevoli alla salute, indubbiamente.

La Biblioteca Augusta al culmine del centro storico sul Colle di Porta Sole, il più alto della città, nel Palazzo Conestabile della Staffa - una delle più antiche

biblioteche pubbliche italiane - attesta per i perugini con la sua struttura, le sue collezioni un forte senso di identità e appartenenza conquistato nei secoli e offre al contempo alla visione e lettura dei numerosi studenti e visitatori stranieri i documenti più importanti della città. Cuore e memoria di Perugia.

Intitolata al poeta perugino Sandro Penna, la biblioteca omonimo è collocata nella periferia di san Sisto, quartiere recente che ha visto negli ultimi anni un grandissimo sviluppo. Nucleo vitale della città, area caratterizzata da attività industriali vecchie - la storica Perugina - e nuove, da numerose attività commerciali e della stessa Scuola di Medicina e Chirurgia dell'Ateneo è luogo di vita di giovani famiglie e studenti. La biblioteca, progettata dall'architetto Italo Rota, è concepita come un grande disco,

completamente vetrato, che si illumina di notte. Accanto ad essa, di recente costruzione il Teatro comunale "Bertolt Brecht". Un ampio e articolato spazio per garantire cultura, in particolare alle giovani generazioni che popolano il quartiere

San Matteo degli Armeni sorge appena fuori le mura medievali della città, all'interno del complesso monumentale di San Matteo degli Armeni risalente al 1273, circondata da un parco di circa 5.000 mq. Centro di documentazione e ricerca, la biblioteca possiede un patrimonio librario specializzato sui temi della pace, della nonviolenza, dei diritti umani, del dialogo interculturale e interreligioso e del commercio equo e solidale. Ospita la biblioteca del filosofo perugino Aldo Capitini, messo a disposizione dalla Fondazione Centro Studi Aldo Capitini, il Centro di documentazione 'Elisabetta Campus' della Circoscrizione Umbria di Amnesty International e la biblioteca ARPA Umbria di documentazione ambientale.

Villa Urbani nasce nel 1964 come Biblioteca per ragazzi ed è ubicata vicina al centro storico della città; la biblioteca si trova in una villa residenziale realizzata negli anni quaranta in stile neoliberty, dall'architetto Pietro Fringuelli per volere del tipografo perugino Mario Urbani. Le piccole stanze, il porticato, i terrazzi e l'ampio giardino contribuiscono a creare un'atmosfera "familiare" dove poter studiare o confrontarsi. La stanza dove un tempo sorgeva l'antica cucina padronale, ristrutturata è adibita ad accogliere, tra fornelli e dispensa, la sezione di culinaria ed una parte dei libri donati dalla scrittrice Clara Sereni. Un salone della casa è riservato alla proiezione di video, alle letture e agli eventi, mentre intorno al camino, un como-

do spazio con poltrone è un piacevole angolo di conversazione e lettura. Uno spazio accogliente e colorato è dedicato ai bambini, mentre ai giovani lettori è destinata la sala adolescenti.

Il complesso si presenta come una casa dove trascorrere il proprio tempo e una famiglia i bibliotecari, ambiente per stimolare alla lettura, alla crescita, soprattutto genitori e bambini, i maggiori frequentatori.

Bibliothet, la più recente, inaugurata nel 2000, è ubicata in un quartiere a forte connotazione multietnica della città, Ponte San Giovanni e in ragione di ciò è sin dalle sue origini impegnata nell'in-

tegrazione delle varie culture. La stessa ubicazione - tra i numerosi palazzi della frazione - è stata scelta come segno di integrazione. Si inserisce perfettamente in un questo contesto multietnico il nucleo centrale della Biblioteca con un grande numero di volumi in lingua straniera.

Gli incontri in biblioteca

Come prima fase, l'accordo tra Centro e Sistema Bibliotecario perugino ha visto la realizzazione di una serie di incontri su temi trattati nella Rivista "La Salute Umana" che i responsabili delle biblioteche avevano reputato riconducibili

alla specificità relativa alla documentazione in esse contenute e alle attività proposte ai propri frequentatori.

Nelle pagine che seguono ampio spazio è dedicato a ogni Responsabile che riferirà sul perché e sul come costruire una biblioteca promotrice di salute, descrivendo requisiti, azioni e percorsi "per stare bene" costruiti.

Gli Incontri hanno sempre visto la presenza di ricercatori del Centro che provvedevano a fornire un quadro di riferimento sull'argomento affrontato (e pubblicato nella Rivista), di esperti dell'Ateneo, dei Servizi socio-sanitari, del settore educativo e del sociale che

Vogliamo ricordare "tra le pagine di questo Dossier" la cara amica Serena Innamorati, donna di cultura, impegno politico e di grande carattere che ci ha lasciato troppo presto. Insieme alla nostra direttrice Maria Antonia Modolo è stata l'ideatrice di questo incontro fertile tra il mondo delle biblioteche e il nostro gruppo di lavoro.



Centro Sperimentale per la promozione della salute e l'educazione sanitaria (CeSPES)



Comune di Perugia
Biblioteche Comunali

Ciclo di incontri "La salute in biblioteca"

Per la Giornata Mondiale dell'Infanzia

I 1000 GIORNI E LA PRIMA INFANZIA



16 novembre 2017, h. 15.00
Biblioteca Comunale Villa Urbani
Via Pennacchi 19, Perugia



affrontavano contenuti peculiari della proposta; rappresentanti politici e tecnici del Comune dei diversi Assessorati presentavano programmi e progetti degli Enti Locali e i responsabili delle biblioteche il lavoro quotidiano e le molteplici iniziative.

Ampio spazio è stato dato al pubblico presente, moltissimi frequentatori delle biblioteche e interessati al tema proposto, madri, insegnanti, rappresentanti delle numerose associazioni che operano con e nelle sedi delle biblioteche.

Occasioni vivaci e partecipate che hanno ben testimoniato la assidua e stabi-

le frequentazione di questi luoghi, il desiderio della comunità di conoscere, confrontarsi, condividere riflessioni ed esperienze, la competenza e abilità dei bibliotecari nel far vivere la biblioteca. A San Matteo degli Armeni il tema "Città sane, ambiente e salute".

I principi guida del Movimento Città Sane dell'OMS e le applicazioni in Italia pongono da tempo ormai il tema dell'ambiente naturale e costruito all'attenzione di ricercatori, politici e cittadini.

Scelte di pianificazione territoriale possono favorire od ostacolare la salute degli abitanti sia che si tratti di un piccolo

borgo che di una megalopoli. Perugia sperimenta la convivenza tra un'area urbana storica di grande bellezza, il cui difficile accesso ha nel tempo stimolato continue innovazioni e nuove ed estese periferie che hanno spesso "turbato" le aree verdi preesistenti. Inquinamento atmosferico, mobilità cura del patrimonio storico abitativo e nuova edilizia urbana richiedono una visione ampia e di lungo periodo.

"I mille giorni e la prima infanzia" è stato oggetto dell'incontro svoltosi a Villa Urbani, realizzato in occasione della Giornata internazionale dell'infanzia.

L'infanzia, la sua tutela e la promozione della salute del bambino è un tema di fondo delle riviste del Centro.

Essa non è da considerarsi soltanto il periodo propedeutico alla adultità ma costituisce un tempo prezioso in se stesso: "l'uomo infatti - afferma Romano Guardini - non vedrà mai più il mondo come lo vede da bambino; l'unità dell'esistenza, egli non la sperimenterà mai più nel modo in cui la conosce adesso".

Da questo riconoscimento, sostenuto da solide realtà scientifiche, emergono tre considerazioni: innanzitutto l'esigenza prioritaria del nuovo individuo di essere amato, di relazionarsi con gli adulti di riferimento e di essere sostenuto nella sua motivazione naturale a scoprire il mondo comporta un adeguato processo di accompagnamento e sostegno; in secondo luogo il ruolo giocato dai determinanti socio-ambientali sulla salute futura dei bambini esige attenzione massima all'insorgenza di disuguaglianze; infine la complessità dello sviluppo infantile richiede un lavoro di rete tra le figure professionali che si impegnano con il bambino, la madre, la famiglia e, più ampiamente, i contesti di vita.

Tema oggetto della riflessione e dello

scambio di esperienze della giornata al Sandro Penna “Il corsivo è mio. La scrittura e i bambini nell’era digitale”. E’ dato acquisito da studi di molte discipline che le tecnologie dell’informazione e della comunicazione hanno modificato modalità di apprendere e comunicare nei contesti quotidiani di vita e di lavoro dei soggetti in età evolutiva. Le nuove generazioni vivono le nuove tecnologie come elemento naturale. L’argomento offre uno spazio di analisi sia per la promozione della salute che per la riflessione pedagogico-didattica. Da una prospettiva di salute le evidenze scientifiche ci dicono che l’evoluzione richiede milioni di anni per stabilizzarsi. Può la tecnologia digitale aver innescato un processo evolutivo nuovo e per molti versi ancora sconosciuto? E’ ipotizzabile che alcuni mutamenti ce-

rebrali avvengano in tempi così brevi? La problematica sicuramente esiste, alla luce degli studi che hanno dimostrato la plasticità del cervello.

Non esistono ancora risposte certe; sicuramente molto si gioca sul ruolo dell’educazione: attenta, scientificamente orientata e consapevole. Da questo elemento, dunque, la centralità e la necessità di affrontare il tema da una prospettiva dell’educazione con contributi della ricerca e della pratica pedagogica e psico-pedagogica.

Sviluppi futuri

La collaborazione tra Centro e Sistema bibliotecario perugino prosegue con la definizione di nuovi incontri, con l’attivazione di laboratori “Cinema-Salute” e l’organizzazione di un’esposizione della Collezione di Manifesti del Centro

nei contesti di vita della città - scuole, servizi sanitari, fabbriche - e ovviamente nelle biblioteche.

Paola Beatini, Dottore di Ricerca in Educazione Sanitaria, Centro Sperimentale per la Promozione della Salute e l’Educazione Sanitaria, Università degli Studi di Perugia



Colazione da Tiffany, Blake Edwards, 1961

La Biblioteca fa bene alla salute?

Carmen Leonbruni

Philadelphia, Jonathan Demme, 1993

L'anno scorso mi è capitato di leggere a mio nipote un grazioso libricino in cui era riportata una frase che mi ha molto colpito: "Leggi un libro al tuo bambino, crescerà più felice ed in salute." Questa frase ha stimolato la mia curiosità e mi ha spinto a ricercare una modalità per collegare la lettura, i bambini e la promozione della salute. E quale modo migliore per coniugare tutte queste esigenze se non la biblioteca?

Nel sistema bibliotecario perugino vi sono cinque biblioteche civiche ognuna con particolari caratteristiche: la biblioteca Augusta realtà storica e di conservazione, San Matteo degli Armeni volta al dialogo interculturale ed interreligioso, Villa Urbani dedicata ad un pubblico più giovane e le due biblioteche di pubblica lettura, Sandro Penna e Bibliothek collocate nei quartieri periferici più popolosi che sono in contatto con il sistema scolastico del territorio. A queste si aggiunge il Bibliobus- la biblioteca itinerante- che raggiunge zone prive di strutture bibliotecarie fisse.

Questa realtà così variegata mi consentiva di articolare il binomio "lettura-salute" tramite approcci di lavoro diversificati. Ho così proposto ai miei bibliotecari di ideare dei percorsi tema-

tici che fossero in grado di coinvolgere i fruitori dei nostri servizi e le realtà territoriali che già collaborano alle nostre iniziative. In seguito a tutto ciò sono nati diversi progetti sviluppati nell'ambito del ciclo di conferenze "La salute in biblioteca".

A San Matteo degli Armeni si è parlato di città sane dove ambiente e cultura vengono raccontati attraverso le storie e i vissuti delle persone. A Villa Urbani invece, mettendo a frutto i contatti e le esperienze maturate nel tempo si è lavorato particolarmente sul valore della lettura come supporto non solo all'educazione del bambino ma anche come rafforzamento del legame genitore-bambino nella pratica delle "fiabe della buonanotte".

Non si è affrontato il solo tema della lettura, come alfabetizzazione all'ascolto ma anche il valore formativo del gesto grafico. Infatti, alla biblioteca Sandro Penna si è messo a fuoco il valore del corsivo come stimolo e verifica dello sviluppo cognitivo del bambino attraverso il confronto con il mondo della scuola e quello medico.

Non si poteva, per concludere questa prima fase del progetto, non affrontare la lettura come supporto alla cura ed

alla promozione del benessere personale. Quale luogo migliore della biblioteca Augusta per tentare un incontro che facesse riflettere sul valore terapeutico della parola? E quale è stata la nostra sorpresa nel verificare che da più di cento anni la pratica della letteratura è stata in grado di curare!

Quali sono stati i risultati della nostra esperienza? Essenzialmente una riflessione a tutto tondo sul fatto che le biblioteche non sono un mero deposito di libri, come erroneamente si pensa, ma la convinzione che le biblioteche sono luoghi dove le esperienze maturate tramite la parola, il gesto scritto e i vissuti dei molti partecipanti agli incontri ci possono avvicinare ad una condizione di maggiore felicità.

A fronte di questa ricchezza di stimoli e di felici risultati raggiunti anche attraverso la partecipazione attiva del Centro Sperimentale per la Promozione della Salute e l'Educazione Sanitaria (CeSPES) di Perugia, ci proponiamo di attivare ulteriori esperienze che si spera, anche in futuro, possano risultare tanto fruttuose.

Carmen Leonbruni, Architetto, Dirigente U.O. Attività culturali, biblioteche e turismo, Comune di Perugia

Cultura e benessere a San Matteo degli Armeni

Gabriele De Veris

Biblioteche, ambiente, salute: azioni globali positive

La biblioteca è un luogo favorevole al benessere, poiché consente la crescita culturale e lo sviluppo della persona. E' una sede del sapere e della socialità, e facilita l'accesso all'informazione per tutti i cittadini, promuovendo l'integrazione e il superamento di diseguglianze¹

Le biblioteche pubbliche - come testimoniano i documenti IFLA (International Federation of Libraries Associations and Federations) e la pratica quotidiana di bibliotecari e bibliotecarie di tutto il mondo - a partire dal 1946 hanno compiti ben definiti e sono considerate luoghi dove le persone possono migliorare la propria vita:

La libertà, il benessere e lo sviluppo della società e degli individui sono valori umani fondamentali. Essi potranno essere raggiunti solo attraverso la capacità di

cittadini ben informati di esercitare i loro diritti democratici e di giocare un ruolo attivo nella società. La partecipazione costruttiva e lo sviluppo della democrazia dipendono da un'istruzione soddisfacente, così come da un accesso libero e senza limitazioni alla conoscenza al pensiero, alla cultura e all'informazione.

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.

Questo Manifesto dichiara la fede dell'UNESCO nella biblioteca pubblica come forza vitale per l'istruzione, la cultura e l'informazione e come agente indispensabile per promuovere la pace e il benessere spirituale delle menti di uomini e donne.

Perciò, l'UNESCO incoraggia i governi nazionali e locali a sostenere le biblioteche pubbliche e a impegnarsi attivamente nel loro sviluppo. (Manifesto IFLA/UNESCO Per le biblioteche pubbliche, 1946, 1994).

Le biblioteche lavorano per la competenza

comunicativa (information literacy), la formazione permanente, l'integrazione dei migranti, il superamento delle povertà educative, lo sviluppo.

Nel 2015 le biblioteche - in collegamento con gli Obiettivi del Millennio 2015-2030 - hanno sottoscritto la Dichiarazione di Lione per lo sviluppo.

Gli intermediari dell'informazione come le biblioteche, gli archivi, le Organizzazioni della Società Civile, i leader della comunità e i media hanno le capacità e le risorse per aiutare i governi, le istituzioni e gli individui a comunicare, organizzare, strutturare e capire i dati essenziali allo sviluppo. Possono farlo:

1. Fornendo informazione sui diritti fondamentali e i diritti acquisiti, sui servizi pubblici, sull'ambiente, la salute, l'istruzione, le opportunità di lavoro, oltre che sulla spesa pubblica a supporto delle comunità locali e delle persone, così da guidare il loro sviluppo autonomo.
2. Identificando e concentrando l'attenzione su bisogni e problemi significativi e stringenti all'interno della popolazione.

¹ Incrementare le life skills in un ambiente di vita: la biblioteca, in: La promozione della salute in tutte le politiche e professioni, a cura di Filomena Lo Sasso, Angela Smaldone, Atti del meeting nazionale SIPS 4-5 settembre 2015.

3. Mettendo in rete i portatori d'interesse al di là delle barriere regionali, culturali e d'altro genere, per facilitare la comunicazione e lo scambio di soluzioni per lo sviluppo che possano così ottenere un impatto maggiore.
4. Conservando e assicurando al pubblico l'accesso continuo al patrimonio culturale, agli archivi e all'informazione governativi attraverso il servizio delle biblioteche e degli archivi nazionali e di altre istituzioni relative al patrimonio culturale pubblico.
5. Fornendo forum e spazi pubblici per favorire la partecipazione della più ampia società civile e il coinvolgimento nel processo decisionale.
6. Mettendo a disposizione formazione e competenze per aiutare le persone ad accedere e a comprendere l'informazione e i servizi di maggiore utilità personale.
<https://www.lyondeclaration.org/content/pages/lyon-declaration-it.pdf>

Un altro esempio più vicino a noi, in cui biblioteche e benessere sono viste dal punto di vista di chi si occupa di salute, viene dalla Toscana, più precisamente dall'Azienda Sanitaria di Firenze:

Iniziativa che tendono a promuovere una cultura della salute attraverso la diffusione di conoscenze e di informazioni in grado di accrescere la capacità individuale e collettiva di autotutela nei confronti delle malattie.

Biblio Verde Passi Arte 2017: Il progetto coniuga l'educazione alla salute con l'interesse culturale. In particolare le azioni sono rivolte a contrastare la sedentarietà, fornendo stimoli ed informazioni per mantenersi in buona salute. L'obiettivo generale è quello di camminare, alla scoperta di itinerari culturali, dell'ambiente, oltre a presentare la lettura come strumento per stimolare l'interesse e la vitalità delle persone.

Parole di salute @lla tua Biblioteca: Progetto attivo dal 2006, ha lo scopo di diffondere i temi della promozione della salute tra la popolazione. Partner privilegiati sono le biblioteche comunali luogo d'incontro, di promozione e informazione sulle tematiche della salute e del benessere:

- Life skills @lla tua biblioteca. Laboratori "IO tu noi" e Laboratori "Porta chi vuoi"
- Life skills @lla tua Biblioteca. Competenze per la vita. Laboratori Biblioteche rete SDIMM
- Progetto anno 2013 "L'Angolo della salute @lla tua biblioteca"
- Lettura ... in tutti i sensi: laboratori espressivi per la promozione del benessere dei bambini nelle biblioteche del Mugello.
- Lettura in tutti i sensi nelle biblioteche di Firenze
 [da:http://www.asf.toscana.it/index.php?option=com_content&view=article&id=918%3Acultura-e-salute&catid=138%3Aeducazione-alla-salute&Itemid=53]

Le biblioteche (e chi ci lavora) sono uno snodo importante del progetto Nati per Leggere e di tutti i progetti ad esso ispirati: una rete di luoghi e di persone che ha incontrato altre reti di luoghi e persone (i pediatri, gli ambulatori, gli asili, ecc) e che ha formato una rete di reti. In Umbria, a quasi vent'anni dalla nascita, siamo riusciti a coinvolgere tutto il territorio regionale e a sviluppare collaborazioni eccellenti tra uffici, servizi, enti, istituzioni, scuole, università, professionisti e volontari.

In Umbria da più di dieci anni si sono sviluppate collaborazioni tra le biblioteche e le strutture sanitarie e di promozione della salute, a partire dall'esperienza di Nati per Leggere (di cui ricorrono i 20 anni di attività nel 2019) e poi con il progetto *IN VITRO* e la creazione di reti basate sulle

zone sociali. Anche le iniziative sviluppate durante Ottobre piovono libri e poi nel Maggio dei Libri sono state spesso collegate alla promozione della salute.

Le biblioteche sono anche ambienti, oasi di significato e di tempo privilegiato rispetto ai non luoghi e ai tempi disumani di non vita: le biblioteche sono spazi nella città - o meglio ancora spazi di vita quotidiana in un ambiente amichevole, accogliente, e possibilmente nel verde.

A San Matteo degli Armeni ospitiamo una parte della biblioteca dell'Arpa, un bellissimo giardino, un orto urbano, il Giardino dei Giusti del Mondo: la nostra biblioteca nel verde fa parte della comunità di eco biblioteche, una rete sempre più diffusa.

La biblioteca San Matteo degli Armeni ha sempre cercato di promuovere attività legate alla salute o - in senso più esteso - al benessere della persona, cercando di attuare i principi del Manifesto UNESCO / IFLA per le biblioteche pubbliche (1994): "La libertà, il benessere e lo sviluppo della società e degli individui sono valori umani fondamentali ... 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."

Il 24 maggio 2017 a San Matteo degli Armeni la conferenza Città sane, ambiente e cultura. Storie da raccontare, percorsi da costruire, ha aperto la serie di incontri "La salute in biblioteca" organizzata da CESPES e Biblioteche comunali di Perugia.

Fare esperienze positive

In biblioteca oltre a incontri collegati a Nati per Leggere o In vitro abbiamo ospitato incontri di formazione e divulgazione sulla clownterapia, il sonno, la corretta alimentazione, la Comunicazione Aumentativa Alternativa (per la quale mettiamo a di-

sposizione un computer con il programma SymWriter per la creazione di testi CAA e In Book), varie forme di meditazione, shiatsu, reiki, l'approccio alla cura, la scrittura creativa e la scrittura autobiografica. In biblioteca si sono svolti anche corsi di yoga e di mindfulness. Inoltre è attiva una collaborazione con il Festival della Psicologia, organizzato da alcuni anni dall'Ordine degli Psicologi, e con la Settimana del Cervello. Con l'Associazione Clinè è stato anche sperimentato un appuntamento mattutino mensile gratuito denominato Sportello Argento, per le problematiche relative alle persone anziane o ai loro familiari. Abbiamo inoltre partecipato a una ricerca del Corso di Laurea in Logopedia su invecchiamento e plasticità cerebrale, coinvolgendo le persone sopra i 55 anni che frequentano la biblioteca.

Tra le attività ricordiamo le frequenti collaborazioni con il Piedibus del Ben-Essere, un progetto della USL1 coordinato da

Erminia Battista. Il cammino ricorre spesso nelle proposte di lettura e nelle presentazioni di libri; Paolo Piazza, fisioterapista e poeta, ha organizzato Passi di pace, incontri itineranti nel quartiere o nel giardino della biblioteca. I gruppi di lettura sono un'esperienza di partecipazione, inclusione, scambio, relazione, conoscenza di sé, dialogo, ascolto: per questo se prepararti con cura sono una delle attività più gradite e partecipate a ogni età. Un gruppo che ha riscosso un buon risultato di partecipazione è stato ad esempio quello dedicato a "Con molta cura" di Severino Cesari, in cui era prevista anche la lettura ad alta voce a turno.

Un'esperienza di inclusione 'terapeutica' è quella del coro 'Costruiamo il coro', con incontri settimanali di prove, che coinvolge persone di varia età e provenienza, dove la musica è elemento di partecipazione per un gruppo di ragazzi di un centro diurno (CAD) che seguono assiduamente le prove

e anche le esibizioni pubbliche che vengono effettuate durante l'anno. Spesso il coro offre concerti sia all'interno delle attività della biblioteca sia per iniziative esterne.

Coltivare il benessere

Un aspetto importante di San Matteo degli Armeni è dato dalla presenza di un'ampia area verde (quasi 5000 mq), che permette di passeggiare, sedersi, leggere o conversare in tranquillità; rappresenta uno spazio privilegiato e sicuro per i bambini che frequentano la biblioteca, permettendo alle famiglie di partecipare. La presenza dei bambini ci ha spinto inoltre a modificare una parte degli spazi della biblioteca, aggiungendo libri e giochi per bambini e ragazzi, con un indubbio beneficio per le famiglie e anche per le scuole, che hanno iniziato a frequentare la biblioteca e ormai la inseriscono nei percorsi formativi.

Sempre nel giardino, grazie a un convenzione tra l'associazione di quartiere Vivi il



Borgo e il Comune di Perugia, sono stati creati nel novembre 2016 gli Orti Urbani di San Matteo degli Armeni:

Il progetto degli orti è frutto di riflessioni collettive sintetizzate da professionisti del settore, orientato verso due obiettivi: poter realizzare un orto condiviso che si armonizzi con la tradizione e la vocazione storica, urbanistica e sociale del complesso.

L'area è destinata a orti tematici: orto sinergico, orto a cassoni, zona delle perenni, bordure di aromatiche, orto etnico, orto delle rampicanti e orto convenzionale. È prevista una zona di compostaggio, impianti di irrigazione ad aspersione e a goccia.

La realizzazione di un orto condiviso in città e la sua corretta gestione con regole precise, permette lo scambio di conoscenze e saperi tra generazioni, generi, culture. In particolare il progetto è orientato a condividere pratiche colturali, cultura alimentare, rispetto ambientale, conoscenza dei ritmi biologici e stagionali. L'obiettivo da raggiungere è l'ottenimento di alimenti sani autoprodotti, di uno stile di vita salutare, per esercizio fisico e per solidarietà, l'autoproduzione di sementi, valorizzando varietà ed ecotipi locali e introducendo colture legate a specifiche culture di residenti, la diffusione di conoscenza di tecniche agronomiche di minimo impatto ambientale, l'inserimento di uno spazio vitale e vissuto adeguato al contesto.

Tra le attività abbiamo corsi di autoformazione, progetti educativi da proporre a scuole e centri estivi, per sfruttare lo spazio dell'orto nell'educazione ambientale dei bambini e ragazzi; il monitoraggio ambientale (misure meteo e inserimento di specie indicatori biologici), la stesura di un regolamento di gestione e di manuali sintetici di coltivazione per gli orti urbani, la partecipazione a gruppi di offerta/acquisto di prodotti agricoli freschi, laboratori di prima trasformazione; recupero e coltiva-

zione di specie antiche o della tradizione; erbari di quartiere, recupero e applicazione di unità di misura tradizionali nel Perugino (braccio, piede, canna) ad esempio nel dimensionamento delle aiuole e dei bancali di coltivazione.

Cura di sé, cura delle piante, cura del mondo circostante: la coltivazione dell'orto è un'attività che ha un immediato effetto sul benessere personale e sulla coesione sociale. Infatti quasi tutti i lavori dell'orto vengono svolti in gruppo, in particolare il giovedì pomeriggio è il momento dell'appuntamento collettivo dove si lavora insieme e si discutono problemi e proposte per lo sviluppo degli orti: spesso i prodotti vengono offerti, cucinati e condivisi con le persone che frequentano la biblioteca. Gli orti di San Matteo sono collegati con altri orti, ampliando le occasioni di condivisione.

La lettura che include

Ricordiamo infine due progetti che uniscono volontariato, inclusione e lettura. Leggere per me è il progetto iniziato alcuni anni fa in biblioteca Augusta come progetto di servizio civile e trasferitosi a San Matteo degli Armeni in collaborazione con la Biblioteca dell'Unione Italiana Ciechi e Ipovedenti di Perugia per la realizzazione di audiolibri, utili alle persone che, per motivazioni differenti, non possono leggere autonomamente. Per i volontari che vogliono diventare donatori di voce è sufficiente contattare la biblioteca, fare una prova di registrazione e, superata l'audizione, iniziare a leggere e registrare uno dei libri prescelti dei generi più svariati - dalla fiaba al testo universitario, dal romanzo al saggio - secondo le specifiche richieste che vengono inoltrate alla biblioteca. A questo progetto si è aggiunto da un paio d'anni una collaborazione per il Libro Parlato con il CILP. Centro Internazionale del Libro Parlato 'Adriano Sernagiotto' di

Feltre, che dal 1983 aiuta i non vedenti ad accostarsi alla lettura e allo studio. Tutti coloro che possono dedicare gratuitamente e costantemente alcune ore libere alla settimana per questa attività, nel rispetto dei tempi assegnati dal Centro, per consegnare agli utenti gli audiolibri in tempo utile devono possedere una lettura chiara, espressiva, non monotona, non declamatoria. Occorre superare un provino di lettura e poi garantire il rispetto dei tempi e della qualità di registrazione. Nel corso degli anni sono state effettuate molte registrazioni e coinvolte numerose persone che volontariamente hanno dato tempo e voce per far crescere la possibile di lettura di altre persone.

Il 3 novembre 2018 Luigi Ippolito sul Corriere della Sera pubblica "Biblioteche sotto casa (e si vive di più)", un articolo sul rapporto tra biblioteche e salute, ispirato da una ricerca realizzata in Gran Bretagna dalla Società Reale per la Salute Pubblica. Per la biblioteca San Matteo degli Armeni è una conferma ulteriore di una benefica esperienza quotidiana.

*Gabriele De Veris, Bibliotecario,
Biblioteca comunale San Matteo degli Armeni
v. Monteripido 2 - 06125 Perugia - 0755773560
bibliotecasanmatteo@comune.perugia.it*

Perugia città sana

Giancarlo Pocetta

L'occasione dell'incontro inaugurale del ciclo Incontri in Biblioteca a Perugia, dedicato a: "Città sane Ambiente e Cultura" offre una preziosa occasione per riflettere su un tema oggi di scottante attualità: quello delle trasformazioni dell'ambiente urbano che, indipendentemente dalla scala (certo, le megacittà esprimono caratteristiche e bisogni diversi dalle piccole città di provincia come Perugia) alla luce dei processi di globalizzazione e trasformazione sociale che ne stanno profondamente modificando non solo le caratteristiche strutturali ma le stesse fisionomie culturali, il senso dell'essere e del fare città. Il punto di vista dal quale io osservo queste trasformazioni è quello della salute e di come l'ambiente urbano, proprio in seguito alla ricaduta della globalizzazione, possa diventare non solo un contenitore e di rischi ma un produttore di risorse e di salute di chi vive in un contesto urbano. Comincerei col proporre la seguente affermazione che bene mette in luce il cambiamento di senso che l'ambiente urbano sta oggi attraversando: "*as globalization increasingly extends urban*

forms across the world and integrates the existing cities into vast urbanized systems of communication, transnational flows of finance, commodities, labor, images and ideas, the idea of city as an organism, defined by an internally coherent civic life and structured by clear relationships to the region, nation, and wider worlds, appears obsolete.

L'idea che trasmette è quella che va superata una visione di città come un sistema chiuso e rigidamente strutturato. Dal punto di vista della salute e della promozione della salute dei cittadini che abitano la città, acquistano quindi significato e fondatezza le nuove le classiche parole chiave con cui l'OMS indica un contesto capace di promuovere salute: Partecipazione della comunità, intersectorialità sostenibilità, orientamento internazionale. Non mi è possibile qui approfondire questi temi Tuttavia vorrei indicare una iniziativa che l'OMS ha intrapreso già da molti anni; alla quale anche l'Italia e molti Comuni italiani stanno prendendo parte. Si tratta dell'iniziativa che prende il nome di Healthy Cities" e che nel nostro Paese ha preso

la forma della Rete Italiana delle Città Sane. Il quadro di riferimento è quello definito dalla Carta di Ottawa del 1986, in cui l'OMS ha ridefinito il concetto di salute e il suo legame strettissimo con la città. Su di esse l'OMS punta, orientandone l'attività su tre punti fermi:

- l'integrazione tra le politiche di gestione diretta della salute e le politiche strategiche che appartengono ad altri settori dell'attività amministrativa ma hanno un'influenza sulla salute dei cittadini intesa in senso ampio;
- la promozione di uno sviluppo della città fondato sull'equità, sulla sostenibilità e sull'attenzione alla persona, al suo valore e alle sue esigenze;
- la partecipazione dei cittadini alle scelte politiche che hanno un effetto concreto sulla loro vita.

La rete europea di salute sana dell'OMS ha sei obiettivi strategici:

- Promuovere politiche e azioni per la salute e lo sviluppo sostenibile a livello locale e in tutta la regione europea dell'OMS, con particolare attenzione ai determinanti della salute, alle persone in condizioni di povertà e

- alle esigenze dei gruppi vulnerabili;
- Rafforzare la posizione nazionale delle città sane nel contesto delle politiche per lo sviluppo della salute, la sanità pubblica e la rigenerazione urbana con l'accento sulla cooperazione nazionale-locale;
- Generare esperienze di politica e pratica, buone pratiche, conoscenze e metodi che possono essere utilizzati per promuovere la salute in tutte le città della Regione;
- Promuovere la solidarietà, la cooperazione e i collegamenti di lavoro tra le città europee e le reti e con le città e le reti che partecipano al movimento delle città sane;
- Svolgere un ruolo attivo nel sostenere la salute a livello europeo e globale attraverso partenariati con altre agenzie interessate a questioni urbane e reti di autorità locali; e
- Aumentare l'accessibilità della rete

europea dell'OMS a tutti gli Stati membri della regione europea

In Italia, il progetto Città Sane è partito nel 1995 come movimento di Comuni per poi diventare nel 2001 Associazione senza scopo di lucro. Oggi i Comuni che fanno parte della rete sono oltre 70. I Comuni associati mirano a costruire un percorso condiviso di raccolta, analisi e diffusione degli elementi migliori e replicabili delle buone pratiche di promozione della salute.

L'impegno delle Città Sane – attraverso le amministrazioni comunali - è quello innanzitutto di promuovere la salute come priorità delle proprie politiche, dimostrando di non subire gli eventi e il progresso, ma di essere in grado di guidarli in funzione della promozione della qualità della vita dei cittadini. Alla base vi è la convinzione che proprio le città sono i luoghi che più facilmente

possono stimolare la partecipazione e aprirsi ai contributi della società civile, delle associazioni e dei cittadini. Le Città Sane sono un movimento di Comuni ove si esalta non solo la consapevolezza di essere amministratori che hanno responsabilità di governo ma anche la convinzione che, proprio in virtù della propria condizione privilegiata di rappresentanti delle istanze dei cittadini, le città sono oggi gli "strumenti" migliori per condizionare dal basso la politica regionale, nazionale ed europea e come tali devono essere "curate".

Giancarlo Pocetta, Redattore Capo de La Salute Umana Centro Sperimentale per la Promozione della Salute e l'Educazione Sanitaria, Università degli Studi di Perugia



Condivido ergo sum Villa Urbani di Perugia, biblioteca dell'inclusione

Gaia Rossetti

1. Biblioteche piene di potenzialità

Ai nostri giorni la biblioteca di pubblica lettura (l'anglosassone Public Library) non è solo un'istituzione, un luogo, un insieme di servizi. È piuttosto un organismo che partecipa delle dinamiche sociali in atto nel campo della partecipazione culturale e del consumo di prodotti intellettuali.

Questo particolare tipo di biblioteca unisce, nelle sue componenti (patrimonio, operatori e frequentatori), saperi codificati e pratiche di servizio che ambiscono ad una penetrazione del reale e ad una sua comprensione profonda e personale, e si dispiegano su molteplici livelli di espressione. In particolare l'impegno dello studio e della conoscenza si unisce, in queste biblioteche, alla libertà della lettura e all'intrattenimento culturale. Per il fatto di essere un luogo aperto, accessibile liberamente e non rigidamente strutturato per definizione, esse sono particolarmente favorevoli alla realizzazione di scambi. In questi ambienti, persone che hanno delle curiosità (verso le storie, i ragionamenti, le osservazioni o descrizioni...) incro-

ciano e scoprono persone portatrici di un sapere personale o tradizionale che ci interpella e ci comunica molti modi di guardare la vita.

Nella 'società del benessere', inoltre, la qualità della vita si fonda su aspetti immateriali, come ad esempio la tipologia del rapporto proposto dalle varie organizzazioni di servizi, ed è normale che le persone non si identifichino completamente nel proprio ruolo sociale o lavorativo: hanno altre risorse – frequentazioni culturali, passioni e competenze coltivate nel tempo libero – verso le quali sviluppano una dimestichezza particolare. Queste passioni accompagnano l'esistenza senza trovare a volte occasione di espressione o di condivisione, per cui la domanda di contesti relazionali, in cui esprimere il proprio mondo interiore o elettivo e condividerlo con altri ugualmente interessati, viene facilmente avvertita, e non può trovare sfogo nei soli canali virtuali, quali i social network di Internet. Facilmente prende forma un'aspirazione a incontrare persone reali, e la biblioteca di pubblica lettura suole costituire un ambiente oltremodo favorevole

ad accogliere proposte e percorsi di incontro/scambio culturale: un luogo meno formale dei consessi accademici, accessibile e inclusivo. D'altronde le persone vanno volentieri e si fidelizzano laddove trovano accoglienza, rispetto, simpatia o energia positiva, laddove possono intessere confronti interpersonali autentici. Quando questo accade, quel luogo diventa un contesto in grado di innescare processi creativi che promuovono la dignità della persona e che generano ricchezza in tutti i sensi.

Si può dire perciò che queste biblioteche costituiscano una risorsa molto specifica. La biblioteca di pubblica lettura - come magistralmente osservò Maurizio Vivarelli nel suo intervento a "I Mille volti della qualità in biblioteca" (Università di Salerno 20 aprile 2017) - è o può diventare:

- luogo dell'espressione, dove puoi costruire qualcosa di bello e buono, intraprendere un percorso di valore, coltivarli,
- luogo dell'incontro in cui condividere passioni e saperi e sviluppare prospettive comuni di rilancio e promozione della persona,

- luogo inclusivo, contesto positivo: la biblioteca come luogo accogliente, dove puoi entrare per trascorrere un po' di tempo in compagnia, che non ti etichetta per il tuo problema o esigenza,
- luogo dell'integrazione inter-culturale: nel raccontare e trasmettere agli altri la propria cultura si trova convergenza, partecipazione, comprensione e riconoscenza.

È tempo di osservare che la ricchezza di un servizio di biblioteca aperto e integrato alle aspirazioni sociali dei frequentatori reali e potenziali, è un frutto di questo secolo. Si pensi che fino a dieci-quindici anni fa non era neppure immaginabile che le biblioteche fossero inclusive, che sviluppassero prospettive di crescita individuale e collettiva con simili risultati e prospettive, ma la situazione sta rapidamente cambiando ed è un peccato non sapere quali realtà si muovano in questa direzione, in quante biblioteche di pubblica lettura si attuino pratiche di accoglienza e di mutuo arricchimento culturale e dove si stiano facendo esperienze significative.

Nel tentativo di passare dall'astratto al concreto e avendo difficoltà a parlare di un intero gruppo di biblioteche inclusive, proverò ora condividere con voi l'esperienza di accoglienza e collaborazione con le realtà del territorio che è maturata a Villa Urbani di Perugia.

2. Villa Urbani nel contesto cittadino

Il contesto perugino è particolarmente ricco di istituzioni bibliotecarie, essendo capoluogo di regione e di provincia, avendo Perugia due Atenei, il Conservatorio di Musica, l'Accademia di Belle Arti e tutta una tradizione di studi in ambito ecclesiale e universitario. Perugia è piena di biblioteche: comunali, universi-

tarie, ecclesiastiche, associative. In città la vita culturale si esprime in molteplici luoghi istituzionali di aggregazione: teatri, musei, biblioteche, con una molteplicità di proposte e programmi che tendono a sovrapporsi. La biblioteca non è dunque l'unica agenzia sul territorio, ma compete con altre che propongono iniziative di analogo spessore (per es. presentazioni di libri nei musei e in altre sale pubbliche). Ogni giorno, infatti, a Perugia ci sono tre o più eventi aperti a tutti, cosicché ritagliarsi uno spazio, trovare considerazione nell'opinione pubblica e avere peso all'interno delle dinamiche cittadine, richiede un impegno costante e una specifica attenzione a cogliere le istanze esplicite e latenti che i frequentatori e il contesto esprimono. In particolare Villa Urbani è una villa unifamiliare degli anni '40 posta in zona di semicentro in un quartiere anni 50-60 ad alta densità abitativa¹. Circondata da un giardino sempreverde con aiuole all'italiana di fronte alla veranda, boschetto da un lato e dall'altro, orto e limonaia nella parte posteriore, costituisce un'oasi di quiete lungo un'importante via di transito verso il centro. Questa casa esprime il modo di vivere delle 'buone' famiglie italiane ed è una biblioteca-casa nel senso che, nella struttura e nello stile, ha mantenuto un clima domestico, con il salone, la cucina, gli ambienti raccolti, il giardino e la terrazza. Per la sua stessa conformazione consente lo svolgimento in parallelo di molteplici attività: studio, lettura, corsi, incontri culturali, lettura ad alta voce, attività musicali e multimediali.

¹ Fu progettata da Pietro Fringuelli per volere del tipografo e litografo perugino Mario Urbani e rimase alla famiglia fino alla cessione al Comune databile alla fine degli anni Ottanta.

Il giardino, ricco di alberi ad alto fusto che conferiscono vivacità e ricchezza all'ambiente, consente di studiare/leggere all'aperto, di connettersi in Wi-Fi, di chiacchierare o riposare in uno spazio naturale: si può fruire del verde accedendovi direttamente dalle numerose aperture, studiando e ammirando il panorama in profondi balconi o anche soltanto alzando lo sguardo dal tavolo di lavoro.

Dal 2013 il personale della biblioteca ha sviluppato percorsi didattici originali per le scuole e proposte di promozione della lettura e della scrittura per persone di ogni età e provenienza, incrementando notevolmente l'utenza e stabilendo un circuito fecondo. Ci siamo posti all'ascolto dei nostri utenti, cercando di lavorare per tipologie di destinatari. Presto e in modo sempre più consapevole gli stessi frequentatori hanno espresso esigenze, richieste e proposte cui abbiamo cercato di corrispondere avviando cicli di incontri, laboratori, e attività. Queste esperienze si sono replicate, sviluppate e articolate in ulteriori occasioni di confronto e crescita condivisa, con proficue e sorprendenti intersezioni tra persone e competenze diverse, in occasione di ricorrenze particolari e in funzione di categorie specifiche.

Una volta avviato questo processo, a Villa Urbani sono stati i frequentatori a farsi avanti per condividere e comunicare le proprie esperienze para-professionali, le proprie passioni, in un processo elettivo di ricerca e di proposizione di occasioni di crescita, in forma gratuita e generosa, con grande investimento personale, entusiasmo e direi coraggio, nel senso che uomini e donne stranieri e italiani di tutti i tipi provano nuove prospettive e sperimentano un modo di reagire alla recessione attuale in for-



ma condivisa, allargata, comunicativa. Questo movimento non è però spontaneo, va innescato mediante un'attitudine a chiarire che tutto questo è possibile e viene anzi visto con favore, per cui le opportunità di espressione aperte a tutti vengono non tollerate o permesse, ma intercettate, favorite e sostenute.

Lo scambio, la proposizione, la valorizzazione delle risorse umane del contesto si accompagnano ad uno stile di servizio discreto, in grado di fare da supporto e sfondo per questi tentativi, abbinando attori e contenuti, curando la qualità delle proposte, intercettando il pubblico di riferimento. Il programma è sempre più fitto e articolato con proposte per persone di ogni età, portatori di handicap, persone con disagio, stranieri e giovani mamme: dibattiti, incontri culturali, gruppi di lettura e di scrittura, cineforum, corsi che vanno dall'informatica al disegno e al tango. Tutte le attività sono realizzate con il concorso di vo-

lontari, attingendo al potenziale umano del territorio, promuovendo l'impegno generoso e valorizzando il capitale e la dignità delle persone.

3. Tipi diversi di attività

In una biblioteca di pubblica lettura i bibliotecari hanno modo di captare e intercettare bisogni e attese individuali, da cui partire per la formulazione di proposte da estendere a categorie sociali, a fasce di popolazione con orizzonti e attese comuni. Ecco alcuni esempi: una signora si lamenta di non saper usare il computer e di non riuscire a seguire corsi con programma troppo cadenzato. La mamma di un bambino di dieci anni e lettore 'forte', fa presente che suo figlio è particolarmente solitario in questa passione, non avendo a chi raccontare ciò che vive e legge nei libri. L'insegnante di sostegno racconta con rammarico le giornate troppo vuote di ragazzi con disturbi cognitivi.

Le risorse sono emerse quando un disoccupato di lungo periodo si è sentito in grado di condurre il cineforum per il quale chiedevo aiuto, e vi si è dato anima e corpo sentendosi riscattato umanamente e socialmente; quando una donna colta e coltivata ha avviato un gruppo di scrittura autobiografica che è diventato gruppo di confronto e di scandaglio della realtà a partire dalla risonanza di pagine letterarie, gruppo impegnato che dibatte e sviluppa visioni e approfondimenti che periodicamente offre alla città in recital, collettive di pittura e produzioni librarie²; quando è nato un gruppo di mutuo aiuto per la ricerca del lavoro: "Io cerco lavoro", quando il Knit Café riunisce signore di ogni età e di ogni provenienza (anche ragazze nigeriane

² Dal recital è nato un libro ed è in preparazione un cortometraggio: *La città tra desiderio e utopia. Perugia tra voci, suoni, immagini e memoria*. Raccolta a cura di Bruno Mohorovich, Perugia: Bertoni editore; 2016.

che risiedono in strutture di accoglienza) per sferruzzare in compagnia completini di lana per bambini prematuri da donare al reparto di neonatologia del locale l'ospedale. Ci sono, del resto, anche due gruppi di lettura per ragazzi delle scuole medie.

Abbiamo fatto leva sui nostri utenti, chiedendo loro: cosa puoi offrire alla biblioteca e alle persone? Quali passioni, quali contenuti e quali sguardi particolari sul mondo e sull'interiorità sei in grado di comunicare dinamicamente agli altri in cerca di una comune espressione e soluzione?

Per comunicare un sapere, condividere un modo di leggere la realtà in un gruppo, condividere riflessioni e osservazioni, occorre passione, sensibilità, dedizione, voglia di mettersi in gioco, non servono titoli di studio e status di cattedratici. Perugia è del resto ricca di persone colte e pienamente formate e la rosa dei protagonisti è ampia e variegata.

Ai gruppi che si formano viene poi proposto di restituire in qualche forma ciò che hanno preso o ricevuto in biblioteca. Fare qualcosa per gli altri, impegnarsi in un allargamento della rosa delle opportunità o delle risorse materiali e culturali. Così la signora polacca che aveva seguito un corso di lingua e cultura italiana per donne straniere si lascia coinvolgere e prende in mano l'organizzazione della festa natalizia secondo la tradizione polacca nell'ambito della rassegna cittadina Il volto dell'Europa che, nel 2016/17, è stato dedicato alla Polonia; l'uomo afasico e a ridotta mobilità propone a bambini e genitori un laboratorio di mosaico nell'ambito delle Creatività da tutto il mondo; al gruppo di scrittura autobiografica viene chiesto di proporre qualcosa per San Valentino. L'artista che svolge corsi di disegno e pittura promuove il concorso culinario Il quadro nel piatto per assaporare le grandi opere d'arte con gli occhi ed il

palato; per il ciclo di incontri Alla scoperta delle professioni particolari, rivolto ai ragazzi dell'alternanza scuola/lavoro, utenti della biblioteca si presentano e parlano del loro lavoro, di come siano arrivati a ritrovarsi e a scegliere quel ruolo e quello stile di vita lavorativa. In questo modo il contraccambio e la reciprocità diventano modi in cui persone comuni, riservate, timide, semplici trovano spazi e risorse per aprirsi, conoscersi, comunicare il proprio mondo, unire le forze, fare qualcosa insieme. Per comprendere meglio di cosa si tratta mi soffermerò su un evento programmato da tempo.

Una signora in pensione, membro del gruppo di autobiografia, mi porta un suo manoscritto insistendo perché lo legga³. È un'amante del ballo e da anni

³ Non potendo dedicare tempo alla lettura, chiedo confidenzialmente assicurazione alla coordinatrice del gruppo autobiografico, e l'accenno di un signore che mi riferisce di



frequenta regolarmente una sala da ballo del territorio: le sue memorie sono tutte incentrate sugli incontri e i ricordi relativi a queste serate danzanti. Le propongo di collegare la sua iniziativa ad una ricorrenza ufficiale e insieme verifichiamo che la giornata della danza cade in quel periodo. Per preparare l'incontro, Ginger – così preferisce comparire nella locandina per discrezione ed umiltà – chiede aiuto ad una frequentatrice della biblioteca esperta in informatica che più volte si è dedicata al supporto audio-video di incontri pubblici letterari. Si prepara il manifesto, la notizia viene comunicata nei consueti canali della biblioteca e si arriva al giorno fatidico. In sala almeno 20 persone, amici e frequentatori della biblioteca. Il racconto anonimo, ma reale, si snoda tra brani musicali⁴ e brevi step di ricordi letti a voce alta con ritmo calibrato. Alcune risate e un grande applauso concludono l'incontro e Ginger è raggiante. Non è l'esibizione di una scrittrice in erba, neppure il riscatto di una vita, ma piacere puro di esprimere il patrimonio di vita vissuta in una forma gradevole e artistica. Le persone in sala ricambiano con affetto la fatica emotiva e la forza di essere uscita allo scoperto anche su temi sensuali e sessuali non facili per una donna della sua età. Tornando in biblioteca per ringraziarmi, mi propone di ripetere la serata per coloro che non erano potuti intervenire.

Per queste vie, il destinatario di un'azione culturale diventa promotore e attore in un processo che tende ad abbracciare tutte le categorie e a trovare legami molteplici e fecondi. All'inizio tutti si una cenetta conviviale del gruppo allietata da queste letture veramente spiritose ed esilaranti, mi persuade della bontà della cosa.

⁴ In cui Ginger scuote appena la testa seguendo il ritmo dei brani scelti.

sentono inadeguati, ma i bibliotecari concorrono nell'organizzare il tutto in modo che la proposta possa essere sostenuta ed accolta nel contesto della biblioteca. Contesto benevolo, familiare, basato sul volontariato e quindi sempre positivo anche se non tutte le proposte ottengono la stessa accoglienza e lo stesso successo.

Riferirò ora qualcosa intorno alle iniziative orientate a includere gli stranieri⁵. Stranieri che tante volte sono oggetto dell'attenzione di amministrazioni interessate ad integrarli, o per meglio dire ad assimilarli, trovano così il modo di farsi portatori di un dono originale e profondamente sentito: un poeta del loro paese, con brani letti nella lingua madre. Sono persone comuni, vicini di casa, colleghi di lavoro, hanno bambini che vanno a scuola insieme ai nostri figli e ci parlano del loro patrimonio culturale, spontaneamente esprimono e comu-

⁵ La prima è Il filo delle parole: letterature straniere proposte e lette da madrelingua residenti. Dal 2013 si sono svolti i seguenti incontri: Letteratura ceca, a cura di Alberto Cassone; Letteratura peruviana, a cura di Walter Macca Linarez; Letteratura finlandese, a cura di Irene Sorrentino; Letteratura macedone, a cura di Jovana Karamikikj; Letteratura indiana, a cura di Ladis Kumar Anthony Xavier; Letteratura coreana, a cura di Heejin Kim; Letteratura ceca, a cura di Alberto Cassone; Letteratura ucraina, a cura di Krystyna Krychkovska; Letteratura albanese, a cura di Jorida Rexhepi; Nuovi (autori) italiani. Sulla letteratura dell'Italia multiculturale, a cura di Ugo Fracassa; Letteratura persiana, a cura di Elahe Zomorodi; Letteratura albanese, a cura di Elonia Tresca; Letteratura portoghese, a cura di Vera Lucía de Oliveira; Letteratura albanese, a cura di Elonia Tresca; Letteratura scozzese, a cura di Gill Evans; Letteratura francese, a cura di Liliana de Donato e Gaia Rossetti; Letteratura austriaca, a cura di Julia Klemesch.

nicano una sensibilità, dei temi e i sentimenti con l'energia creativa specifica e originale delle proprie radici. Sono residenti, che hanno scelto di risiedere in questo paese, ma che non dimenticano e anzi riscoprono il valore del loro origini. L'empatia è forte, spesso rasenta la commozione. Gill Evans, scozzese, prova un senso di liberazione profonda nel presentare un poeta negato anche in patria per via della supremazia della letteratura inglese. Walter Macca Linarez, peruviano, legge Cesar Vallejo pieno di pathos e quando gli chiedo che studi ha fatto, confessa sorridendo di non avere fatto l'università e di fare il fornaio. Elahe Zomorodi, dopo aver offerto uno spaccato della realtà sociale del suo paese, l'Iran, offre il tè sul samovar.

A seguito di questi incontri abbiamo conosciuto e festeggiato ricorrenze giapponesi (Giorno delle bambine e Giorno dei maschietti), ebraiche (Purim, Rosh HaShanah), polacche (il Natale secondo la loro tradizione), abbiamo allestito un centro estivo, La torre di Babele, sulle lingue e culture straniere con animatrici madre-lingua, abbiamo avviato El cine en español, appuntamento quindicinale con il cinema in lingua, hanno preso il via tanti corsi di lingue minoritarie (ucraino, finlandese, cinese, ebraico moderno) offerti con il piacere di comunicare la propria lingua e ci sono stati pure dei casi in cui queste esperienze hanno preso piede finendo per trasferirsi in un centro linguistico esterno alla biblioteca. Intanto, nell'anno dei mondiali di calcio in Brasile, si è svolta la Festa Brasileira nel giardino di Villa Urbani con un programma completo ed articolato per età, con intrattenimenti culturali e assaggi culinari specifici e originali. L'allargamento inclusivo fa sì che l'esperienza della biblioteca varchi la so-

glia di Villa Urbani e si apra al territorio. Nell'ottobre 2016 Biblioteca Villa Urbani è invitata a partecipare a Fa' la cosa giusta Umbria svoltosi a Bastia Umbra: una fiera del consumo critico e degli stili di vita sostenibili, in cui la biblioteca si presentava appunto come un contesto virtuoso: la Living Library, la biblioteca in carne ed ossa intesa proprio come crocevia di circuiti virtuosi di persone che testimoniano il valore di un'esperienza di gruppo.

Queste attività hanno fatto emergere le risorse qualificate di persone che si sono messe in gioco con alto senso del servizio e che trovano in biblioteca uno spazio elettivo per comunicare i propri interessi e saperi, un completamento di sé e della propria professionalità o vocazione interiore, un'occasione per dare senso alla propria vita, per progredire insieme, in risposta anche alle negatività di una società che non sa solo includere ma anche escludere. Chi ha una passione da condividere, o almeno un interesse e lo manifesta, trova in questo spazio un'occasione per mettere in circolo questo sapere, e tanti, che vengono per curiosità, per provare e per vedere, poi intervengono, si aprono, sono essi stessi portatori di idee e proposte.

Questo accade a vantaggio dei bambini, delle famiglie, degli adolescenti, dei ragazzi con problemi fisici e psichici, dei disoccupati, degli emarginati e via dicendo.

4. Partendo da qualche dato quantitativo

Nell'anno 2016, 7500 persone si sono accostate a più riprese a quest'ambiente e, frequentandolo, hanno imparato non solo a utilizzarlo, ma anche a prendervi parte attiva. Sono stati realizzati 550 incontri con il contributo creativo ed

elettivo di tanti che si sono adoperati al servizio del sapere e della comunità. La ricaduta sui servizi è misurabile dai prestiti, che ammontano a 17.000 a fronte dei 18.000 documenti circa che costituiscono il patrimonio della struttura. Come bibliotecari ci siamo impegnati con le scuole di ogni ordine e grado accogliendo e animando la visita di 165 classi, con 3500 studenti in transito. Tutto questo in 292 giorni di apertura e corrispondenti a quasi 2250 ore, 140 frequentatori al giorno e 4 operatori di cui 2 part-time.

Le persone vengono in biblioteca attratte dalla proposta di attività, poi vengono invitate a prendere un libro, un dvd, che poi verranno a restituire in un circuito virtuoso che si allarga a nuove opportunità e si traduce in propensione a fare un salto in biblioteca anche solo per sapere come va cosa c'è è sempre promettente. Cosa cercano le persone in biblioteca? Nelle biblioteche le persone cercano varie dimensioni: un luogo silenzioso e raccolto, per staccare nel quotidiano e rilassarsi, per volare alto con il pensiero; un luogo in cui in cui incontrare altri ragazzi⁶, un luogo per la famiglia, un'occasione per imparare, confrontarsi, fare esperienze significative di approfondimento e condivisione. Le persone chiedono di essere riconosciute, di essere accolte in luoghi personali all'opposto dell'impersonalità di certi ambienti. Le biblioteche devono cercare di rispondere all'ideale di biblioteca che ciascuno coltiva in sé. Gli studenti diventeranno presto dei professionisti, dei genitori e potranno continuare a frequentare le biblioteche in ogni stagione

⁶ In realtà tutte le biblioteche sono frequentate da studenti che in un contesto come Perugia sono connaturati al tessuto sociale della città.

della loro vita per l'aggiornamento continuo, per il tempo libero, per espandere le proprie conoscenze e curiosità, per sviluppare nuove prospettive di crescita individuali e collettive.

Quando poi si ventilò la messa all'asta di Villa Urbani, una petizione popolare con oltre 2500 firme fu presentata al sindaco per scongiurare l'ipotesi di vendita dell'edificio e trasferimento della biblioteca. Nel giugno 2014 prende forma l'idea di realizzare un cortometraggio Il posto di tutti progettato e realizzato da un bel gruppo di frequentatori⁷. Inoltre, per iniziativa di un nostro utente, la biblioteca partecipa ad un concorso di un magazzino del fai da te, e può attrezzare e aprire al pubblico il terrazzo estivo, mai sfruttato prima. Al congresso nazionale Afasici svoltosi ad Assisi nel maggio 2016, la sez. umbra dell'Associazione A.It.A propone l'esperienza fatta alla biblioteca Villa Urbani come modello e opportunità per i gruppi di mutuo aiuto di afasici. Nascono e si sviluppano collaborazioni fra persone che hanno diverse competenze: una teatrante e due insegnanti di filosofia propongono Happy Hour seminario di teatro e filosofia per adolescenti. Da più parti sorge l'esigenza di beneficiare della struttura anche oltre l'orario di apertura, per attività rivolte a lavoratori, giovani, ecc. e si costituisce un gruppo di studio per mantenere aperte le sale della biblioteca nei pomeriggi estivi.

La gratuità ha costituito un aspetto distintivo del modo di sostenere queste attività, per non farle arenare, per non imbrigliarle in pastoie burocratiche e selettive: la biblioteca sposa le attività e concorre alla loro comunicazione, partecipa del circuito attivato, chiede il

⁷ Iscritto al concorso "A corto di libri", Edizione 2014.

contraccambio.

Villa Urbani si presenta perciò proprio come il posto di tutti, luogo di una progettazione integrata ad opera di tanti animatori, bibliotecari gestori, utenti partecipi e cittadini. Intendo dire che noi che vi lavoriamo restiamo sempre più nell'ombra quali garanti della continuità, di un livello culturale adeguato e curato, di un accesso democratico, di uno stile improntato alla gratuità e alla valorizzazione, mentre sono gli altri a vivere la biblioteca come una risorsa da condividere.

La biblioteca di pubblica lettura garantisce e favorisce un contesto civile, educato, quieto, allegro, aperto, ricco di opportunità, diviene punto di riferimento, un laboratorio in cui sperimentare nuove vie, dove sentirsi insieme di fronte ai problemi, dove reagire alla stasi sociale ed economica che inchioda a ruoli fissi, esclude le persone dal mondo del lavoro, rende difficile superare la genericità: gli stessi cittadini sentono di poter dire e fare qualcosa per sé, per gli altri, per migliorare il proprio contesto di vita.

Sono certamente molte le realtà bibliotecarie in cui con lo stesso spirito si cerca di suscitare la partecipazione dei frequentatori e degli appartenenti al bacino di riferimento. Sarebbe importante che queste realtà superassero l'ambito locale e facessero parlare di sé su scala nazionale e non soltanto in ambito professionale, come esperienza di democrazie e opportunità di crescita condivisa.



*Gaia Rossetti, Bibliotecaria Biblioteca
Comunale Villa Urbani, Perugia
0755772960/2961 / fax 0755722472
biblio.villaurbani@comune.perugia.it
via Pennacchi, 19 - 06124 Perugia*

Vaccinazioni: tra educazione e servizio

Alfredo Notargiacomo



La materia “vaccinazioni” ha ultimamente rappresentato un momento di grande impatto sui cittadini in quanto oggetto di “scontri” a volte intensi tra coloro che ritengono necessario applicare quanto previsto dalle norme e quelli che invece professano libertà totale di scelta del singolo cittadino. Negli ultimi quindici anni era stato avviato un percorso culturale che mirava all’adesione consapevole e volontaria dei cittadini alle vaccinazioni come strumento di prevenzione. Piuttosto che produrre un aumento consapevolmente delle coperture vaccinali, tale percorso, a causa di una ridotta percezione dei rischi legati alle malattie infettive, di una maggiore circolazione di informazioni facilmente accessibili spesso del tutto prive di fondamento scientifico, della correlazione falsa tra alcune vaccinazioni e alcune patologie (morbillo e autismo), ha in qualche modo contribuito a determinare il mancato raggiungimento delle coperture vaccinali ottimali. Ad esempio, quelle relative a morbillo e rosolia nel 2013 corrispondevano al 90,4% mentre nel 2015 si sono drasticamente ridotte al 85,3%.

In considerazione di motivazioni epide-

miologiche, delle evidenze scientifiche e della presenza sul mercato di nuovi vaccini che hanno diminuito il numero di somministrazioni necessarie a garantire le coperture ottimali, si è arrivati alla definizione di un nuovo Piano Nazionale Vaccini, approvato nel febbraio 2017, che ha rivisto sostanzialmente tutto il quadro dei vaccini da somministrare, non più solo in età pediatrica/adolescenziale, interessando anche gli adulti ed investendo quindi tutta la vita di una persona (Tab. n. 1).

Contestualmente, a seguito della situazione che si stava delineando in merito all’abbassamento delle coperture vaccinali che non riguardavano più soltanto le vaccinazioni “non obbligatorie/consigliate/facoltative” come il Morbillo, parotite e rosolia, ma anche di quelle “obbligatorie” scese ben al di sotto della faticosa soglia del 95% raccomandata dall’OMS (es polio 93,3%, difterite 93,6%, tetano 93,7%, pertosse 93,6% e epatite B 93%) e del fatto che dall’inizio dell’anno in Italia erano già stati registrati più di 3.600 casi di morbillo con 3 decessi, delineando quindi una situazione inaccettabile per un Paese con un Sistema Sanitario come il nostro, il Governo, nel luglio 2017,

ha emanato una Decreto Legge sulla Prevenzione Vaccinale che ha definito l’obbligatorietà, a seconda dell’età, di 10 vaccini. Queste vaccinazioni sono diventate un requisito per l’ammissione all’asilo nido e alle scuole dell’infanzia (per i bambini da 0 a 6 anni) e un obbligo con una sanzione pecuniaria, in caso di inadempimento, per i minori da 6 a 16 anni.

Le successive circolari esplicative del Ministero della Salute e del Ministero dell’Istruzione, Università e Ricerca hanno indicato i compiti dei servizi sanitari, delle scuole e dei genitori.

Tutto ciò ha creato nei servizi vaccinali problemi di natura organizzativa e di relazione: problemi organizzativi, basti pensare alla mole di lavoro, da parte degli operatori presenti presso un Centro di Salute come quello di Perugia Centro, necessaria a soddisfare in pochi giorni l’invio di circa 10.000 certificati vaccinali ad altrettanti ragazzi, da 0 a 16 anni di età, residenti nel proprio territorio di riferimento; problemi di relazione, in quanto contestualmente è stata avviata la fase di individuazione e di richiamo formale di tutti i soggetti da 0 a 16 anni non in regola con l’obbligo

Vaccino	0gg-30gg	3° mese	4° mese	5° mese	6° mese	7° mese	11° mese	13° mese	15° mese	⇨	6° anno	12°-18° anno	19-49 anni	50-64 anni	> 64 anni	Soggetti ad aumentato rischio	
DTPa**		DTPa		DTPa			DTPa				DTPa***	dTpaIPV	1 dose dTpa**** ogni 10 anni			(1)	
IPV		IPV		IPV			IPV				IPV						
Epatite B	EpB- EpB*	Ep B		Ep B			Ep B									(2)	
Hib		Hib		Hib			Hib									(3)	
Pneumococo		PCV		PCV			PCV								PCV+PPSV	(4)	
MPRV								MPRV			MPRV					(6)	
MPR								MPR + V			MPR + V					(5)	
Varicella																(6)	
Meningococco C								Men C ^d				Men ACWY congiato				(7)	
Meningococco B**		Men B	Men B		Men B			Men B									
HPV												HPV ^e : 2-3 dosi (in funzione di età e vaccino)				(8)	
Influenza															1 dose all'anno	(9)	
Herpes Zoster															1 dose ^f	(10)	
Rotavirus		Rotavirus ^g (due o tre dosi a seconda del tipo di vaccino)															
Epatite A																(11)	

vaccinale. Tale richiamo è stato effettuato inviando inviti con raccomandate a decine di genitori invitati a colloqui in orari dedicati, al di fuori delle normali sedute vaccinali, al fine di comprendere le motivazioni alla base della mancanza dell'adempiimento dell'obbligo.

Questo aspetto, in particolare, ha messo in difficoltà i servizi in quanto è stato

necessario, ad esempio, individuare una procedura standardizzata che venisse applicata da tutti gli operatori dei servizi di vaccinazione.

In conclusione, ritengo che l'applicazione di tale legge abbia evidenziato la necessità, da parte degli operatori di sanità pubblica, di far comprendere meglio, probabilmente con altri linguaggi e modalità

comunicative, la necessità e l'importanza dell'atto vaccinale che non può essere inteso come un atto puramente legato al singolo individuo ma come qualcosa che va a tutelare la comunità in cui si vive.

Alfredo Notargiacomo, Medico Specialista in Igiene e Medicina Preventiva, USL Umbria 1, Regione dell'Umbria

Lo schema sintetico degli obblighi vaccinali, in relazione all'anno di nascita è riportato di seguito.

Anno	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017 ->
anti-poliomielitica	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
anti-difterica	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
anti-tetanica	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
anti-epatite B	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
anti-pertosse	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
anti- <i>Haemophilus influenzae</i> tipo b	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
anti-morbillo	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
anti-rosolia	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
anti-parotite	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
anti-varicella																	X

I vaccini siamo noi...

L'intervento di una mamma

“Appuntamento con il pediatra” generalmente significa una mezz'oretta di sala d'aspetto, tenendosi a dovuta distanza da altri piccoli pazienti potenzialmente contagiosi, e pochi minuti di confronto con lo/la specialista, per poi aspettare il/la segretaria con i certificati e le ricette mediche. Tutta l'attenzione è concentrata sulla problematica in atto e sulla cura, attesa di guarigione e di gestione dell'ansia parentale.

Un bilancio di salute può avere tempi un po' più dilatati, ma maggiormente enfatizzati su curve di crescita, percentuali, standard, risposta alle aspettative di successo fisico e sociale. E così le richieste di confronto, chiarimento o spiegazioni spesso di risolvono con la stampa di qualche pagina internet discretamente accreditata, divulgativa, chiara.

La diffusione dei mezzi di comunicazione personali permette di gestire questa richiesta di conoscenza attraverso reti di mamme/genitori, di gruppi tematici, ma quanto sono approfondite e circostanziate le informazioni così ottenute è un parametro affidato solo alla discrezione ed all'intuito. E questa difficoltà comunicativa è emersa in tutta la sua problematicità lo scorso anno, nei mesi a cavallo tra l'estate e l'autunno, relativamente alla nuova legislazione sulla copertura vaccinale. In tutta fretta l'Italia ha approvato l'obbligatorietà di 10 vaccini per la fascia d'età 0-6 anni, con sanzioni per i trasgressori e divieto dell'iscrizione (o comunque dell'accesso) alla scuola pubblica, almeno fino al reintegro della percentuale necessaria per ottenere l'“effetto gregge”.

Dopodiché è stata prevista anche una campagna straordinaria di sensibilizzazione per la popolazione sull'importanza delle vaccinazioni per la tutela della salute, ma

che avrebbe avuto inizio il 1 giugno 2017, praticamente in concomitanza con la campagna vaccinale e praticamente a legge già approvata. Successivamente, per l'anno scolastico 2017/2018, sono state previste numerose iniziative di formazione del personale scolastico e di educazione degli studenti sui temi della prevenzione sanitaria e in particolare delle vaccinazioni, che implicheranno anche il coinvolgimento delle associazioni dei genitori, il tutto però – mi ripeto – quando già il consenso e la libera scelta dei genitori o dei responsabili di un minore, previsti dalla normativa precedente, erano decaduti di fronte all'obbligatorietà. Una anomalia, dunque, che sembrava cercare di ottenere a posteriori quel consenso nell'opinione pubblica che era sceso negli anni, tanto da portare il numero di vaccinati al di sotto della soglia di garanzia.

Queste contraddizioni sono state, essenzialmente, il nodo problematico sul quale hanno cercato di confrontarsi genitori e pediatri di libera scelta nell'occasione dell'incontro «I 1000 giorni e la prima infanzia», evento interno alla serie di incontri “La salute in Biblioteca”. La delicatezza del tema, in pochissimi mesi, ha generato una pleora di falsi miti, informazioni e disinformazioni all'interno delle quali, con notevole difficoltà, ogni genitore ha cercato di formarsi un'opinione valida, rapportando la percentuale universale e il beneficio sociale con il rischio potenziale per il proprio figlio. Ma, al di là della veridicità o meno delle notizie correnti, l'anomalia “storica” rimane. Ovvero: correva l'anno 1967 quando venne introdotta per la prima volta l'obbligatorietà nell'ambito delle vaccinazioni infantili. Per quasi trent'anni la situazione ha tenuto ed ot-

tenuto la copertura richiesta. Poi, verso il 1994, inizia la discussione ed il cammino e gli emendamenti e le sanatorie che hanno fatto sì che, nel 1999, la legge venisse rivista nell'ottica della libera scelta, supportata da una corretta informazione su rischi/benefici. 18 anni, successivamente, nei quali, a livello di istituzioni sanitarie, tale “corretta informazione” non è stata fatta, il dialogo (in)formativo è stato fatto languire sotto il peso delle urgenze e del numero di pazienti e i miti più o meno falsi hanno preso il posto delle certezze; in sintesi la percentuale dei vaccinati è scesa al di sotto della soglia minima raccomandata dall'Organizzazione mondiale della Sanità, il 95% della popolazione.

Per recuperare il tempo e il numero perduto, a questo punto, invece di risvegliare il dialogo, è stata imposta la volontà dall'alto, introducendo l'obbligo e posticipando poi l'informazione a vaccini fatti. Una contraddizione logica o, quanto meno, una non consequenzialità causa-effetto. E l'asprezza con la quale è stato condotto il dibattito fra le varie posizioni (che man mano si sono moltiplicate, accorpate, frantumate) ha spesso fatto uscire dai confronti le persone con più dubbi o più intolleranze di quelli dell'arrivo. Ed anche maggiori scrupoli morali perché i rischi individuali dati dagli effetti collaterali della misura preventiva venivano minimizzati sullo sfondo del benessere collettivo. In biblioteca si è cercato di superare queste dicotomie e condurre un incontro di conciliazione fra le varie ottiche perché i dubbi effettivamente potessero evaporare al sole.

*Claudia Avitabile
Mamma, antropologa, formatrice*



il commento di una mamma

Al giorno d'oggi non si può certo affermare che noi mamme non abbiamo la possibilità di essere informate sulla salute e sui servizi dedicati ai nostri piccoli nei loro fatidici "primi 1000 giorni di vita", anzi tale informazione è simile ad un bombardamento di nozioni che però il più delle volte destabilizza e confonde.

Proprio per questo motivo l'incontro come quello tenuto a Villa Urbani il 16 Novembre 2017 è stato utile e anzi necessario per la sottoscritta e per tutte le mamme intervenute: relatori competenti, professionalità e volontà di condividere e mettersi a disposizione del cittadino sono

un aiuto importante di fronte alle ansie e ai dubbi di genitori abituati ad andare troppo di fretta in una società poco propensa all'ascolto; se poi tutto ciò avviene in un luogo familiare ed accogliente come la Biblioteca Villa Urbani non posso che augurarmi che eventi come questi si ripetano e anzi si moltiplichino come modello di cittadinanza attiva e moderna.

Lucia Livi madre di Valentina, 2 anni

Momento narrativo

Nella giornata dedicata alla rivista La Salute Umana presso la biblioteca Villa Urbani, incentrata sui primi 1000 giorni del bambino, tra una conferenza e l'altra sono stati inseriti degli intermezzi narrativi. L'idea era quella di far provare lo scambio che la lettura di un libro crea tra un adulto e un bambino.

Il binomio bambino-genitore nella lettura ha particolare evidenza, trattandosi di innescare un'empatia che consenta un trapasso felice e spontaneo non solo di cure e attenzioni, ma anche di tradizioni e storie. Il valore unitivo di questa pratica sta nel fatto che padre e figlio vivono la storia nello stesso momento e dallo stesso punto di vista, quello del protagonista. Il bimbo che non sa leggere, partecipa e arricchisce di osservazioni il racconto che pagina dopo pagina si dipana: guarda le illustrazioni, apre finestrelle e tocca in-

serti materici inseriti ad arte. Nei racconti si abbraccia la realtà e si dà forma ai desideri e alle paure. La narrazione condensa e sviluppa i piccoli/grandi eventi della vita, e offre al bambino e al genitore parole, spazi ed azioni per oggettivare situazioni, sentimenti e modi di reagire, che si traducono in esempi o modelli sia positivi che negativi. Se il genitore coglie la forza di questa comunicazione, vive il libro come l'occasione per una complicità esclusiva e profonda, ricca di rimandi e di scambi ulteriori.

Per coinvolgersi nella lettura occorrono buoni libri e un esempio, uno spunto narrativo da replicare in famiglia, nell'intimità domestica. Ecco che la biblioteca entra in campo come agenzia specializzata in libri moderni, aggiornati e adeguati al gusto anche grafico dei genitori di oggi, ma anche come luogo in cui con-

dividere la scoperta della lettura come fatto sociale. La biblioteca Villa Urbani offre alle famiglie un appuntamento regolare con la lettura, il Giovedì da favola in cui vengono proposti libri e narrazioni in un clima disteso e partecipato. Bambini e genitori vengono per un momento insieme, incontrano altri bambini e genitori, ascoltano storie e scoprono libri su cui cimentarsi e tornare a divertirsi in altri momenti domestici. Ogni incontro si conclude con la scelta di materiali da portare a casa in prestito gratuito e sono i bimbi stessi a scegliere la lettura preferita da replicare a casa, con i genitori. La lettura ai bambini è una pratica che richiede passione e sapienza, bisogna modulare il tono della voce a seconda dei personaggi, dosare le pause, prolungare i suoni; così genitori e figli crescono insieme.



Biblioteca Sandro Penna: Le biblioteche pubbliche, luoghi promotori di salute

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 adattarvisi».

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 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.

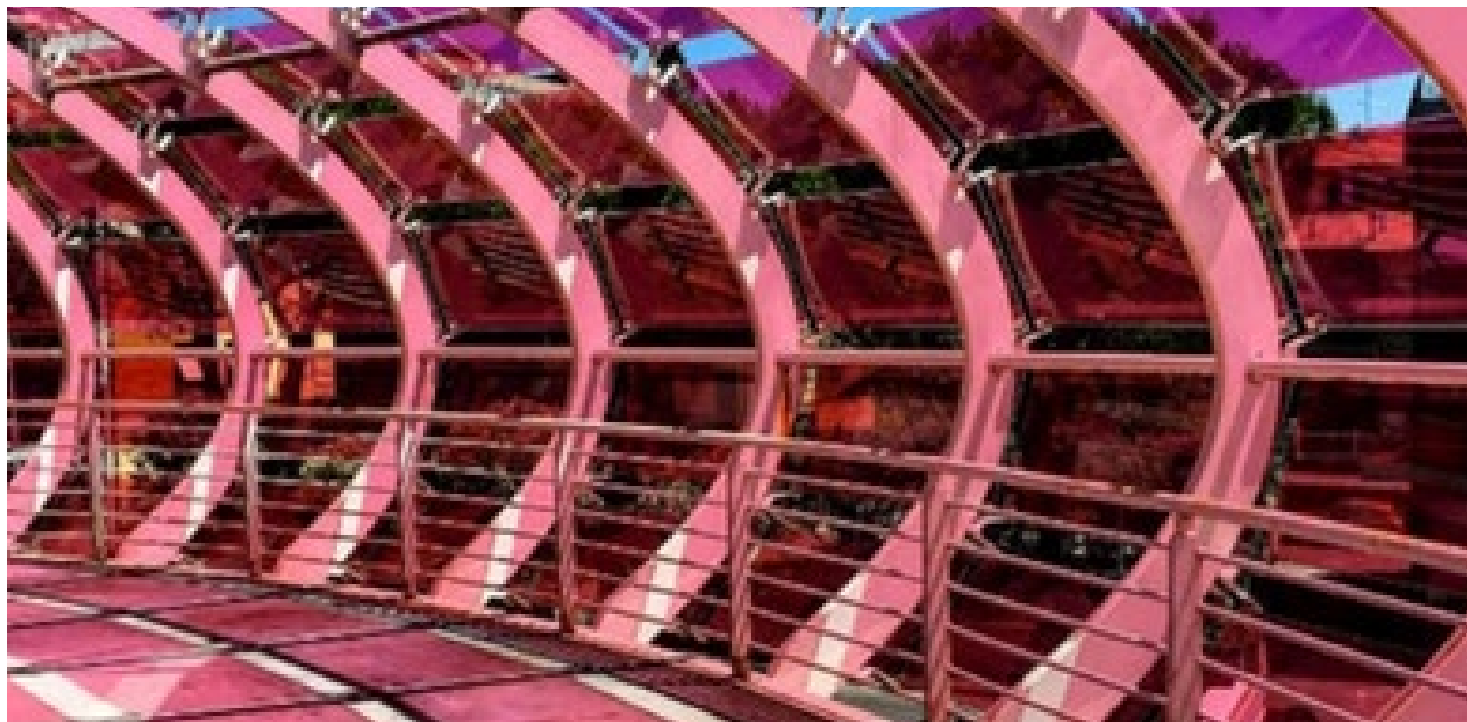
BIBLIOGRAFIA

- libreriamo.it/arte/nuova-ricerca-mostrarte-cultura-migliorano-la-nostra-salute-sicurezza-benessere/
- [1] Grossi Enzo, Ravagnan Annamaria, Cultura e salute. La partecipazione culturale come strumento per un nuovo welfare, Springer, 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

*Nicoletta Mencarini, Bibliotecaria, Biblioteca Sandro Penna, Comune di Perugia
tel. 0755772941 | fax : 0755287386
bibliopenna@comune.perugia.it
viale San Sisto - 06132 Perugia*



Tra penna e tastiera

Dalla presentazione di Floriana Falcinelli

Il processo di scrittura

Come tutti i processi cognitivi anche il processo di scrittura è un'abilità complessa che dipende da diverse componenti (linguistico-fonologiche e grafo-motorie), ognuna delle quali contribuisce in modo specifico a trasformare in forma grafemica informazioni verbali ascoltate e pensate.

La scrittura si apprende attraverso due percorsi distinti funzionalmente, ma integrati:

1. via fonologica: analisi dei segmenti fonemici, corrispondenza con i grafemi e assemblaggio di questi per comporre la parola
2. via lessicale: attribuire alla parola un significato attingendo al « magazzino lessicale» costruito dalle esperienze di relazione con il mondo

Scrivere significa attribuire una parola, cioè un segno astratto, il cui significato è socialmente definito, a esperienze, pensieri, emozioni riuscendo a decontestualizzarle, a distanziarsene e a rielaborarle (mediazione simbolica).

Ogni parola rinvia ad un concetto e proprio la sintassi delle parole aiuta la

mente a costruire nessi, relazioni, trame concettuali dunque a rappresentare un'esperienza vissuta, assumendone una piena consapevolezza e ricostruendone i significati profondi, a integrare frammenti, costruendo un senso di continuità e identità nella propria esistenza. Tramite la pratica della scrittura, nelle sue varie forme, (espressione comunicativa, narrazione autobiografica, racconto, poesia) i soggetti sono sollecitati a recuperare le tracce di memoria legate alle proprie esperienze, ai propri vissuti ed emozioni, strutturano la propria esistenza, le attribuiscono significato

In questo senso scrivere rappresenta la dimensione che definisce la condizione del processo di crescita, di cambiamento, di miglioramento, e si colloca all'interno di un processo di ricerca di senso che è alla base dell'esperienza formativa.

La scrittura di fronte al digitale

Tutto questo non sarebbe possibile se non esistesse la scrittura cioè la possibilità di tradurre la parola parlata, effimera come il suono e destinata a scomparire subito dopo essere stata pronunciata, in

qualcosa di duraturo in un oggetto fisico e portabile, ma permanente (Pireddu, Maragliano, 2013). Questo almeno fino a quando ci si è avvalsi di un supporto fisico, tangibile, che nel mondo moderno, con l'invenzione della stampa, è stato il libro.

Ma l'avvento del linguaggio digitale e del supporto computer, oggi connesso alla rete, hanno cambiato i riferimenti e ci costringono a interrogarci sulle nuove forme di scrittura di narrazione e in fondo anche di relazione tra le persone. Il libro è per definizione chiuso e compatto con dei confini che l'autore ha ben definito, e che il lettore è invitato a rispettare, il libro è coerente rispetto ad alcune linee definite sempre dall'autore, ha una struttura fisica durevole nel tempo particolarmente adatta a dare l'idea di stabilità e di fissità. Invece gli ipertesti sono naturalmente fluidi (Carlini F. 1999).

Nell'ipertesto le informazioni sono organizzate non in modo lineare, ma reticolare tramite associazioni chiamati links o nodi. Tali nuclei di informazione, collegati ad altri nodi per mezzo di

legami basati su nessi logici, permettono al fruitore di navigare da un nucleo all'altro, da un concetto all'altro con grande libertà (Landow, 1993).

L'ipertesto, oggi anche ipermedia, rende possibili itinerari e tempi individualizzati e personali di apprendimento (fruizione), permette un controllo consapevole dei propri processi di riorganizzazione del sapere.

Grazie al computer l'utente ha la possibilità di interagire con l'informazione costruendola e decostruendola continuamente. Esso permette di conservare, organizzare, trasmettere, ricevere, ricercare, trasformare un'enorme quantità di informazione di tutti i tipi, in tutte le modalità percettive e comunicative e di interagire almeno con grande facilità e versatilità con chi è seduto davanti allo schermo (Papert, 1984).

Tra le varie risorse che il computer ha permesso di utilizzare, i programmi di videoscrittura sono stati e sono oggi i programmi applicativi più diffusi. Il programma word per esempio permette la digitalizzazione ovvero la potenziamento del testo, l'integrazione dei ruoli di autore, realizzatore, lettore, la virtualizzazione della scrittura (Lévy, 1997); induce e facilita la riflessione di chi scrive sulle possibilità e caratteristiche del linguaggio scritto, fa percepire il senso dello scrivere per comunicare. La scrittura diventa così processo di produzione creativa in perenne movimento, grazie alla possibilità di rivedere, manipolare il testo, tanto più se coinvolge più persone che, in modo cooperativo, sono impegnate nel comune progetto di composizione.

Così la scrittura è cambiata e così il tipo di pensiero: quello che risulta dalla lettura di un testo alfabetico si produce in primo luogo come una voce interiore

piuttosto che come una forma visualizzata del testo, tanto che la caratteristica esclusiva dello scritto è che il testo e il pensiero intrecciano tra loro un rapporto privato chiuso in se stesso, segreto.

“Lo scritto funziona da stimolante per l'immagine che si forma nella mente; l'immagine che appare sullo schermo invece ne è piuttosto un sostituto. Ciò implica che una parte del contenuto del pensiero dell'utente del computer è situato all'esterno e non più all'interno della propria testa.... Sullo schermo la scrittura è mobile, instabile, interattiva. La lettura sullo schermo obbliga il lettore a far scorrere la linea di scrittura davanti ai suoi occhi più che a scorrere i suoi occhi sulla linea di scrittura.

La scrittura manuale è l'espressione corporea del pensiero, è il pensiero incorporato. Sullo schermo al contrario il testo è libero quanto il pensiero.... Lo scritto ha l'aspetto di qualcosa di pubblicato ma al tempo stesso è dotato di fluidità, il che gli conferisce una nuova autonomia come se il pensiero non fosse più soltanto nella testa, ma già legato agli imprevisti di ciò che accade sullo schermo” (De Kerckhove, 2008 pp.149-154).

Ma è nella rete che la scrittura passa ad uno statuto quasi orale. Da individuale ed esclusiva diviene collettiva e inclusiva; diventando ipertesto il testo penetra più oltre che mai nel dominio del pensiero. Ma è un pensiero plurale, in tempo reale, accessibile istantaneamente a tutti e a ciascuno dei partecipanti alla rete.

Il testo scritto in rete infatti è non pubblicato ma “affisso”, e dunque disponibile dappertutto e in ogni momento, smaterializzato, desensorializzato e per questo straordinariamente flessibile tanto che consente un'accelerazione

verso il pensiero plurale (De Kerckhove, 2008, pp.183-189).

La scrittura nel web è una scrittura aperta fluida e modificabile in ogni momento, mobile e trasportabile su ogni supporto, multimediale e interattiva.

Ogni ambiente di scrittura di rete prevede la possibilità per il lettore di rispondere, modificare, aggiungere ed eliminare parti del contenuto e in tal modo la distinzione tra i ruoli di autore e lettore diventa più fluida e in definitiva meno pregnante.

Scrittura sociale, scrittura mutante

In questo contesto ad esempio il successo dei social network è la conferma di un'attitudine autoriale che bypassando la mediazione dei sistemi editoriali tradizionali, imprime un valore immediato alla scrittura capace di esprimere in modo sincrono lo stare dentro i fatti in quel preciso momento, mentre si svolgono (Infante, 2014).

E' una scrittura che risponde non tanto alla lentezza del pensiero riflessivo ma all'impulso del comunicare a tutti, subito, qualcosa nell'essere connesso con altri, in una dimensione di socialità diffusa.

Certo è una scrittura breve, cinguettio appunto, veloce, quasi selvaggia che però ha il valore di essere immediata, emozionale, coinvolgente, non più semplice commento ma quasi azione di persone che vogliono esprimersi, diventando editori di se stessi, senza alcuna mediazione intellettuale.

E' una forma di scrittura connettiva ed è la condizione digitale, come già sperimentato dall'ipertesto e dalla stessa rete, che la fa uscire dalla modalità alfabetica lineare per avventurarsi verso sentieri combinatori, ibridi, confondersi con l'oralità, confrontarsi con la multi-

medialità tanto da essere definita “scrittura mutante” (Murray, 1997).

Quello che è certo che queste nuove forme di scrittura, dai blog a quelle dei social network hanno cambiato le narrazioni, i racconti personali e consentono di sperimentare nuove forme comunicative. Bisogna comprendere che il virtuale ha permesso la diffusione di una nuova cultura partecipativa, una cultura che vede il cyberspazio come “pratica di comunicazione interattiva, reciproca, comunitaria ed intercomunitaria [...] come orizzonte di un mondo virtuale, vivo, eterogeneo e non totalizzabile a cui ogni essere umano può partecipare e contribuire” (Lévy 1999, p. 123).

E anche in questo contesto la scrittura diventa strumento per nuove narrazioni, nuovi racconti, nuove storie personali che entrano a far parte di un universo

collettivo dove la condivisione, la reciprocità sono valori per una riscoperta di una identità meno chiusa e individualistica, pronta a dialogare con gli altri diversi da sé e ad arricchirsi continuamente.

BIBLIOGRAFIA DI RIFERIMENTO

- Bruni F., Blog e didattica, Eum, Macerata, 2009
- Carlini F., Lo stile del web. Parole e immagini nella comunicazione di rete, Einaudi, Torino 1999
- Castells M., Galassia Internet, Feltrinelli, Milano 2006
- De Kerckhove D., Dall’alfabeto a Internet, Mimesis, Milano, 2008
- Fiorentino G. Scrittura elettronica giovanile e cooperazione in Cardinale U., Corno D., a cura di, Soveria Mannelli, Rubettino, 2004, pp.259-293
- Infante C., Il futuro della scrittura è nel web, serve una riflessione sulle nuove forme di comunicazione, www.performing-media.org, 2014

- Granieri G., Blog generation, Roma , Bari Laterza 2005
- Landow G.P., Iper testo. Il futuro della scrittura, Baskerville, Bologna, 1993
- Lévy P., Cybercultura. Gli usi sociali delle nuove tecnologie, Feltrinelli, Milano, 1999
- Lévy P., L’intelligenza collettiva. Per un’antropologia del cyberspazio, Feltrinelli Milano, 1996
- Maffesoli Michel , Icone d’oggi, Sellerio, Palermo, 2008, pp.131-133)
- Murray J. H. Hamlet on the Holodeck. The future of narrative in Cyberspace, Cambridge, MA, MIT press, 1997
- Papert S. Mindstorms, Emme, Milano, 1984
- Pireddu M- Maragliano R, Storia e pedagogia dei media, Garamond, 2013
- Rivoltella P. C. Costruttivismo e pragmatica della comunicazione on line, Erickson, Trento, 2003)
- Zoppetti A., Blog. PerQueneau? La scrittura cambia con Internet, Luca Sassella

Floriana Falcinelli, Professore ordinario, Dipartimento di filosofia, scienze sociali, umane e della formazione, Università degli Studi di Perugia



Letto-scrittura, tecnologia e sviluppo psicologico

Dalla presentazione di Michele Capurso

Per affrontare il tema della letto-scrittura in relazione alle tecnologie e allo sviluppo psicologico, occorre esaminare tre aspetti fondanti:

- I) Le Tecnologie cambiano la nostra mente (sempre!)
- II) L' Effetto "Flynn" e il rischio del suo rovesciamento
- III) L'Impatto di strumenti digitali sulle abilità di scrittura di studenti di scuola primaria

In merito al primo punto, le tecnologie intellettuali e la nostra mente, va innanzitutto introdotta una classificazione delle tecnologie in generale che le raggruppa in 4 categorie tecnologiche (tipi di artefatti), definite in base all'effetto che esse hanno sulle capacità umane (Carr 2011):

- 1 Strumenti fisici: ampliano la nostra forza fisica e destrezza (es. leva, zappa..).
- 2 Amplificatori sensoriali: estendono la portata dei nostri sensi (microscopio, cannocchiale...)
- 3 Trasformazioni della natura: medicinali, grano geneticamente modificato, una diga o una cisterna...
- 4 Tecnologie intellettuali: orologio, mappa, computer...

Le tecnologie intellettuali sono quelle tecnologie che usiamo per ampliare o

rafforzare le nostre facoltà mentali.

L'abaco, il regolo calcolatore, la macchina da scrivere, internet, il computer... sono tutte tecnologie intellettuali. Esse hanno un impatto importante sulla mente umana.

La nostra mente è modificata dalle tecnologie che usa. Ogni tecnologia intellettuale incarna un "metamodello", un modo di concepire la mente ed il suo lavoro. La mappa o l'orologio cambiano il nostro modo di percepire forme e processi che vanno oltre i nostri sensi più immediati. Essi cambiano la nostra stessa percezione del tempo e dello spazio. Alla luce dell'evoluzione della specie e della storia dell'umanità, ertamente le tecnologie segnano dei punti di svolta nella storia umana. A titolo esemplificativo, la caccia così come l'agricoltura hanno profondamente trasformato modi di vivere e di pensare; l'avvento dei mezzi di trasporto ha intensamente inciso su contatti culturali, commercio ed industria; la fabbricazione di nuove armi è pesantemente intervenuta sui rapporti tra stati ed equilibri di potere. Potremmo affermare che la forma della nostra civiltà odierna è il risultato delle tecnologie usate nel corso dei secoli.

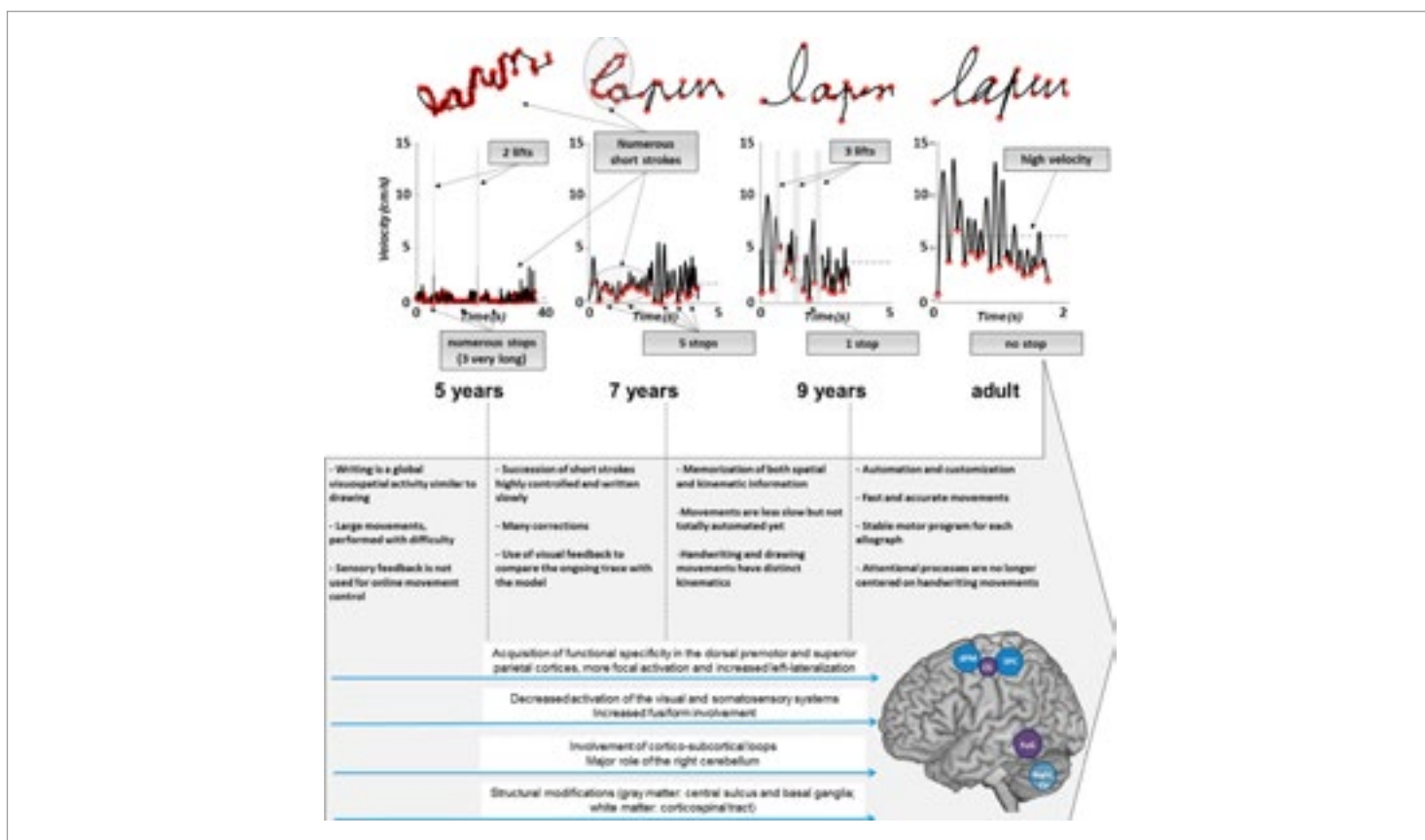
Le tecnologie hanno sempre influenzato sia la storia che la nostra mente

Le recenti ricerche sulla neuroplasticità gettano luce su come gli strumenti usati dall'uomo per rafforzare ed estendere il suo sistema nervoso finiscano per modellare la struttura fisica e il funzionamento della mente umana (Wolf 2017). Le tecnologie cognitive irrobustiscono alcuni circuiti neurali e ne indeboliscono altri.

Linguaggio scrittura e pensiero

La storia del linguaggio è anche storia della mente però il linguaggio orale non è nella tecnologia. Il suo sviluppo ha origini genetiche. Un bambino impara a parlare naturalmente, proprio come impara a camminare.

La letto-scrittura invece è qualcosa di diverso. È un sistema appreso, innaturale e non spontaneo, reso possibile da alcune tecnologie. Leggere e scrivere richiedono un intenzionale adattamento del cervello. Il cervello di chi sa leggere e scrivere è strutturalmente diverso da quello degli analfabeti. Modo di processare i segnali visivi, di ragionare e di archiviare i ricordi sono diversi. Non solo: persino il cervello di chi usa scritture logografiche è diverso da chi usa sistemi alfabetici. Persino tra sistemi alfabetici diversi si riscontrano differenze (Es. Italiano ed Inglese; Wolf 2017).



La nuova stessa economia dei caratteri comporta che una porzione minore del cervello si attivi per la lettura di parole scritte con alfabeto fonetico rispetto alla decodifica di simboli o logogrammi.

Cosa comporta questa minor attivazione? Che posso usare il cervello per pensare mentre leggo! Ne deriva un minor carico cognitivo e di conseguenza maggiori risorse per il pensiero corticale avanzato.

Lo studio di Longcamp M, Zerbato-Poudou MT, Velay JL. *The influence of writing practice on letter recognition in preschool children: a comparison between handwriting and typing* suggerisce che la scrittura a mano contribuisca al riconoscimento visivo delle lettere. Sottoponendo due gruppi di bambini di età 3 - 5 anni a tre settimane di apprendimento di copiatura di lettere dell'alfabeto un gruppo mediante digitazione e

l'altro tramite scrittura a mano, si è rilevato un riconoscimento delle lettere migliore da parte del gruppo della scrittura a mano (Longcamp M, Zerbato-Poudou MT, Velay JL. *The influence of writing practice on letter recognition in preschool children: a comparison between handwriting and typing*. Acta Psychol (Amst). 2005 May;119(1):67-79).

Effetto Flynn ed effetto Non Flynn

Oltre 30 anni fa, il professore neozelandese James R. Flynn rilevò che nel corso del secolo passato, il livello di QI, stabilito in base ai punteggi riportati nei test di intelligenza come il Wechsler (WISC) o il Raven, è aumentato di generazione in generazione. Questo aumento dei punteggi di QI è stato denominato appunto Effetto Flynn.

Prove dirette dell'esistenza di questo fenomeno vengono da numerosi stu-

di svolti in diversi paesi (inizialmente 14, ma oggi le ricerche sono arrivate a coprire oltre 20 paesi), dove uno stesso test è stato usato sulla popolazione ma in tempi differenti, generalmente dopo molti anni l'uno dall'altro, ed è stato visto che le ultime generazioni riportavano punteggi migliori nei test rispetto alle generazioni precedenti.

Dai risultati dei test è emerso che l'aumento medio del QI è stato di 3-4 punti ogni 10 anni fino ad arrivare ad 8 punti nei paesi nordici.

L'effetto è ritenuto, quindi, indipendente dalla cultura di appartenenza, esso mostrava un valore aumentato in modo progressivo, con una crescita media di circa 3 punti per ogni decennio. Tra le varie ipotesi alla base del fenomeno, si annoverano una migliore alimentazione, una crescita degli anni di scolarizzazione e, soprattutto, una maggiore capacità di ri-

solvere problemi logici ed astratti, molto più frequenti nell'ambiente socioculturale odierno. Costretta ad adattarsi a nuove realtà, la mente umana si è evoluta in un modo "qualitativamente superiore" da uno stadio storico a un altro.

Un gruppo di ricercatori di Copenaghen, in uno studio del 2008, hanno osservato che dalla fine degli anni '90, l'aumento si è interrotto ed in questi ultimi i punteggi nei test che valutano il livello di IQ hanno iniziato addirittura a diminuire.

E' il cosiddetto Effetto Flynn negativo o Non-Flynn

Il Non-Flynn Phenomenon sostiene che nella nostra società fortemente digitalizzata, il IQ è diminuito a causa del contributo minimo della mente umana nel trattare i nuovi problemi esistenziali dell'umanità. L'attuale tendenza alla sostituzione di specifici elementi umani con strumenti informatici o attraverso la creazione di spazi digitali è sempre più diffusa. L'educazione gioca un ruolo importante. Tra l'effetto Flynn e l'effe-

to non Flynn l'educazione punta all'uso efficace di mezzi tecnici innovativi. E questa tendenza potrebbe essere la soluzione per lo sviluppo continuo del IQ. La nuova tecnologia comporta un crescente interesse, il mantenimento della motivazione, l'ampliamento dell'orizzonte informativo, se usato correttamente, senza eccessi, in combinazione con altri metodi e con nuove risorse educative.

C. The Flynn / Non-Flynn Phenomenon and the digitized Educational System, ERD 2016 : Education, Reflection, Development, Fourth Editio

Alcune ricerche sull'impatto degli strumenti digitali sulle abilità di scrittura di studenti

Circa l'impatto di strumenti digitali sulle abilità di scrittura di studenti di scuola primaria, studi di psicologia cognitiva evidenziano come

- I bambini che usano carta e penna presentano migliori abilità di scrittura rispetto ai compagni che usano

dispositivi digitali.

Studi di neuroscienze mostrano come

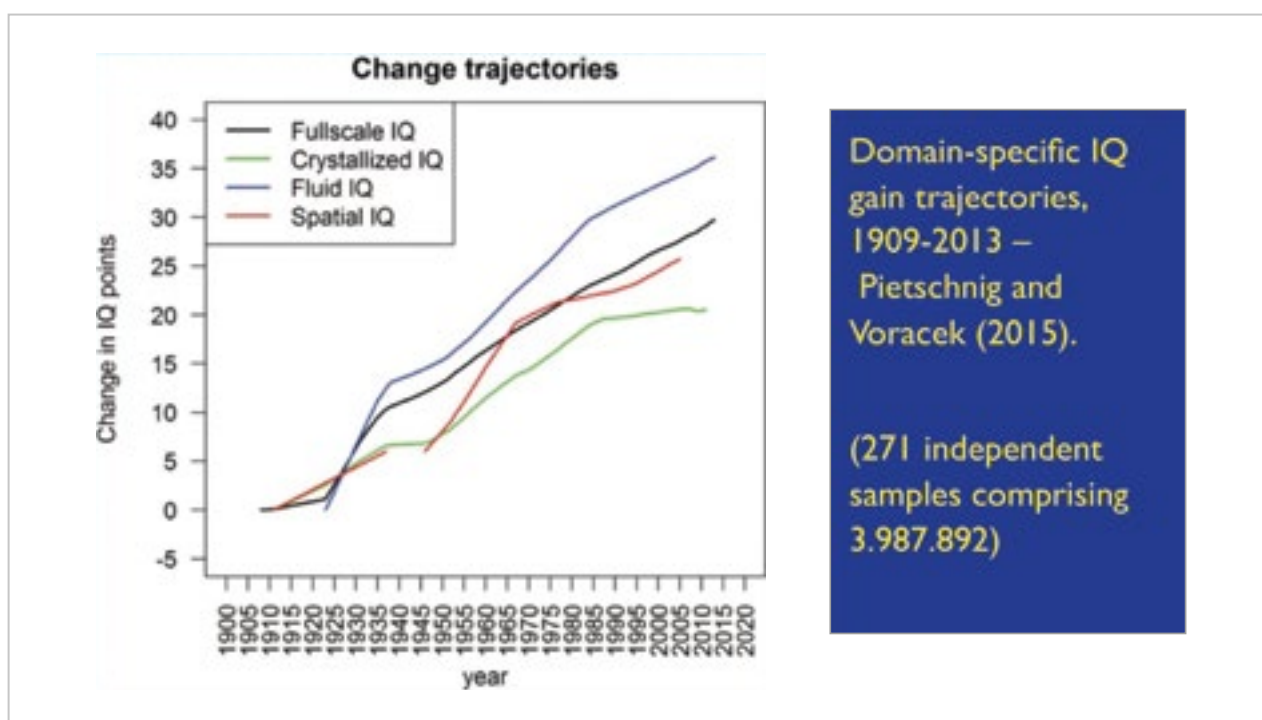
- La scrittura a mano comporti una specifica esperienza grafico-sensorimotoria la quale a sua volta sviluppa i processi cerebrali deputati alla percezione delle lettere.

Inoltre

- I bambini che iniziano ad usare presto il computer producono testi più lunghi, pur non sapendo scrivere tutte le lettere dell'alfabeto.

Il fattore chiave nell'apprendimento della lettoscrittura è la metodologia.

Michele Capurso Ricercatore, Dipartimento di filosofia, scienze sociali, umane e della formazione, Università degli Studi di Perugia



Domain-specific IQ gain trajectories, 1909-2013 – Pietschnig and Voracek (2015).

(271 independent samples comprising 3.987.892)

Sviluppo cerebrale e rischi da digitale

Dalla presentazione di Ilaria Porro

La rete neurale si forma nel periodo fetale e nei primi due tre anni, con due processi chiave: la neurogenesi e la sinaptogenesi, entrambe massime in questa prima epoca della vita.

Si individuano 4 fasi dello sviluppo cerebrale:

- Proliferazione: fase in cui si generano nuovi neuroni
- Sinaptogenesi: fase in cui avviene la formazione di nuove connessioni (sinapsi) tra neuroni
- Pruning o sfoltimento sinaptico: è il processo in cui vengono eliminate dal cervello le connessioni meno importanti o poco utilizzate
- Mielinizzazione: processo in cui gli assoni delle vie neurali importanti vengono ricoperti da una guaina isolante, la mielina, che li rende più veloci e stabili.

L'evoluzione del cervello è preprogrammata fin dal periodo prenatale e dopo la nascita l'esperienza diventa motore dello sviluppo psicomotorio. Esistono periodi critici per apprendere determinate competenze, come ad esempio

l'apprendimento del linguaggio ma anche tutte le altre competenze cognitive. Durante i periodi critici dello sviluppo delle funzioni cerebrali si assiste alla formazione peculiare di nuove sinapsi in conseguenza di stimoli esperienziali.

Perché leggere fa bene alla salute

Si giunge quindi al concetto di lettura come fattore salutogenico da cui la literacy come opportunità di sviluppo dei bambini. Il concetto di literacy va oltre il saper leggere e scrivere; esso implica "la capacità a identificare, capire, interpretare, creare, comunicare, elaborare e usare materiale scritto nei più differenti contesti ambientali". (UNESCO 2004). È noto che, in generale e fatte salve variabili di tipo genetico, disordini dello sviluppo e problemi psicosociali dei genitori, i bambini che vivono in contesti ricchi da un punto di vista delle letture disponibili in casa (libri, riviste, giornali) hanno uno sviluppo maggiore del linguaggio e imparano a leggere prima e con meno difficoltà. Le ricerche effettuate a partire dai primi anni '90 sulla promozione della lettura precoce negli

Stati Uniti hanno dimostrato che i bambini cui viene letto fin dal primo anno di vita con una certa continuità hanno uno sviluppo del linguaggio sia recettivo che espressivo maggiore e in seguito incontrano meno difficoltà nell'apprendimento della lettura. Le abilità di lettura negli anni successivi sono direttamente correlate all'esposizione al linguaggio. Gli studi dimostrano come il vocabolario di un bambino di 3 anni sia fortemente correlato alla quantità e alla varietà di parole ascoltate a 8 mesi di vita e che, in contesti svantaggiati dal punto di vista culturale, i bambini sono esposti a circa 30 milioni di parole in meno rispetto ai loro coetanei. Un bambino che legge con maggiore difficoltà avrà più probabilità di avere difficoltà nella sua carriera scolastica e di andare incontro a evasione scolastica, bassi livelli educativi, e minori opportunità lavorative da adulto. Un bambino che legge e trova piacere farlo troverà più facilmente stimoli continui per la propria crescita personale. La lettura ad alta voce in epoca precoce non solo stimola lo sviluppo del linguaggio e le abilità cognitive ma fa-

vorisce nei bambini la motivazione, la curiosità e la memoria, tutte funzioni che vengono a comporre il bagaglio intellettuale ed emotivo complessivo del bambino.

L'importanza dell'inizio in epoca precoce

L'importanza dell'inizio in epoca precoce è ascrivibile al fatto che la plasticità cerebrale, che si sostanzia in una ricca produzione di connessioni tra i vari neuroni, è massima nei primi due-tre anni annidi vita. Esiste quindi una "finestra di opportunità" durante la quale gli effetti della stimolazione ambientale sullo sviluppo della struttura cerebrale e sulle sue funzioni sono massimali, e questo vale in particolar modo per quanto riguarda le funzioni legate al linguaggio. Gli effetti di stimolazioni cognitive nei primi tre anni di vita sono rilevabili anche a molti anni di distanza in termini di literacy e di sviluppo intellettuale complessivo.

In tutto ciò occorre rimarcare che l'af-

fetto è il miglior veicolo dell'apprendimento.

Inoltre tra le attività che favoriscono lo sviluppo del bambino si enumerano: giocare con costruzioni, macchinine etc, passeggiare, cucinare insieme, disegnare, aiutare in casa, andare in bici, ascoltare storie etc. Fondamentale poi il gioco libero, il tempo libero senza impegni veri forgiatori della fantasia e dell'iniziativa.

Chatto dunque sono

E le nuove tecnologie ?

Non si tratta di demonizzarle, ma di scegliere il modo giusto di usarle

Il suono delle notifiche di whatsApp è diventato il sottofondo sonoro delle nostre giornate: c'è sempre qualcuno a cui scrivere, qualcuno a cui rispondere, gruppi nuovi, gruppi contro, gruppi per passare i compiti, nuovi selfy da scattare e da pubblicare su facebook, sembra impossibile stare lontani dalla tastiera dello smarthphone. Bambini e adolescenti sempre altrove, perennemente

connessi alla rete, costantemente distratti. I pedagogisti ci mettono in guardia: l'uso eccessivo di telefonini, tablete videogiochi non è privo di pericoli, oltre a essere un costante motivo di scontro tra genitori e figli. Cosa si può fare per affrontare in modo adeguato l'ultima sfida educativa?

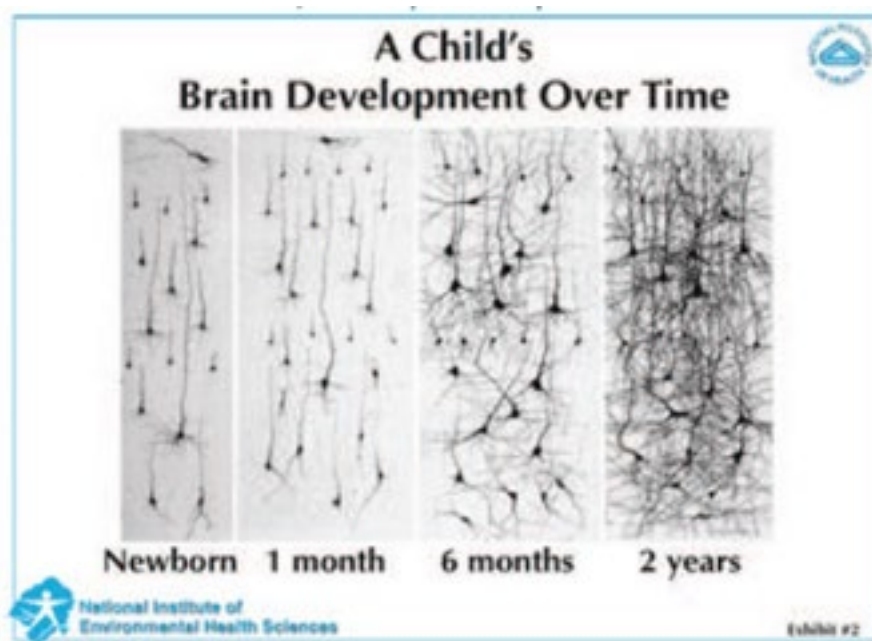
C'è un tempo per ogni cosa...

Circa la sfida digitale, ecco come, età per età.

Da 0 a 3 anni: videoschermi vietati. L'infanzia non ha bisogno di videoschermi, non ha bisogno di una realtà virtuale. Al di sotto dei 3 anni, lo sviluppo di competenze si crea interagendo con l'ambiente attraverso esperienze sensoriali che utilizzano i cinque sensi. Dunque no alla televisione accesa nella stanza dove sta il bambino, disturba impedendo di sviluppare la sua capacità di concentrazione attenta. Un bambino piccolo che fruisce un'ora di TV al giorno, è a rischio di sviluppare deficit di attenzione 2 volte superiori a chi non la guarda.

Da 3 a 6 anni: comincia il tempo delle regole. Le regole non sono imposizioni ma procedure educative per regolare il tempo e lo spazio comune. Mettiamo regole, chiare, trasparenti, essenziali e condivise (madre, padre...) per cui mezz'ora di videoschermo al giorno, non di più (indicazioni univoche della comunità internazionale scientifico-pedagogica). Si tratta di una fase esistenziale importante per lo sviluppo delle capacità collegate all'immaginazione e alla motricità fine per cui è importante privilegiare esperienze dirette come la manipolazione, l'interazione sociale.

Da 9 a 12 anni: si sviluppa la capacità relazionale del gruppo e la spinta verso l'autonomia. Fino a 9 anni niente inter-



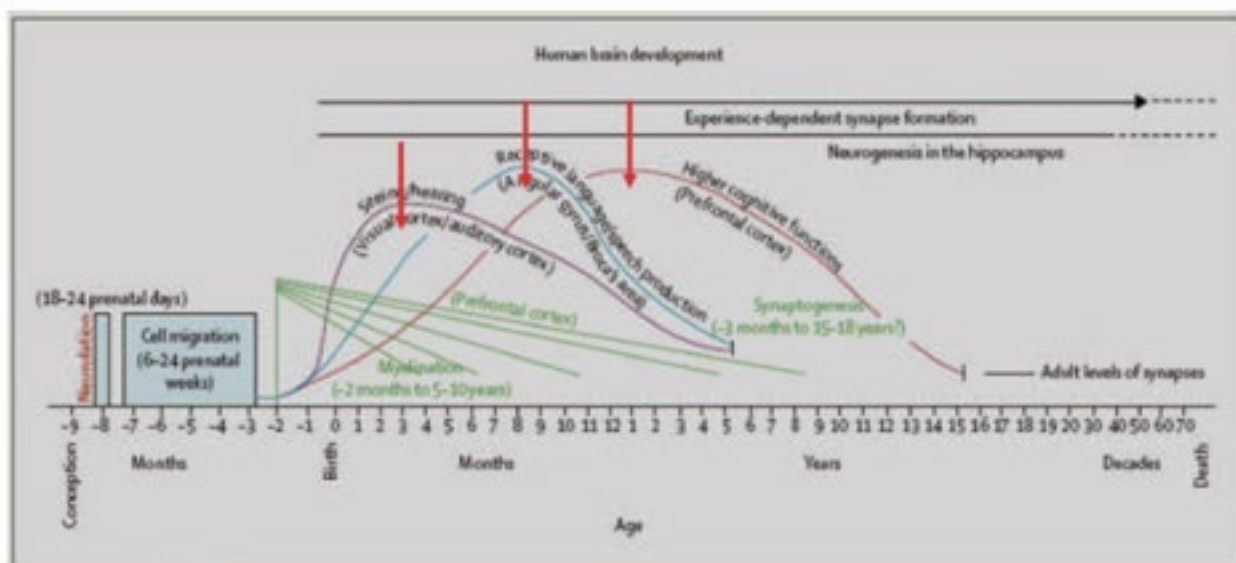


Figure 1: Human brain development
 Reproduced with permission of authors and American Psychological Association* (Thompson RA, Nelson CA. Developmental science and the media: early brain development. *Am Psychol* 2001; 56: 5-15).

net, perché solo a 9 anni inizia l'età in cui i bambini escono dal pensiero magico (babbo natale) e si sviluppano capacità mentali più razionali ed elaborate e maggiore autonomia. Occorrono quindi regole per il tempo d'utilizzo, da cui la fruizione di deve avvenire internet solo in casa; no a TV, computer ecc. in camera; se cellulare, no smartphone; utilizzo di password e filtri parentali; regole per l'uso del cellulare.

Da 12 anni: entra in gioco la gestione del distacco verso la piena autonomia. In questa fase alcune regole e attenzioni specifiche dovrebbero essere interiorizzate ma c'è anche una forte spinta all'autonomia. Il cellulare/smartphone va tenuto spento di notte. Attenzione all'utilizzo compulsivo del digitale (il digitale può dare dipendenza). Ricordiamo che è l'interazione reale che plasma i nostri circuiti neuronali e arricchisce la nostra personalità. Meglio prendere una decisione sbagliata che lasciarli "orfani"

Affrontiamo alcuni falsi miti:

- la tecnologia è fonte superiore di apprendimento. Falso! La convinzione che le competenze ed abilità tecnologiche comportino capacità conoscitive superiori o potenzialità di apprendimento maggiori non corrisponde a verità. In realtà quasi sempre le competenze intellettive dei cosiddetti nativi digitali sono deludenti;
- tanti amici su facebook fanno compagnia. La verità è che tanti amici su facebook non fanno compagnia
- Il digitale, i social, sono strumenti relazionali e ritenere che attraverso essi i ragazzi possano rapportarsi adeguatamente, che tali mezzi possano costituire la risposta al timore e alla volontà sintetizzate nella frase «non voglio che il mio figlio si senta escluso», potrebbe costituire un pericolo. Purtroppo i social network realmente sono poco efficaci nell'acquisizione delle competenze relazionali Spesso chi passa molto tempo

sui social network è piuttosto isolato e solo nella realtà «reale» «I ragazzi sono solo all'inizio della loro vita e benché grandi esperti di tecnologia sono ancora sprovveduti quanto ad esperienze reali» Fulvio Scaparro. Hanno in mano strumenti potentissimi, attraverso i quali entrano in contatto con il mondo, ma con la modesta attrezzatura di vita di un bambino/adolescente;

- il multitasking è utile, pratico, velocità. Il multitasking consiste nella capacità dei cosiddetti nativi digitali (e non solo) di avere una predisposizione particolare a svolgere più attività in contemporanea. Concretamente studiano, ascoltano musica, chattano sullo smartphone, digitano la tastiera...dei piccoli geni. La realtà è ben diversa da quanto appare: è stato dimostrato scientificamente che la contemporaneità non è affatto garanzia, di qualità o efficienza. Al contrario sono provati effetti inde-

siderati quali lo scarso rendimento scolastico, il deficit attentivo e via di seguito ascrivibili anche al fatto che i display tecnologici digitali creano delle interferenze molto accentuate sulla capacità di concentrazione.

Da dove iniziare dunque?

Dal buon esempio: niente TV mentre si mangia; cellulari spenti a tavola; diamo la priorità a chi abbiamo d'avanti e non a chi sta altrove; ascoltiamo i nostri figli e cerchiamo la loro collaborazione, più che impartire ordini; condividiamo con loro le piccole esperienze quotidiane (fare la spesa, fare il bagno, leggere un libro, andare a piedi ecc.)

Importante essere consapevoli dei rischi relati allo scorretto uso di simili dispositivi a partire dai cellulari rispetto ai quali i nostri figli vanno tutelati. "Si tratta di un'antenna a microonde. Ci cuociamo il cervello quando ci teniamo attaccato il ricevitore." (Keith Black, primario neu-

rochirurgia, Los Angeles).

Più tecnicamente, i telefoni cellulari sono dispositivi che emettono e ricevono onde radio ad alta frequenza (900-2200 Mhz): queste collegano ogni cellulare ad una stazione radio in modo da permettere agli utenti di fare e ricevere chiamate. Tasso di Assorbimento Specifico (TAS, unità di misura Watt/Kg) di cellulare: quantità di energia da radiofrequenza assorbita da un corpo esposto ad un campo elettromagnetico come quello generato dal cellulare. Più il TAS è ridotto, meno radiazioni emette il cellulare, controllate il TAS del vostro cellulare!

Per il documentato incremento di rischio di tumori cerebrali in chi lo usa in modo prolungato e per un lungo periodo occorre adottare misure semplici come sms, auricolari, vivavoce in grado di ridurre l'esposizione del cervello. Misure particolarmente auspicabili per le giovani generazioni.

L'effetto delle radiazioni emesse da cellulari o cordless è maggiore nel bambino che nell'adulto. Dunque per il principio di precauzione occorre minimizzare l'esposizione. Non tenere il cellulare a lungo in tasca, appena possibile lasciarlo sul tavolo, nella borsa o nello zaino. Durante la notte non tenere il cellulare acceso sul comodino o sotto il cuscino. Tra l'altro le radiazioni disturbano il sonno. Non ricaricarlo vicino al letto. In particolare per i bambini: solo chiamate di emergenza.

Testo consigliato: Riccardo Staglianò R., Toglietevolo dalla testa: Cellulari, tumori e tutto quello che le lobby non dicono. Edizioni Chiarelettere.

*Ilaria Porro Pediatra di Libera scelta
USL Umbria 1, Regione Umbria*



"Il corsivo è mio"

Antonella Ubaldi

La scrittura toglie transitorietà alle parole, fissandole sul foglio prima e nella mente poi.

Le parole hanno una forza straordinaria: possono uccidere o salvare, umiliare o sollevare, allontanare o avvicinare, deprimere o confortare, distruggere, rinsaldare, creare legami.

Le parole hanno densità e lasciano tracce non di rado incancellabili.

L'eccesso di parole informative e divulgative che circolano nei "social" e nelle televisioni svuota il linguaggio di espressività e persino la comunicazione lo patisce risultando spesso confusa, magari intenzionalmente.

I vantaggi delle nuove tecnologie sono innegabili, così come in generale quelli del progresso scientifico, anche se occorre tener desta l'attenzione sull'uso della scienza applicata, troppo spesso al servizio dei "poteri" senza scrupoli che di fatto governano anche l'informazione.

La comunicazione massiccia e frenetica prodotta dagli attuali strumenti tecnologici di fatto sommerge il valore semantico delle parole, privilegiando la "estensione" a scapito della "profondità", con

la allarmante conseguenza del dominio della superficialità, a sua volta originata dall'immediatezza degli scambi comunicativi e dall'eccesso di notizie.

L'esigenza del "tutto in tempo reale" sta diventando compulsiva, compromettendo sempre più la dimensione dell'attesa, oggi quasi insopportabile per i bambini e i ragazzi, appena ieri invece dimensione essenziale del desiderio, a sua volta motore della volontà, senza la quale ben poco è possibile.

Un altro danno prodotto dagli "ammassi" lessicali della RETE e di molti programmi televisivi è il trasferimento delle emozioni dall'autenticità dell'immaginario alla finzione del virtuale, con la conseguenza di non saper più riconoscere e tanto meno gestire, con la conseguenza di non saper più riconoscere e tanto meno gestire le proprie emozioni. Il senso delle parole appare sommerso a favore della frequenza di passaggio per lo più omologata dalla consuetudine mediatica.

Se passiamo poi alla produzione scritta della lingua, stiamo assistendo alla veloce sostituzione della penna con la ta-

stiera, la quale risolve artificialmente il problema dell'ordine formale e talvolta (ma anche in questo caso siamo di fronte al rischio di una delega pericolosa simile a quella che ha trasferito al computer l'impegno della memorizzazione) della correttezza ortografica.

Però l'ordine è cosa altra rispetto alla bellezza e il recupero dell'uso del carattere corsivo unitamente alla cura della calligrafia, naturalmente senza costrizioni e forzature, non può che favorire l'abitudine a ricercare ed apprezzare la bellezza creata con le proprie mani guidate dalla propria "testa", abito mentale propedeutico all'ammirazione della bellezza in ogni sua forma e alla sua dimensione salvifica per lo spirito umano. Scrivere aiuta a sentirsi liberi, anche nella personale espressione formale, che è peculiare e riconosciuto specchio della personalità esclusiva di ciascuno.

*Antonella Ubaldi, Dirigente Scolastico,
Istituto Comprensivo Perugia 7*

La Biblioteca Comunale **Biblionet**

Paolo Zangarelli

Biblionet fa parte del Sistema bibliotecario comunale di Perugia, che comprende la Biblioteca Augusta, la Biblioteca San Matteo degli Armeni di via Monteripido, la Biblioteca Sandro Penna di San Sisto, la Biblioteca Villa Urbani di via Pennacchi e il Bibliobus, la biblioteca itinerante. Inaugurata nel 2000 nel quartiere di Ponte San Giovanni, Biblionet si inserisce perfettamente in un contesto multietnico che è diventato il centro della Biblioteca. Nasce come biblioteca di pubblica lettura, e, in questi ultimi anni è diventata anche un punto di accesso per gli utenti lungo l'asse viario del Tevere, comprendendo anche le città di Bastia e di Assisi. La biblioteca occupa il piano terra di un alto edificio di edilizia popolare che si sviluppa in un unico piano, con aree di studio e consultazione facilmente accessibili e suddivise da pareti a vetrate. La struttura accoglie gli utenti con lo scaffale degli ultimi acquisti. Sono presenti computer con accesso a internet e una sala colorata dedicata a giovani e bambini con libri, cartonati, giocattoli didattici e dvd., dove si svolgono letture

animate e laboratori per bambini. Dalla sua apertura la biblioteca è stata un punto di riferimento delle biblioteche del comune di Perugia per lo sviluppo del progetto "Lo scaffale multiculturale" che ha i seguenti obiettivi:

- favorire la conoscenza e lo scambio reciproco tra le culture
- creare nelle biblioteche comunali un punto di riferimento e d'informazione indirizzato agli utenti di culture diverse, agli operatori del settore, ai cittadini di Perugia.

In particolare tale progetto ha previsto l'acquisto e la catalogazione di materiale librario e multimediale sulla multiculturalità in più lingue collaborando con scuole, enti, istituzioni e associazioni del territorio e la realizzazione di attività di letture ad alta voce e laboratori per bambini, ragazzi e le loro famiglie.

Progetti e attività

Anche Biblionet è impegnata nella promozione della lettura rivolta ai bambini con il programma "Nati per leggere", istituito dall'AIB (Associazione italiana biblioteche) e dall'ACNP (Associazione

culturale nazionale pediatri) avente l'obiettivo di promuovere la lettura ad alta voce ai bambini fin dalla più tenera età da parte dei loro genitori. La biblioteca partecipa attraverso la realizzazione di spazi idonei ad accogliere i piccoli lettori e le loro famiglie e, impegnandosi all'acquisto di libri di qualità adatti alla fascia d'età 0-6 anni. Inoltre viene offerto un programma di letture ad alta voce e laboratori pomeridiani a cadenza quindicinale, "Pomeriggi favolosi", rivolti ai bambini e alle loro famiglie.

Biblionet aderisce al piano delle offerte formative del Comune di Perugia con la "Valigia del narratore" con letture ad alta voce e animazioni alla lettura rivolte alle scuole del territorio.

In collaborazione con la scrittrice Marcella Massidda vengono realizzati corsi e laboratori di scrittura creativa a cadenza settimanale rivolti agli adulti.

Si è formato un gruppo di lettura per adulti "Un Ponte di libri" che si riunisce in biblioteca una volta al mese. Nell'ambito del progetto InVitro che aveva l'obiettivo di promuovere l'abitudine alla lettura nelle fasce di età più giovani,

organizzato dal CEPPELL (Centro per il libro e la lettura) sono stati realizzati incontri e laboratori per la costruzione di libri tattili rivolti a insegnanti, educatori, bambini ragazzi e le loro famiglie. Inoltre grazie ad un accordo con l'Università della terza età la biblioteca collabora all'attuazione di iniziative, corsi e laboratori su vari argomenti.

Per l'edizione 2018 dell'iniziativa nazionale "Letti di notte. La notte bianca del libro e della lettura" a Biblionet è stato organizzato l'evento: Voci di famiglia. Laboratorio. voce e spettacolo teatrale a cura di Gianluca Iadecola.

Cosa offre la biblioteca

80 posti lettura - consultazione - prestito locale e interbibliotecario - informazioni bibliografiche - computer con accesso internet - video - visite guidate - attività culturali - lezioni e laboratorio didattico - wifi - MediaLibraryOnLine - sala bambini- sala multifunzionale con proiettore, internet e sistema audio.

Patrimonio:

Possiede 27.000 documenti di cui 23.821 volumi, 3200 materiali multimediali - 1272 libri in lingua - 33 periodici - 1760 dvd di cui - 1058 film per ragazzi - 492 film- dvd varie 211- 190

audiolibri - 228 cd rom - 837 cd musicali - libri per lettori con bisogni speciali (CAA. Ipovedenti, libri tattili) - 6096 libri per bambini, ragazzi, adolescenti.

Paolo Zangarelli

Biblioteca comunale Biblionet

Via G. Segoloni, 15 - 06135 - Perugia

tel. : 075 - 5772938

e-mail : biblionet@comune.perugia.it

web:www.comune.perugia.it



La Biblioteca comunale Gianni Rodari di Corciano*

Lorenzo Pierotti

La Biblioteca comunale “Gianni Rodari” di Corciano, è ubicata nella popolosa frazione di San Mariano, con sede in una casa colonica del XVI secolo, al «vocabolo» “La Commenda”, interessato da un incremento e da un frequente ricambio della popolazione. È diventata un luogo di incontro sia di adulti che di bambini alla ricerca di spazi, proposte culturali e momenti di socializzazione.

La biblioteca, “forza vitale per l’istruzione, la cultura e l’informazione, come agente indispensabile per promuovere la pace e il benessere spirituale delle menti di uomini e donne”, ospita circa 29000 tra volumi e materiale multimediale, propone regolarmente appuntamenti finalizzati alla promozione della lettura sin dai primi mesi di vita del bambino, alla sensibilizzazione nell’uso della biblioteca, all’aggregazione ed alla socialità.

L’Amministrazione comunale di Corciano, dal 2003 aderisce al progetto Nati Per Leggere ed è tra le prime istituzioni del territorio regionale che partecipa alla rete NpL, progetto nazionale avviato nel 1999, in collaborazione con l’Associazione Culturale Pediatri, l’Associazione Italiana

Biblioteche e il Centro per la Salute del Bambino per promuovere la lettura ad alta voce da parte dei genitori ai bambini da 0 a 5 anni, con l’organizzazione di uno spazio dedicato ai bambini in età prescolare e arredato con poltroncine, cuscini e tavolini disposti tra i bassi scaffali dei libri per la prima infanzia: libri di gomma, di plastica, di stoffa, cartonati, sonori, in modo da incoraggiare il contatto diretto con i libri e agevolare la lettura da parte di familiari e di educatori.

Il progetto si realizza principalmente attraverso il potenziamento di una “rete” tra soggetti istituzionali, servizi del territorio, scuole e famiglie, sollecitando la partecipazione e l’impegno dei pediatri, dei bibliotecari, degli educatori e degli operatori socio-sanitari, a svolgere un’attività sistematica e capillare di sensibilizzazione (contesti familiari, culturali, educativi e sanitari) alla “lettura ad alta voce” come fattore di promozione del benessere psico-fisico e sociale dei bambini.

Negli anni 2008 e 2009 dall’Amministrazione comunale decide di offrire la donazione di un libro a tutti i bambini residenti nel Comune di Corciano, la cui distribu-

zione, come previsto dal progetto nazionale, viene effettuata dai pediatri, primi mediatori tra famiglia e giovane nato, al fine di promuovere libro e lettura come strumenti essenziali per lo sviluppo intellettuale e psichico del bambino.

Il progetto “Nati per leggere” viene inserito nel “Piano regionale di Prevenzione 2010-2012” per la Regione Umbria e proprio per la sua valenza di contributo alla crescita cognitiva ed al benessere psico-fisico del bambino crea al suo interno i presupposti per la nascita di un altro importante progetto regionale “Leggere fa bene alla salute”.

Lecture animate e laboratori di lettura ad alta voce di fiabe, poesie e racconti da tutto il mondo per bambini, il cui obiettivo è la promozione della lettura, ma anche quello di creare un contesto in cui genitori e bambini possono trascorrere un pomeriggio insieme scoprendo la gioia di divertirsi con “niente”.

Visite, letture e laboratori in Biblioteca in collaborazione con le Scuole materne e i Nidi del territorio: in orario scolastico i bambini esplorano gli spazi ideati per loro ed ascoltano letture ad alta voce.

* Corciano è un Comune di circa 22 mila abitanti confinante con il Comune di Perugia

Incontri per genitori, consistenti in seminari e laboratori per costruire libri insieme alle mamme e ai papà in attesa di un figlio. Nella convinzione che la lettura sia un importante strumento di crescita culturale e civile, e allo scopo di favorire la cooperazione fra i diversi soggetti della filiera del libro la Biblioteca nel 2011 aderisce anche al progetto “In-vitro”, molto di più che un progetto settoriale, dedicato ai futuri lettori, in realtà, è una forma di posizionamento del tema “lettura” nella sua centralità di hub sociale. Fare sistema (i ministeri MIUR e MiBACT, le amministrazioni, le famiglie, la scuola, le biblioteche comunali e statali, il Centro per la salute del bambino, le librerie e gli operatori di settore) affrontando la lettura non semplicemente come un recupero di un’attività tradizionale, ma quale il rilancio dell’esperienza cognitiva in una pluralità dinamica che è il senso stesso dell’attuale smart society.

Se “in vitro” individua nell’esperienza di “Nati per leggere” la buona pratica di riferimento per il suo programma di base, a questo ne affianca un altro avanzato che si rivolge ai bambini/ragazzi dai 6 anni in su puntando anche in questa fase sul dono di libri di qualità e sulla formazione al fine di creare una nuova figura professionale, quella del promotore della lettura, in grado di operare all’interno delle strutture esistenti (scuole, biblioteche, strutture sociali...) per generare un interesse profondo per la lettura tra i bambini, i ragazzi e i giovani.

Dal 2013 a tutt’oggi è attivo in biblioteca un laboratorio (esperti nella costruzione di libri e in tiffologia, genitori, educatori, docenti) permanente per la costruzione di libri “Tattili”, adatti a bambini con diversa abilità visiva, che oltre ad essere strumenti indispensabili per la loro crescita, rappresentano anche un vero strumento d’integrazione e relazione. Con il progetto

“Ogni bambino ha diritto a diventare un lettore” la Biblioteca comunale “Gianni Rodari” ospita una mostra di libri tattili dedicata alle esigenze dei bambini con diversa abilità visiva portando ad un’attenta riflessione sul diritto di tutti alla lettura e quindi al benessere psico-fisico. Il fine di questo progetto, oltre che quello di portare a conoscenza di un pubblico sempre più vasto il mondo del libro tattile, è quello di mettere a disposizione di quei soggetti interessati i quali possono liberamente accedere al servizio di prestito del libro proprio nella convinzione che “Ogni bambino ha diritto a diventare un lettore”

Per creare momenti di condivisione e dialogo la biblioteca propone regolarmente appuntamenti anche per i “gruppi lettura” destinati ad un pubblico adulto; il fine della discussione letteraria su di un’opera scelta e condivisa, va di pari passo in questo caso alla voglia di confrontarsi di tutti coloro che vi prendono parte. La riflessione partendo dal filone letterario spesso si accompagna a considerazioni legate al mondo moderno, alla quotidiano e alle problematiche che di volta in volta possono emergere.

Si tengono in Biblioteca iniziative in occasione di ricorrenze particolari (giornata della memoria, contro la violenza sulle donne, giornata diritti infanzia...), presentazioni di libri a tema psicologico, esperienze il cui fondamento, basato sulla BIBLIOTERAPIA, si esplica attraverso il libro e la lettura come strumento di cura, crescita psicologica, sociale e culturale.

La biblioteca comunale “G. Rodari” ospita un giardino antistante, divenuto anch’esso fonte di ispirazione per la creazione di iniziative finalizzate alla promozione della salute e del benessere; in collaborazione e con il patrocinio della USLUmbria1, Dipartimento di Prevenzione - Promozione della Salute, è attivo un laboratorio di

“guerrilla gardening” laboratorio di giardinaggio per bambini e adulti ispirato alle innumerevoli teorie legate alla ormai conosciuta “Garden Therapy” ed “horticultural therapy”.

Il giardinaggio è riconosciuto come importante strumento educativo che insegna ai bambini ma anche agli adulti ad aver pazienza, a rispettare i ritmi della natura e a prendersi cura di un essere vivente per trarne benefici per la salute migliorando la propria autostima, curando la depressione, aiutando nel movimento, stimolando la capacità logica e l’interazione sociale.

Partendo dalla multidimensionalità e la dinamicità del concetto di benessere come insieme degli aspetti che concorrono alla qualità della vita dei cittadini, l’obiettivo è presentare alla comunità la biblioteca come una potente risorsa di benessere e di potenziamento creativo per tutti, a partire dai primi anni di vita, determinanti nello sviluppo della personalità.

Grazie all’impegno dell’amministrazione comunale di Corciano nella gestione della spesa destinata al patrimonio culturale, in questo caso alle biblioteche, alle scelte dei professionisti che operano nel settore e grazie alla competenza di gruppi di volontari che contribuiscono alla valorizzazione di una realtà alla portata di tutti, la biblioteca “Gianni Rodari” si pone come centro di coesione sociale, quella “capacità della società di assicurare il benessere di tutti i suoi membri, riducendo il più possibile le disparità ed evitando le polarizzazioni”, a disposizione del suo territorio.

*Lorenzo Pierotti, Vice Sindaco di Corciano
Biblioteca comunale “Gianni Rodari”
Via Settembrini Loc. Girasole 06073 San Mariano di Corciano (PG)
Tel.075/5188291
biblioteca@comune.corciano.pg.it
<https://www.facebook.com/biblioteca.corciano>*

Gli effetti psicologici delle diseguaglianze

Enrico Materia

Blood Diamond, Edward Zwick, 2006

Nei paesi dove più ampie sono le diseguaglianze di reddito, l'ansia sociale, legata al timore che le persone hanno di essere valutate per la propria posizione economica, lavorativa e sociale, risulta essere più elevata. Ne deriva un ventaglio di possibili effetti psicologici quali bassa stima di sé, insicurezza e depressione, ma anche l'“aumento dell'io” e il narcisismo come risposta all'ansia valutativa.

Non solo: tanto maggiore è l'ansia derivante dal proprio stato sociale, tanto maggiore la ritrosia a interagire con altre persone e a partecipare alla vita associativa; più ampie le distanze sociali, più grande la diffidenza e il timore degli altri. Numerosi studi mostrano infatti che la fiducia civica e la propensione delle persone a essere coinvolte in associazioni civiche e di volontariato siano più deboli nei paesi con distribuzione delle risorse molto diseguale.

Le società dove le differenze di reddito tra ricchi e poveri sono più ampie patiscono un peggior funzionamento della vita sociale e dello stato di salute. Sono in breve le conclusioni di “The Spirit Level”, un libro degli epidemiologi britannici Richard Wilkinson e Kate Pickett, pubblicato nel 2009 e tradotto in

più di venti lingue, che metteva in luce come gli effetti negativi delle diseguaglianze non riguardano solo le fasce più povere della popolazione ma agiscono sull'intera collettività (vedi Perché le società egualitarie stanno meglio) [1].

Diseguaglianze nella mente

Nel nuovo libro “The Inner level” pubblicato nel 2018, gli stessi Autori, sulla scorta di ricerche in diversi campi disciplinari, spiegano come le diseguaglianze “entrino nella nostra mente” e si ripercuotano sulla salute mentale fino a condizionare le relazioni interpersonali [2].

Nel mondo di oggi “fragile e frammentato”, la salute mentale è considerata un bene comune globale sempre più a rischio, i disturbi depressivi rappresentano la terza principale causa di anni vissuti con disabilità e quasi un milione di persone muoiono ogni anno per suicidio [3].

La salute mentale è stata inclusa tra gli Obiettivi per lo Sviluppo Sostenibile con i disturbi mentali associati alle malattie croniche non trasmissibili sia perché la frequenza di tutte queste condizioni dipende da un gradiente sociale sia perché richiedono approcci integrati a livello assistenziale.

Sta inoltre diventando sempre più chiaro come i determinanti sociali (tra cui le diseguaglianze di reddito) e i fattori biologici interagiscano a livello individuale con i processi del neuro-sviluppo, soprattutto durante i periodi prenatale e postnatale, nel determinismo dei disturbi mentali [4].

Come documentato da Wilkinson e Pickett, al di là degli effetti materiali della povertà, nei paesi dove più ampie sono le diseguaglianze di reddito, l'ansia sociale, legata al timore che le persone hanno di essere valutate per la propria posizione economica, lavorativa e sociale, risulta essere più elevata [5]. Ne deriva un ventaglio di possibili effetti psicologici quali bassa stima di sé, insicurezza e depressione, ma anche l'“aumento dell'io” e il narcisismo come risposta all'ansia valutativa.

Gli Autori mettono in relazione queste risposte emozionali con l'associazione esistente tra diseguaglianze di reddito e disturbi mentali, confermata anche dalle revisioni sistematiche della letteratura [6].

Vengono riportate correlazioni dirette, a livello ecologico, tra diseguaglianze di reddito e depressione, disturbi narcisistici, schizofrenia, ludopatia, e bullismo tra gli adolescenti [7-11].

Nei paesi dove più ampie sono le diseguaglianze di reddito, l'ansia sociale, legata al timore che le persone hanno di essere valutate per la propria posizione economica, lavorativa e sociale, risulta essere più elevata. Ne deriva un ventaglio di possibili effetti psicologici quali bassa stima di sé, insicurezza e depressione, ma anche l'“aumento dell'io” e il narcisismo come risposta all'ansia valutativa.

Non solo: tanto maggiore è l'ansia derivante dal proprio stato sociale, tanto maggiore la ritrosia a interagire con altre persone e a partecipare alla vita associativa; più ampie le distanze sociali, più grande la diffidenza e il timore degli altri. Numerosi studi mostrano infatti che la fiducia civica e la propensione delle persone a essere coinvolte in associazioni civiche e di volontariato siano più deboli nei paesi con distribuzione delle risorse molto diseguale.

Le società dove le differenze di reddito tra ricchi e poveri sono più ampie patiscono un peggior funzionamento della vita sociale e dello stato di salute. Sono in breve le conclusioni di “The Spirit Level”, un libro degli epidemiologi britannici Richard Wilkinson e Kate Pickett, pubblicato nel 2009 e tradotto in più di venti lingue, che metteva in luce come gli effetti negativi delle diseguaglianze non riguardano solo le fasce più povere della popolazione ma agiscono sull'intera collettività (vedi Perché le società egualitarie stanno meglio)[1].

Diseguaglianze nella mente

Nel nuovo libro “The Inner level” pubblicato nel 2018, gli stessi Autori, sulla scorta di ricerche in diversi campi disciplinari, spiegano come le diseguaglianze “entrino nella nostra mente” e si ripercuotano sulla salute mentale fino a condizionare le relazioni interpersonali[2].

Nel mondo di oggi “fragile e frammentato”, la salute mentale è considerata un bene comune globale sempre più a rischio, i disturbi depressivi rappresentano la terza principale causa di anni vissuti con disabilità e quasi un milione di persone muoiono ogni anno per suicidio[3].

La salute mentale è stata inclusa tra gli Obiettivi per lo Sviluppo Sostenibile con i disturbi mentali associati alle malattie croniche non trasmissibili sia perché la frequenza di tutte queste condizioni dipende da un gradiente sociale sia perché richiedono approcci integrati a livello assistenziale.

Sta inoltre diventando sempre più chiaro come i determinanti sociali (tra cui le diseguaglianze di reddito) e i fattori biologici interagiscano a livello individuale con i processi del neuro-sviluppo, soprattutto durante i periodi prenatale e postnatale, nel determinismo dei disturbi mentali[4].

Come documentato da Wilkinson e Pickett, al di là degli effetti materiali della povertà, nei paesi dove più ampie sono le diseguaglianze di reddito, l'ansia sociale, legata al timore che le persone hanno di essere valutate per la propria posizione economica, lavorativa e sociale, risulta essere più elevata[5]. Ne deriva un ventaglio di possibili effetti psicologici quali bassa stima di sé, insicurezza e depressione, ma anche l'“aumento dell'io” e il narcisismo come risposta all'ansia valutativa.

Gli Autori mettono in relazione queste risposte emozionali con l'associazione esistente tra diseguaglianze di reddito e disturbi mentali, confermata anche dalle revisioni sistematiche della letteratura[6].

Vengono riportate correlazioni dirette, a livello ecologico, tra diseguaglianze di reddito e depressione, disturbi narcisistici, schizofrenia, ludopatia, e bullismo tra gli adolescenti[7-11].

Tra egualitarismo e gerarchia sociale

Per spiegare le origini dell'ansia sociale Wilkinson e Pickett fanno ricorso a due discorsi in qualche modo complementari. Da una parte il riferimento è al Sistema di Dominanza Comportamentale (Dominance Behavioural System, DBS) che guida i comportamenti legati alle percezioni di dominanza e sottomissione, utile alla vita sociale di tutte le specie animali dotate di un'organizzazione gerarchica. Gli individui devono tener conto delle differenze di gerarchia per rispondere in modo funzionale alla loro sopravvivenza. Dall'altra, gli Autori spiegano, sulla scorta di studi di paleo-antropologia, come vi sia stato un periodo egualitario nella preistoria umana nel quale gli ominidi, e poi i cacciatori raccoglitori, erano usi dividere il cibo derivante dalla caccia degli animali di grossa taglia senza riconoscimenti di dominanza per i singoli individui, come raffigurato nelle scene della prima parte (“Alba dell'uomo”) di 2001: Odissea nello Spazio di Stanley Kubrick. Questo periodo sarebbe durato sino ai tempi della c.d. “rivoluzione agricola” quando, circa 10.000 anni orsono, iniziò a strutturarsi un sistema sociale gerarchico. L'egualitarismo ancestrale delle società primitive sta probabilmente alla base dei comportamenti pro-sociali e solidaristici radicati nell'uomo e nella donna come la pratica del dono, il mangiare insieme (poi divenuto canone simbolico in molte religioni), il prendersi cura dei più deboli. Di qui anche l'avversione diffusamente percepita che suscitano le diseguaglianze, comprovata dalle indagini di popolazione, che vengono poi accettate proprio per effetto dei meccanismi indotti dal Sistema di Dominanza Comportamentale.

Diviene così spiegabile il perché del duplice regime vigente di avversione/accettazione delle diseguaglianze.

Per quanto riguarda gli effetti psicoso-

ciali delle diseguglianze, tanto maggiore è l'ansia derivante dal proprio stato sociale, tanto maggiore la ritrosia a interagire con altre persone e a partecipare alla vita associativa; più ampie le distanze sociali, più grande la diffidenza e il timore degli altri.

Numerosi studi mostrano infatti che la fiducia civica e la propensione delle persone a essere coinvolte in associazioni civiche e di volontariato siano più deboli nei paesi con distribuzione delle risorse molto polarizzata[12, 13].

Fin qui, in sintesi, le argomentazioni di Wilkinson e Pickett la cui importanza va considerata soprattutto a fronte della crescita delle diseguglianze all'interno dei paesi che, come indicano i documenti della Banca Mondiale e il World Inequality Report, continua pur se a differenti velocità in tutte le regioni del mondo[14, 15].

Società fratturate

L'andamento delle diseguglianze del reddito ha avuto, nel corso del '900, andamento a forma di U. In Occidente erano molto elevate all'inizio del XX secolo, per poi scendere progressivamente con la grande depressione, la seconda guerra mondiale e l'afflato sociale post-bellico. Raggiunti i valori più bassi nel corso degli anni '60, le diseguglianze hanno poi ricominciato a crescere prima negli USA e poi nel resto dell'Occidente. Ed è proprio nel corso degli anni '70 che lo storico statunitense Daniel Rodgers situa l'inizio di quella da lui definita come l'"età della frattura"[16]: quel cambiamento rispetto ai valori della società che cessa di essere al centro dell'immaginario collettivo e che viene sostituita da individui portatori di diritti che agiscono in modo autonomo. "La società non esiste: esistono individui, uomini, donne e famiglie" – diceva Margaret Thatcher nel 1987. L'impalcatura di teorie economiche basate sulla

scelta e sull'idea di un mercato salvifico e quasi onnipotente consente scelte di consumo sempre più ampie, favorite dalla globalizzazione e da Internet. Inizia l'era della "società liquida" e della "solitudine del cittadino globale" descritta da Zygmunt Bauman[17]. E con l'egemonia dell'ideologia neoliberista le diseguglianze economiche prendono il galoppo e con esse si allargano le linee di frattura delle società contemporanee. Tornando a Wilkinson e Pickett, le pagine del libro non si chiudono con pessimismo, ma propongono un ventaglio di proposte praticabili per ridurre le diseguglianze di reddito.

Si tratta di perseguire una maggiore democratizzazione dell'economia attraverso la presenza di lavoratori nei CdA, l'aumento di imprese di proprietà dei lavoratori e di cooperative e imprese sociali, insieme a politiche strutturali redistributive, sistemi efficaci di tassazione progressiva e lotta ai paradisi fiscali.

Le diseguglianze continueranno a correre perché nelle società capitalistiche la rendita da capitale cresce di più di qualunque altro tipo di rendita compresa quella da lavoro, come sostiene Thomas Piketti [18], oppure la potente disfunzionalità sociale e politica da esse generata porterà a sistemi economici più egalitari?

BIBLIOGRAFIA

1. Wilkinson R, Pickett K. *The Spirit Level: Why Equality is Better for Everyone*. Penguin Books: 2009. Traduzione italiana: *La Misura dell'Anima*, Feltrinelli, 2009.
2. Wilkinson R, Pickett K. *The Inner Level. How more equal societies reduce stress, restore sanity and improve everyone's well-being*. Penguin Books: 2018.
3. *Global Burden of Diseases 2017: a fragile world*. The Lancet 2018; 392: 1883.
4. Patel W et al. *Lancet Commission on global mental health and sustainable development*. Lancet 2018; 392: 1553-98.
5. Layte R, Whelan C. *Who feels inferior? A test of the status anxiety hypothesis of social inequalities in health*. European So-

ciological Review 2014; 30: 525-35.

6. Ribeiro W et al. *Income inequality and mental illness-related morbidity and resilience: a systematic review and meta-analysis*. Lancet Psychiatry 2017; 4: 554-62.
7. Messias E, et al. *Economic grand round: income inequality and depression prevalence across the United States: an ecological study*. Psychiatric Services 2011; 62: 710-12.
8. Loughnan S, et al. *Economic inequality is linked to biased self-perception*. Psychological Science 2011; 22:1254-8.
9. Burns JK, et al. *Income inequality and schizophrenia: increased schizophrenia incidence in countries with high level of inequality*. International Journal of Social Psychiatry 2014; 60: 185-96.
10. Wilkinson RG, Pickett KE. *The enemy between us: the psychological and social costs of inequality*. European Journal of Social Psychiatry 2017; 47: 11-24.
11. Elgar FJ. et al. *Income inequality and school bullying: multilevel study of adolescent in 37 countries*. Journal of Adolescent Health 2009; 45: 351-9.
12. Lancee B, Van de Werfhorst HG. *Income inequality and participation: a comparison of 24 European countries*. Social Science Research 2012; 41: 1166-78.
13. Kavachi I. et al. *Social capital, income inequality, and mortality*. Am J Public Health 1997; 87:1491-8.
14. World Bank. *Poverty and Shared Prosperity 2016: Taking on Inequality*.
15. Alvaredo F. et al. *World Inequality Report 2018*.
16. Rodgers DT. *L'età della frattura (e oltre)*. Il Mulino 4/2018.
17. Zygmunt Bauman. *La solitudine del cittadino globale*. Feltrinelli: 2014.
18. Piketti T. *Il capitale nel XXI secolo*. Bompiani: 2016.

Enrico Materia, Medico di sanità pubblica.

Da: saluteinternazionale.info

Essere una comunità educante per la sostenibilità alimentare

Brunella Librandi

L'evento

Nel maggio scorso presso l'Aula Magna del Rettorato dell'Università degli Studi di Firenze si è tenuto l'evento finale della quarta edizione del concorso **MENO SPRECO PIU' RISORSE PER TUTTI**. Impegniamoci nella sostenibilità alimentare, promosso da CIPES Toscana (Confederazione Italiana per l'Educazione e la Promozione della Salute - Federazione della Toscana) con il patrocinio della Direzione Generale dell'Ufficio Scolastico Regionale della Toscana e dell'Istituto degli Innocenti, la collaborazione del Banco Alimentare Toscana e dell'Associazione Italiana Professionisti della Comunicazione (APICOM).

L'evento è inserito nel programma del **FESTIVAL DELLO SVILUPPO SOSTENIBILE 2018**, promosso dall'Alleanza Italiana per lo Sviluppo Sostenibile (ASVIS), che riunisce più di 200 organizzazioni del mondo economico e sociale. Il Festival ha richiamato l'attenzione sui 17 obiettivi di sviluppo sostenibile dell'Agenda 2030, sottoscritta dall'Assemblea Generale dell'ONU.

CIPES Toscana ha voluto dedicare l'evento al tema dell'essere una comunità educante per la sostenibilità. Tra i partecipanti adulti (docenti, formatori,

genitori, rappresentanti delle associazioni...) e studenti dalla scuola primaria all'università, compresi i dietisti che, nel corso dell'anno, hanno condotto laboratori rivolti agli insegnanti.

Gli interventi

Il Direttore Generale dell'Ufficio Scolastico Regionale della Toscana Domenico Petruzzo ha ricordato, nel suo saluto al pubblico, il momento in cui da ragazzo si sedeva a tavola e il nonno gli diceva: "prendi quello che vuoi ma mangia quello che prendi, cioè non sprecare" e ha collegato questa sua esperienza al fatto di avere una grande convinzione che questa sia un'azione importante.

Cosa costringe oggi i modelli educativi a riscoprire una forma diversa di rapporto dell'essere umano con la natura? Li costringe il fatto che la nostra società nel modo di produrre beni e organizzare processi economici procura scompensi fortissimi fra chi è più forte e chi è più debole, anche nell'uso delle risorse che diventano fonte di guadagno e sfruttamento. Come reagire a questo?

Attraverso un'etica dell'economia attenta ai fattori di produzione. Da qualche anno è maturata la consapevolezza che non è sufficiente agire eticamente sui meccanismi di funzionamento ma

si deve creare un'etica pubblica perché sono i cittadini con consapevolezza possono orientare i governi e le politiche dei governi verso un'attenzione al modo di produrre e di consumare.

Il nostro rapporto col cibo, di consumare e di vivere si ricollega alla concezione di noi stessi, ai concetti di salute, all'attenzione all'altro, alla consapevolezza che è sempre accaduto che esista chi ha più e chi ha meno, abbiamo drammatici esempi di disuguaglianze nel mondo, dove esistono ragazzi che hanno tutto e altri che non hanno niente.

Questa forma di educazione va ben oltre il semplice fatto di favorire sani comportamenti di vita, noi educiamo le future generazioni a una sensibilità profonda a quelli che sono i rapporti dell'essere umano col mondo.

Maria Grazia Giuffrida, Presidente dell'Istituto degli Innocenti fondato nel 1419 ne ha ricordato la missione: l'educazione dei ragazzi e degli adolescenti, la tutela dei loro diritti e fra questi il diritto ad essere ben alimentati. A ciascun diritto corrisponde il dovere di un altro cittadino di rispettare quel diritto e in questo caso l'educazione ci deve portare ad evitare lo spreco.

Se guardiamo alla realtà, il mondo è composto da chi ha la possibilità di

accedere al cibo e da altri che non ce l'hanno; c'è sempre accanto a noi qualcuno che non ha risorse per vivere, bisogna soffermarsi su questo. Questo significa educare chi ha la possibilità di stare bene al rispetto di chi non ce l'ha; educare vuol dire avere il rispetto del cibo, vuol dire rispettare la natura, il nostro pianeta.

La Presidente CIPES Toscana, Brunella Librandi, è entrata nel vivo della riflessione: essere una comunità educante per la sostenibilità alimentare. "Vorremmo sentirci, almeno per un giorno, una comunità educante basata sull'ascolto reciproco; vorrei che questo fosse il messaggio dominante dell'incontro e lo sperimenteremo attraverso la musica proposta dal Maestro Giorgio Fabbri, musicista e direttore d'orchestra".

Il Maestro Fabbri ha condotto un coro parlato favorendo la partecipazione di ragazzi, adulti, autorità, tutti coinvolti dalla musica di Mozart; è stata creata una situazione capace di evocare emozioni nei partecipanti in modo da sentirsi parte di una comunità viva.

Questa riflessione ci porta a porci domande: cosa vuol dire sentirsi parte di una comunità educante che mette al centro la sostenibilità? Come e quanto riusciamo ad essere coerenti nei nostri messaggi come adulti di riferimento dei ragazzi? Quali sono i punti sui quali possiamo concordare? Cosa dovremmo riuscire a testimoniare? Che valore dare alla diversità e alla solidarietà?

Domande, rivolte soprattutto agli adulti, che hanno attraversato i contenuti dell'evento.

I progetti delle scuole

Durante l'evento c'è stata la presentazione e la premiazione dei progetti realizzati dalle scuole al concorso MENO SPRECO PIU' RISORSE PER TUTTI. Impegniamoci nella sostenibilità alimentare. Le scuole hanno proposto

attività trasversali alla didattica, come indicato dalle linee guida del MIUR, favorito lo sviluppo di competenze di cittadinanza, l'inclusione sociale, e, in alcuni casi, hanno coinvolto l'intera scuola.

Le scuole premiate

Il primo premio, per le scuole primarie, è stato assegnato per il secondo anno al VII Circolo Didattico "G. Carducci" Livorno che ha affrontato il tema della raccolta differenziata dei rifiuti. Il titolo del progetto, condotto in due lingue è: "Reduce, reuse, recycle, yes, we can!!/ Ridurre, riutilizzare, riciclare, sì, possiamo!!".

Da quest'anno i ragazzi portano a casa nel panierino la frutta e il pane non consumati alla mensa e hanno preso accordi col Sindaco per donare gli avanzi al canile comunale. Il Sindaco è stato invitato a consumare il pasto alla mensa, è intervenuto in classe per ricordare l'importanza dell'economia circolare e di perseguire l'obiettivo della riduzione dello spreco e dei rifiuti.

Il progetto è stato condotto anche in inglese in quanto nel video realizzato i bambini hanno immaginato di accogliere nella loro città alcuni turisti inglesi, in particolare il sottotitolo "Miss Marple e Mr. Holmes in vacanza a Livorno...e il mistero dei bidoni colorati" ha evidenziato l'importanza di dialogare con loro per spiegare come effettuare la raccolta differenziata. Il video si presta per la proiezione in altre classi e scuole, per una trasposizione teatrale in modo da allargare la partecipazione.

Il primo premio per le secondarie di primo grado è stato assegnato all'Istituto Comprensivo "Carlo Piaggia" Capannori (Lucca) per il Progetto "E' troppo per me ne do un po' anche a te". Il principio condiviso nella scuola, che ha fatto nascere il progetto è l'accoglienza della "diversità" come ricchezza e la consa-

pevolezza di vivere in una zona con alta densità di povertà ha fatto nascere l'apertura alla solidarietà, intesa non come stereotipo, ma come strumento consapevole di educazione e di crescita.

Il progetto ha raccolto percorsi già avviati nella scuola: l'Isola delle Coltivazioni e l'Orto in condotta al quale si sono aggiunte le visite e attività all'orto di un contadino di Capannori e l'incontro con la Comunità di Sant'Egidio per comprendere la validità del volontariato.

Le spese mensili delle famiglie più povere, adottate dalle classi, sono state integrate con i prodotti della scuola coltivati direttamente dai ragazzi. Il video, attraverso il suo ritmo lento riproduce i tempi e la cura necessaria per la crescita sia dei prodotti della terra che della solidarietà.

Le altre scuole, ammesse alla presentazione dei percorsi hanno ricevuto una segnalazione di merito; L'IC di Scarperia ha ricevuto da APICOM una segnalazione per l'efficacia della comunicazione.

Esse sono:

"English Primary School" Massa - Progetto Terry

- Riconoscere l'importanza degli alimenti nella vita quotidiana (anche nella mensa scolastica);
- Non sprecare il cibo, soprattutto nel rispetto di coloro che purtroppo non ne ha;
- Sensibilizzare la famiglia nella spesa quotidiana e incrementare il consumo di cibi sani, biologici e genuini (se possibile a km zero);
- Essere più sensibili nella raccolta differenziata e nell'uso di sostanze nocive per le falde acquifere;
- Prestare attenzione verso chi ci chiede un gesto di solidarietà e sostenere la raccolta alimentare solidale.

Istituto Comprensivo "Raffaello" Pistoia - Progetto Come una volta: pappiamoci il mondo

- Riconoscere e mettere in atto comportamenti virtuosi nella gestione del cibo
- Sensibilizzare i propri compagni e i familiari sull'importanza di una corretta gestione delle risorse e dei rifiuti

Istituto Comprensivo "Scarperia e San Piero a Sieve" (Firenze) – Progetto In-chiesta RAP

- Maggior consapevolezza nel rapporto col cibo
- Saper ridurre gli sprechi durante la quotidianità
- Visione della mensa come momento di convivialità
- Sensibilizzare gli altri verso una educazione alimentare consapevole

Le conclusioni

Al termine della presentazione dei progetti sono intervenuti Paolo Orefice, Direttore della Cattedra Transdisciplinare dell'UNESCO e Gian Franco Gensini, per molti anni Preside della Facoltà di Medicina.

Riflessioni di Paolo Orefice

Il prof. Orefice, in riferimento all'obiettivo n. 5 dell'Agenda 2030 dell'ONU, ha rilevato alcune costanti relative alla didattica dei progetti presentati dalle scuole; buone pratiche innovative caratterizzate da:

Didattica della ricerca

In questi progetti emerge una didattica della ricerca, nella quale vengono coinvolte varie discipline e docenti.

Didattica dell'azione

La nostra mente e i nostri comportamenti funzionano se noi agiamo e agiamo con gli altri; tutto ciò è nella tradizione della pedagogia sociale, la didattica e la pedagogia del fare. Un valore aggiunto è dato dalla diffusione e socializzazione dei percorsi con altri insegnanti e altri ragazzi.

Didattica partecipativa

I ragazzi non solo sono fisicamente pre-

senti ma mettono in campo i loro saperi, le attese, i desideri, le sensazioni, le loro emozioni.

Didattica della tecnologia

La scuola fa un ottimo uso della tecnologia informatica ma i ragazzi usano anche strumenti semplici utili nel produrre i lavori.

Didattica dei valori

Essa ci richiama al senso del nostro lavoro didattico educativo.

Qual è il senso di questo lavoro didattico?

Noi trattiamo il cibo e dietro al cibo c'è qualcosa di molto più importante: il rapporto che noi abbiamo col nostro pianeta. Siamo cittadini di un pianeta intelligente che sacrifica la sua vita per alimentare gli esseri umani. Quando mangiamo siamo dei "piccoli cannibali", in quanto il cibo è un prodotto della vita delle piante e della vita degli animali, sono i prodotti della ricchezza della natura che ci permette di vivere. Noi li manipoliamo, non solo non vediamo la pianta e gli animali che ci alimentano ma non vediamo le produzioni chimiche che addirittura alterano gli equilibri ecologici della nostra alimentazione. Vi chiedete come mai muoiono popolazioni povere dell'area sub sahariana, dove il deserto invade quel poco di terra che si può coltivare? Queste persone muoiono di fame pur essendo persone sane; muoiono per ragioni che vanno affrontate nella scuola, per ragioni di politica internazionale dell'alimentazione, di politica internazionale dello sviluppo dell'umanità.

Accanto a chi non ha da mangiare esiste una percentuale altissima di persone, giovani ed adulti, sovra alimentati, con problemi di salute collegati, e queste persone ammalano e sono destinate a perdere anni della propria vita.

Dobbiamo costruire una cittadinanza terrestre con una riscoperta approfondita del nostro rapporto col pianeta che ci dà vita, che ci dà la possibilità di pensare e sentire quello che fa bene alla nostra vita.

Riflessioni di Gian Franco Gensini

E' bene citare un primo lemma: piacere, nel percepire come una serie di obiettivi appropriati, ma nella loro natura freddi, siano stati trasformati e vivificati dall'impegno di questi giovani guidati sapientemente dai docenti e da quanti li hanno sostenuti.

L'attenzione all'alimentazione è la prima cosa. Quando mi sono trovato al Ministero della Salute con i rappresentanti delle grandi industrie di farmaci sono intervenuto dicendo che mentre non tutti i cittadini assumono i farmaci, tutti invece si alimentano e quindi è cruciale l'indicazione per una buona alimentazione. Se pensiamo allo spreco, cioè cibo prodotto ma non utilizzato, potremmo dire che sarebbe come se la FCA producesse cento auto e poi trenta le buttasse via senza usarle nemmeno una volta.

In un anno ciascuno di noi ingerisce una tonnellata circa di cibo fra liquidi e solidi e quindi riuscire a modulare appropriatamente il contenuto dei cibi è molto importante.

Mi ha fatto piacere vedere i ragazzi impegnati, dato che sono loro che riusciranno davvero a trarre profitto da questa esperienza.

A Manhattan e in parte in Bolivia, è stata fatta un'esperienza inserendo messaggi nutrizionali in "Sesame street" (programma educativo televisivo statunitense adatto ai ragazzi in età prescolare) facendo sì che i ragazzi e i loro familiari potessero ragionare un'ora alla settimana su quello che avevano percepito nel programma televisivo.

Quello che avete fatto ha sicuramente una ricaduta; i ragazzi avranno un'impronta positiva nel loro futuro che estenderanno anche verso i loro familiari.

È stato dimostrato che nei primi otto anni di vita si riesce ad impostare le abitudini alimentari e le altre abitudini di vita.

Anche il RAP finale coinvolgeva con l'insistenza, l'iterazione è uno degli

strumenti più potenti nella comunicazione.

I Laboratori condotti dagli studenti del III Anno del Corso di Laurea in Dietistica dell'Università di Firenze¹

Brunella Librandi e Carlotta Benvenuti, docenti del Corso di progettazione della promozione della salute, hanno ricordato le competenze sviluppate in questa Unità di apprendimento.

- Parlare in pubblico
- Entrare in relazione con singoli e gruppi
- Lavorare in piccoli gruppi
- Facilitare percorsi di apprendimento
- Progettare interventi di educazione e promozione della salute
- Redigere una tesina

L'unità è condotta con metodi esperienziali che vedono lo studente in un ruolo

¹ Gli studenti del Corso di Dietistica che hanno condotto i Laboratori: Andrea Biancalani - Bianca Bronzi - Chiara Campanino - Nicole Cattarin - Eleonora Cheli - Niccolò Fabbri - Elisa Focardi - Elena Gavazzi - Elisa Parrini - Elena Puliti - Daria Riabitch - Giulia Sonnoli - Nicola Stefanelli

di protagonista e, in modo trasversale, contribuisce allo sviluppo dell'apprendere ad apprendere, del senso critico e dello stile pro-attivo.

L'approccio di comunità

Gli studenti, in relazione al tema della scuola come comunità educante, hanno ricordato come possa essere interessante riflettere sui modelli basati sull'approccio di comunità proposti dall'Organizzazione Mondiale della Sanità: scuola e università promotrici di salute. Riuscire a sostenere processi educativi condivisi dall'intera comunità scolastica che s'impegna in azioni concrete coerenti con l'obiettivo proposto, costituisce un'importante evidenza di efficacia. Obiettivi come salute, sostenibilità e solidarietà rappresentano per la comunità scolastica un'importante sinergia.

La scuola promotrice di salute

“Insieme di processi, azioni e interventi che mettono in grado la comunità scolastica di sostenere e migliorare le condizioni di salute e il benessere di tutti i suoi membri: studenti, insegnanti e tutti coloro che ruotano sistematicamente in

questo ambiente di lavoro, inclusi i genitori, dovranno partecipare di un ambiente fisico, sociale, culturale e relazionale, portatore di equilibrio e favorevole alla salute.” (OMS, 1997)

L'università promotrice di salute

Comporta l'integrazione della salute nella cultura, nei processi e nelle politiche dell'università, unendo fattori come il rafforzamento del potere di azione dell'individuo (empowerment), il dialogo e la partecipazione, con l'obiettivo di favorire equità, sostenibilità e ambienti di vita, lavoro e apprendimento favorevoli alla salute.

Il Dietista e la conduzione dei laboratori
Gli studenti, dopo aver ricordato il profilo professionale del Dietista, hanno raccontato la loro esperienza di conduzione dei laboratori sul buon uso del cibo proposti agli insegnanti; i laboratori sono stati realizzati per coinvolgere un gruppo di studenti della secondaria di secondo grado nell'ambito dell'alternanza scuola-lavoro. La conduzione come facilitatori, adottando metodi non direttivi, è stata un'esperienza che li ha



messi di fronte alla realtà del cittadino che si rivolge alla figura professionale del dietista. Gli studenti hanno precisato che oggi i professionisti cercano di dare al cittadino un ruolo attivo e stabiliscono con questo un'alleanza in cui essi mettono a disposizione la loro competenza professionale ma si preoccupano anche di ascoltare e tener conto dell'esperienza del cittadino in modo nella soluzione di un problema sia definita insieme una soluzione sostenibile.

Il laboratorio ha ripercorso la filiera alimentare: dalle scelte effettuate in base alla piramide alimentare toscana, la spesa e la lettura delle etichette, la conservazione degli alimenti nel frigo tenendo conto delle scadenze, il consumo degli alimenti, le porzioni, gli avanzi e i rifiuti, l'economia circolare.

L'apprendimento e lo sviluppo delle competenze per l'occupabilità

L'esperienza del laboratorio è stata anche analizzata avendo come riferimento il percorso per lo sviluppo delle competenze per l'occupabilità (Pe.S.C.O.) che è stato definito nella ricerca della dot.ssa Anna Grimaldi dell'Istituto Nazionale per l'analisi delle politiche pubbliche (INAPP).

Le aree in cui si sviluppano le competenze sono quattro:

- dimensioni personali
- integrazione e comunicazione con gli altri
- realizzazione con successo di attività e compiti
- costruzione di reti sociali e convivenza attiva nelle organizzazioni.

L'intelligenza musicale per la Sostenibilità

Giorgio Fabbri Musicista, Direttore d'orchestra, Socio Onorario Cipes Toscana: "Vorrei condividere con voi alcune riflessioni, usando un'applicazione garage band, un programma che ci dice cosa serve per una musica perfetta e

farò un parallelo con quello di cui abbiamo bisogno per un mondo migliore, per una comunità migliore.

Proviamo ad elencare quelli che sono gli ingredienti della musica e della comunità.

Sentendo il ritmo del basso, la prima cosa che ci occorre è il ritmo, anche di poche note, quello che ci serve per la comunità sono regole, poche, ma quelle poche devono essere seguite in modo inderogabile. Un po' di disciplina, un orientamento. Possiamo provare ad aggiungere al ritmo altri elementi; usiamo un altro strumento che produce ritmo, la batteria, che mette insieme tre strumenti: il piatto, il charleston, la cassa. Sono le tre regole: riduci, riutilizza, ricicla, poche regole ma quelle.

Abbiamo due strumenti che producono un buon ritmo e potremmo aggiungere un terzo strumento: una chitarra che ha sei corde che lavorano tutte insieme e quindi la musica ci dice: se vuoi ottenere risultati metti insieme varie persone, crea relazioni che siano piacevoli, ogni corda ha un suono diverso, ognuno di voi è una persona diversa, ma messe insieme con un buon ritmo creano una buona base e un'armonia.

Abbiamo creato un buon ritmo ma anche una prima comunità. Se siamo accoglienti, potremmo includere altre persone, altri elementi, altri modi di stare insieme, altre mentalità.

La musica ci dice questo: metti insieme qualcosa che apparentemente non c'entra niente, se metti insieme col ritmo, un basso, con una batteria e una chitarra, funzionano bene. Funzionano bene al punto tale che se ho un buon ritmo, una buona armonia posso includere anche strumenti molto diversi che apparentemente non c'entrano niente. Se li metto insieme con gli archi andranno d'accordo? Apparentemente ognuno ha una propria identità, ma se unisco il ritmo base, insieme alla chitarra e alla batte-

ria ho creato una buona base sempre più ricca, sempre più interessante; ognuno mette qualcosa in questa che è la musica perfetta come una buona società. Cosa manca adesso? Abbiamo un buon ritmo, una buona armonia, cosa si potrebbe aggiungere? Quando costruiamo una comunità dove ci sono regole semplici e chiare, c'è rispetto per tutti, c'è accoglienza per tutti quello è il momento nel quale nascono le idee che sono quelle che ci portano avanti nel tempo, ci fanno evolvere.

Questa musica ci dice che è il momento di un'idea, ad esempio potremmo costruirci un'idea come la melodia che vi faccio sentire che ci racconta una sua idea che messa insieme ad un buon ritmo, ad una buona armonia, ad una batteria, crea un buon ritmo".

Per chiudere il Maestro Fabbri ha dato vita ad un coro coinvolgendo tutti i partecipanti all'evento. Quindi per risolvere i problemi abbiamo bisogno di una dinamica coinvolgente, di fare qualcosa insieme: un'azione da realizzare insieme.

Brunella Librandi

Pedagogista e Presidente CIPES Toscana

Se, come, quando: percorsi biografici nella maternità contemporanea / Barbara Segatto, Anna Dal Ben. – Milano: FrancoAngeli, 2018. -- 154 p. -- (La società. Saggi e studi). - ISBN: 8891761044 ISBN 13: 9788891761040

Si discute delle scelte procreative delle donne, a partire da un inquadramento del fenomeno sul piano teorico, presentando i risultati di uno studio empirico di tipo qualitativo: madri biologiche, adottive o che hanno fatto ricorso alle tecniche di procreazione medicalmente assistita e donne senza figli, raccontano come hanno costruito la trama della loro vita, permettendo al lettore di comprendere i diversi fattori che determinano le scelte di maternità. Negli ultimi decenni, le donne hanno visto crescere i propri gradi di libertà, autonomia e indipendenza e, conseguentemente, hanno svincolato le loro biografie di vita da traiettorie che le vedevano legate a percorsi tradizionali, caratterizzati da un forte impegno entro le mura domestiche e nei compiti di cura, attivando percorsi nuovi e a volte inattesi. L'agire procreativo emerge come uno degli aspetti centrali di questo cambiamento. Si è passati da una maternità vissuta come destino ineluttabile e naturale, ad una maternità scelta, che impone alle donne una riflessione sul se, come e quando fare un figlio. Se, perché ci si aspetta che le donne accedano alla maternità solo attraverso il desiderio e qualora siano in grado di farsene carico dal punto di vista emotivo ed economico, senza pesare sulla società. Come, perché la maternità biologica rappresenta una delle opportunità per avere un figlio; il cronico ritardo nell'accesso alla scelta procreativa, insieme all'aumento dei tassi di sterilità e infertilità, porta con sé la necessità di percorrere altre strade

per diventare genitori. Quando, perché le donne sono chiamate a individuare il momento in cui sia maggiore la loro possibilità di prendersi cura dei nuovi nati senza che questo incida negativamente sugli aspetti di vita personale, di coppia e professionale

La salute negata: le sfide dell'equità in prospettiva sociologica / Marco Terraneo. – Milano: FrancoAngeli, 2018. -- 166 p. --- (Scienze e salute). – ISBN: 8891768936 ISBN 13: 9788891768933

Il volume si confronta, sia sul piano teorico che empirico, sulle persistenti iniquità di salute del sistema sanitario che caratterizzano in modo profondo la nostra società. Lo fa da una prospettiva strettamente sociologica, nel tentativo di mostrare come questa disciplina possa dare un contributo rilevante alla comprensione dei fattori e dei processi all'origine delle disuguaglianze in ambito sanitario. La salute è importante per ognuno di noi, perché sappiamo quanto conti godere di una buona efficienza fisica e mentale per realizzare i nostri progetti. Sappiamo anche che quando la nostra salute è compromessa diventa fondamentale poter accedere alle migliori cure disponibili. Ciò che invece spesso ignoriamo è quanto la conoscenza, il potere, il prestigio, il denaro siano risorse che hanno un effetto rilevante sulle nostre condizioni di salute e possano favorire o ostacolare l'accesso e l'utilizzo dei servizi di cura. Si offrono, inoltre, una cornice concettuale e analitica per immaginare soluzioni in grado di intervenire sulle ingiuste condizioni di salute in cui si trova oggi a vivere una parte significativa della popolazione.

Disturbo da gioco d'azzardo: risultati di un progetto sperimentale / a cura di Roberta Pacifici, Massimo Giuliani e Liliana La Sala. – Roma: Istituto superiore di sanità, 2018. -- iii, 138 p. – (Rapporti Istituzionali; 18-5)

Si intende fornire un aggiornamento scientifico sul disturbo da gioco d'azzardo, utilizzando una selezione dei risultati, dei materiali e dei contributi originali prodotti all'interno del Progetto "Sistema di sorveglianza nazionale sul disturbo da gioco d'azzardo: progetto sperimentale". Il progetto è stato coordinato tra il 2015 e il 2016 dal Centro Nazionale Dipendenze e Doping dell'Istituto Superiore di Sanità. In proposito, si presentano i risultati di alcune indagini originali volte a raccogliere le evidenze scientifiche sul tema e dati nazionali inerenti: la distribuzione delle strutture cliniche di trattamento; la percezione del fenomeno da parte della popolazione generale e dei pazienti; l'impianto legislativo sul gioco d'azzardo oggi vigente in Italia. Questa raccolta tematica riunisce anche alcuni contributi originali di professionisti italiani, basati sulle esperienze di diagnosi e trattamento di pazienti con disturbo da gioco d'azzardo.



La disponibilità di un testo sulla salutogenesi in lingua italiana rappresenta una risorsa per facilitare il dialogo tra contesto italiano e studi ed esperienze promossi dalla International Union for Health Promotion and Education.

La guida costituisce un contributo significativo per una riflessione “su cosa genera salute” e su come individuo e società possano svilupparla. A partire dalla declinazione di concetti chiave il testo illustra prospettive e strategie che favoriscono lo sviluppo di capacità e risorse che ogni soggetto e ogni comunità possiede e può mobilitare al fine di condurre una vita attiva, produttiva e dotata di significato. Una netta differenziazione dalla modalità, ancora dominante, di considerare i problemi di salute a partire da malattie e malessere. Sottolineiamo la rilevanza dell’elaborazione culturale di coniugare il pensiero e il framework salutogenico di Antonovsky a valori, principi e dimensioni essenziali della promozione di salute quale l’empowerment, la costante ricerca di benessere e qualità della vita, nonché il riconoscimento della centralità dei determinanti di salute per costruire un progetto positivo di società.

La Guida è un utile strumento per arricchire la comprensione concettuale, teorica e pratica della promozione della salute e a rafforzare la strada per la ricerca futura e l’operatività. La lettura è consigliata non solo ai professionisti della ricerca in sanità pubblica e promozione della salute e dei servizi-socio-sanitari ma anche a quanti agiscono per l’empowerment e la partecipazione dei cittadini in favore di politiche pubbliche di salute.

Il volume è arricchito da un’Appendice che riporta il questionario SOC 13 validato in lingua italiana, curato dal gruppo di lavoro del professor Paolo Contu.

Per informazioni: rivistecesper@gmail.com



Nel 1978, esattamente quattro decenni fa, 134 Stati membri dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, 67 agenzie internazionali e organizzazioni non governative, riuniti nella conferenza di Alma Ata, convennero su un elemento fondante:

la primary health care costituiva l'unica strategia per raggiungere "la salute per tutti". La politica sanitaria di Alma Ata coniugava salute, diritti umani, giustizia sociale per rendere universalmente accessibili i servizi sanitari essenziali. La primary health care garantiva il contesto concettuale e organizzativo per strutturare i servizi sanitari, dalle famiglie agli ospedali, dalla prevenzione alla cura. Oggi, essa torna al centro dell'attenzione della sanità pubblica come sottolineato già nel 2008 nel World Health Report dell'OMS Primary health care, now more than ever. Centro delle cure primarie, Il Distretto, il territorio, nella visione di chi scrisse la nostra Riforma sanitaria, anch'essa 40 anni fa, deve costituire il luogo dove il cittadino trova le risposte ai propri bisogni di salute.

Il volume presenta una selezione di articoli pubblicati sulla rivista "Sistema Salute. La rivista italiana di educazione sanitaria e promozione della salute" nel periodo 2011 – 2017: da professionisti e studiosi di Emilia Romagna, Friuli, Lazio, Marche, Piemonte, Toscana e Umbria esperienze e riflessioni per sostenere e migliorare il Servizio Sanitario Nazionale. Esperienze significative: sanità d'iniziativa, gestione integrata della cronicità, mappatura della fragilità, azioni di comunità nel progetto Microaree, Information Communication Technology e servizi integrati domiciliari, infermiere delle cure primarie, educazione terapeutica del caregiver, ospedale di comunità. Per una nuova sanità pubblica centrata su: distretto, casa della salute, partecipazione della comunità, promozione della salute e continuità delle cure.

Una lettura raccomandata a tutti gli attori della sanità e, in particolare, ai professionisti dei servizi territoriali, sollecitati a elaborare e adottare buone pratiche per l'integrazione, la partecipazione e l'equità e a produrre report delle tante significative esperienze nelle nostre regioni.

Per informazioni: rivistecesp@gmail.com

la salute umana

LA SALUTE UMANA pubblicata a cura del
CENTRO SPERIMENTALE PER LA PROMOZIONE DELLA SALUTE E L'EDUCAZIONE SANITARIA
UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI PERUGIA
tel. 075 585.7357 / <http://cespes.unipg.it>



EDIZIONE E DIFFUSIONE
Cultura e Salute Editore Perugia
Iscrizione al Registro degli Operatori di Comunicazione (ROC) n. 28166

ABBONAMENTO ANNUALE ITALIA 2019

Enti: cartaceo €40.00 / on-line €20.00 / cartaceo + on-line € 50.00 - **Privati:** cartaceo €30.00 / on-line €15.00 /
cartaceo + on-line € 40.00 - **Un fascicolo:** cartaceo €20.00 / on-line €10.00

ABBONAMENTO ANNUALE ESTERO 2019

Cartaceo €60.00 / on-line €20.00 / cartaceo + on-line € 70.00 - **Un fascicolo:** cartaceo €20.00 / on-line €10.00

TUTTE LE TARIFFE SONO IVA INCLUSA (IVA 4%)

PAGAMENTO TRAMITE BONIFICO BANCARIO

IBAN: IT 40 M 02008 03030 000104591258

Conto corrente bancario UniCredit Agenzia di Perugia – Via XX Settembre
intestato a CULTURA E SALUTE EDITORE PERUGIA - codice SWIFT UNCRITM1770