



Stili di vita, salute e cultura:  
per un nuovo welfare

Atti del Simposio  
2 dicembre 2011

I corretti stili di vita, la cultura, l'uso intelligente del tempo libero, hanno assunto un valore e un ruolo sempre più importante.

La percezione del proprio benessere dipende da una pluralità di fattori non riconducibili esclusivamente a elementi materiali, quanto piuttosto ad aspetti legati agli stili di vita, alle occasioni di arricchimento culturale, al tempo dedicato al proprio fisico.

Il concetto stesso di salute viene definito dall'Organizzazione Mondiale della Sanità come qualcosa di soggettivo e collegato al benessere dell'individuo, e non solo alla "presenza o mancanza di patologie". Le dimensioni della salute divengono quindi fisiche, emotive, psicologiche e sociali.

Sebbene ricerche condotte negli ultimi decenni abbiano iniziato a far conoscere quali siano gli elementi che contribuiscono a costruire la qualità di vita e il loro peso relativo, ancora troppo poco è stato fatto per comprendere il profondo impatto sul benessere individuale dei corretti stili di vita, della cultura (in senso lato, sport compreso), della ricerca della "bellezza" non puramente estetica.

Fondazione Bracco ha avviato approfondimenti sul tema con un approccio multidisciplinare, invitando tra i maggiori esperti internazionali del settore.

**STILI DI VITA, SALUTE E CULTURA:  
PER UN NUOVO WELFARE**

MUSEO  
NAZIONALE  
DELLA SCIENZA  
E DELLA  
TECNOLOGIA  
LEONARDO  
DA VINCI

Con il patrocinio di

 **IULM**  
Libera Università di Lingue e Comunicazione

Stili di vita,  
salute e cultura:  
per un nuovo welfare

Atti del Simposio  
2 dicembre 2011

## Sommario

6 Programma

### *Gli interventi*

9 Linda Cena  
12 Giovanni Puglisi  
15 Antonella Delle Fave  
17 Luigi Luca Cavalli Sforza  
26 Luca Francesco Ticini  
45 Cory Keyes  
61 Lars Olov Bygren  
70 Enzo Grossi

86 *Discussione con il pubblico*

104 Diana Bracco  
108 Pierluigi Sacco  
109 Fiorenzo Galli  
117 Selena Gray  
127 Lara Comi  
138 Chiara Bisconti  
144 Antonio Tomassini

## Programma

### Prima sessione

La prima sessione intende fornire lo stato dell'arte sul ruolo della cultura e della qualità di vita nel processo di formazione del benessere psicologico individuale, affrontando il tema da diversi punti di vista. Particolare enfasi verrà dedicata alla presentazione di casi di studio.

#### Saluto di benvenuto

Linda Cena  
*Segretario Generale  
Fondazione Bracco*

#### Intervento di apertura

Giovanni Puglisi  
*Rettore Università IULM di Milano*

#### Le basi sociobiologiche della cultura

Luigi Luca Cavalli Sforza  
*Stanford University, California  
e Advisory Board Fondazione  
Bracco*

#### Le basi neurobiologiche della bellezza: la neuroestetica

Luca Francesco Ticini  
*Max Planck Institute for Human  
Cognitive and Brain Sciences,  
Lipsia e Presidente della  
Società Italiana di Neuroestetica  
"Semir Zeki"*

#### Le basi epistemologiche del benessere psicologico

Corey Keyes  
*Emory University, Georgia –  
Stati Uniti d'America*

#### Partecipazione culturale e benessere

Lars Olov Bygren  
*Karolinska Institutet, Stockholm  
e University of Umeå – Svezia*

#### Presentazione progetto Salute, Cultura e Benessere - Fondazione Bracco

Enzo Grossi  
*Fondazione Bracco*

#### Discussione con il pubblico

Moderata  
Antonella Delle Fave  
*Facoltà di Medicina Università  
di Milano e Chief Editor Journal  
of Happiness Studies*

### Seconda sessione

Scopo della sessione pomeridiana del simposio è di fornire informazioni concrete ed elementi utili per la definizione di percorsi e azioni nel territorio, a seguito delle esperienze di successo presentate nella prima sessione.

#### Interventi

Diana Bracco  
*Presidente Fondazione Bracco*

Fiorenzo Galli  
*Direttore Generale Museo  
Nazionale della Scienza e  
Tecnologia "Leonardo da Vinci"*

#### Salute, sostenibilità e cultura: valutazione di impatto

Selena Gray  
*University of the West of England,  
Bristol – Regno Unito*

Lara Comi  
*Vice Presidente della  
Commissione per il mercato  
interno e la protezione  
dei consumatori –  
Parlamento Europeo*

#### Il ruolo delle politiche locali

Chiara Bisconti  
*Assessore al Benessere, Qualità  
della vita, Sport e tempo libero –  
Comune di Milano*

#### Conclusioni

Antonio Tomassini  
*Presidente della XII Commissione  
permanente Igiene e Sanità –  
Senato della Repubblica*

Moderata  
PierLuigi Sacco  
*Università IULM di Milano*

## Saluto di benvenuto

*Linda Cena*

Buongiorno a tutti, grazie di essere qui, grazie a tutti i partecipanti che interverranno oggi al nostro simposio internazionale; questa mattina e questo pomeriggio abbiamo avuto un numero di preregistrazioni che francamente non ci aspettavamo e l'attesa su questo simposio, a cui abbiamo lavorato per diversi mesi è veramente alta. Ci auguriamo che la Fondazione Bracco sia all'altezza di quest'attesa, abbiamo voluto lanciare un campo di studio e di ricerche relativamente innovativo e ringraziamo di essere venuti in particolare oggi a portare la loro testimonianza e il loro contributo su questo grande, nuovo, interessantissimo tema della cultura e del benessere relatori italiani e stranieri davvero di primissimo piano. È una frase spesso usata, ma siamo veramente onorati di averli, a cominciare dalla professoressa Delle Fave che modererà la sessione di questa mattina, e dal professor Pierluigi Sacco, che volevo ringraziare per il contributo che ha dato insieme allo IULM all'organizzazione di questo convegno e che modererà la sessione del pomeriggio. Insieme a loro parleranno relatori italiani e stranieri davvero importanti, non li posso ringraziare a uno a uno, ma li vedete nel programma che avete a mano, e veramente, abbiamo un grosso interesse ad ascoltare il loro contributo. Come sempre, gli atti del simposio verranno pubblicati dalla Fondazione Bracco in un quaderno e saranno disponibili online; chi volesse ricevere copia del quaderno può farne richiesta alla segreteria della Fondazione Bracco oppure all'ingresso del convegno; provvederemo a spedire loro una copia.

Due parole sul tema di questo simposio, nato da un filone di ricerca di oltre due anni, condotto dal nostro advisor scientifico, il dottor Enzo Grossi, che ringraziamo tantissimo per l'entusiasmo che ha dedicato a questa ricerca. Sono oltre due anni che lavora insieme a varie équipes di esperti su questo tema ancora troppo poco studiato: l'impatto esercitato sulla percezione della qualità della vita di fattori in senso lato culturali, ma veramente nell'accezione più ampia del termine, quindi c'è anche lo sport o lo stile di vita, su quella che è la percezione del benessere. Ecco, fino a oggi si è data la prevalenza agli aspetti materiali della salute; c'è però tutta una serie di aspetti minori che, utilizzando l'espressione del professor Bygren del Karolinska Institute, che ringrazio, riguarda la partecipazione culturale delle persone. Ecco, questi sono fattori che impattano la nostra percezione di benessere, e stante a questi nuovi studi, addirittura la nostra situazione di benessere complessivo.

Sono stati fatti studi epidemiologici, l'ultimo dei quali promosso dalla Fondazione Bracco nell'autunno scorso a Milano, realizzato dalla Doxa, insieme all'Assessorato alla Salute del Comune di Milano, ha coinvolto oltre 1000 cittadini e i risultati, devo dire in parte davvero sorprendenti, di questa ricerca verranno illustrati nel corso della giornata dal dottor Grossi. Questo per avere dati concreti, effettivi, epidemiologici, su cui poi porteranno il loro commento e il loro apporto i vari relatori della giornata.

Volevo ancora aggiungere che noi, come Fondazione Bracco, abbiamo voluto compensare le emissioni di CO<sub>2</sub> determinate dalla realizzazione di questo convegno attraverso l'appoggio a un progetto, che è quello di Bom Jesus, svolto in Brasile presso una produzione di ceramiche, che coinvolgeva fino a qualche anno fa ovviamente l'utilizzo di materiali combustibili davvero ad alte emissioni, adesso sostituiti con altri a minore impatto ambientale. E quindi, fedele alla sua attenzione al campo ambientale, la Fondazione Bracco ha voluto sostenere questo progetto. In chiusura volevo aggiungere che il progetto Cultura e Benessere fa parte di un filone che abbiamo avviato da un paio d'anni, ma che pensiamo di portare avanti per i risultati lusinghieri e interessanti che sta sviluppando nel campo della ricerca. Questo progetto è riconducibile all'intersezione delle aree, dei campi di attività in cui la Fondazione Bracco opera, vale a dire la cultura, la scienza e il sociale. Quello che ci contraddistingue rispetto ad altre realtà di Fondazioni è quello di cercare di operare all'interno di campi di studio, ma anche con concrete ricadute, che studino le interrelazioni fra questi diversi campi di attività, quindi cultura e scienza in questo caso. Volevo passare la parola al rettore dello IULM, professor Puglisi, che però oggi è stato richiamato a Roma da un impegno di lavoro, ma è stato così cortese da mandarci comunque un suo contributo video, che pregherei quindi la regia di mandare in onda, come si dice in linguaggio televisivo, dopodiché passo la parola alla moderatrice della prima sessione della mattinata, la professoressa Delle Fave, che ringrazio fin d'ora.

A tutti voi buon ascolto, buon lavoro e a più tardi. ■

## Intervento di apertura

*Giovanni Puglisi*

Buongiorno. Innanzitutto debbo delle scuse, perché non sono presente, ma sono perlomeno presente in video. La ragione discende da un impegno sopravvenuto che mi porta a Palermo; io sto registrando questo messaggio il giorno precedente l'evento, purtroppo devo raggiungere assolutamente Palermo per un'iniziativa dove non posso non prendere parte. Non perché quella, alla quale mi rivolgo non sia un'iniziativa a cui dovrei prendere parte, ma perché in qualche modo in questa di Milano sono autorevolmente anche rappresentato come università IULM da illustri colleghi, in particolare da Pierluigi Sacco, ma a Palermo invece non sono in grado di essere rappresentato diversamente. Però vorrei ringraziare Diana Bracco, per questa iniziativa, per l'idea che ha avuto di mettere insieme un grande progetto che sia legato a un grande nome, quello della sua azienda, ma sia legato a una grande missione culturale, che in qualche modo credo che oggi debba impegnare ogni cittadino, come si usa dire, di buona volontà.

Io credo che il tema dello stile di vita, della salute, della cultura per un nuovo welfare sia fondamentale per una vita a misura d'uomo negli anni a venire. Io oggi non ho l'ambizione, come recita il programma, di fare relazioni introduttive; ho solo il desiderio di sottolineare da un lato il rispetto verso chi e verso quanti hanno pensato ad avviare uno studio, un impegno, un'attività, un progetto come quello che voi oggi andrete ad approfondire. In secondo luogo sottolineare come un tema del genere oggi sia trasversale, si direbbe sia globalizzato, a tutti i continenti, a tutte le genti, a tutte le esperienze professionali, culturali, umane. Io credo che oggi il tema della salute sia costitutivo di una qualità della vita che possa garantire a ciascuno di potere sopravvivere in un tempo in cui l'aspettativa di vita è aumentata in maniera dignitosa; per fare questo è fondamentale che la cultura, che significa in qualche modo alfabetizzazione, e in qualche modo anche informazione, così come il tema dell'alfabetizzazione per tutti, che è uno dei temi centrali

dell'Unesco, ancora non ha raggiunto il suo obiettivo fondamentale, purtroppo, e il tema dell'informazione corretta, che riguarda in questi ambiti, soprattutto nell'ambito dell'alimentazione, nell'ambito delle culture della salute, un aspetto fondamentale, sia della commercializzazione, che dei diritti della persona, debbano essere entrambi ancora sostenuti e sviluppati. Che un'iniziativa del genere lo faccia, e che attraverso la cultura, attraverso l'informazione, attraverso la capacità di comprendere bene le differenze che oggi caratterizzano una vita adeguatamente sana e una vita non adeguatamente sana siano davvero fondamentali. Gli stili di vita sono fortemente collegati a tutto questo, e gli stili di vita dipendono non soltanto dalla disponibilità della persona, o peggio o meglio dai desideri della persona; dipendono spesso da ciò che caratterizza l'essere di una persona nel suo mondo.

Diceva un grande filosofo tedesco del secolo scorso che il problema dell'essere è la temporalità della sua presenza nel mondo; ciascuno di noi non si caratterizza per esserci, ma si caratterizza per il modo in cui il suo esserci riesce a essere fondante per la società, la civiltà, la cultura del tempo in cui vive. Ecco, io credo che oggi sia questa la differenza, avere la capacità, la coscienza, l'intelligenza, le competenze per potersi caratterizzare, potere stare nel mondo migliore, rispettando l'ambiente, e quindi una cultura della sostenibilità, rispettando gli altri, e quindi una cultura del rispetto delle diversità e dell'altro, inteso come il nostro dirimpettaio, colui che ci consente di affermare la nostra identità, ma noi dobbiamo consentire a lui di affermare la sua, rispettosi del mondo, perché il mondo, come ci è stato detto più volte, è qualche cosa che non ci appartiene, ma è stato consegnato a noi dai nostri padri e dovremmo consegnarlo noi ai nostri figli, non dico migliore di quando lo abbiamo preso, sicuramente non peggiore.

Se riusciremo in tutto questo, credo che sarà merito dell'impegno di ciascuno di noi per il suo piccolo, ma sarà merito soprattutto di iniziative, di strutture, di fondazioni, di persone, e ancora una volta ringrazio Diana Bracco che come voi, in questa giornata, nell'impegno di una vita si danno ragion d'essere del loro stesso essere, ma del loro essere nel mondo per questa missione. È una missione che guarda oltre il nostro tempo, guarda oltre la nostra città, ma guarda soprattutto nell'interno di ciascuno di noi, quello che un tempo si chiamava il foro interiore della nostra coscienza. Grazie di avermi consentito questa opportunità, di essere anche a distanza presente, grazie a Diana Bracco ancora una volta e a tutti coloro che insieme a lei lavorano e contribuiscono per la realizzazione e la vitalizzazione di questo progetto. Scusatemi ancora se non sono con voi, ma certamente in spirito e in cuore sono assolutamente dalla vostra parte, non lontano ma vicino. ■

Buongiorno a tutti. Dopo l'introduzione del professor Puglisi, rettore dell'università IULM, diamo l'avvio ai lavori della mattinata.

Concedetemi un minuto per ringraziare la Fondazione Bracco per questa iniziativa di assoluta importanza. Infatti gli studi sul benessere e sulla qualità della vita sono oggetto di interesse della comunità accademica, o di alcune sue branche, solo da pochi decenni. Inoltre tuttora sono ancora eccessivamente dominio delle comunità accademiche, quindi dell'ambito scientifico. Molti studi recenti sono stati dedicati all'analisi delle qualità della vita e di ciò che la promuove, sia in ambito della salute fisica che nell'ambito della cultura, ma i progetti che rendano questi studi applicabili alla realtà quotidiana sono ancora sparsi e frammentati in diversi contesti nazionali e internazionali. In particolare in Italia l'attenzione a questi argomenti è tuttora ancora troppo limitata all'ambito accademico.

Credo quindi che il contributo della Fondazione Bracco nel favorire la disseminazione di queste tematiche dal contesto dello studio e della ricerca alla loro applicazione all'interno di comunità sanitarie e sociali, ma anche di cittadinanza, quindi all'interno di contesti sociali complessi, sia di un'importanza estrema al fine di mettere a punto interventi efficaci che derivino da solide basi scientifiche, ma che permettano poi di veicolare conoscenze ed evidenze di ricerca nella pratica quotidiana. Sono pertanto personalmente grata per questa iniziativa e credo che non ci sia migliore modo per aprire la sessione della mattina che invitare su questo podio il professor Cavalli Sforza, uno studioso noto a livello internazionale, un modello per tutti i giovani ricercatori italiani nonché una delle nostre glorie nazionali dal punto di vista scientifico.

## Le basi sociobiologiche della cultura

*Luigi Luca Cavalli Sforza*

Il professor Cavalli Sforza, dopo aver conseguito la laurea in Medicina e la specializzazione a Cambridge, si è distinto nella sua lunga carriera come uno degli studiosi che più incisivamente ha fornito evidenze del ruolo della biologia nello sviluppo e nell'evoluzione della specie umana, nonché nell'evoluzione della cultura. Il dibattito sul ruolo e sul primato di biologia e cultura nell'influenzare il comportamento si è particolarmente acceso negli ultimi trent'anni e tuttora è caratterizzato da una serie di divergenze e posizioni competitivamente, ma produttivamente a confronto degli studiosi in esso coinvolti.

Credo che nessuno come il professor Cavalli Sforza possa meglio illustrare quello che oggi noi sappiamo dell'influenza della biologia sullo sviluppo del comportamento e sullo sviluppo della cultura, anche considerando il ruolo assolutamente chiave del nostro ospite nella promozione di uno dei progetti più cruciali degli ultimi decenni, il progetto genoma, che ha aperto orizzonti fondamentali per la migliore comprensione delle basi biologiche del comportamento.

Sono quindi molto onorata di dare la parola al professor Cavalli Sforza. ■

Buongiorno, mi fa piacere di avere questa occasione di una chiacchierata in un posto molto gradevole che ho già avuto occasione di visitare in precedenza, naturalmente. È stata un'idea molto buona quella di mettere a disposizione di attività di natura intellettuale questa porzione della città – penso che sia magnifico potersi incontrare qui e discutere di queste nostre questioni. Io sono contento che sia già stata definita la cultura in precedenza; si tratta di un argomento molto vasto, perché in fondo è tutto quello che noi facciamo, al di fuori delle attività fisiche che ci servono per mantenerci in vita, come prendere il cibo – a proposito, anche il cibo è una parte importante della cultura, naturalmente. Quindi è l'insieme delle cose importanti che noi facciamo nel corso della nostra vita, è difficile andare molto in profondità su un argomento così largo. A ogni modo in realtà si tratta di un soggetto che dipende molto da quella straordinaria capacità unica dell'uomo, che gli permette di comunicare, che è il linguaggio, ed effettivamente la base della cultura è il linguaggio. Ho avuto studi abbastanza profondi sulla sua origine, a me piace sempre guardare prima agli aspetti storici, perché penso che sia fondamentale per capirli. Ora, il linguaggio è una proprietà sviluppata, al livello in cui è stata sviluppata nell'uomo, che lo rende completamente unico, ed è anche quello che permette all'uomo quella elevatissima capacità di comunicazione che è caratteristica, perché nessuna altra specie ne gode tanto quanto la nostra.

Vorrei ora passare a quello che dice il tema della giornata: le basi sociobiologiche della cultura. In realtà che cosa vuol dire questo fatto che stiamo insieme a comunicare, che cosa ci comunichiamo, in sostanza, che cosa è utile che ci comunichiamo? E parlando della cultura in generale, uno degli aspetti che naturalmente colpisce, soprattutto chiunque abbia qualche contatto in genere anche con le altre branche della biologia, è il fatto che la cultura in un certo senso è frazionata, nel mondo, dalla esistenza di un grandissimo numero di lingue. Siccome la cultura viene diffusa attraverso

so l'uso della lingua, be', è chiaro che le due cose sono molto strettamente correlate e che la struttura della specie umana, che è divisa in un grandissimo numero di gruppi diversi, è strettamente legata proprio alle differenze linguistiche che sono quelle che limitano, ma anche permettono i contatti, sia entro una lingua che fuori, attraverso la comunicazione in lingue diverse. E le lingue sono qualche migliaio, cinque-seimila, secondo i conteggi, e hanno un'origine relativamente recente. Non è che noi sappiamo esattamente quando è cominciato il linguaggio, però in un certo senso è la stessa cosa dell'inizio dell'uomo come specie, perché, ciò che ha permesso all'uomo di diventare quello che è oggi, è stata la possibilità di comunicare attraverso il linguaggio, ora quale sarà questa data d'inizio? È certamente nell'ultimo milione di anni, ora c'è una tendenza a pensare a un uomo che era oramai molto simile a come siamo noi oggi, trecentomila anni fa, non è poi da allora più cambiato sul piano fisico in modo importante, è rimasto più o meno della stessa statura media e aveva già sviluppato naturalmente le differenze sessuali, che sono molto importanti, fondamentali per la nostra riproduzione e quindi esistevano già, più di centomila anni fa, quelle caratteristiche che oggi riconosciamo. A un certo punto, forse non è così facile per l'archeologo dire quando è sorta questa particolare attività del vestirsi, è difficile dire quando è cominciata, ma naturalmente si è evoluta anche abbastanza rapidamente, come sappiamo, ed è una delle caratteristiche che ci distinguono molto bene dalle altre specie.

Ora, parlare dell'uomo, così, in tre quarti d'ora, è quasi un po' ridicolo, ma che cosa si può dire della cultura. In fondo una cosa interessante è come è suddivisa e questo è abbastanza facile, quando consideriamo il nostro modo di essere un gruppo unico e l'unicità del linguaggio, anche se naturalmente riusciamo a comunicare con persone che parlano altre lingue, se prendiamo la precauzione di imparare le lingue altrui; ma la lingua è veramente il modo di

suddividere l'umanità più semplice, e qui andiamo su un numero di migliaia di culture definite dalle loro lingue. Poi, in realtà, anche distinguere lingue e dialetti a un certo punto è arbitrario, quindi è difficile dare dei numeri esatti, però, insomma si pensa sempre a cinque-seimila lingue, almeno questo è uno dei numeri che si vedono più spesso, in coloro che si sono occupati di questo campo. E la differenza è importante anche perché è accompagnata da differenze di altra natura, che influenzano il linguaggio, però in realtà l'uomo dimostra una sua generalità, per cui io non mi sono mai sentito in difficoltà quando ho avuto contatti anche con gli uomini più primitivi: questi di solito sono nel fondo dell'Africa – ho lavorato molto coi Pigmei, non dico che i Pigmei siano i più antichi, ma sono tra le più antiche culture umane, oggi sono limitate largamente ai Tropici e a regioni subito sotto i Tropici. Io ho avuto grandissimo piacere dall'aver contatti, anche se non ho mai fatto lo sforzo di imparare veramente le lingue, tanto ce ne sono molte, quindi tutt'al più uno può imparare la lingua di quei quattro-cinquemila Pigmei, i gruppi linguistici sono di quest'ordine di grandezza, in media, di qualche migliaio di persone, e poi quando si va un po' più in là si arriva facilmente a un altro gruppo; a un migliaio di chilometri di solito si parla una lingua diversa da quella che si trova in un posto e poi, se ci spostiamo di mille chilometri, troviamo di solito una lingua diversa. E questo pone grosse difficoltà di comunicazione, però in realtà non c'è nessun problema anche andare con i più semplici, con coloro che hanno i costumi più semplici, e sentirsi membri della stessa specie, non avere nessun senso di differenza reale se non molto superficiale. Ed è una sensazione piacevole, perché veramente io ho sentito profonda ammirazione per molti di questi esseri così primitivi, i Pigmei, che vivono largamente all'Equatore, ma anche un pochino più sotto; sono alcune decine di migliaia in totale in tutta l'Africa.

Sono distinti anche da questa loro piccola statura, che è una conseguenza del fatto che ci sono pochi matrimoni tra Pigmei e non Pigmei, e c'è un vantaggio a essere piccoli all'Equatore, il perché non è neanche ben studiato ma senza dubbio è abbastanza generalmente compreso. Non vorrei impostare tutto sui Pigmei, perché per quanto li ami e siano belli e interessanti, in realtà abbiamo così tante differenze al di fuori di questa che è molto percepibile. La differenza di statura ha un effetto abbastanza forte, anche se in realtà non porta niente di veramente sostanziale. La realtà è che, quando si va in gruppi separati che vivono con poco contatto con il resto del mondo, ci si accorge che hanno sviluppato costumi abbastanza speciali, che però quelli fondamentali sono naturalmente gli stessi, quindi non è che ci si sente in qualche modo veramente diversi.

Per cercare di stare abbastanza vicino al titolo, *Le basi sociobiologiche della cultura*, a me ha interessato soprattutto lo studio di una parte fondamentale di queste differenze, delle differenze culturali, che è quella che io chiamo la trasmissione culturale, e che è largamente una questione di trasmissione linguistica, perché la differenza che noi sentiamo, quando si va fuori dal nostro Paese, è la difficoltà di capirsi completamente, perché la differenza linguistica è una grossa barriera alla comunicazione; quando si riesce a superarla, ci si accorge che le differenze, che in realtà abbiamo, sono minime, anche se magari qualche volta possono sembrare superficialmente grossolane. Come è possibile che si stabiliscano delle differenze di cultura, in realtà cosa è la cultura, che cosa è la trasmissione culturale? Be', è quello che noi impariamo; le caratteristiche fisiologiche della specie umana avvengono soprattutto durante il primo periodo della crescita, fino all'età tra i dodici e i quindici anni, l'adolescenza, dopo la quale, la crescita fisica si spegne e non si cresce più in altezza – le differenze che si sviluppano dopo l'adolescenza sono abbastanza superficiali. E durante la crescita naturalmente prima di tutto il linguaggio, che noi im-

pariamo molto presto, lo impariamo nei primi tre-quattro anni, in sostanza, ed è quello che poi usiamo per tutta la vita.

Ora, nel mondo vi sono altri fatti successivi all'apprendimento del linguaggio che non sono comuni da tutte le parti, ma lo stanno diventando, perché quello che veramente si apprende è soprattutto quello che si apprende a scuola; la scuola oggi per noi, in questo Paese, va fino ai venti-venticinque anni, in sostanza, si continua a imparare anche nel resto della vita – almeno è meglio che cerchiamo di continuare a imparare, anche perché la cultura cambia intorno a noi e dobbiamo accettare questi cambiamenti, anche se quelli che possono avvenire nel corso della nostra vita di solito non sono molto elevati. Ora, la variazione, le differenze culturali che troviamo, senza dubbio si stabiliscono nelle prime età, quando prendiamo le differenze estreme – io ho lavorato parecchio con i Pigmei africani e li considero la gente più diversa che ho conosciuto in vita mia, a parte il fatto che sono parecchio più piccoli; ma quella è l'unica vera grossa differenza, perché per il resto non sento nessuna altra differenza importante. E questo è vero, anche se qualche volta il fatto di abituarsi a parlare con gente che ha un colore della pelle profondamente diverso dal nostro all'inizio chiede qualche fatica, però ci si abitua; noi abbiamo pochissima variazione nel colore della pelle perché abbiamo poche persone che vengono dalle regioni dove la pelle è profondamente diversa come soprattutto l'Africa, mentre le differenze con l'Estremo Oriente sono minori per importanza, anche se ci permettono di fare una diagnosi dell'origine fisica e geografica delle persone di primo acchito.

Però, quando si riesce a superare le differenze dovute alla diversità linguistica, ci si accorge che non ci sono differenze importanti, siamo tutti fatti della stessa pasta, e questo lo trovo molto gradevole, perché, se dovessimo dare molta importanza alla razza sul piano psicologico, sarebbe molto più difficile la vita. In realtà sul piano psicologico, di differenze profonde, andando un po' avanti nel contatto, io non ne ho mai trovate, però senza dubbio le diverse culture o civiltà ci portano a comportarci in modi abbastanza diversi, ma non così diversi, se abbiamo la voglia di apprendere quei piccoli cambiamenti necessari per non dare troppo nell'occhio quando si è in un Paese molto diverso dal nostro, e quindi non sentire neanche le differenze che notiamo quando parliamo con persone che vengono da un'origine profondamente diversa dalla nostra, che però sono arrivati nel nostro Paese. Ci rendiamo conto che siamo tutti della stessa pasta.

Questo è molto importante, trovo, perché almeno ci garantisce che quelle differenze che osserviamo, cominciando dalla lingua, che sono strettamente culturali, non sono in realtà così importanti, perché il modo in cui cresciamo e quelli che sono le nostre ambizioni, i nostri desideri, le nostre abitudini, le nostre tendenze in realtà non sono diverse, anche andando a confrontarsi con persone che hanno una origine profondamente differente. E questo io trovo sia una cosa gradevole, anzi trovo sempre molto interessante avere contatto con persone che hanno un'origine profondamente diversa e ritrovare che in realtà le differenze sono superficiali. Non so se avete mai avuto occasione di parlare con gente di origine molto diversa, ma se non abbiamo una certa paura o scarsa simpatia, credo che tutti più o meno raggiungano la mia stessa conclusione. Ora, quali sono le basi sociobiologiche della cultura: largamente abbiamo delle differenze, quasi in qualunque Paese; l'origine razziale è quella meno importante, anche se le differenze veramente visibili sono quelle del colore della pelle, che sono quelle su

cui sono basate tutte le classificazioni razziali fatte, a cui non si sfugge perché il colore della pelle è qualche cosa che è impossibile dimenticare, quando si parla con una persona che ha un colore di pelle diverso, che è di un'origine diversa. Ma appena la si conosce un poco, ci si accorge che il colore della pelle non ha nessuna importanza, anche se è la prima impressione abbastanza profonda. E ci accorgiamo anche che in fondo, malgrado le grandi differenze di modi di vita, in fondo cresciamo tutti più o meno allo stesso modo – questo io lo trovo molto gradevole perché ho sempre visto che, in qualunque parte del mondo io sia andato, e credo di essere andato in tutte le parti, ho sempre trovato molto interessante riuscire a parlare con persone che mi sembravano diverse e accorgermi che, appena si va un poco sotto la superficie siamo tutti la stessa gente.

Questa è la mia conclusione, ed è importante, perché in realtà è in contrasto con quella che è l'impressione di molti, perché c'è molto razzismo in realtà, razzismo nel senso cattivo, cioè nel pensare che ci sono differenze di livello e di qualità tra le razze, per cui ci si può permettere di sentirsi superiori. Io trovo che non abbiamo nessun diritto in realtà, a qualunque razza noi apparteniamo, di sentirci superiori agli altri – questa mi sembra una delle considerazioni più importanti che si possa e si debba fare, perché la realtà è che, appena c'è il modo di andare un po' in profondità nel contatto fra due persone, ci si accorge che potremmo essere fratelli, in un certo senso. E questo per me è sempre un argomento di soddisfazione, perché vuol dire che tutti i vecchi razzismi possono essere superati.

Bene, vedo che sono diventato un po' troppo loquace, ma in realtà credo di avervi già detto le cose più importanti e quindi magari preferirei dare più tempo alla discussione e prepararmi a sentire le domande. Grazie. ■

Ci accingiamo ora ad ascoltare la relazione di Luca Francesco Ticini, che ci parlerà di neuroestetica. Ciascuno di noi, percorrendo stamattina il corridoio del Museo che conduce a questa sala, ha potuto notare l'esposizione di alcune delle macchine costruite da Leonardo. Ma ciascuna macchina è anche abbinata al dettaglio di un dipinto dello stesso Leonardo – il piede di Leda, l'angelo dell'Annunciazione – cosa che immagino sia stata fatta ad arte. In questo modo, infatti, chiunque abbia inclinazione e interesse per l'arte, non può fare a meno di apprezzare il genio di un uomo che riuscì a coniugare in modo così articolato le intuizioni e capacità tecnico-scientifiche con il talento e la sensibilità artistici. Vedere il dettaglio artistico del volto dell'angelo dell'Annunciazione collocato al di sopra del modello di una nave da guerra, con tutti i suoi dettagli tecnici di funzionamento, è veramente impressionante. Ciò però ci conduce a pensare come effettivamente, dal punto di vista sia delle strutture biologiche che dello sviluppo di competenze attraverso l'apprendimento culturale, nell'essere umano il concetto di estetica non sia mai disgiunto da quello di tecnica, perché sappiamo che i più grandi artisti hanno necessariamente anche competenze tecniche per poter costruire e creare opere d'arte. Non esiste arte pura; la realizzazione artistica è sempre basata su una conoscenza tecnica dello stato dell'arte, perdonatemi il gioco di parole.

Sappiamo anche che in tutte le culture l'idea di bellezza non è mai disgiunta dall'idea, per esempio, di virtù; il concetto greco di *kalòs kai agathòs*, bello e buono, nella nostra tradizione culturale indica come la bellezza abbia un senso morale, un senso etico. Analogamente, in molte culture asiatiche, il concetto di armonia ha intrinseca la dimensione della bellezza, quindi l'armonia è intesa come armonia delle parti, ma include anche la dimensione dell'equilibrio, che è uno dei capisaldi, sia dal punto di vista etico che dal punto di vista strutturale, di queste culture. Quindi credo che non ci sia contesto migliore per ascoltare la relazione sui fondamenti neurobiologici della bellezza che ci offrirà Luca Francesco Ticini, presidente della Società Italiana di Neuroestetica, che lavora su questi temi al Max Planck Institute, dopo essersi dedicato per vari anni a studi in paleontologia e paleoantropologia. ■



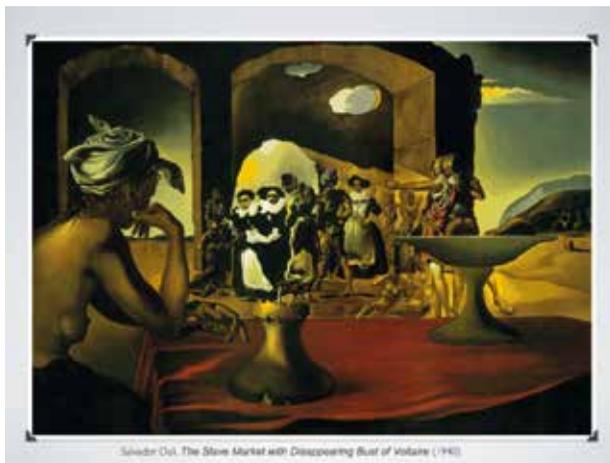
## Le basi neurobiologiche della bellezza: la neuroestetica

Luca Francesco Ticini

Grazie. Intanto volevo ringraziare tutti voi per essere qui e gli organizzatori per questo bell'evento. Sono molto emozionato anche perché il mio intervento è proposto proprio dopo quello del professor Cavalli Sforza, che è uno dei modelli che ho avuto fin da bambino, quando ho iniziato ad appassionarmi di paleoantropologia, quindi dell'evoluzione umana. Poi, avendo studiato biologia all'università, e ovviamente abbiamo affrontato argomenti di genetica, dell'evoluzione, della genetica delle popolazioni e il Prof. Cavalli Sforza è stato un po' sempre una figura costante nella mia formazione, quindi sono contento di averlo conosciuto di persona, oggi.

Ovviamente il discorso sulla bellezza, cercare di capire le basi neurobiologiche della bellezza, è un'impresa quasi impossibile; quello che vorrei dare oggi a voi è l'impressione che, attraverso lo studio del cervello, possiamo rivelare tante cose nuove, tanti aspetti che magari i filosofi hanno già investigato per migliaia di anni, ma che oggi possiamo studiare anche da un altro punto di vista, da quello biologico, quindi possiamo capire come funziona il nostro cervello. L'introduzione del professor Puglisi giustamente ha detto che ci dobbiamo guardare anche dentro e, guardandoci dentro, qual è il miglior modo per guardarci dentro, è guardare l'attività del nostro cervello, guardare come funziona, ad esempio, quando siamo di fronte a un'opera d'arte.

Perché guardare dentro il nostro cervello? Perché è nel nostro cervello che si creano, ad esempio, le immagini, che si crea tutto il mondo che ci circonda; quando parliamo di filosofia, di matematica, di arte, alla fin fine parliamo di cervello, di come il nostro cervello affronta il mondo esterno, di come il cervello crea le nostre percezioni. E come avevano già indovinato nel Settecento, ma ancora molto prima, la bellezza delle cose esiste nella mente di chi le osserva, non esiste al di fuori, e, di fronte a un quadro, i raggi luminosi colpiscono la nostra retina, vengono trasformati in un messaggio neurale, neuronale, in campi elettrici, movimento di particelle elettriche e all'interno del nostro cervello si



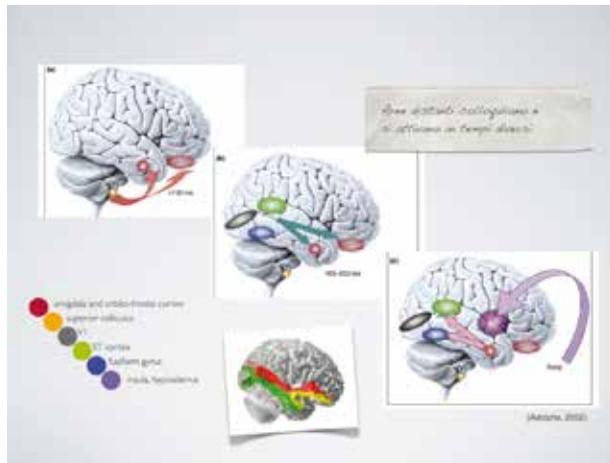
crea la percezione. Dobbiamo pensare che ovviamente lo studio del cervello è una cosa straordinaria, mi ha affascinato sin dall'inizio perché è una cosa incredibile, il cervello è come l'universo, ci sono cento miliardi di cellule nervose nel nostro cervello e ogni cellula nervosa ha migliaia di possibili connessioni con altrettante cellule, perciò potete immaginare il tipo di network, il tipo di interconnessione, anche confusa e inesplicabile che esiste all'interno della nostra testa, protetta dalle meningi e dalla scatola cranica. Certo queste cellule neurali si organizzano in quello che si dice "unità specializzate", cioè esistono nel nostro cervello, ad esempio, delle parti, dei gruppi di neuroni che ci permettono di elaborare determinati stimoli. Quindi il nostro cervello è composto da un numero spropositato di neuroni che si organizzano in piccole aree, e queste aree tuttavia non lavorano sole, ma comunicano con aree anche molto distanti tra loro. Ad esempio ci sono alcuni fasci, che vedete alle mie spalle, fasci di comunicazione, che mettono ad esempio in dialogo i lobi frontali con i lobi occipitali, quindi parti molto distanti del nostro cervello. Ecco, per fare un esempio di come il nostro cervello sia lo strumento che crea le percezioni, abbiamo scelto il triangolo di Kanizsa, perché io sono triestino e Kanizsa era triestino, e voi potete vedere un triangolo bianco sovrapposto ai cerchi neri. Ora, il triangolo bianco non esiste, non esiste se non nel nostro cervello; è una percezione creata in una specifica area, chiamata area visiva numero 3, perché è la terza in ordine di scoperta, e quindi è il cervello che crea questa immagine che non esiste al di fuori del nostro cervello, non esiste nello stimolo.



Come aveva intuito Henri Matisse, quindi, l'artista che esplora il cervello e che ci rivela delle verità sul cervello, compie già un'operazione creatrice, che esige uno sforzo. Un altro esempio può essere una figura molto più complicata, come il *Mercato degli schiavi* di Dalí; al centro potete vedere in modo alternato o il busto di Voltaire o i personaggi del quadro. Effettivamente non esiste nulla nel quadro che ci suggerisce l'uno o l'altro, è il nostro cervello che crea la percezione in modo alternato; siccome è un disegno ambiguo, un quadro ambiguo, il nostro cervello decide di farci vedere una cosa o l'altra, ma nello stimolo non c'è.

La cosa meravigliosa è che oggi, attraverso tecnologie molto sofisticate, possiamo guardare all'interno del nostro cervello mentre facciamo qualcosa, mentre percepiamo qualcosa. Ad esempio c'è la magnetoencefalografia, che vedete in alto a sinistra, che ci permette di vedere i campi magnetici ed elettrici nel nostro cervello quando facciamo qualcosa, quando percepiamo, quando muoviamo un dito ma anche quando guardiamo un quadro. Poi c'è la risonanza magnetica funzionale, che forse voi conoscete meglio, che oltre a permetterci di vedere all'interno del cervello, le strutture, quindi i vari giri, i vari solchi, ci permette anche di capire quali aree sono attive in un certo momento, con una specificità spaziale molto elevata. Quindi veramente possiamo, oggi, metterci davanti a un quadro e guardare cosa succede nel nostro cervello. Ovviamente, abbiamo detto, ci sono diverse aree specializzate; sfortunatamente questo implica che talvolta danni come ischemia, ma anche urti, possano causare un danno selettivo in queste aree.

Per esempio ho lavorato, quando ero a Tubinga, con pazienti che soffrono di *neglect*, una patologia per cui praticamente a seguito di un danno cerebrale nella parte destra i pazienti non riconoscono più la parte sinistra degli oggetti; non è che non la vedano, perché non c'è danno visivo, non riconoscono più la parte sinistra, quindi se viene presentato un orologio, come in questo caso, e viene chiesto "dise-



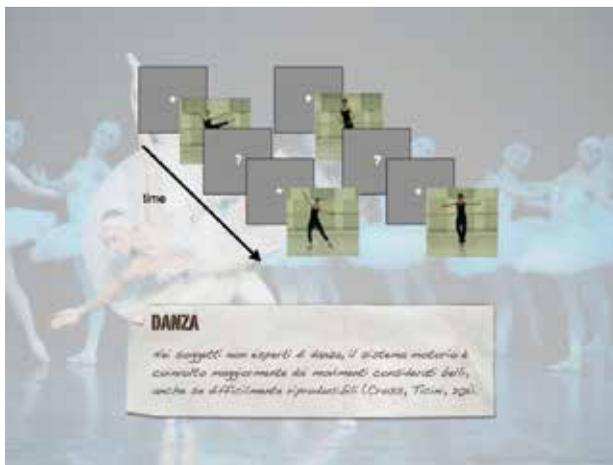
gnami l'orologio", loro disegnano solamente la parte destra. Un piatto di pasta viene mangiato per metà, dopo bisogna girarlo perché non riescono a percepire, non concepiscono l'altra metà.

Questo è un tipo di danno, poi c'è un altro tipo di danno, ad esempio nell'area visiva numero 5, che si chiama achinetopsia, e praticamente impedisce ai pazienti con questo danno di vedere le cose in movimento, cioè la mia mano che si muove da questo punto a questo punto non verrà percepita in movimento ma verrà percepita qua e qua. Quindi potete immaginare, che, ad esempio, attraversare la strada per queste persone è drammatico, perché devono basare l'arrivo di una macchina sull'udito, perché la vedono là, ma il momento dopo sono sotto la macchina. E potete immaginare come questo tipo di patologia possa ad esempio avere un effetto sulla percezione dell'arte di Calder, l'arte in movimento; senza questa dimensione dell'arte in movimento non possiamo avere probabilmente l'effetto estetico che Calder ci voleva fare assaggiare. Nell'immagine ancora sotto vediamo il disegno di un paziente affetto da cromatopsia, cioè l'incapacità di vedere i colori; un danno selettivo a un'area specifica non ci permette di vedere i colori. Il mondo diventa gradazioni di grigio. Ora, a questo paziente con questo tipo di danno, è stata fornita tutta la palette di colori e gli è stato chiesto "copiami questa banana gialla, questa mela rossa, queste foglie verdi". Come vedete, la dimensione del colore è totalmente inesistente. E questo anche, ovviamente, ha un effetto su come percepiamo l'arte e su come creiamo l'arte.



Ora, per andare alla domanda principale, quali sono le basi neurobiologiche della bellezza, bene, sappiamo ancora molto poco. Però ci sono studi che ci indicano almeno tre aree nel nostro cervello che in qualche modo contribuiscono alla percezione della bellezza, perché si attivano quando percepiamo il bello, perché il bello è creato all'interno di noi, all'interno del nostro cervello, non esiste al di fuori – qua magari i filosofi non sarebbero d'accordo. Per esempio c'è l'insula, un'area del cervello abbastanza nascosta, che risponde, si attiva più quando percepiamo la bellezza oggettiva, quindi quando il David di Michelangelo, ad esempio, ha le proporzioni giuste, e non quelle sbagliate. Oggi col Photoshop possiamo modificare le proporzioni e possiamo vedere ad esempio come reagisce il nostro cervello quando percepiamo la dimensione corporea corretta.

Un'altra area è l'amigdala, anch'essa nascosta tra i centri cerebrali, che è attiva quando percepiamo soggettivamente la bellezza – è un po' la risposta di pancia che abbiamo di solito – ed è impegnata in quel processo che associa un oggetto che non ha prima valenza, ma a cui attraverso l'esperienza attribuiamo una dimensione estetica. Poi c'è l'area orbitofrontale, che si trova in mezzo agli occhi, che è stata definita l'area che esprime il concetto astratto della bellezza, perché intanto è un'area coinvolta con il piacere, ma non solo, anche con la ricompensa: quando percepiamo una ricompensa si attiva quest'area, sono stati fatti molti studi sulle scimmie, appunto per studiare il senso di ricompensa ad esempio quando ricevono del cibo e quest'area sempre si attiva. Si attiva anche nell'uomo quando percepiamo il bello e la cosa interessante è che in qualsiasi tipo di stimolo percepito bello, l'attività del nostro cervello si concentra in quest'area, quindi, che sia un pezzo di Chopin o che sia una natura morta o un ritratto quest'area si attiva quando reputiamo l'opera bella.



Ovviamente, come abbiamo detto prima, queste aree diverse del cervello devono comunicare e comunicano in modo rapidissimo. Per esempio, già cento millisecondi dopo la presentazione dello stimolo, le aree che abbiamo visto prima, come l'amigdala e l'orbitofrontale, si attivano, cioè possiamo percepire già l'emozione di fronte a un'opera d'arte molto presto. Poi ovviamente l'opera d'arte, ma qualsiasi informazione visiva, è elaborata nel dettaglio e questi dettagli forniscono alle aree emozionali ulteriori informazioni, come vedete nella seconda immagine, quindi c'è un effetto secondario sui centri emozionali dato dai dettagli delle immagini o delle cose che percepiamo. E successivamente i centri emozionali possono a loro volta influenzare le percezioni di base, quindi come percepiamo, ad esempio, un quadro, e ovviamente influenzano tutta la cascata di neurotrasmettitori che poi, di fronte a un'opera d'arte, o anche quando siamo innamorati, ci fanno battere il cuore o sudare le mani. Ecco, ho portato alcuni esempi. È stato ben studiato il fatto che, quando qualcuno ci guarda negli occhi direttamente, si attiva l'area che abbiamo visto prima, l'amigdala, e questo avviene anche nell'arte: qui potete vedere quanto è molto più emozionante guardare – almeno nel mio caso – la *Ragazza con l'orecchino di perla* rispetto alla *Dama con l'ermellino*. Non discutiamo sulla bellezza di entrambi, ma l'emozione che traspare dall'opera è anche diversa.

Ora, questo tipo di conoscenza, anche se non è esplicitata, è stata usata anche dagli artisti, ad esempio Bacon. Nei quadri di Bacon non c'è praticamente una variazione di colore, non c'è identità, c'è solo espressione; ecco, questa espressione raggiunge i centri emozionali immediatamente, perché non ci sono tanti dettagli, mentre la *Dama con l'ermellino* sembra quasi che abbia qualcosa contro Leonardo. La *Dama con l'ermellino*, oltre ad avere la componente emozionale, ha tanti altri fattori che influiscono sulla percezione: l'ermellino stesso, i colori, la direzione dello sguardo, i dettagli fini, e quindi l'emozione sarà un po' più lenta a essere esplicitata.



Intorno agli anni settanta, come sicuramente sapete, sono stati scoperti nel cervello della scimmia i neuroni a specchio. È stato ipotizzato che i neuroni a specchio esistano anche nel cervello – i neuroni a specchio sono praticamente un gruppo di neuroni che rispondono sia se noi facciamo un’azione sia se vediamo qualcun altro farla. E si è speculato che siano necessari affinché entriamo in contatto empatico con gli altri. Ecco, ad esempio, Gallese e Friedberg hanno proposto che il sistema dei neuroni a specchio nell’uomo sia necessario per riuscire a penetrare nell’opera, per avere un rapporto quasi corporeo con l’oggetto rappresentato o la persona rappresentata nell’opera. Secondo questa ipotesi, ad esempio, guardando questo quadro di Caravaggio, non si vede bene, però il ragazzo è morso da un ramarro, il nostro cervello reagisce come se fossimo nella posizione del ragazzo, come se fossimo morsi dal ramarro, e quindi riusciamo in un certo senso a capire, a imitare senza comunque esplicitare il movimento, all’interno del nostro cervello, e per questo anche è stato proposto che il valore estetico di un’opera possa aumentare proprio grazie a questo rapporto empatico. La stessa cosa è stata proposta per i quadri di Pollock; alcuni di voi, magari appassionati di Pollock, probabilmente hanno nel proprio cervello una simulazione, questa è la proposta di Gallese e Friedberg, una simulazione dei gesti che sono stati utilizzati per fare l’opera. Quindi, guardando un’opera di questo tipo, il nostro cervello simulerebbe l’azione che ha compiuto l’artista e per questo il rapporto edonico con quest’opera ovviamente aumenta. Ad esempio, sempre in questa direzione, noi ci siamo chiesti a Lipsia, ma allora, se io non ho mai dipinto, non ho mai ballato, cosa succede nel mio cervello, non ho questo repertorio motorio all’interno del mio cervello, per cui la domanda è alla fine: perché tutti paghiamo così tanto per andare all’opera, per guardare un balletto, anche se non riusciamo a simularlo, non abbiamo una rappresentazione motoria come è stata proposta nei neuroni a specchio.



Grazie all'aiuto dei ballerini italiani all'Opera di Lipsia abbiamo fatto uno studio e abbiamo dimostrato che, anche nei soggetti non esperti di danza, il sistema motorio, quindi questa simulazione, è coinvolto maggiormente dai movimenti considerati belli anche se difficilmente riproducibili, cioè, anche se non riusciamo, e soprattutto quei movimenti che non riusciamo a riprodurre, scatenano una risposta molto forte nel nostro cervello e forse anche per questo ci piace di più, paghiamo un biglietto molto salato per andare all'Opera. La stessa cosa l'abbiamo ripetuta sui musicisti, e sui non musicisti abbiamo visto che questa attività del cervello è molto maggiore quando percepiamo ad esempio lo stesso pezzo di Chopin suonato bene o suonato meno bene; c'è un'attività, un'emulazione fisica, quasi, delle cose che ci piacciono.

Abbiamo parlato, prima, anche del fattore culturale. Il fattore culturale è molto importante, perché può addirittura influenzare l'attività dei nostri centri cerebrali, quindi può influenzare ad esempio l'attività dell'orbito frontale, come percepiamo le cose. Quindi, se un quadro – chi di voi conosce questo quadro, questo disegno? A chi piace? A uno. Questo è un quadretto fatto da Picasso a nove anni. Ora, nel vostro cervello sapere che questo quadro è di Picasso ovviamente cambia le cose, quindi alcuni di voi magari adesso percepiscono questo quadro come un disegno bello o comunque acquista valore. Ecco come l'effetto top-down, come la conoscenza, la cultura può avere un effetto su come percepiamo le cose. Addirittura oggi giorno siamo talmente avanti, ma ancora così indietro, che riusciamo a mostrare l'attività del cervello mentre una persona è nello scanner di risonanza magnetica, cioè, mentre siamo dentro e percepiamo qualcosa, possiamo addirittura guardare l'attività del nostro cervello, e la cosa interessante è che visualizzando l'attività del cervello siamo in grado di cambiarla. Sono stati compiuti studi su psicosi, in cui la visualizzazione di attività coinvolte nella psicosi, permette alle persone di modulare, di

visualizzare intanto l'attività, e questo permette di decidere di usare dei training, delle strategie, per visualizzare e ad esempio diminuire l'attività di queste aree, e quindi eliminare la psicosi *on demand*, a richiesta.

Quindi, facendo un sommario di quello che ho detto, intanto sappiamo finora che il bello genera un'attività cerebrale comune, cioè ognuno di noi, quando percepisce qualcosa di bello, ha la stessa attività, quindi questo ci accomuna, come diceva il professor Cavalli Sforza, siamo tutti fratelli. E questo è anche vero, vale indifferentemente per qualunque opera d'arte ci piaccia; ad alcuni piacerà Mondrian, ad alcuni piacerà Malevič, però indipendentemente dal tipo di formazione anche culturale che abbiamo, quando ci piace un'opera si attivano determinate aree in tutti noi. Ovviamente ci sono processi molto simili fra le persone esperte e non esperte; ovviamente le persone esperte, ad esempio esperti musicisti, utilizzano strategie molto diverse nell'apprezzamento edonico e anche questo fattore culturale influenza la percezione della bellezza a livello cerebrale.

Mi piacerebbe finire con due frasi. Una è di Rita Levi Montalcini, che dice "Se riuscissimo a penetrare i tanti misteri ancora nascosti nella giungla di neuroni, si spalancherebbero nuovi orizzonti, non solo in campo strettamente scientifico, ma anche in ambito sociale" e una frase di Oscar Wilde "Qualcuno ha detto che i grandi eventi del mondo accadono nella mente; è nella mente, nella mente soltanto, che accadono anche i grandi peccati del mondo". Grazie. ■

Gli studi sul benessere ci hanno portati recentemente a una visione della salute e della malattia molto più complessa di quanto avessimo potuto immaginare fino a pochi anni fa. Infatti tradizionalmente tendiamo a considerare concettualmente salute e malattia come due poli opposti. In effetti la maggior parte delle nostre scienze, sia nell'ambito medico che in quello psicologico e psichiatrico, si è dedicata allo studio della malattia intendendola come assenza di salute, quindi come contesto in cui c'è qualcosa che non va da aggiustare; di conseguenza, gli interventi si sono focalizzati sullo sforzo di riparare ciò che non funziona. In realtà recentemente ci si è accorti che salute non è assenza di malattia, cioè non è semplicemente eliminazione dei sintomi, ma è qualche cosa di più complesso, che implica la presenza di aspetti e dimensioni specifiche di benessere.

Per inciso, già nel 1946 l'Organizzazione Mondiale della Sanità aveva definito la salute in termini di presenza di dimensioni positive, ma sappiamo che le idee innovative spesso faticano ad affermarsi nella pratica. Le componenti positive della salute – sia a livello biologico, che psicologico e sociale – sono state recentemente studiate grazie a una vasta gamma di strumenti di indagine prevalentemente messi a punto nell'ambito delle discipline sociali e psicologiche.

Oggi abbiamo qui con noi Corey Keyes, che è uno dei maggiori esponenti di questo filone di ricerche. I suoi studi hanno illuminato in modo sostanziale la nozione della salute intesa non solo come assenza di malattia, ma come presenza di "sintomi positivi", la cui intensità può variare tra due estremi di massimo e minimo, restando comunque all'interno di una condizione sostanziale di salute. Questa è stata una delle scoperte più rivoluzionarie nell'ambito degli studi sulla concezione di salute e malattia.

Invito pertanto Corey Keyes qui con noi, presentandolo nel suo ruolo di professore di sociologia alla Emory University di Atlanta, ma anche di co-chair nel 2001 del primo dei summit sulla psicologia positiva e del benessere, che tuttora si tengono annualmente negli Stati Uniti.

Mi permetto anche di invitarlo qui come personale collega ed amico. ■

## Le basi epistemologiche del benessere psicologico

*Cory Keyes*

Thank you, Antonella. I want to thank you all for coming, especially for the invitation to come to this beautiful city, this is my first time in Milan and I hope it's not the last.

So I want to start with some good news, also some bad news, but let's start with the good news. Human beings have succeeded in two very important things that raised the challenges or the reason why we are here today. One is in reproduction and two is in promoting longevity. As you know, we just reached the seven billion mark of population on this planet and we will continue to rise. The population has exploded in the last decade or two, and second, worldwide, not just in the developed nations but in developing nations. We are living longer lives, we're increasing our life expectancy. Now, there are many good reasons for this, but the problem is this: we have controlled the cause of premature mortality, infectious diseases and in its place we know that this has epidemiological transition, in its places come chronic diseases. So we're living longer, and we're living with less quality of life, in particular because now the reasons we die or we have disability, they're chronic and they cannot be cured. We have to manage them. Now first and foremost among these chronic conditions is one that I'm very passionate about, mental illness. But surely psychological welfare must mean that we prevent more mental illness in our life and if we do happen to experience mental illness, that we have very good ways to treat those who suffer from this conditions.

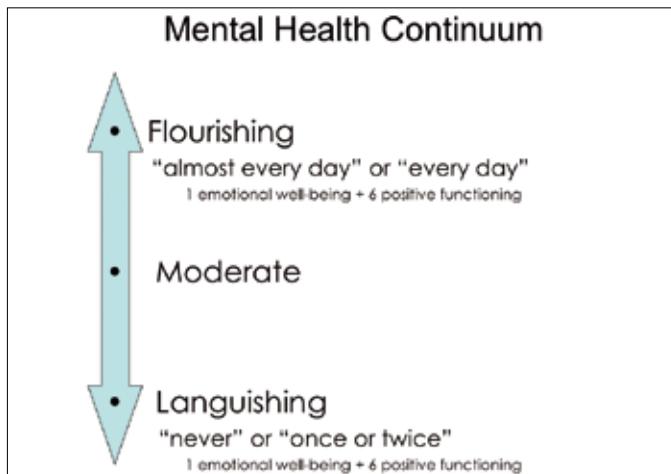
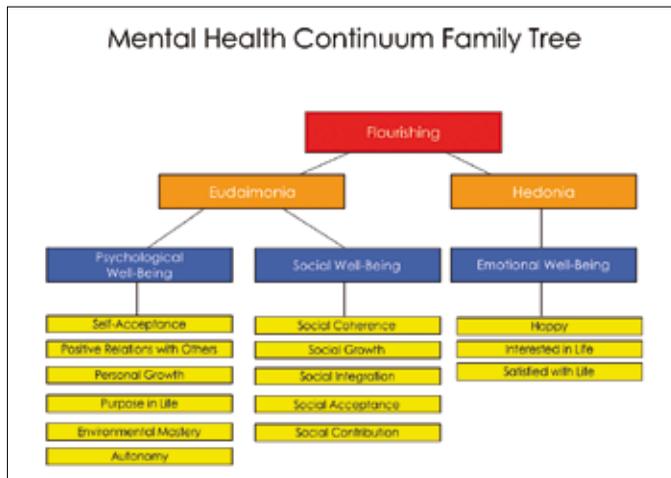


*Insel and Scolnick (2006)*

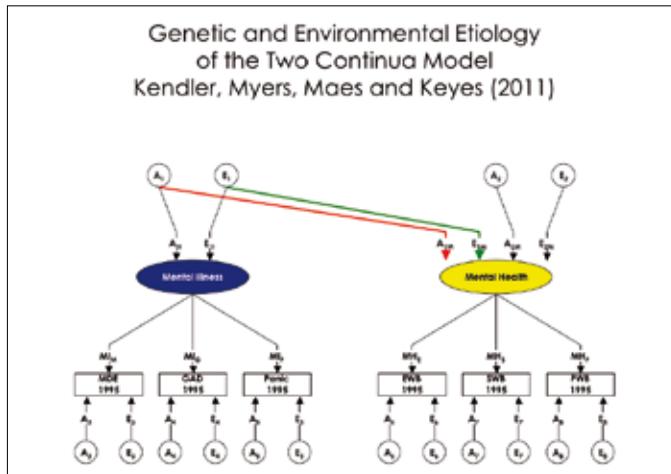
*“All current medical treatments  
for mental illnesses are  
palliative,…”*

Well, we have been chasing this form of psychological welfare and that form is the following: we believe that the absence of things like mental illness means the presence of health. My work suggests that's barely the start, the absence of mental illness is just the beginning of our thinking about the quality of life. Surely, what's the point of living long lives if you're not going to live with some quality? There is no point, there is none. So I'm here to tell you the bad news now. We have been trying to fix broken-down people, mentally ill people for many years, and we're not succeeding actually. And the problem was the following: by the year 2030 the World Health Organization projects that in the entire world mental illness will be the most important, the largest burden to our societies. Not cancer, not heart disease, depression.

The problem is this: becoming more prevalent in the world things like depression, we have better medicines today than we had 20 years ago, that's true. They help seven out of ten people get back to their jobs and to some normality, but that leaves three out of ten for whom no medications can help. We call them chronic unrelenting or unremedying depressive patients and my colleague at Emory uses D-brain stimulators to help: he puts electrodes, touches a part of the brain and hopes to awaken a sense of pleasure. It helps some. The age of onset, when it first happens, has gone down, so you get the point, we live longer but now mental illness starts earlier and on top of that the studies show the following: if you succeed in treating things like depression, you go back to life, living normally, you take with you back into life 50% increased risk that you will have another bout of mental illness some time in your life. And if you have a second bout of mental illness and we succeed in treating that second bout, you go back into life and guess what you bring with you? 70% increased risk that you have a third, if you have the third and we succeed in treating it you bring back into this life expectancy the following: 90% risk that you will have mental illness again.



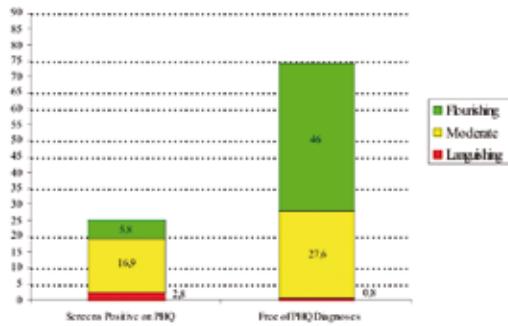
We have not succeeded in treating mental illness and we will not succeed at the population level by treating a way out of this problem. We cannot. And in fact I was quite encouraged to see this piece of the sentence that I read in an article in 2006 in molecular psychiatry. Now, the first person named on this is the director of my National Institute of Mental Health. Now, what is he saying? All care treatment for mental illness are palliatives, this is to say this, none can cure mental illness, they treat at best the symptoms of mental illness. He went on in this article to propose the following to my congress: Give us more money, so that now we can find the cure. My response to that was the following. That's the definition of insanity. Benjamin Franklin said this, insanity is doing the same thing over and over again, and expecting different results. Can you believe it? Our approach to mental illness in the world is insane. Well, I believe we do have an alternative to treating our way out of this problem, and it is facing the thing we want in our life, for once really taking it seriously, and that is... some people call it happiness – I don't think that's the best way to frame it, it is approaching our life with what I call flourishing. Flourishing is born from two ancient traditions of philosophical thinking. One, hedonic, that is attributed to Greek philosophers, Epicure, who said "Good life is filled with more moments of pleasure". In other words a good life is having emotions that are positive. Feeling good, feeling happy, satisfied, interested in life. Aristotle had a very different view. He said pleasure is certainly part of a good life, but certainly it is not the aim, it is a thing that comes along with pursuing a life of excellence, good living, functioning well, and he called it "eudaimonia". And I translated that into "functioning well". And so in blue boxes there we have three types of well-being, in yellow the kinds of well-being that we measure, they are very simple measurements I call the mental health continued short form. So, under the eudaimonic tradition of functioning well there's both psychological and social well-being.



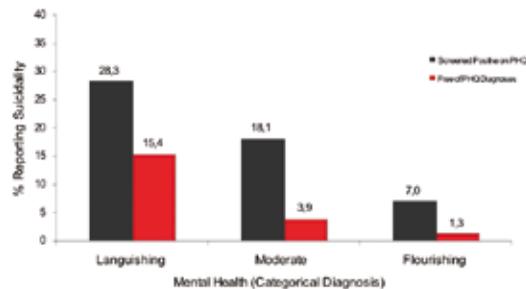
Psychologically, we all strive to try to accept who we are as a person, good and bad. Are you accepting of whom you are, as a person? Second, can you develop warm trusting relationships with others, do you have positive relationships with others? Third, more or less on a daily basis, are you challenged to become a better person, are you growing personally? Fourth, does your life have a sense of meaning and direction, in other words, do you have a purpose to living? Fifth, are you good at managing your daily responsibilities, we call that environmental mastery. And last but certainly not least around our psychological well-being, autonomy. How many of you feel on a daily basis confident to think and express your own ideas? Isn't that amazing to think, that these are all criteria of a good, healthy, functioning individual, but it doesn't end there. There are social criteria for functioning well. Social coherence: are you making sense of the world you live in? Or do you feel lost in the sea of all the things that are going on in this complex world and it doesn't make sense? It's very challenging but very important for us to make meaning of what's going on in our lives socially. Understanding society, institutions, communities. There's also a criterion called social growth. Are we, as a people, we as an institution, we as members of groups, are we challenged to become a better people, a better culture, a better form of Italy, a better form of America? Third, integration: do you feel like you belong somewhere, or do you have a sense of comfort in a community? Do you belong? Fourth, are you accepting of other people? Do you believe in your heart of hearts that other people are good? Especially those who may look different than you. And last, contribution: imagine if we all in our society felt that the things we did on a daily basis contributed something to the world around us. That we have something valuable to give.

## Implication 1: Absence MI $\neq$ Presence MH

US College Students  
2007 (n = 5,750)



## Implication 2: Level of Mental Health Matters



That is the challenge of social well-being. And last but certainly not least, emotional well-being: I end there because when you think of good life, almost all Americans, I don't know about Italians, would think of emotional well-being, "I want to feel good".

Well, flourishing is not just about feeling good. It is about a life where you combine the two, feeling good with functioning well. Here's my diagnose as actually, that I use. I operate much as a psychiatrist even though I'm a sociologist. To flourish means the following: those fourteen things in yellow, we can measure them, where do you experience them in the past month, and then I would diagnose you if you're flourishing if you experienced one of the three emotional, that is happy, satisfied, interested in life, and six out of the eleven eudaimonic or positive functioning symptoms. To flourish is the following: to feel good about a life in which you are capable of functioning well. Now I emphasize that precisely because if you open Richard Layard's book, on the first chapter I believe, he shows statistics which only measure emotional well-being in the UK and in United States. Over 90% of Americans and Brits are emotionally happy with their lives. And then you go on the next part where he will tell all the problems they face. Disease, illness, the lack of community. We are capable of feeling good about a life in which we cannot function well, because we adapt. It's a sad fact of life, but it is also a source of resilience. But that should not be aimed to only feel good. We should feel good about a life in which we are capable of functioning well in our society and in our personal lives. So at the bottom is languishing, and languishing is sort of the antithesis of course of flourishing, but we can diagnose it in the following way.

# Implication 3: Health Is More Serious

## Change in Level of Positive Mental Health as a Predictor of Future Risk of Mental Illness

© Corey L.H. Nease, PhD, Sabrina S. Shrivastava, MPH, and Eduardo J. Simoes, MD, MSc, MPH

The debate is no longer about whether mental illness is a public health issue.<sup>1,2</sup> It is about what we do to reduce the prevalence of, and suffering from, mental illness. The de facto approach of mental illness treatment and prevention through risk reduction has not reduced the prevalence, burden, or early onset of mental disorders.<sup>3,4</sup> A better way to mental health promotion and prevention has been defined as the objective of promoting the level of good mental health.<sup>5</sup>

“Whereas traditional targets (such as mental illness, and prevention through risk reduction) target those vulnerable to mental illness, mental health promotion and prevention targets those with optimal and below-optimal mental health.” Mental health promotion and prevention works to prevent maintenance or decline state of positive mental health, and to prevent states of loss.<sup>6,7</sup> Mental health promotion and

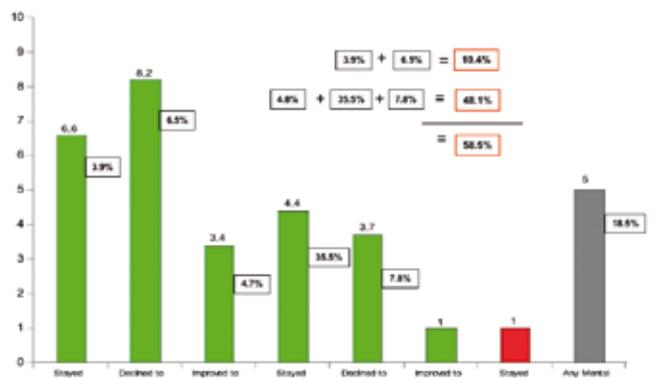
prevention: the sought-to describe the progression of mental health and illness, the stability of levels of symptoms over time, and whether changes in mental health level predicted mental illness in a cohort group.

**Methods:** In 1998, we analyzed data from the 1986 and 1998 Multisite in the United States cross-sectional surveys for 117,000, self-reported good mental health and 12,000 self-reported symptoms of major depression, bipolar, panic, and generalized anxiety disorders.

**Results:** Population prevalence of any of 5 mental disorders and levels of mental health symptoms were stable at the individual level. Fifty-two percent of the 117,000 of respondents with one mental illness in 1998 were not ill in 2005. Half of those flourishing in 1998 improved in 2005, and one half of those flourishing in 1998 declined in 2005. Change in mental health was strongly predictive of prevalence of all illnesses (as measured on a time, not necessarily a true, episode) of mental illness in 2005.

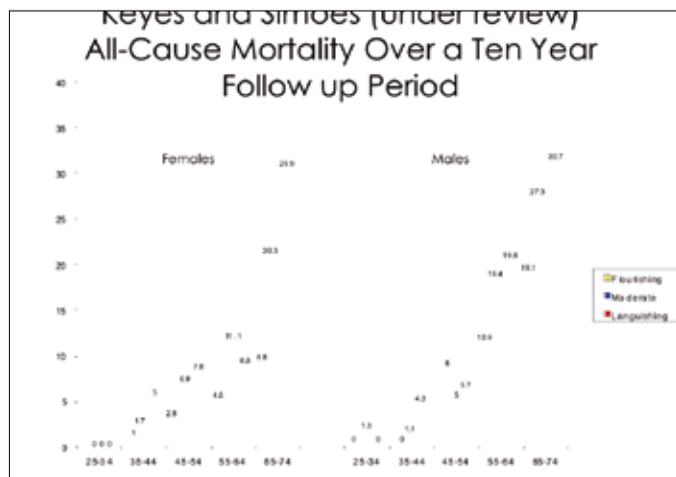
**Conclusions:** Gains in mental health predicted declines in mental illness, supporting the call for public mental health promotion. Levels of mental health predicted increases in mental illness, reinforcing the call for public mental health prevention. *Am J Public Health*. 2015;105(10):1566-1571. doi:10.2196/ajph.2015.0222410

17.5% Any Mental illness in 2005 (52% incidence)



Maybe never or maybe once or twice in the past you felt some positive feeling, and never or maybe once or twice in the past month you felt one of the six of the eleven functioning well criteria. So what does it mean to languish? That you're stuck, stagnant, you're not feeling good, you're not feeling bad. And I kid you not, this is no joke. This used to be the eighth deadly sin. It's called *accidia*. Why it was removed from the list, we'd have to talk to the Pope in the twelfth century, but it was removed.

We can talk about that at lunch, perhaps, but it's back, because it's not gone. And if you are not flourishing nor languishing you're somewhere in between. So, this is the mental health continuum. Why is it important, because now that we can measure mental illness, the presence, the absence of good things we can test a fundamental hypothesis, that has been proposed by the WHO's definition of health, for years, but nobody has really bothered to test it. Why? Because we take disease far more serious than ill health. Well, here is what it looks like, and I can tell you, every study we have done in the population of the United States adults have lessons in the Dutch population, in South Africa and if we do it here in Italy I suspect we would find that same thing. Mental health and mental illness are correlated only modestly. They belong to two separate dimensions in the population. And what does that mean? It is true that the absence of mental illness does not mean that you anywhere are closer to flourishing. Second, according to this model of level implications, one of which is that level of positive mental health matters even when you have mental illness. Yes, there are some people who are flourishing but have depression, believe it or not, or schizophrenia.



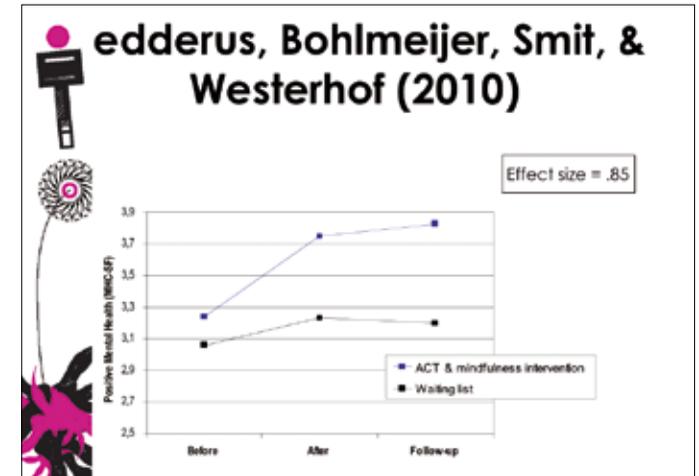
- ### Flourishing Determinants
- Gender and Race (Keyes, 2007, 2009)
  - Education (Keyes, 2007)
  - Discrimination (Keyes, 2009)
  - Aging (Snowden et. Al, 2010)
  - Mental Illness (Snowden et. Al, 2010)

They're doing far better than those who have moderate levels of mental health, who have a mental illness and those who are languishing in their mental illness are doing worst. But just because you're free of mental illness, it does not mean that the burden to society has been achieved. No. 10% of American adults are languishing but free of some of the most common mental disorders. They're functioning far worse than those adults, almost 50%, who are moderate, moderately mentally healthy in the United States. Only 20 to 25% of US adults are flourishing and free from mental illness in the past year. And they, those, who are flourishing and free, are functioning far better than everyone else, in terms of missed days of work, they have the lowest risk of suicidality, of suicidal attempts – we have a study now that shows that in all ages those, who have flourished and are free of mental disorder, live longer, and just last year we published a study showing the changes over a ten year period, of going from flourishing down to moderate, from moderate down to languishing, the risk of having mental illness ten years later goes up astronomically. In fact, languishing and free of mental illness in 1995, people like 10% of the adult population free of mental illness to start with. They had a higher risk of mental illness in 2005 than those who had one of the three mental disorders to start with in 1995. And those who were moderate were almost at the same risk as those who started out with the mental illnesses to have mental illness ten years later. So why we make progress? Because we focus only on those who have broken down. Meanwhile, if we're succeeding at all in treating mental illness, new cases of mental illness came online, where do they come from, folks? Moderate mental health and languishing. We need to protect and promote positive mental health if we want to prevent mental illness.

## Flourishing Correlates

- **Capable** (Keyes, 2005)
  - I do what I can to change a bad situation for the better
- **Resilient** (Keyes, 2005)
  - Usually learn something meaningful from a difficult situation
- **Deliberate** (Keyes, 2005)
  - I know what I want out of life
- **Loved ("Feel Really Cared For")** (Keyes, 2005)
  - Family (Spouse, Partner, Other Family Member) or Friend
- **Procrastination** (Howell, 2009)
- **Self control** (Howell, 2009)

What comes along with that? Better functioning citizens and in terms of productivity engagement, curiosity, visibility. We get reduced risk of suicide, reduced risk of heart disease and reduced risk of mental illness. We do have an option: we can promote and protect mental health while we develop better treatments to deal with those who do break down. So let's get started. Thank you. ■



## What Society and Business Gain When More People Flourish

- **Better Functioning**
- **Reduced Prevalence Mental Illness**
- **Reduced Risk of Suicidality**
- **Reduced Risk of CVD**
- **Reduced Risk Premature Mortality**

Come logico proseguimento dell'intervento di Corey Keyes passiamo ora alla presentazione di Lars Bygren del Karolinska Institutet. In continuità con la fondamentale enfasi posta da Corey Keyes sull'importanza di focalizzarsi sulla dimensione della salute al fine di incrementare la salute stessa, più che di guarire la malattia, Lars Bygren ci porterà la sua esperienza decennale come professore di medicina preventiva all'università di Trømso e come attuale direttore di un progetto promosso dal dipartimento di Medicina Sociale del Karolinska Institutet, che si focalizza sulla promozione della partecipazione sociale e culturale – le dimensioni del social well-being di cui abbiamo sentito parlare prima – come strumento principe per prevenire la malattia mentale, innalzando il ruolo della medicina preventiva dal livello puramente biologico, a quello psico-sociale.

Invito quindi il professor Lars Bygren ad accomodarsi e a parlarci di questa prospettiva, che si integra perfettamente con la precedente. ■

Population studies in many countries demonstrate that individuals who often attend cultural events enjoy an improved health and increased longevity than expected irrespective of their social and cultural background and previous health conditions. This was true in large cross-sectional investigations. Furthermore, in longitudinal studies cultural participation enhanced perceived health and increased survival when baseline health, income, education and health habits were taken into account. Going to movies, theaters, attending concerts, or art exhibitions and going to museums, either just one of them or combinations of them are followed by improved health. Going to the theater as well was found to enhance health in a US large national cohort. Diseases partly prevented or postponed by these activities include cancer. In urban areas, individuals that rarely attended cultural events have been found to have 3 times worse odds to die of cancer, during a decades follow-up period, than frequent attendees. Receptive and creative participation in the cultural life have both an influence on perceived wellbeing, satisfaction with life, low levels of anxiety and depression, perhaps receptive participation being slightly more beneficial and more so among men. Human controlled and randomised experiments have revealed influences on vitality, social functioning and physical health by listening to music, singing in a choir, going to the cinema or to art exhibitions. Animal experiments with environmental enrichment suggest possible epigenetic and other metabolic imprintings improving neurogenesis in the brain, increasing hypothalamic corticoid receptor increase, anabolism, enhancing immune system reaction. Fine arts could be an important source of well-being promotion and disease prevention in society.



FIG. 1

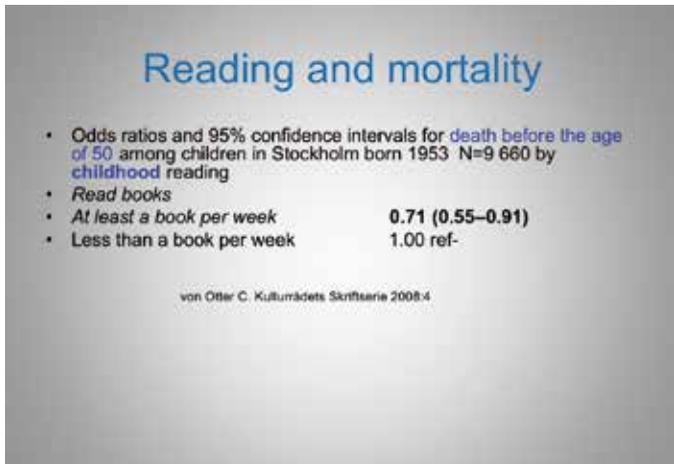


FIG. 2



FIG. 3

I am happy to be here and participate in the discussion on cultural participation and well-being. Population studies demonstrate that attending cultural events is conducive to improved health even when baseline health, income, education and health habits are taken into account.

This coherence between culture and health has fascinated me since we realized the importance of mothers' literacy for the health of children. The first reaction on that fact is that we become better informed on the raising and feeding of children but we were a group of young professionals who went to Africa to help a newly liberated country in health planning. We could see then that the mother-and-child health care was quite advanced and adapted to illiteracy of the mothers. Could the literacy have other responses, opening one sector of the cultural participation? I had this in the back of my head and a decade later had a chance to test if there was a reading dose-response to mortality in Sweden. Was the degree of reading books or periodicals a factor influencing the mortality? We followed more than 12000 in a random sample from the Swedish population up 9 and 14 years after an assessment of their reading and attending cultural events . Cultural participations was followed by half the mortality. When the effects of education, income, social network, disease, smoking, and physical exercise the odds was still 1.57 that those attending cultural events often were alive 9 years later compared to those attending rarely. In Table one and figure 1 there is a comparison between cultural participation and other factors. To stop smoking gave a similar odds as often go to cultural events. The odds for rare attendees to die in cancer was very large, more than threefold, but only in the big cities.

## Discounts

- In the observational studies differences in age, gender, social background, education, income, social network, smoking, physical exercise, baseline health are **taken care of**.
- The effects of such differences have been **discounted** in the multivariate analyses of culture-health effects.
- The experiments are randomized and controlled.

FIG. 4

Relative risks for mortality (95% confidence intervals) in proportional hazards models\*

	Age-sex control	Multi-discount
Education (years):		
<=9	1 Reference	1 Reference
>12	0.57 (0.43 to 0.75)	0.93 (0.68 to 1.26)
Income:		
Low	1 Reference	1 Reference
High	0.60 (0.49 to 0.73)	0.73 (0.59 to 0.90)
Network:		
Weekly contact	1.06 (0.93 to 1.22)	1.10 (0.96 to 1.26)
No friends	1 Reference	1 Reference
Disease:		
Yes	2.28 (1.94 to 2.67)	2.10 (1.78 to 2.46)
No	1 Reference	1 Reference
Smoking:		
No smoking	1 Reference	1 Reference
>15 g/day+	1.83 (1.53 to 2.18)	1.69 (1.42 to 2.02)
Exercise:		
Inactive	1 Reference	1 Reference
At least once a month	0.60 (0.50 to 0.72)	0.78 (0.65 to 0.94)
Reading:		
Rarely	1.41 (1.20 to 1.65)	1.05 (0.88 to 1.25)
At least once a week	1 Reference	1 Reference
State-visiting:		
Sometimes	0.77 (0.63 to 0.94)	0.89 (0.72 to 1.10)
Rarely	1 Reference	1 Reference
Attending cultural events:		
Rarely (7-8 points)	2.38 (1.83 to 3.09)	1.57 (1.18 to 2.09)
Occasionally (9-12 points)	1.60 (1.24 to 2.08)	1.24 (0.95 to 2.55)
Often (>12 points)	1 Reference	1 Reference

\*Model 2 was adjusted for sex and age (in 10 year bands) with one variable at a time; model 1 was adjusted for sex, age (age span 16-76), education, disposable income, social network, long term illness, smoking, exercise, reading books or periodicals, smoking, and state.

FIG. 5

12000 aged 16-74 followed 9 years

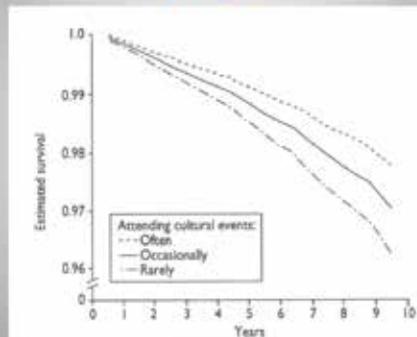


FIG. 6

These are all observational studies and what about experiments. We intervened in with cultural stimulations of hospital employees who were randomized into one group going to cultural events once a week during 8 weeks and a second group serving as controls and having their period after the experiment. Those getting the stimulation of going to art exhibitions, concerts films or singing in a choir had benefits compared to the controls as to vitality, social functioning and physical health (FIG 3).

Our teams in Sweden and Norway have continuous discussions on the importance of creative contra passive participation in cultural activities and now come to some conclusion by studying 15000 individuals and finding that both creative and passive participation were quite similar in effects. Good health, good satisfaction with life, low anxiety, low depression was the effect of both (FIG 5).

Now let us hasten to possible mechanisms found in animal research and some studies on humans. The biologic effects of environmental enrichment and cultural stimulation affect the structure of the brain through more cells in the hippocampus, a first station for memory and important for geographic orientation. Cortical receptors of stress hormones increase in the hypothalamus which should influence mood. Other mechanisms are enhanced immune reactions and increased anabolic steroids.

## Cancer in urban areas

- Risk of cancer mortality and the interaction between cultural participation index and residency among adults aged 25-74 (n = 9,011)

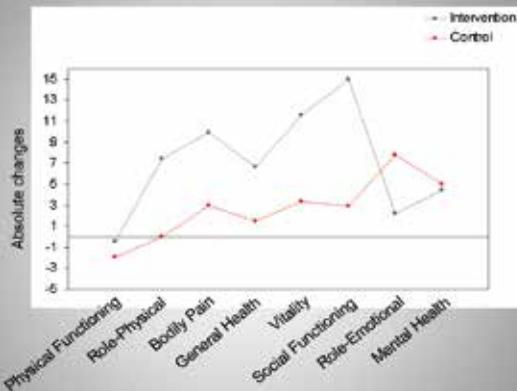
Cultural participation	Residency		
	Rural	Urban	Mid-size town & Small Town
	HRa (CI)95%	HRa (CI)95%	HRa (CI)95%
<b>Crude model</b>			
Rare	6.47 (3.26-12.8)	4.39 (2.22-8.69)	4.14 (2.11-8.12)
Moderate	3.57 (1.87-6.84)	2.50 (1.29-4.83)	2.54 (1.32-4.91)
Frequent	1.00 (Reference)	2.30 (1.09-4.83)	2.45 (1.10-5.47)
<b>Adjusted model e</b>			
Rare	3.23 (1.60-6.52)	2.22 (1.10-4.51)	2.11 (1.04-4.26)
Moderate	2.92 (1.52-5.62)	2.24 (1.14-4.38)	2.06 (1.05-4.05)
Frequent	1.00 (Reference)	2.48 (1.17-5.17)	2.23 (1.00-4.99)

FIG. 7

### Changes in Participants SF-36 Characteristics During the Intervention, Mean, and SD

	Intervention Group (n = 51)		Control Group (n = 50)	
	n	Mean (SD)	n	Mean (SD)
Physical Component Score	43	2.31 (6.67)	46	1.24 (5.92)
Physical functioning	45	0.47 (7.62)	48	1.99 (11.29)
Role—physical	44	7.39 (30.30)	47	0.00 (30.40)
Bodily pain	44	9.93 (23.62)	48	2.94 (21.26)
General health	43	6.67(14.43)	47	1.48 (11.73)
Mental Component Score	43	3.93 (8.12)	46	3.40 (11.03)
Vitality	45	11.56 (19.71)	48	3.33 (14.64)
Social functioning	45	15.00 (21.09)	48	2.86 (20.01)
Role—emotional	45	2.22 (7.80)	47	7.80 (38.20)
Mental health	45	4.44 (12.48)	48	5.02 (13.55)

FIG. 8



Absolute changes of the eight factors of SF-36 by intervention and control groups. Vitality and social functioning changed significantly different.

FIG. 9

### Patterns of receptive and creative cultural activities and their association with perceived health, anxiety, the HUNT study, Norway

Koenraad Cuyppers Steinar Krokstad Turid Lingaas Holmen Margunn Skei Knudtsen Lars Olav Bygren Jostein Holme

	Female		Male	
	n	OR (95% CI)	n	OR (95% CI)
<b>Good health</b>				
Index receptive cultural activities	1.63	(1.01 to 1.06)	1.05	(1.06 to 1.12)
Index creative cultural activities	1.05	(1.03 to 1.07)	1.07	(1.05 to 1.06)
<b>Good satisfaction with life</b>				
Index receptive cultural activities	1.08	(1.05 to 1.11)	1.14	(1.10 to 1.18)
Index creative cultural activities	1.06	(1.04 to 1.07)	1.04	(1.02 to 1.06)
<b>Low anxiety</b>				
Index receptive cultural activities	1.09	(1.05 to 1.12)	1.13	(1.09 to 1.17)
Index creative cultural activities	1.05	(1.04 to 1.07)	1.06	(1.04 to 1.06)
<b>Low depression</b>				
Index receptive cultural activities	1.10	(1.06 to 1.13)	1.12	(1.08 to 1.16)
Index creative cultural activities	1.05	(1.04 to 1.07)	1.07	(1.05 to 1.09)

- Adjusted for age, SES, chronic disease, limitation in social contact, and physical exercise, daily smoking, body mass index, alcohol drinking
- Perceived health (1: very good, good; 0: not so good, poor)
- Satisfaction with life (1: very satisfied/satisfied/somewhat satisfied; 0: bit of both/somewhat dissatisfied/dissatisfied/very dissatisfied)
- Anxiety (1: low; 0: high) and
- Depression (1: low; 0: high)

FIG. 10

## Epigenetics

- Aral et al., Brain Research Bull 2011;85:30-35
- Curley et al., Front Behav Neurosci 2009;3:25
- Kuzumaki et al., Hippocampus 2011;21:127-32
- Leshem & Schulkin Dev. Psychobiol 2011;doi:10.1002/dev.20592

FIG. 11

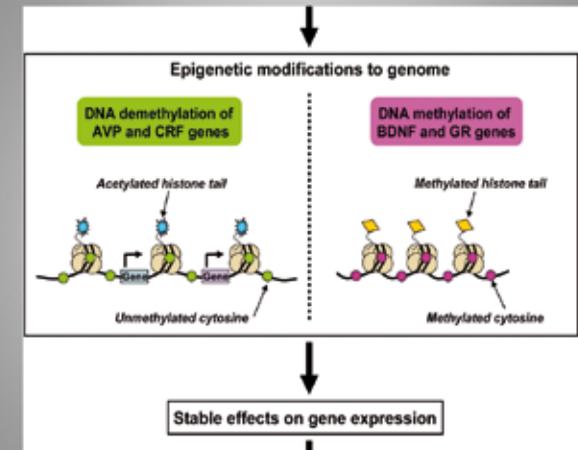


FIG. 12



FIG. 13

Now epidemiology and epigenetics in common demonstrate a possible mechanism influencing the expression of genes. There are biologic memories of early environments and even intergenerational responses to environmental enrichments. This is a coming area of research. (FIG 12) Kuzumaki and others report that enriched environment increases BDNF, the brain derived neurotropic factor, and increases hippocampus perhaps via increase in microRNA. Not only adverse experiences have intergenerational responses, very early pre-reproductive experiences in female rodents, adverse or enriching, influences their future offspring. This line of research is in its early beginning and might explain very much about disease and health in our time.

Many thanks for your attention. ■

L'ultimo intervento della mattinata mostra come molti dei temi di cui abbiamo sentito parlare finora possano tradursi in intervento pratico.

Invito pertanto qui con noi Enzo Grossi, gastroenterologo, direttore medico della Bracco e consigliere scientifico della Fondazione Bracco. Abbiamo avuto il piacere di conoscerci qualche mese fa e desidero sottolineare che gli studi che il dottor Grossi sta conducendo con la sua équipe mostrano con estrema chiarezza come tutti i temi trattati in questa mattinata possano essere declinati nella pratica per sviluppare politiche sociali, che abbiano un impatto diretto sulla comunità, utilizzando parametri di riferimento basati sulle nuove concezioni di salute mentale, di prevenzione più che di cura della malattia, di interdipendenza tra biologia e cultura.

Quindi credo proprio che la presentazione del dottor Grossi venga a riassumere, con una prospettiva di realizzazione e intervento pratico, tutto quello che abbiamo sentito fino ad ora. ■

## Presentazione Progetto Salute, Cultura e Benessere – Fondazione Bracco

Enzo Grossi

Professoressa Delle Fave, molte grazie per l'introduzione. È con grande piacere che cercherò di parlarvi di questo progetto, che si articola su un obiettivo fondamentale: mettere a fuoco i determinanti della qualità di vita in una città come Milano.

In verità si tratta di un ambito particolarmente complesso e difficile, per la molteplicità dei fattori in gioco. Nella figura 1 ne vedete citati alcuni: il reddito, l'età, il tipo di professione, l'istruzione e la salute, che gioca un ruolo fondamentale, e la fa da padrone.



FIGURA 1

Pensate che nell'area di studio specifica, la cosiddetta "health-related quality of life", esistono la bellezza di oltre ventimila articoli pubblicati negli ultimi vent'anni. D'altra parte anche gli stili di vita sono molto importanti, perché stili di vita sbagliati influenzano la qualità di vita andando a influenzare negativamente lo stato di salute. Di converso si possono creare dei circoli virtuosi in un altro modo: buoni stili di vita danno una buona qualità di vita anche perché influenzano positivamente la salute. Non dobbiamo dimenticare poi la sfera familiare: molto spesso ci si dimentica che la famiglia è un crocevia di stress, che quando interessa anche uno solo dei componenti del nucleo familiare può essere facilmente trasmesso agli altri.

E poi c'è la sfera sociale, dove si riverbera il tutto, con vere e proprie epidemie di benessere o di malessere all'interno della società, come dimostrano recenti studi sulle reti sociali. Come abbiamo potuto apprezzare nella relazione del professor Bygren, ci sono molti studi condotti negli ultimi anni, che ci dicono che la partecipazione culturale esercita un'influenza molto importante sullo stato di salute, e addirittura sembra prolungare l'aspettativa di vita.

Si tratta di dati che devono essere ancora messi completamente a fuoco, perché derivati essenzialmente da studi osservazionali, ma sappiamo d'altra parte che è molto difficile condurre studi randomizzati in contesti così ecologici.



FIGURA 2

Siamo comunque autorizzati a immaginare l'esistenza di una sorta di circolo virtuoso (FIGURA 2) in cui la partecipazione culturale e l'uso intelligente del tempo libero, facilitando un sollievo dello stress, promuovono il well-being psicologico, il mantenimento di un buon livello di salute mentale e, attraverso la salute mentale, influenzano la salute fisica, con un miglioramento dell'aspettativa di vita.

Se ci focalizziamo però soprattutto sulla quality of life ci rendiamo conto che gli studi sugli influssi della cultura sono sorprendentemente carenti, come sottolineava qualche anno fa Alex Michalos, un sociologo canadese che è uno dei più grossi esperti mondiali di questa materia.

Ecco allora questo progetto, che ha un'ambizione forte, e cioè quella di capire meglio il ruolo che la partecipazione culturale riveste tra i vari determinanti potenziali della percezione di benessere, nella cittadinanza milanese. È uno studio osservazionale, cross-sectional, quindi fotografa una situazione, ed è stato fatto su un campione di 1000 cittadini, rappresentativo della popolazione milanese attraverso l'ausilio della competenza della Doxa nel fare questo tipo di campionamento stratificato. A queste persone sono stati somministrati alcuni questionari, in particolare quello che misura la qualità di vita o il benessere psicologico, di cui voglio darvi alcune informazioni, che è il Psychological General Well-Being Index, nella sua forma estesa a 22 domande.



FIGURA 3

Questo è uno strumento che fu ideato negli Stati Uniti da uno psicologo, Dupuy, che impiegò ben 15 anni per svilupparlo e portarlo nella sua forma definitiva dotata di caratteristiche intrinseche di funzionamento estremamente valide. Nei diversi studi da noi effettuati nella popolazione Italiana negli ultimi dieci anni si è dimostrato uno strumento solido, riproducibile ed affidabile. L'indice calcolato, che va da 0 a 110, è direttamente proporzionale alla percezione di benessere psicologico e si compone di sei domini, che sono l'ansia, la depressione, l'autocontrollo, la positività e il benessere positivo, la percezione del proprio stato di salute e la vitalità (FIGURA 3). Nella figura 4 voi vedete rappresentati la distribuzione di questo indice nella popolazione italiana, in alcune indagini che furono fatte, la prima in alto nel comune di Campogalliano mentre in basso in un campione stratificato italiano.

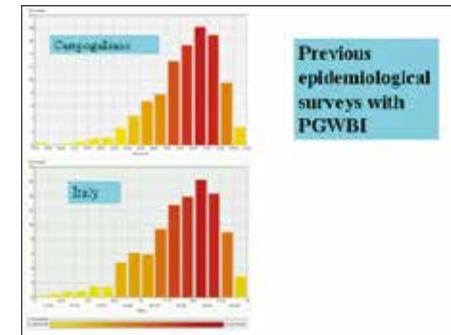


FIGURA 4

È possibile notare la grande somiglianza delle due distribuzioni, a testimonianza del fatto che si tratta di una scala molto solida ed affidabile. Il valore medio dell'indice di benessere psicologico, riferito alla popolazione italiana, è 78; la scala permette di identificare un'area di benessere positivo (che potrebbe essere in qualche modo assimilabile allo stato di flourishing del prof. Keyes), un area di mancanza di distress, (che potrebbe essere assimilabile in qualche modo al concetto di languishing) e un'area di distress moderato o severo (FIGURA 5).

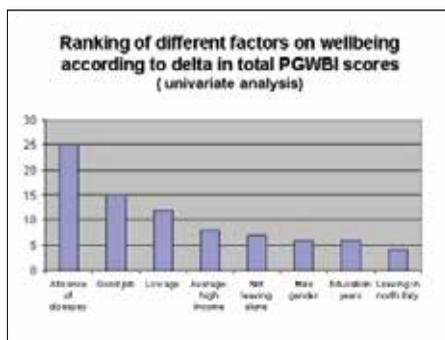


FIGURA 5

In quegli studi avevamo potuto mettere in evidenza come, attraverso un approccio univariato, cioè vedendo ogni singolo determinante da solo, l'assenza di malattie, seguita da una buona professione, una bassa età e un reddito alto, vivere non da solo, sesso maschile, anni di educazione e vivere in Nord Italia rappresentasse il prototipo del well-being (FIGURA 6).

Andiamo a questo punto a vedere cosa succede a Milano. La distribuzione di questo indice nella nostra città assomiglia molto a quella che avete visto per l'Italia, però notiamo come il valore medio della popolazione milanese sia di 82, statisticamente superiore a quello della popolazione italiana. Anche se si tratta di un confronto storico (quello dell'Italia riferito al 2008, quello di Milano del 2010) vista la situazione

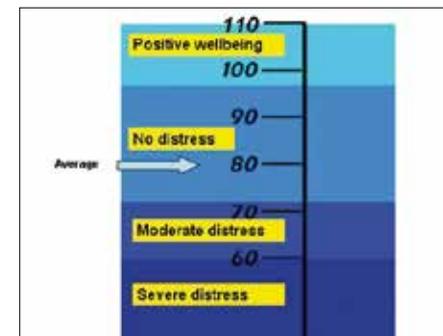


FIGURA 6

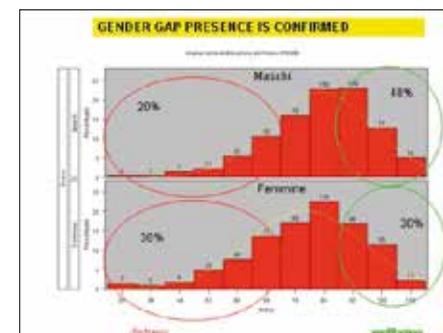


FIGURA 7

economica e sociale degli ultimi due anni, possiamo dire che questa differenza può essere credibile, perché casomai avremmo potuto aspettarci un decremento.

Come nell'esperienza italiana esiste una differenza importante tra i due generi, con i soggetti di sesso maschile che hanno una percezione di benessere superiore a quella dei soggetti di sesso femminile con uno scarto di circa 4 punti. Questo "gender gap", che è soprattutto visibile a partire dalla quinta decade in avanti, fa sì che il 40% dei maschi abbia una condizione di benessere positivo contro il 30% nei soggetti di sesso femminile, mentre viceversa per il distress avviene l'opposto (FIGURA 7).

Per quanto riguarda la partecipazione culturale, con l'aiuto di Pierluigi Sacco e Giorgio Tavano Blessi, abbiamo messo a punto un questionario che, esplorando 15 tipi diversi di attività culturali in senso molto vasto, nella concezione antropologica più moderna e accettata, permette di ricavare un indice globale che rappresenta quanto intensamente questa persona investe il proprio tempo in partecipazione culturale. Qui vedete l'esempio di una donna di 61 anni che ha una serie di attività su alcuni componenti di questo profilo e totalizza 166 (FIGURA 8), una attività piuttosto elevata. Questa altra persona di sesso maschile, invece, ha un livello di partecipazione bassa con somma 25 (FIGURA 9).

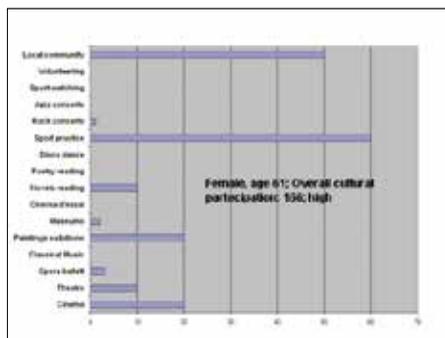


FIGURA 8

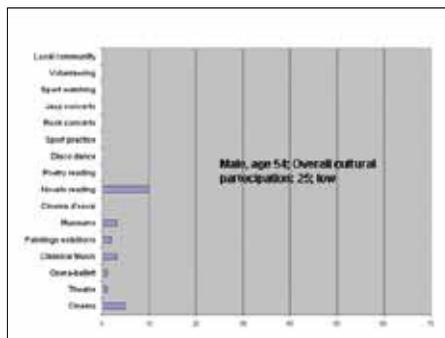


FIGURA 9

La distribuzione di questo score globale di partecipazione è asimmetrica, con picco molto spostato sulla sinistra, espressione di una bassa partecipazione culturali, e una coda pronunciata verso destra, espressione degli individui con livelli molto elevati piuttosto rari. Abbiamo quindi suddiviso questa distribuzione in quattro fasce: partecipazione assente uguale a zero; partecipazione bassa, fino a 25; partecipazione media, fino a 100, e partecipazione molto elevata, oltre 100, dove 100 vuol dire che in media una persona ogni tre giorni esercita o partecipa a una attività culturale. (FIGURA 10)

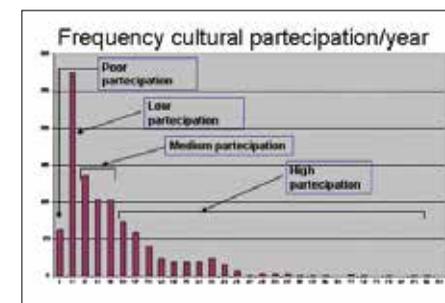


FIGURA 10

Nella figura 11 si può apprezzare come la partecipazione culturale sia positivamente associata al well-being e come la modificazione più consistente si registri piuttosto sorprendentemente nel sesso femminile rispetto a quello maschile.

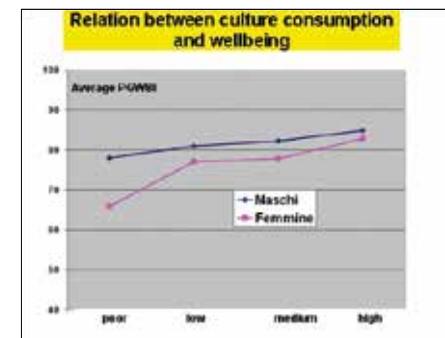


FIGURA 11

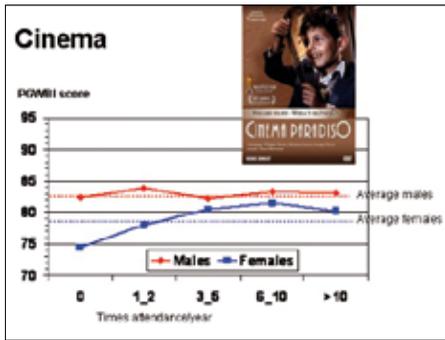


FIGURA 12

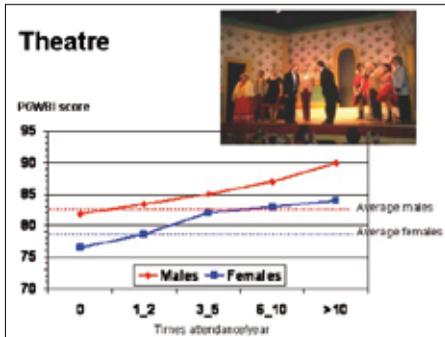


FIGURA 13

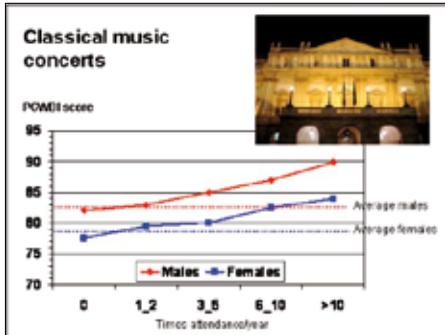


FIGURA 14

Possiamo poi andare a vedere nell'ambito di questo punteggio globale di partecipazione culturale quali sono i ruoli giocati dalle singole componenti, ad esempio il cinema, che sembra essere più importante nella femmina rispetto al teatro, che invece sembra essere più importante per il maschio.

Anche per i concerti di musica classica la relazione positiva è molto chiara e questo ci richiama a quello che ci diceva il professor Ticini a proposito delle basi neurobiologiche degli stimoli cognitivi piacevoli, in grado di attivare particolari circuiti cerebrali, li vedete qui, in aree che sono connes-

se alla ricompensa e parallelamente a una riduzione delle attività nelle strutture cerebrali che si associano a emozioni negative (FIGURA 15). Questa forte base neurobiologica ci spiega come mai queste attività producano un effetto netto sullo stato di benessere.

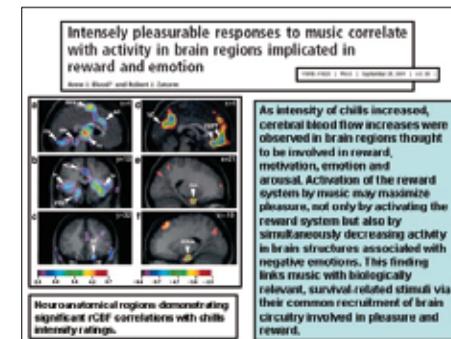


FIGURA 15

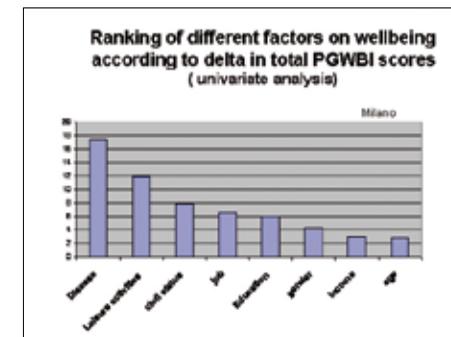


FIGURA 16

Ora, se noi andiamo a collocare le attività culturali in una ideale classifica generale che consideri tutti gli altri fattori implicati, vediamo che queste attività di uso intelligente del tempo libero si collocano inaspettatamente al secondo posto, subito dopo lo stato di salute fisica (FIGURA 16). Questo ci ha molto sorpresi e quindi ci siamo chiesti, ma è veramente così o è semplicemente perché l'attività culturale è una sorta di marcatore ingenuo, di marcatore casuale di al-

tri fattori a cui è correlato, quindi è un *innocent bystander*? Per risolvere questo problema non dobbiamo analizzare i fattori uno per volta, il che impedirebbe di capire come interagiscono fra loro, ma dobbiamo vederli tutti insieme, perché questi fattori nel singolo individuo giocano contemporaneamente. Per far questo abbiamo dapprima suddiviso la distribuzione dell'indice di benessere in due estremi, un'area molto critica, sulla sinistra, il primo decile, e un'area invece molto positiva, sulla destra, che è il decimo decile (FIGURA 17).

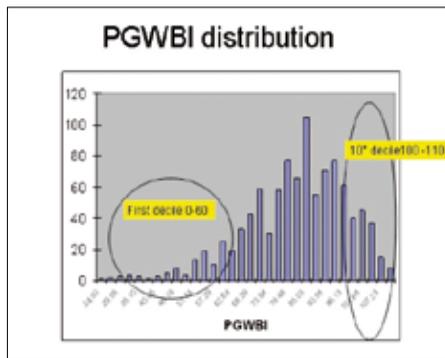


FIGURA 17

Abbiamo quindi cercato di costruire un modello che riuscisse a distinguere l'appartenenza a queste due aree utilizzando al meglio le variabili a disposizione, ma lasciando libere queste variabili di interagire tra di loro rispetto ai due target. Questo approccio si può fare unicamente usando dei sistemi un po' esotici che vanno sotto il nome di reti neurali artificiali. Le reti neurali artificiali sono algoritmi che girano su computer e che sono basati su nuove leggi matematiche, una nuova logica, che è la *fuzzy logic*, un nuovo tipo di programmazione; sono in grado di superare molti dei limiti della statistica tradizionale, che ha bisogno di funzioni lineari, fondamentalmente, distribuzioni normali e di scarsità di variabili, cosa che invece nel mondo reale, in biologia,

in sociologia, in psicologia, non succede mai dal momento che abbiamo a disposizione variabili per lo più non lineari, e distribuzioni quasi mai di tipo gaussiano (FIGURA 18). Quindi questi algoritmi sono in sostanza equazioni non lineari che interagiscono nel computer con i dati che mettete a disposizione.

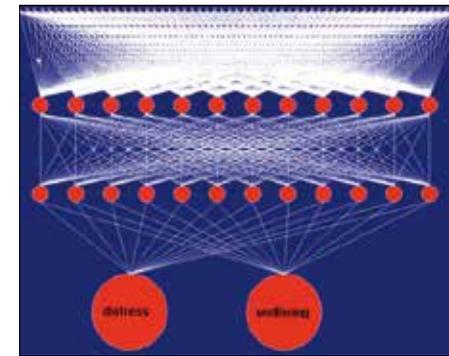


FIGURA 18

Durante questa interazione, una sorta di regole nascoste spontaneamente emergono bottom-up e si sviluppano dei modelli predittivi che poi vengono testati su casi nuovi che il modello non ha mai visto. Sono le espressioni più importanti della cosiddetta intelligenza artificiale, hanno la capacità di adattarsi da sole al problema senza avere una programmazione specifica – sono generatori di programmi, in realtà, più che programmi stessi – e quindi sono molto abili nel dividere, suddividere dati confusi in una maniera comprensibile. Sono capaci di risolvere problemi non affrontabili anche col più potente dei computer, ad esempio stabilire il percorso più breve che unisce cento punti messi random in un piano; questo non è affrontabile per il tempo di computazione, con le reti neurali si riesce a trovare la soluzione in tempi, direi, ragionevoli. Quindi abbiamo messo a disposizione di una rete neurale quelle informazioni, chiedendole di distinguere tra questi due target. Questo è



Terminate le presentazioni previste per questa mattinata, abbiamo tempo per un dibattito che spero si apra ricco, per favorire una discussione articolata sui temi che sono stati trattati. Vorrei puntualizzare in via preliminare alcuni aspetti che mi sembra siano emersi dalle presentazioni di questa mattina.

Prima di tutto gli interventi ci suggeriscono la dimensione della complessità. Emerge con evidenza il fatto che quando noi oggi ci accostiamo all'idea di salute non possiamo più ragionare per compartimenti stagni. A partire dagli studi fondamentali di cui è rappresentante il professor Cavalli Sforza, si sono prodotte evidenze complesse, e anche un dibattito molto aperto sulla compresenza e interdipendenza di biologia e cultura nel processo di sviluppo dell'individuo e della specie umana. Negli ultimi vent'anni si è giunti addirittura a un modello tridimensionale, in cui a biologia e cultura si affianca la dimensione psicologica dell'esperienza soggettiva. Tale modello quindi include tre paradigmi, emergenti uno dall'altro, che contribuiscono a influenzare il comportamento dell'individuo, ed è in linea con gli assunti di base del modello bio-psico-sociale che oggi ha preso piede nella valutazione della malattia, ovvero nell'ambito strettamente medico.

A tutte queste evidenze possiamo aggiungere i contributi degli ospiti di questa mattina: il costrutto di Mental Health Continuum proposto da Keyes integra la dimensione sociale con quelle individuali edonica ed eudaimonica; i risultati delle ricerche di Lars Bygren mostrano come la partecipazione sociale e culturale – a partire addirittura dal grado di educazione della madre, soprattutto nei Paesi in via di sviluppo – siano fondamentali per la promozione del benessere e della salute mentale e per la prevenzione delle patologie. Queste evidenze ci costringono ad ammettere che ricerche strettamente legate a un unico ambito disciplinare non permettono di capire la salute, un fenomeno complesso, costituito da dimensioni sia mentali, che biologiche e culturali.

In questi anni ho il privilegio di essere chief editor del "Journal of Happiness Studies", la prima rivista che a livello internazionale si è occupata di raccogliere gli studi sul benessere condotti in diversi ambiti disciplinari. In questi ultimi anni l'interesse per questo tipo di concetti è aumentato esponenzialmente, al punto che la rivista riceve in media un nuovo manoscritto al giorno, da studiosi impegnati nelle discipline più varie, dalla sociologia all'economia, dall'ambito educativo a quello medico e psicologico. Un simile successo suggerisce che, come nella valutazione delle variabili che determinano il benessere non ci possiamo più basare semplicemente sulla statistica tradizionale, ma abbiamo bisogno di modelli dotati di una complessità che minimamente rispecchi la complessità della vita reale, così abbiamo estremamente bisogno di forum interdisciplinari per unire e confrontare le competenze. Non siamo più ormai nell'epoca dantesca del Trivio e del Quadrivio, in cui era possibile che un'unica persona, nell'arco vitale, potesse riassumere in sé le conoscenze disponibili, ma dobbiamo lavorare in modo sinergico e in collaborazione. In particolare mi riferisco alla nostra realtà nazionale: in Italia non siamo tanto abituati a collaborare; tendiamo spesso a rinchiuderci nella nostra piccola nicchia, proteggendo un po' idiosincratamente il nostro territorio. Questa mattinata invece ci rilancia la necessità di collaborare, di uscire da questa idiosincratia chiusa e di metterci intorno a un tavolo per discutere da prospettive diverse e per costruire idee e interventi utilizzabili a livello di comunità e società, perseguendo quella prospettiva eudaimonica del benessere di cui abbiamo sentito parlare.

## Discussione con il pubblico

A questo punto apro il dibattito, sollecitando domande dal pubblico, sia dirette specificamente a un singolo relatore, che più generali con possibili repliche da più relatori.

**PUBBLICO** *Buongiorno, grazie per questa occasione di confronto su temi a tutti cari rispetto al tema del benessere. Io avrei una domanda abbastanza semplice, mi auguro, per due dei relatori che sono intervenuti oggi, il professor Keyes e il professor Bygren. Visto che la cultura da una parte allunga la vita, o bensì la cultura è uno dei componenti che fanno sì che la vita si possa allungare, dall'altra è anche fornitore di senso per quello che riguarda la vita, nella scala del flourishing e languishing proposta dal professor Keyes. È possibile, io chiedo ai due professori, distinguere i meccanismi che sono alla base della costruzione di questo allungamento della vita e di dare senso; per fare un esempio concreto: leggere un libro o andare a teatro, come e perché attiva un meccanismo di miglioramento nel nostro stato di vita, perché ad esempio scatena emozioni, scatena relazioni. Quali sono secondo il vostro parere i meccanismi che guidano questo miglioramento del senso della vita e l'allungamento, anche, della vita? Grazie.*

**KEYES** Well, I can only speculate, at this point, but I do believe that one way in which culture helps to promote flourishing is precisely in participating, say, in a theatrical event, you begin to reflect on the meaning of your own life, the background of the story, the contacts – often the story has struggle, difficulties, celebrating great accomplishments both culturally and then historically. This reminds us where we are and where we want to go, and I think it precisely provides meaning in our life when we understand that the meaning of our life is much more tasty and good – a good bowl of pasta. Right? Meaning is just like tasting, when we understand our lives in the context of the past and the pre-

sent and where we are going, I think it activates a sense of meaning and a pleasurable feeling, so... But this is speculation, we need to study this. Professor Bygren?

**BYGREN** Yeah, how comes... I think it is something with the cultural experience which is very direct, also non-verbal, very often, and it goes directly to the first station of the brain, the Hippocampus, old structure of the brain. So it is something very basic, it's a basic need which is supported when you have those cultural experiences. I can't say anything more, I think it's basic.

**DELLE FAVE** Mi permetto di aggiungere una notazione alla luce dei recenti sviluppi nell'ambito dell'evoluzione. La dimensione di significato, citata da Keyes, è stata recentemente oggetto di analisi in uno dei testi fondamentali e più recenti dedicati all'evoluzione bioculturale. Le autrici sono due biologhe, Jablonka e Lamb, che nel 2005 hanno scritto un libro intitolato *Evolution in Four Dimensions*, "Evoluzione in quattro dimensioni". Le due studiosse hanno evidenziato come ci siano quattro livelli di evoluzione che non sono riducibili l'uno all'altro: il primo è indubbiamente il livello genetico; ad esso fa seguito il livello epigenetico, cioè tutta una serie di funzioni biologiche plastiche e modificabili in base alle caratteristiche ambientali, che emergono dal substrato genetico e che influenzano profondamente il comportamento individuale; il terzo livello è costituito dall'apprendimento sociale, legato allo sviluppo di cultura; infine il quarto livello – molto interessante proprio perché identificato da due scienziate che lavorano nell'ambito strettamente genetico e biologico – è la dimensione di senso e di significato. Questa dimensione troppo a lungo è stata confinata nell'ambito della riflessione filosofica, ma entra potentemente in realtà sia nell'ambito psicologico che in quello culturale, nei termini di significato simbolico che qualsiasi azione umana porta con sé. Ed è proprio questo significa-

to simbolico che conduce l'individuo a compiere azioni che non sono necessariamente utili alla sopravvivenza biologica – alcune volte addirittura vanno contro l'interesse biologico della specie –, ma che non per questo sono meno importanti e rilevanti, in particolare per il benessere. Credo che la dimensione del significato spalanchi orizzonti estremamente importanti, soprattutto quando si parla di cultura.

**PUBBLICO** *Gli interventi di questa mattina sono andati ben oltre le mie aspettative, per la quantità e la qualità delle informazioni e anche delle sorprese che ho colto. A quasi tutte ho dato una spiegazione, ma una mi manca, ed è qui che porgo la domanda. Nei fattori di impatto per la salute mentale ho colto solo in minima parte il possibile impatto della famiglia. L'ho colto nelle componenti della capacità di literacy della mamma, ma poi niente altro. Volevo chiedere perché.*

**KEYES** Well, I had some slides about this, showing the strongest predictors of flourishing. It was being really loved and cared for by your family, your spouse, your partner, and friends. Intimacy within the family is one of the strongest predictors of flourishing.

**GROSSI** Ci sono molti studi che sono stati svolti per vedere quali sono le attività mentali più importanti che proteggono dalla malattia di Alzheimer; magari in un'altra occasione ne potremo fare una rassegna. Nella malattia di Alzheimer il contributo più forte è stato quello dello studio delle suore, che è stato svolto negli Stati Uniti e che ha coinvolto circa 1000 suore che hanno donato il cervello alla propria morte. Così è stato possibile vedere come la patologia cerebrale era correlata alla presenza di un eventuale deficit cognitivo. Si è imparato moltissimo da questo studio; ma l'autore, un epidemiologo americano, David Snowdon, di Lexington, ha avuto un'idea fenomenale, cioè quella di andare a vedere i

temi con cui le suore, all'età di diciotto anni, prendevano i voti, perché è obbligatorio scrivere una biografia al momento della richiesta di entrare in convento. Hanno misurato, nei tempi, l'intensità di idee presenti in una pagina, per pagina, e la ricchezza espressiva, e hanno visto che c'era una stretta correlazione tra questo dato e il non sviluppare la demenza, anche a 90 anni. Ora, è chiaro che questa capacità deriva soprattutto dalla lettura; leggere arricchisce, chi ha un voto alto in italiano di solito è perché legge molto. Poi ci si è chiesti, ma quando si inizia a leggere? In genere a sei anni. Ma prima dei sei anni, come si fa a leggere? Be', c'è qualcuno che legge per il bambino, che è la madre. Allora si è visto che leggere le favole a due anni, a tre anni, prima di andare a letto, è un fattore determinante per lo sviluppo di alcune funzioni cerebrali. Quindi questo si ricollega al fatto che accudire i bambini, prendersi carico e fare queste cose che ormai forse si tralasciano, negli ultimi anni, perché non c'è più tempo per farlo, ha un profondo significato, quindi c'è un link molto bello tra la famiglia, la lettura e la protezione dalla malattia di Alzheimer.

**DELLE FAVE** Vorrei aggiungere che in una recentissima ricerca che abbiamo condotto in collaborazione con altri sei Paesi occidentali abbiamo chiesto alle persone di elencare liberamente i tre obiettivi più importanti e le tre cose più significative della propria vita, nonché di fornire una propria definizione di felicità. Nelle risposte a tutte e tre queste domande la famiglia è emersa in misura ampiamente prevalente, essendo citata dal 60-70% dei partecipanti sia come dominio di felicità che come obiettivo futuro e cosa significativa. Le persone intervistate erano tutti adulti tra i 30 e i 50 anni e la centralità della famiglia si evidenziava trasversalmente nei diversi Paesi, indipendentemente dall'età, livello di istruzione, occupazione e genere dei partecipanti.

**PUBBLICO** Sono Alessandra Mottola Molfino e sono Presidente nazionale di Italia Nostra. Italia Nostra è un'associazione che da più di cinquant'anni lotta per la protezione della bellezza, e dunque del paesaggio e del patrimonio storico-artistico della nostra nazione, articolo 9 della Costituzione. Tra parentesi, la Costituzione italiana è l'unica che abbia un articolo di questo genere nei propri principi fondanti, i dodici principi fondamentali della nostra Costituzione. Perché fa questo Italia Nostra? Perché noi, con i nostri progetti educativi, e anche di tutela – concorriamo con lo Stato alla tutela dei beni culturali e del patrimonio storico-artistico, del paesaggio – perché crediamo che da questo patrimonio e da questo tesoro, che il nostro Paese possiede, possa nascere un nuovo modello di sviluppo, anche economico ma soprattutto umano, uno sviluppo che non sia soltanto il consumo e il mercato e lo sviluppo finanziario-economico, ma che sia uno sviluppo della creatività, della conoscenza e dunque dell'umanità, uno sviluppo umano. E siamo convinti che la presenza del patrimonio storico-artistico, del paesaggio, dunque di bellezza nel nostro Paese ci ponga in una condizione forse di privilegio rispetto a molti altri Paesi. Nel fare questo Italia Nostra ha avuto uno straordinario riconoscimento perché è stata associata da ISTAT, l'Istituto Nazionale della Statistica, e da Cnel, Consiglio Nazionale dell'Economia e del Lavoro, a un progetto che penso voi tutti conosciate, che si chiama BES, Benessere Equo e Sostenibile. Noi abbiamo, Salvatore Stettis e io insieme, abbiamo lavorato in questo comitato di indirizzo, che ora è giunto quasi al termine del suo lavoro (c'è un sito web nel quale potete vedere questo tema, [misuredelbenessere.it](http://misuredelbenessere.it)) e siamo riusciti, noi di Italia Nostra, noi storici dell'arte, noi archeologi, noi studiosi del paesaggio, a inserire nei dieci domini della misura del benessere il paesaggio

e il patrimonio storico-artistico del Paese. E dunque accanto alla salute, accanto alla percezione individuale del benessere, accanto al lavoro, accanto al benessere economico sarà misurato dall'Italia, prima nazione in questo campo in tutto il mondo, anche il benessere che deriva dalla presenza della bellezza e del patrimonio storico-artistico. Io ringrazio la Fondazione Bracco e ringrazio tutti i relatori che hanno parlato oggi e che parleranno nel pomeriggio per questo interessantissimo convegno e il mio messaggio è quello di un vecchio filosofo, Immanuel Kant: la bellezza è un piacere necessario. Penso che tutti gli studiosi qui siano concordi su questa necessità. Grazie.

**DELLE FAVE** Non vorrei andare completamente fuori dal tema, ma mi pare che noi la cultura la immaginiamo nei confronti di beni, bellezze, di opere che sono fonte di attività, quindi alla base dello sviluppo della civiltà e del nostro benessere e della nostra cultura generale, evidentemente il valore di fondo è la capacità dell'uomo di essere attivo e creativo; sotto questo profilo io direi che in questo contesto dovrebbe essere valorizzata anche l'attività propria del lavoro. Noi abbiamo parlato di cultura, cioè di osservazione, un abbeveramento a un mondo che già esiste, ma che qualcuno aveva pur costruito, e quindi l'oggetto della cultura non è altro che il frutto di un costante lavoro che nobilita l'uomo proprio della sua attività positiva, creativa, formativa. In questo senso io credo che la nostra società abbia bisogno di rivalutare il concetto del lavoro dell'uomo e di valorizzazione della sua attività produttiva nel contesto sociale.

**PUBBLICO** *Thank you very much for the rich and varied presentation in the morning. My caution comes from a cross-cultural perspective. Beautifully you presented the role of culture in promoting well-being and happiness. Now when you come to Rome, the first thing*

*that we see is Coliseum. So Italy has a rich history of 2000 years ago where leisure is given much importance. So I'm wondering the research studies conducted in Italy are falling into the cultural context of Italy. Maybe professor Delle Fave can add to this, referring to a cross-cultural study on happiness in which people are asked to define happiness, and to evaluate the daily domains most related to happiness. In India a very low percentage of people refer to leisure as an element or domain of happiness, so I'm wondering whether the findings showing that cultural involvement and participation are enhancing well-being are falling into the Western cultural framework. We don't find such things in the history of Asian cultures, a Coliseum which is built only for leisure. We don't find such a concept. So I'm wondering whether we should focus in that area also.*

**DELLE FAVE** Vorrei rispondere per completare questo intervento: sicuramente la dimensione transculturale non è ancora considerata a sufficienza. Nei dati che mostrano che in India la dimensione del leisure non ha nessuna importanza, non è indicata come rilevante per quanto riguarda la felicità e il benessere, c'è in realtà un'altra dimensione, citata come importante per la felicità e al benessere dai partecipanti indiani, molto meno invece dagli Italiani. Questa dimensione non è stata neppure considerata nelle presentazioni di questa mattina: è la dimensione della spiritualità. Mentre il 20% degli Italiani nella ricerca menzionata indicavano come fonte di benessere il leisure, comprendente il tempo libero, la cultura e lo sport, il 32% degli Indiani – era un campione composito di indù, cristiani e musulmani, quindi indipendentemente dalla religione – indicavano la spiritualità. Noi abbiamo il Colosseo, il Circo Massimo, e altri palazzi ed edifici che in varie epoche sono stati dedicati al tempo libero. Quando andiamo in India, in Thailandia, nei paesi asiatici visitiamo i templi. Il sostanziale prodotto

dell'arte asiatica sono edifici dedicati alla spiritualità e alla religione. Questo sicuramente è un aspetto che dobbiamo considerare maggiormente. Pur vivendo attualmente in una società secolarizzata in cui c'è un diverso vissuto della dimensione spirituale, non dobbiamo tuttavia dimenticare che, mentre noi andiamo al cinema, in molti altri Paesi la gente va in pellegrinaggio al tempio, magari dedicando tre settimane della sua vita a visitare un particolare luogo di culto per motivi spirituali. Questo aspetto a noi sfugge, perché nella nostra società ha uno scarso ruolo nella vita quotidiana, però è giusto sottolinearlo.

**KEYES** I would say another addition, Antonella, I think that you're missing something if you don't include formal religious practices as participation in culture. Because each church, even if they're all catholic, have different ways of approaching the mass, there's music, performance, there's symbolism... I would challenge you to think of religious participation, formal and informal, as cultural activities.

**PUBBLICO** *Buongiorno a tutti, Giuseppe Marigliò, "Data Manager", sono un giornalista. Da dieci anni nel mondo dell'azienda sentiamo parlare di collaboration; solo adesso si cominciano a raccogliere veramente i frutti, tant'è che molte campagne sono incentrate proprio sul miglior posto dove lavorare e diventano anche politiche di marketing per l'azienda. Ho sentito parlare molto oggi di impatto di queste ricerche sulla concezione della medicina, sulla concezione nuova filosofica dell'uomo, la spiritualità, l'impatto sull'ambiente, ma non ho sentito parlare sull'impatto che questi dati, perché la conoscenza poi dovrebbe permetterci di fare delle scelte diverse, hanno sull'economia. Quando passeremo dall'aver un ministero del Welfare a un ministero per il Wellness, in senso lato? Non so chi mi vuole rispondere.*

**SACCO** Magari a questa domanda rispondo io come chairman della sessione del pomeriggio, perché in realtà affronteremo specificamente questo tipo di tematiche e cercheremo proprio di capire come i risultati che abbiamo visto stamattina ci portano necessariamente a una profonda ridefinizione degli indirizzi di politica economica. Questo naturalmente non è un discorso che riguarda solo l'Italia; è un discorso che riguarda ovviamente tutto il mondo, l'Europa in particolare come aging continent, un continente nel quale l'età media si sta innalzando e nel quale queste problematiche naturalmente acquistano una criticità formidabile. Quindi, da questo punto di vista, praticamente dedicheremo oggi pomeriggio a questo tipo di approfondimenti e quindi vi invito a restare e ad ascoltare, credo che emergeranno aspetti interessanti.

**PUBBLICO** *Buongiorno, volevo ringraziare prima di tutto i relatori per quello che hanno detto, tutto è stato molto interessante; avrei una domanda, in particolare per il professor Keyes. Abbiamo parlato di cultura come qualcosa che implementa le nostre capacità, ci porta al well-being. Ma non ci sono alcune attività, non so, la lettura di poesie, piuttosto che altre attività, che ci gettano in sconforto e quindi ci fanno anche stare peggio? Cioè tutto lo spettro della cultura ci fa stare meglio, oppure c'è anche qualche aspetto negativo?*

**KEYES** We could have fun with this question, because indeed I think we must realize that the culture is a mental help through the fact that life is suffering. The Buddhism... Dalai Lama says, the first noble truth is that life is suffering. You will not get to happiness if you do not acknowledge this is one of the truths of life, we die, we suffer, we have sadness, we have fear. These are natural reactions that we have to learn about our lives through, and poetry, if it's distressing, if we accept negativity in our life and respond to it out of our

deeply held values and commitments – we even did studies of this, on the Dutch population. Training people to accept negative experiences, being mindful and respond out of your commitments. There were Dutch mentally ill patients and we uploaded flourishing in them, so if that's possible, I would not avoid poetry that makes you sad or distressed. Embrace it, that's part of life.

**BYGREN** Actually we made an experiment with art, stimulating art in two blocks of service houses, for all the people who were not severely demented but on the way to be demented. And it turned out that this exposure to good art in their common areas had some surprising effect and one was that they became more depressed compared to the other block, which was the control block. So, I have tried to publish this study now for at least ten years, I think, in many journals, but I have failed. And it is important to think any activity has side effects, and we have to think possible side effects of cultural stimulation also. We have another study about music among children, where it is very beneficial for health up to a certain level. When it becomes too much, then it's detrimental. So think about side effects, that is always important, in medicine and all other areas.

**DELLE FAVE** A proposito di questo problema, una delle grosse critiche che viene sollevata oggi agli studi sul well-being è il fatto che trascurano, come giustamente sottolineava Keyes, la dimensione fisiologicamente negativa della vita, e che sottovalutano gli effetti per così dire collaterali delle attività che apparentemente producono benessere. In realtà un'ampia gamma di studi dimostra che due sono gli aspetti da valutare, dovunque e comunque noi andiamo a studiare ciò che ha un impatto positivo sulla qualità della vita. Il primo aspetto riguarda il contenuto: la cultura è in sé e per sé lodevole, ma se andare al cinema significa vedere film a elevato contenuto violento, ciò non apporta

benessere. Il secondo aspetto riguarda la quantità: il problema dell'addiction – per esempio l'abuso del computer, della lettura, dei social network, di qualsivoglia oggetto o pratica – emerge con sempre maggiore evidenza. Recentemente i giornali hanno dato rilievo alla decisione del presidente di una grande azienda tedesca, che ha vietato lo scambio di e-mail aziendali il sabato e la domenica, per dedicare il giusto spazio e tempo alla famiglia. Noi abbiamo questo problema nella cultura, di tendere all'eccesso, di non saper controllare gli eccessi; anche la sindrome di Stendhal potrebbe essere per certi versi un effetto collaterale dell'esposizione alla bellezza. Quindi l'aspetto della quantità e l'aspetto qualitativo del contenuto non possono essere trascurati, perché la cultura è utile in generale, ma i suoi specifici contenuti sono cruciali per definirne l'effettiva utilità e adattività.

**PUBBLICO** *Il professor Keyes ha detto, facendo riferimento all'Organizzazione Mondiale della Sanità, che la patologia mentale, la depressione, sarà la malattia dominante dei prossimi anni. Io volevo chiedere se poteva chiarire un po' il perché di questo e in quali Paesi.*

**KEYES** Well, according to the WHO both developing nations – I mean, it's not in specific, it's all developing nations, which are the fastest rising population in the world, by the way, and where life expectancy is growing the fastest – and the developed nations such as Italy, US, of course, face the problem of increasing depression rates. It's most important for the ageing population for the reason, professor said just earlier, that your population like ours is living longer and depression rises at the end of life, and if you do not deal with well-being issues, I'm convinced you will have more burden in your ageing population. But it's also true in the developing world. When we focus on the developing world, we tend to think of infectious diseases and we have put a lot of money

into the infectious diseases because they're most obvious to us. They're important, don't get me wrong. What tends to be invisible to us all are things like depression, anxiety, panic disorders. So I think it's not a matter of which country, it's the entire world, according to WHO. And what we're doing right now isn't working in terms of treating only. That's I think the message we must focus on.

**PUBBLICO** *Mi chiamo Carlo Galliani e sono di professione chirurgo. Vorrei fare due domande, una al professor Cavalli Sforza e una al professor Ticini. Al professor Cavalli Sforza vorrei chiedere che cosa ne pensa di quella che gli antropologi definiscono la cross-cultural syndrome, e in particolare legata all'esperienza, sempre dal punto di vista antropologico, che le tre cure più utilizzate al mondo sono al terzo posto l'acido acetilsalicilico, al secondo posto il pollo e al primo posto la preghiera ; e per quanto concerne il professor Ticini se esistono degli studi e delle ricerche nelle differenti popolazioni per quanto concerne la reazione agli stimoli culturali, in quanto mi risulta che le popolazioni asiatiche, in particolare quella giapponese e quella cinese, abbiano una vita media decisamente più lunga – più lunga i giapponesi rispetto ai cinesi per motivi che sono abbastanza ovvi, ed entrambe le popolazioni danno alla cultura e all'esercizio fisico un grosso significato. Grazie.*

**CAVALLI SFORZA** Non sono sicuro se la mia risposta sarà esattamente quella desiderata, ma io penso che effettivamente ci sono problemi importanti nei possibili effetti negativi di contatti con altre persone che hanno a che vedere con le nostre vedute più generali, che hanno rapporto con quanto stiamo discutendo adesso. Effettivamente il confronto con una cultura diversa dalla nostra può essere deprimente, io non ho mai avuto francamente questa esperienza, però ho

sempre scelto molto accuratamente i posti dove sono andato e certo non sarei mai andato in un posto che avrei temuto che mi avrebbe procurato ansia, per cui, per conto mio, le mie esperienze all'estero sono state fra le più felici della mia vita. Però direi che occorre fare, potendo, una scelta molto accurata dei posti dove andare; a me interessavano i posti dove ero sicuro di imparare qualche cosa e quindi posti già certamente piuttosto elevati nel livello dello sviluppo culturale. Però uno può essere qualche volta costretto a trovarsi a contatto con altre popolazioni e penso che effettivamente con altre popolazioni, come con altri strati, per ragioni anche magari di lavoro, e penso che bisogna trovare il modo di riuscire ad affrontare queste difficoltà cercando di essere il più ottimisti possibile; in fondo il modo migliore per fare una bella vita è di essere ottimisti, a mio parere. Grazie.

**TICINI** La seconda parte era per me; allora, da una parte devo dire che ne sappiamo ancora molto poco, perché non ci sono stati degli studi longitudinali su popolazione giovane e meno giovane nei diversi Paesi, perché di solito i soggetti che si prestano a questi esperimenti sono giovani, studenti che hanno bisogno di soldi e che quindi noi siamo contenti di avere come soggetto. Tuttavia ovviamente ci sono delle differenze culturali anche molto marcate, ma per ora si stanno studiando molto di più gli aspetti comuni. Per esempio gli studi su quell'area di cui ho parlato, orbitofrontale, cioè che si accende quando abbiamo il concetto della bellezza – hanno riscontrato lo stesso comportamento in Giappone, ma anche a Londra. Quindi ovviamente l'ambiente in cui cresciamo, il tipo di cultura in cui cresciamo ha una forte influenza, ma ad esempio le aree che ci emozionano sono sempre le stesse, non cambiano, non c'è un fattore culturale che possa influenzare; sicuramente c'è, ma se studiamo i processi più basilari, più profondi, allora no, non ci sono differenze.

**PUBBLICO** *Sono Francesco Iannone, sono un lighting designer e ho partecipato con moltissimo piacere a quello che ho ascoltato stamane, anche perché sto applicando nel mio ambito, quello di utilizzare la luce per illuminare gli spazi, per illuminare le opere d'arte, queste nuove scoperte delle neuroscienze, dei neuroni a specchio, della neuroestetica. Mi è capitato di far questo in una recente mostra qui in Italia, su un maestro italiano, su Lorenzo Lotto, e ho scoperto che l'attenzione che la gente dava nell'osservare era molto più lunga di quello che solitamente si fa. Ho capito che questa era partecipazione, coinvolgimento, anche perché le tecniche dell'illuminare hanno avuto una grande rivoluzione in questi ultimi tempi. Ora mi chiedo, e chiedo agli speaker di questa mattina, quale aiuto può dare questa partecipazione, questa immedesimazione in un'opera d'arte al benessere, allo star bene.*

**TICINI** Allora, intanto secondo me, è un argomento affascinante perché, ad esempio, il sapere, l'avere conoscenza scientifica sui processi cerebrali, ad esempio, non finisce là. Aiuta ad esempio a capire meglio come siamo fatti e quindi, per esempio, a utilizzare le fonti di luce in modo diverso. In questo senso il ramo delle neuroscienze, ad esempio, che si occupa dell'estetica non è un ramo morto che finisce, anzi si innesta nella società proprio perché di solito siamo abituati a vedere le scienze come qualcosa di intoccabile, la solita torre d'avorio eccetera, invece più gli studi vanno avanti, più si capisce che ogni aspetto della nostra società, e quindi anche lo stare bene, è dipendente da conoscenze scientifiche o comunque dal funzionamento del cervello. Nel mio caso, ad esempio, il fatto di avere una conoscenza di base delle funzioni del cervello aggiunge una dimensione diversa, che arricchisce le mie esperienze, per cui, se vado a vedere un'opera d'arte, magari illuminata anche bene, la mia esperienza è magari diversa da quella di uno studente di storia dell'arte,

perché è arricchita da un fattore diverso, Quindi, riuscire ad approcciarsi all'arte ma alla vita quotidiana avendo un approccio diverso, universale, secondo me contribuisce molto. Infatti sto imparando molto da questi interventi proprio perché indagano un aspetto nuovo, che per me è qualcosa di diverso e sicuramente mi aiuterà a capire meglio le mie esperienze future. Per quanto riguarda la sua domanda nello specifico, se... com'era?

**PUBBLICO** *Ho capito che c'è una grande partecipazione di fronte a un'opera d'arte, ci s'immedesima in questo, quindi si partecipa emotivamente. La mia domanda è: può questo aiutare per un benessere generale, migliorare la qualità della vita? che era un po' il tema di questa mattina.*

**TICINI** Sicuramente, io penso di sì, l'arte comunque contribuisce a questo. E maggiormente siamo coinvolti nell'arte, in maniera empatica, maggiormente ci sarà questo effetto, però secondo me è assolutamente così, cioè, lo dò quasi per scontato, magari i colleghi possono dare una risposta più dettagliata.

**DELLE FAVE** Tornando su un punto discusso in precedenza, vorrei aggiungere che il coinvolgimento nell'arte dipende anche dal contenuto. Il contenuto delle opere d'arte può essere diverso da una cultura all'altra, e può essere diverso da un periodo storico all'altro; la fruizione artistica è legata a parametri di bellezza che variano nel tempo. Inoltre il contenuto dell'opera d'arte deve essere anche visto in relazione al vissuto soggettivo: in base alla propria esperienza precedente, una persona può essere molto colpita emotivamente da un quadro, ma un'altra con un'esperienza diversa può non esserlo altrettanto. Credo che in questo senso si aprano degli scenari psicologici e culturali amplissimi.

**TICINI** Tra l'altro in questa direzione, addirittura quello che si chiama il top down effect, cioè: ci sono degli esperimenti che mostrano come l'attività dei centri cerebrali, che ci fanno sentire il bello, venga attivata dalla conoscenza ottenuta per esempio da una scritta. Nel senso: abbiamo uno stesso quadro, o un disegno generato dal computer, se c'è scritto sotto "Questo è esposto alla Tate Gallery", allora si attivano i centri della bellezza, se c'è scritto "Questo è stato generato dal computer" non si attiva niente. Ecco come la nostra percezione può essere veramente influenzata da fattori contingenti.

**DELLE FAVE** Abbiamo ancora tempo per una sola domanda.

**PUBBLICO** *La cultura non è pura osservazione contemplativa, ma soprattutto la cultura fa scaturire quel senso di creatività. Ognuno, guardando che so io, una bella scultura, ragiona e fa, come dire, sviluppare la propria mente e ci ragiona attorno. È la creatività che crea la cultura, la cultura è nata dalla mente di chi l'ha costruita, diciamo, statue, dipinti o musica, e a sua volta è il terreno da cui scaturisce la volontà di nuova creatività per lo sviluppo del nostro sapere futuro. In questo senso, io dico, la cultura non è un fatto freddo, asettico, indipendente, ma è un fatto, è un motore della nostra civiltà, del nostro sviluppo civile, del nostro sviluppo culturale. In questo senso deve dare una concatenazione a nuove creazioni e a nuove culture che si proietteranno nei prossimi decenni, nei prossimi secoli. Qualche anno fa sono entrato in contatto con i concetti eudemonici, quando per motivi di lavoro, io sono un consulente di comunicazione d'impresa, quindi non sono strettamente del ramo, mi sono trovato a contatto con un libro di un economista e sociologo australiano, Clive Hamilton, che si chiama The Growth Fetish, quindi, tradotto, "Sviluppo a tutti i costi?" Una*

*delle cose di cui lì si parlava, molto in anticipo sulla realizzazione che se ne sta facendo in Francia, credo, con il contributo di Stiglitz e forse anche di Nouriel Rubini, non mi ricordo bene, è il famoso indice di felicità, che è un concetto che ho sentito aleggiare, ma che non è stato mai nominato. Vorrei sapere dai nostri esperti il loro atteggiamento su questo, la loro valutazione. Gli ultimi trenta secondi per una notazione personale, per il professor Ticini. Io sono una testimonianza vivente di alcune di quelle cose che dice lui; io sento una profondissima commozione per tre generi molto diversi come Wagner, Mozart e Puccini e, orrore, direbbero alcuni, per Oscar Peterson, Erroll Garner e per tutti i pianisti di boogie, ecco, quindi sono un esempio di quello che lei dice.*

**KEYES** I would like to respond the part of your question about Stiglitz and the Happiness Index. I think we need to be very aware and leery and suspicious of any project that only puts hedonic well-being as the sole criterium of the health and well-being of a population, because it is precisely the point. Economists tend to focus on utility and on feelings. I think there's a little bit of reticence to come over and start focus on functioning and capabilities, taking into account eudaimonic well-being. If you measure only happiness as feeling, everyone looks good. What's the government to do? Nothing. I think that's a very mistaken approach if you focus only on feelings, so I think we need to be cautious in following only the economists, with all due respect. We must look at capabilities, we must look at capabilities for human beings to function well, not just be good. This is my opinion.

**DELLE FAVE** Vorrei aggiungere che in questi ultimi anni si sono sviluppati molti indici di misurazione del benessere nelle varie discipline. Il numero di accessi agli articoli del Journal of Happiness Studies ci dà il polso della situazione sugli argomenti di maggiore interesse per studiosi e professionisti. Mentre questa rivista alle sue origini era fortemente indirizzata verso ricerche che si fondavano sul benessere edonico e sulle componenti emozionali, una statistica di due mesi fa indica che gli articoli che hanno avuto il maggior numero di accessi dal 2008 a oggi sono quelli sul benessere eudaimonico, primi tra tutti quelli sul benessere psicologico e quelli sulla teoria dell'autodeterminazione, concetti che sono molto più legati alla teorizzazione del benessere come impegno, come commitment, anche come sforzo e fatica, quelle componenti di crescita personale un po' travagliata, che però portano alla felicità, in alcuni casi più delle semplici emozioni positive. Credo che ormai si sia arrivati a una svolta concettuale in questo senso e lo dimostrano proprio questi dati empirici sul numero di articoli scaricati dalla nostra rivista. ■

Innanzitutto voglio ringraziare i tanti prestigiosi relatori che hanno accettato di partecipare a questo simposio scientifico internazionale organizzato dalla Fondazione Bracco, a cominciare dall'amico Cavalli Sforza che ci onora di far parte del nostro Advisory Board. È davvero un piacere poter ascoltare delle voci così autorevoli del mondo scientifico su un argomento di grande attualità.

Il rapporto tra salute e partecipazione culturale, poi, è un tema davvero speciale perché riesce ad abbracciare i tre filoni su cui si concentra l'impegno della Fondazione Bracco: la cultura, la scienza e il sociale.

La pratica culturale ha assunto un ruolo sempre più importante nella società contemporanea. Ed è dimostrato che frequentare concerti, teatri, cinema, mostre e leggere libri aumenta la percezione del proprio benessere e "faccia bene" alla persona. In altre parole, la cultura migliora la qualità della vita dell'individuo.

Mi piace citare ad esempio la relazione del Prof. Bygren, che stamattina ci ha mostrato le fondate evidenze scientifiche a supporto di questa tesi. Recenti studi sulla popolazione di diversi Paesi hanno dimostrato che il consumo culturale individuale incide sull'aspettativa di vita e che coloro che fruiscono raramente di eventi culturali presentano un rischio di mortalità del 60% più alto. Inoltre, soprattutto nelle persone anziane, a fronte di un'intensa fruizione culturale, il tasso di ospedalizzazione e di medicalizzazione diminuisce. Mi ha molto colpito, infine, il dato secondo cui le *leisure activities* contribuiscono addirittura a prevenire o posticipare malattie gravi quali il cancro e la malattia di Huntington.

Da Bygren oggi abbiamo appreso che soggetti che vivono nelle aree urbane e che hanno una scarsa vita culturale hanno una possibilità tre volte maggiore di ammalarsi di tumore. Viceversa, impegnarsi in attività culturali influisce direttamente sul nostro grado di soddisfazione complessiva, diminuisce l'ansia e riduce i rischi di depressione. In altre parole, la cultura è un vero toccasana che nutre la mente

rallentando l'invecchiamento. Mi sembrano evidenze straordinarie.

Forti di queste basi scientifiche, Fondazione Bracco ha voluto fare delle ricerche sul campo con l'obiettivo di comprendere l'influenza delle attività culturali sul benessere psicologico individuale. La ricerca che presentiamo oggi, focalizzata sul territorio milanese, è stata condotta dalla DOXA in collaborazione con l'Assessorato alla Salute del Comune di Milano utilizzando un potente strumento chiamato Psychological General Well-Being Index, che misura la sensazione soggettiva di benessere psicologico.

Come ha illustrato in dettaglio il nostro responsabile scientifico Dott. Enzo Grossi, lo stato di benessere psicologico della nostra città è posizionato a livelli tendenzialmente superiori a quelli riscontrati con ricerche parallele nell'Italia del Nord. Si conferma inoltre la presenza di un "gender effect" che penalizza il sesso femminile in tutte le fasce di età. Questo gap legato al genere risulta comunque meno evidente a Milano rispetto ad altre parti d'Italia.

All'interno di questo quadro, è interessante notare che a Milano solo il 6% dei soggetti intervistati ha dichiarato di avere un consumo culturale uguale a zero, mentre in Italia il valore relativo si attesta intorno al 10%. Questo è un altro dato che testimonia l'attrattività di Milano e la sua vivacità culturale. In una scala ipotetica dei fattori che determinano maggiormente la felicità percepita, le attività culturali e di svago si attestano al secondo posto assoluto, dopo l'assenza di malattie, e si rivelano essere sostanzialmente più importanti di categorie come l'età, il reddito, l'educazione, il genere, o il tipo di impiego, che hanno sinora ricevuto un'attenzione considerevolmente maggiore nella letteratura di settore. In altre parole, il consumo culturale contribuisce direttamente alla nostra felicità.

Lasciatemi dire che il mio amore per la musica e l'arte che è noto a tutti mi ha fatto pienamente riconoscere in queste conclusioni scientifiche. La mia Famiglia ed io abbiamo sempre creduto nel valore della cultura come chiave d'accesso alla comprensione del mondo. La cultura offre uno strumento fondamentale per nutrire la mente e per ampliare gli orizzonti della nostra vita. Più si fruisce di questo linguaggio, più si è in grado di capire e di emozionarsi, innescando così un circolo virtuoso che si alimenta nel tempo e che produce soddisfazione e benessere psicologico. Laddove le abitudini culturali siano particolarmente scarse, ciò viene considerato dai ricercatori alla stregua di una patologia, i cui effetti negativi sul benessere possono essere potenzialmente importanti quanto, se non di più, delle malattie "tradizionali".

Mi piace sottolineare a questo punto che le nuove ricerche scientifiche possono anche fornire utili spunti alle Istituzioni nell'orientare politiche sociali attente a coniugare consumo culturale e benessere dei cittadini; politiche che vedano la cultura come una risorsa per la costruzione di occasioni di sviluppo della società e di prevenzione del disagio.

Su questo tema ascolteremo tra poco la relazione della Prof. Selena Gray, che ha condotto degli interessanti studi sul ruolo che le pratiche culturali possono svolgere per aiutare i degenti negli ospedali e per rigenerare aree urbane considerate "difficili", superando la tradizionale disattenzione delle amministrazioni verso le *leisure activities* e il loro impatto – al tempo stesso – psicologico e sociale.

Concludo il mio intervento con un richiamo al valore della prevenzione, che per noi di Bracco – che siamo leader nell'imaging diagnostico – fa storicamente parte del nostro DNA.

L'interessante relazione del Prof. Corey Keyes, ad esempio, ha evidenziato proprio l'impatto del fattore psicologico sulle *policies* sanitarie. I costi della Sanità stanno aumentando e alcuni studi suggeriscono che entro il 2030 saranno un fardello enorme per tutte le economie sviluppate.

A fronte di ciò, anziché focalizzarsi soltanto su una sanità intesa come "cura" di una malattia, sarebbe meglio anche pensare a strategie "preventive" che favoriscano il benessere dei cittadini, anticipando il disagio psicologico.

Si ricorda spesso che nei prossimi 10 anni cambierà l'80% delle nostre conoscenze mediche e quindi del nostro modo di fare prevenzione, diagnosi e terapia. La medicina sta cambiando completamente il suo paradigma e in futuro evolverà sempre più, dall'attuale medicina "reattiva" (che aspetta che si verifichi la malattia per intervenire) in una medicina "proattiva", che interviene attivamente prima che la malattia si sviluppi, sui fattori che la favoriscono o che la causano.

L'approccio che vogliamo proporre oggi è una medicina che non considera solo la presenza o assenza di malattie ma, come è stato provato, la salute dipende da come l'essere umano vive nel suo contesto e come partecipa alla società. Non a caso in alcuni Paesi si sta cominciando a pensare a vere politiche di "cultural welfare". Il 2012, tra l'altro, sarà l'anno europeo dell'*invecchiamento attivo*, durante il quale l'Europa si concentrerà su queste tematiche immaginando nuovi modelli di cittadinanza che non prescindano dalla partecipazione culturale.

Con la nostra Fondazione Bracco, che è nata con la mission di formare e diffondere espressioni della cultura, della scienza e dell'arte quali mezzi per il miglioramento della qualità della vita e della coesione sociale, cerchiamo di dare il nostro contributo in Italia e all'estero. ■

Ringraziamo la dottoressa Bracco anche per il segnale molto forte che arriva da parte di uno dei grandi soggetti economici di questo Paese nel guardare al futuro, nel guardare all'innovazione, soprattutto nel rompere gli schemi in qualche modo, forse l'aspetto più decisivo adesso per superare l'attuale stallo nel quale il nostro sistema paese si è venuto a trovare.

Vorrei quindi adesso dare la parola a Fiorenzo Galli, direttore generale del Museo della Scienza e Tecnologia "Leonardo da Vinci", che ci ospita, e che rappresenta una delle realtà più chiaramente dimostrative nel panorama italiano di come un museo possa funzionare non soltanto come un contenitore di oggetti, ma come un vero e proprio laboratorio per la produzione di esperienze e di competenze. Prego. ■

Grazie all'amico Pierluigi Sacco.

Ho il piacere di portarvi, oltre al mio personale, il saluto dello Staff del Museo e il ringraziamento alla dottoressa Bracco e alla Fondazione Bracco, non soltanto per questa iniziativa, che di per sé è preziosa, ma per avermi anche dato l'opportunità, come avviene sempre quando le cose vengono preparate e realizzate con questa qualità, di incontrare vecchi e nuovi amici. Nel frattempo vedete scorrere alle mie spalle diverse immagini che riguardano la vita di questo museo, in modo tale che, seguendo le mie parole, avrete anche modo di verificare quello che è stato detto a nostro riguardo e che adesso vi ribadirò.

È l'occasione, dicevo, di incontrare vecchi e nuovi amici, e in questo caso mi corre anche un altro piacere, quello di ringraziare per la sua presenza una persona che incarna il tema del convegno di oggi. Abbiamo fra di noi una grande artista, che ha dato a me personalmente e a migliaia e migliaia di suoi appassionati, sostenitori, fans, ore di straordinario piacere nel vederla danzare: Luciana Savignano. Vi chiedo un applauso per Luciana, che ci ha dato tante belle gioie ammirando la sua arte.

E partirei proprio da qui, da una definizione di Cultura; un gioco che faccio da anni con i miei studenti è quello di chiedere un bigliettino con scritta la loro personale definizione di cultura. Li abbiamo raccolti per anni, li abbiamo analizzati, e naturalmente ci sono delle definizioni di carattere classico: Cultura è tutto quello che si può trasmettere che non sia di ordine genetico.

Nel tempo abbiamo isolato un concetto che a me pare prezioso per questa circostanza, relativo al fatto che possiamo intendere per cultura l'organizzazione che le persone si danno per vivere meglio.

Tutto afferisce poi all'essere umano: grazie al linguaggio che egli è riuscito a darsi nei millenni (e oggi ce ne ha parlato con la sua straordinaria esperienza Luca Cavalli Sforza) e che riesce a mettere a fuoco le forme organizzative e le modalità che danno qualità al vivere.

Quindi la Cultura come base interdisciplinare, attraverso la quale gli esseri umani si danno una sempre migliore organizzazione e riescono ad avere comprensione dell'evoluzione, del grande flusso, del grande *stream* che la nostra vita sociale planetaria ha e nella quale siamo ovviamente tutti inseriti. A questo riguardo noi italiani abbiamo un grande privilegio, che è quello di vivere in un Paese straordinariamente e culturalmente "biodiverso". Ci sono pochi Paesi al mondo (noi forse siamo unici da questo punto di vista e lo diciamo con orgoglio e non con arroganza) dove ogni 20 chilometri, cambia il modo di parlare, i tanti dialetti delle nostre regioni; cambia il modo di mangiare – prima la dottoressa Bracco alludeva all'alimentazione (che straordinario fenomeno di aggregazione e di Cultura è il cibo! Naturalmente con tutte le necessità di combattere anche la fame). E questo sarà uno dei grandi temi che Expo dovrà portare all'attenzione del pianeta nel 2015. E noi tutti collaboreremo dando un significato alla nostra presenza come strutture collegate, correlate all'attività che svolgeremo verso questo grande evento. Ma parliamo anche di opportunità di benessere, naturalmente per noi che ci viviamo, ma anche per i tanti ospiti stranieri che vengono nel nostro Paese. Quanto benessere passa attraverso la straordinaria biodiversità del nostro Paese, che mette a disposizione anche delle opportunità culturali, così come abbiamo inteso il termine Cultura sia nelle parole che abbiamo ascoltato questa mattina da parte di eminenti amici e colleghi, sia per quello che noi intendiamo nella nostra vita quotidiana.

Bene, allora tutto questo ci riporta alla *mission* (un termine inglese che rende forse ancora meglio l'idea che nella traduzione italiana) della nostra struttura culturale. Lo vedete anche attraverso le immagini che scorrono alle mie spalle: siamo andati nel mondo a portare questa visione, riguardo quello che serve oggi per essere responsabili di una struttura culturale.

Sono due i grandi filoni sui quali noi ci muoviamo. Il primo è quello di dare comprensione, che è un termine diverso da conoscenza; la conoscenza afferisce a strutture come le scuole o le università. Strutture come le nostre devono dare invece comprensione ai cittadini di quello che significa la ricerca scientifica, i valori che sono propri alla struttura identitaria che si manifesta con la fruizione dei beni storici. Ma anche, e soprattutto, per quello che riguarda l'innovazione. Con le difficoltà, di cui dobbiamo naturalmente tenere conto. Spesso infatti le persone si sentono aggredite dall'innovazione. Sono reduce da un recentissimo viaggio in Giappone, dove, fra l'altro ho visitato l'area di Fukushima. Uno dei problemi che c'è oggi in quel Paese, al di là della grande e straordinaria reazione umana, sociale, di quel popolo eccezionale, è infatti del tutto nuovo: non si iscrivono più ragazzi alle facoltà di ingegneria nucleare. Dovranno mettere in conto che nel giro di una generazione, se non cambia il flusso, non avranno più i tecnici per gestire le centrali, tema non da poco in una realtà come quella. Quindi il timore, la paura dell'innovazione o della tecnologia, che lì è manifesta in modo assolutamente clamoroso, però pervade anche parte della nostra popolazione, su temi decisamente e per fortuna meno inquietanti. Inoltre c'è il timore che l'innovazione, lo sviluppo, la tecnologia rovinino l'ambiente, abbiano un impatto, al di là del pericolo fisico, di tipo negativo: un secondo fenomeno quindi di cui dobbiamo tenere conto e rispetto al quale dobbiamo confrontarci.

Il confronto continuo è indispensabile in una moderna società civile per raggiungere obiettivi condivisi. E infine un terzo, che mi piace ricordare perché è forse quello più sottile, quello però più pericoloso: mi riferisco al fatto che molte persone, di qualsiasi fascia di età e scolarizzazione, sentono la propria vita invasa, compressa da un avvicinarsi repentino e continuo di innovazione, di nuova tecnologia, di nuovi stili di vita che turbano la nostra capacità e volontà di rimanere nel nostro ambito, nel nostro processo identitario che è più lento nel suo evolversi (o nel naturale della volontà di farlo) rispetto alla tanta pressione che noi riceviamo appunto dalla tecnologia.

Sono tre fenomeni che hanno le loro profonde verità e contesti integrati che dobbiamo verificare e tenere sotto osservazione. E tenerne conto, nel momento in cui esercitiamo una funzione mediatrice. Poiché questo è il ruolo delle strutture culturali come il Museo della Scienza, che operano da un lato fra la Scienza, la Tecnologia e il Sistema d'Impresa, tra coloro che producono quindi innovazione nel modo più rilevante e, sull'altro fronte, i cittadini, che sono i fruitori, o comunque i protagonisti di una vita sociale necessariamente da condividere nel suo progresso evolutivo.

I cittadini hanno bisogno di questo processo di mediazione. Ecco che il museo, quindi, diventa un luogo d'incontro: lo vedete attraverso queste immagini. Il museo, o comunque i luoghi di cultura, sono strumenti di comunicazione, tanto più preziosa quanto più siamo aggrediti, lo dico in termini anche positivi, da tante novità che devono essere appunto mediate. Anche per dar vita a quella cittadinanza scientifica indispensabile per il proseguire di una vita condivisa e qualificata.

Il secondo filone importante che viene perseguito in organizzazioni come questa è l'orientamento dei giovani. Avete visto oggi molti laboratori, questo, nelle immagini, è proprio il laboratorio di alimentazione; servono perché sia possibile dare ai giovani, alle nuovissime generazioni in particolare, il maggior grado di libertà possibile per sperimentare fisicamente diverse discipline. *Hands on*, dicono gli americani, che hanno inventato queste metodologie, in laboratori dove non si esercita l'educazione frontale, ma invece un'educazione informale, dove i ragazzi sono protagonisti, toccano con mano, elaborano, pensano (*brain on*) quindi si formano una propria comprensione rispetto al fatto che quella materia, la chimica, la fisica, le nanotecnologie, la biologia, la genetica siano materie per loro interessanti e quindi in qualche modo possano diventare percorso di studi oggi ed eventualmente professione domani. Nel caso anche questo non fosse, avere una cittadinanza scientifica significa comprendere la valenza di queste discipline per essere cittadini consapevoli rispetto a quello che è l'evolversi della società.

Con questo noi cerchiamo, di togliere il disagio rispetto all'innovazione dalle nuove generazioni le quali, per quella forma di osmosi che avviene nell'ambito delle famiglie (non dimentichiamoci che in una struttura come questa il gruppo sociale più presente è quello delle famiglie, e solo a seguire quello delle scuole: questo è un fenomeno di tutta rilevanza perché lì si formano i percorsi di orientamento) formano la condivisione che è elemento fondante in una società come la nostra basata sulla famiglia.

Come detto, ci troviamo ad agire in un contesto globale che genera talvolta un po' di smarrimento, rispetto alle tante novità che il mondo ci pone. Lo facciamo con il coraggio e la determinazione di chi si trova di fronte a grandi scenari, rispetto ai quali tentiamo di "esserci", per il nostro ruolo, naturalmente consapevoli delle nostre misure. Per quanto sosteneva poco fa la dottoressa Bracco, si devono coinvol-

gere tanto le Istituzioni quanto i Privati. Questo museo ha raggiunto il 75% di autofinanziamento proprio grazie a una commistione in senso positivo del mondo pubblico con la valenza del contributo dei privati. Che non è solo di natura economica, è anche di *know how*, di fondamentali competenze. Perché questo è un luogo di contemporaneità.

Ho tenuto diverse relazioni e conferenze con amici giapponesi nella loro patria, anche poche settimane fa, andando a cercare di identificare quello che può essere un territorio comune di identificazione di percorsi di vita e di scenario culturale. E ci siamo trovati, soprattutto con un amico, Noritake Shunan, capo dei monaci dell'area di Kyoto. Un luogo straordinario dove, lui parlando di filosofia Zen e io partendo dalle radici fondanti della Cultura europea, il mondo greco, abbiamo trovato poi un punto di sintesi in un piccolo dono che io gli ho portato: la riproduzione di uno dei più straordinari quadri della nostra civiltà, che è la *Vergine delle Rocce* di Leonardo da Vinci.

Perché vi accenno a questo? E qui concludo. Perché lo scenario di riferimento a cui tutti dobbiamo tendere è quello dell'essere umano in quanto parte della natura. La straordinaria capacità rivoluzionaria dell'artista Leonardo è di portare, con la tecnica del chiaroscuro, l'immagine dell'essere umano calato profondamente nella natura e parte di essa. Non *dominator et possessor mundi*, bensì elemento parziale della natura di cui fa parte.

È una necessità rispettare la natura essendone parte. E questo è fattore comune di quella quota importante e rilevante della nostra civiltà occidentale, ma anche del pensiero orientale che fa capo al buddismo, o al mondo zen, dove qualsiasi giapponese, o cinese, o indiano anche se si proclamasse ateo o finalista, sarebbe comunque impregnato. E tutti sul pianeta abbiamo necessità del rispetto o della possibilità del rispetto per la natura, nell'esserne parte, nel valutare tutte le nostre azioni. E in questo rispetto, in questo filone, siamo tutto sommato affratellati. Lo dico senza retorica: è uno scenario in cui il benessere che promana dalla Cultura, che è tutto quello che noi possiamo mettere insieme per vivere meglio, può avere un contesto di riferimento comune.

Ringrazio di nuovo gli organizzatori per la straordinaria qualità e l'eccellenza del tema e la trattazione da parte dei relatori. Vi ringrazio per la vostra presenza con un arrivederci e un abbraccio. In bocca al lupo per la vostra vita personale e professionale ■

Grazie davvero a Fiorenzo Galli. Mi capita spesso, come forse a molti di voi, di partecipare ai convegni più svariati, ma uno degli aspetti che più distingue, devo dire, l'iniziativa di oggi è proprio questa ricchezza e profondità di stimoli culturali. Io credo che dalla giornata di oggi ognuno di noi uscirà veramente con una serie di prospettive di riflessione, anche probabilmente di azione, diverse da quello con cui era entrato qui, e credo che, quando un convegno riesce a ottenere questo risultato, davvero possa ritenersi un convegno riuscito; per me sicuramente questo è avvenuto.

Ora entriamo, a questo punto, all'interno del tema delicatissimo che, nel trasferire la ricerca dentro le politiche, si pone in maniera inevitabile: il tema della valutazione d'impatto, il tema della capacità di costruire vere e proprie metodiche di valutazione che permettono di dare poi anche a chi decide, dare anche all'opinione pubblica tutti gli elementi che servono per rendersi davvero conto del fatto che ciò che è evidente per chi magari opera all'interno di un determinato tipo di esperienza, lo sia anche per la società, per l'opinione pubblica nel suo complesso. Questo tema in particolare, nello specifico ambito del rapporto tra cultura e salute verrà svolto per noi oggi da Selena Gray, che è una delle più importanti studiose a livello internazionale su questo tipo di temi, che peraltro viene da una città, Bristol, che alla cultura ha storicamente negli ultimi anni dato un'enorme importanza, anche proprio nella ridefinizione della sua identità territoriale. ■

## Salute, sostenibilità e cultura: valutazione d'impatto

*Selena Gray*

Thank you very much. It's a great pleasure to be here and I must congratulate on putting together such an innovative and interesting programme. This is a picture of Bristol in the summer; I will talk a little bit more about the gorillas, but just to know, the background is a new cinema, a science museum, and a regeneration of the water front. We have already mentioned the WHO definition of health, and I think it's very important that we think about the positive aspects of health. The word that professor Keyes presented this morning and the word you've already presented shows that there's still quite a small minority of people who are writing at top hand corner, have really vitality for functioning and positive mental health. Again, we thought a lot about culture, we found a lot of definitions this morning, we had another definition immediately preceding this; this is the definition used by the Health Council, in England, we've already had discussion this morning about whether we should include cultural experiences as attending religious services in that, but I think what's clear is the cultural experience is encompassed in wide range of different offerings. We've talked a lot this morning about culture and the general population, but I think it's worth also reflecting that the arts have a huge role to play in health care settings, both supporting staff, and patients, and that we perhaps need to think about the role of culture and arts in reaching less affluent groups, more marginalized groups, more disadvantaged groups. The arts and culture strong feature for generation programmes in many areas, and I will briefly give some examples later on, and in thinking about social cohesion, and unity.

## Health, sustainability and culture: assessing the impact

Professor Selena Gray,  
Professor of Public Health



bettertogether



## WHO definition of health

"Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity (1948)"



bettertogether

## Arts and Health

- Arts Council England definition of arts:
- "Literature and writing, theatre and drama, dance, music, visual arts which include crafts, new media, architecture, design, moving image and combined arts"



bettertogether

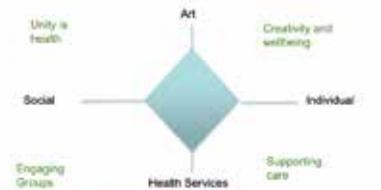
## Arts and Health

- in healthcare settings; staff and patients
- in reaching and empowering marginalised and disadvantaged groups
- strong feature in many regeneration initiatives in urban areas
- In generating social cohesion and unity



bettertogether

## The Arts Triangle



After McNaughton 2005



bettertogether

## Report of the Review of Arts and Health Working Group

Key findings are:

- Arts and health are, and should be firmly recognised as being integral to health, healthcare provision and environments
- Arts and health initiatives are delivering real and measurable benefits across a wide range of priority areas for health
- There is a wealth of good practice and a substantial evidence base

DH, London 2007



bettertogether

## Evidence

- There is a large amount of evidence and good practice both from the UK and internationally that demonstrates the value of arts and health.
- Over 1000 studies in DH 2007 report
- The 2004 review of the medical literature for Arts Council England by Rosalia Staricoff cites nearly 400
- Roger Ulrich and Craig Zimring's 2004 found some 700 peer-reviewed robust research studies demonstrating the impact of the environment on health outcomes. Many have also demonstrated economic savings as well as higher patient and service user satisfaction levels



bettertogether

This is, I think, quite a helpful diagram which illustrates... we can think about cultural experiences as individuals and as societies, and we can think about art in populations but also in health services. This is from Norton. And thinking about arts and the health care system our Department of Health in England commissioned a report, a few years ago now, but they found that arts and health intergrow and it should be recognized as such in providing services and supporting therapeutic care. They found, a lot of papers, over 400 papers, demonstrating different benefits in different settings, and a substantial evidence based in that area. And I'd like to give one example; a good colleague and friend of mine in Bristol worked with an equipe when they moved from a very old, rather rundown dilapidated setting to a new building. They designed the new building with arts and culture in mind; they had art on the walls, poetry, mobiles, moving sculptures, and they undertook that opportunity to look at that before and after study. And they found that the patients were more satisfied, the staff was more satisfied, people were less anxious and the improvements in the health care environment turned to improvements in health care as well. And this is just some pictures of the old Surgery, on the left; and the new Surgery on the right, and you can see that the physical environment was transformed, light and air, and full of paintings. And similarly they embedded art and visual experiences within the Surgery to create a therapeutic environment, which had enormous benefits on, as they say, both staff and patients. Moving on to think a little bit about health impact assessment I'm sure you're all familiar with this technique and tool, as a way of looking at impact of policies, plans and projects, and there are many approaches in quantitative approaches, but there also qualitative approaches and increasingly participatory approaches growing on different communities.

## Acute care: examples

- Chelsea and Westminster Hospital (Staricoff 2001) found length of stay of patients on a trauma and orthopaedics ward exposed to visual arts and live music was one day shorter and need for pain relief was significantly less than those in the control group;
- A University of Nottingham study found patients in the new cardiac ward were discharged 3 days sooner, needed significantly less medication and rated their care better than those on the old ward



better together

## Healthcare staff: examples

- The King's Fund's Enhancing the Healing Environment now has over 100 schemes. Evaluation demonstrates therapeutic benefits, reduction in staff and patient stress, and improves retention and recruitment
- Salisbury District Hospital developed a programme of participatory arts for staff, reduced stress – supporting team working, staff welfare and development



better together

## Key success factors

- Senior level support and champions sustained commitment
- Taking a patient- or user-centred approach to develop a service
- Building partnerships with all types of organisations
- Having a dedicated post which most described as an "arts co-ordinator"
- Effective communications about the benefits, using evidence or real examples to demonstrate what is possible
- Having a clear, robust strategy

Department of Health 2007 Report of the Panel of Arts and Health Working Group



better together

## Physical Environment in Primary Care

- Before and after study of an urban general practice in Bristol.
- 1118 pre-move and 954 post-move patient questionnaires
- An enhanced environment is associated with improvements in patients' perception of patient-doctor communication, reduction in anxiety, and increases in patient and staff satisfaction.

(Rice et al 2008)



better together



better together



better together



better together

## Health Impact Assessment

- Health Impact Assessment (HIA) is a means of assessing the health impacts of policies, plans and projects in diverse economic sectors using quantitative, qualitative and participatory techniques
- Challenging to assess the health impacts of arts on health, but essential not to omit this important aspect on mental health and well being and social cohesion



better together

I think that these areas have traditionally not looked effectively enough at the mental health benefits of different interventions. I myself have been involved in some work looking at cycling and walking and the health benefits. And we focused almost entirely on the cardio-vascular benefits, the benefits to wait on obesity, and there are huge mental benefits in walking, in cycling and the natural environment. So, I think it's difficult but I think that when we may come to think about culture and the arts, we need to be very proactively considering the mental health and positive well-being impact of the arts and culture on health. So they're very difficult. And there may be social cohesion benefits, there may be direct benefits of the economy and on regeneration, but there may also be less positive benefits; some people's desire to be consulted, their feelings of inclusion and their engagement in the society in which they live.

And within the UK we've seen a lot of interest in culture and regeneration, and now a number of old buildings are now being transformed into arts venues and in particular I would like to show you a picture of the Tobacco Factory in Bristol. This is now a thriving theater, but it was, as the name suggests, previously a tobacco factory; Imperial Tobacco had a big factory in South Bristol; sadly the legacy of paying workers with three cigarettes has taken its toll on the health of the people of South Bristol. But now this building has become a thriving hub of the arts, in South Bristol, and it is led not only to thriving theater but also to shops, independent retailers, to a local market, to substantial benefits. This picture, as you can probably see, Shakespeare, they're particularly renowned for Shakespeare, and this is Bath, as I'm sure you have probably realized.

## Health benefits

- Hard to articulate and quantify but very real
- Little evidence that the potential benefits of culture and the arts are adequately covered in current health impact appraisals. Some tangible benefits eg length of stay
- Regeneration; jobs and economy
- Mental health and social cohesion
- Need to acknowledge and include
- Participatory approaches may be helpful



better together

## Mental Well-being Impact Assessment Tool (MWIA)

- Structured analysis of how policies, proposals, programmes and projects might influence mental health and well-being.
- Based on a review of the evidence on what factors promote and protect our mental well-being.
- Has been used with community and regeneration projects, community choirs, major programmes such as the European Capital of Culture in Liverpool 08

Available at [www.hiagateway.org.uk](http://www.hiagateway.org.uk)



better together

## Culture and historic buildings

"In recent years the recognition and definition of historic areas has changed. Victorian and Edwardian industrial buildings have now become the focus for regeneration efforts. This has become particularly noticeable in terms of the recent regeneration of historic waterfronts – docks, canals and riversides"

Royal Institute of British Architects.



better together

## The Tobacco Factory, Bristol



## Tobacco Factory



- 1998
- Renovation of old tobacco factory
- Major regeneration of whole area
- Theatre, shops, markets, local businesses



better together

## BALTIC



## Arts and Inequalities

- International Campaigning, Fund-raising and Advocacy eg Comic Relief
- Community Social Action and Education on Health eg Darpana Project
- Challenging Cultures of Poverty, Violence and Drug Use Through Skill Development and Empowerment eg Venezuuela Youth Orchestra (El Sistema project)

© CIR, P Camic; N Daykin 2010



better together

## Arts and Health: Inequalities

"We need to address the challenge that (arts and health ) are either an elitist luxury available only to the already advantaged, or an irrelevant distraction, offering little or nothing to the task of tackling major sources of ill health, suffering and premature death in the world.

Such views are brought into striking relief by the total absence of any reference to the arts in the recent report from the Commission on the Social Determinants of Health, Closing the gap in a generation (CSDH, 2008)"

© CIR, P Camic; N Daykin 2010



better together

And another example is in Newcastle, The Baltic was an old warehouse which has now enjoyed a renaissance as an art center and the prestigious Turner prize has been hosted there this year for the first time outside London. We haven't touched on it this morning, but I think it's a very critical issue to think about this afternoon: the role of culture and arts in tackling inequality in our society. And we have examples in the UK, Comic Relief has a big fundraising event and there are examples in India, in Japan are using community health education approaches; and many of you, I'm sure, are familiar with the work of [nomenon intelligibile] Orchestra.

My colleague Norma Daykin, she's a professor of arts in health at the University of West of England, has written an editorial recently in their journal, which I think is very suited to this conference, where she says that we need to address the challenges that arts and health and culture ride an elitist luxury available to the already advantaged or an irrelevant distraction offering little or nothing to the task of tackling major sources of ill health, suffering and premature death in the world. And she goes on to say, and I have to say as a member of the Public Health community, this is a failing I think, this striking relief on the absence of reference to us in the report by Michael Marmot on social determinants of health, and I think perhaps as a Public Health community we need to be thinking about the positive mental health benefits of culture and the arts. And just to briefly describe an event in Bristol which was very much about excluded and marginalized groups, over thousand people took part in this festival, from faith groups, excluded groups, refugees, different ethnic minorities, and they created tents, we had fifty tents on the cathedral, close, and I think this was a very effective way to communicate the messages from different communities within the city and was an increasingly diverse and interesting city.

## Portents

- Community Arts Event in Bristol in 2010
- Over 1000 people took part
- Marginalised and socially excluded expressing their hopes and aspirations for the future
- Providing a voice for different communities
- 50 tents printed with images created by schools, churches, community groups and individual artists
- A complete cross section of 21st century Bristol.



better together



## Back to Gorillas.....

- Wow! Gorillas a mass public art event to the streets and parks of Bristol over the summer in 2011
- A shared experience for the whole city
- Raised over a resounding success, and raising over £400,000 for vital gorilla conservation work and for local Bristol charity



better together



## Modern living

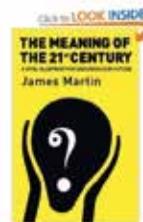
- Modern living has been reported to be "subject to diminishing returns and adverse effects", including the rising levels of obesity, addiction and a decline in well-being" (Carlisle 2011)
- challenges faced by sustainability and climate change
- Should the role of cultural activities on health and health disparities should be more widely recognised and promoted.



better together

## Quality of Life

- "For past generations, quality of life was strongly affected by work. In the future, quality of life for many people will be mainly affected by what they do for their leisure.... Future society needs education for leisure"



better together

## Arts and sustainability

"Beauty, high civilisation, culture diversity and the attractiveness of a leisure society can greatly add to the richness of life without causing pollution, global warming and a stressed out society..... "

The Meaning of the 21<sup>st</sup> Century. J Martin. 2006



better together



better together

Just to bring us back to the gorillas, this was a mass public art event round the city of Bristol, this summer, which I think created a huge excitement and buzz, regular features in the newspapers and people smiling, sending in their photographs, a real shed event for the city, as well as raising money for gorillas conservation and for the local zoo, which was celebrating its events. I think we've been in the journal that I headed, we recently run an article by Sandra Carlisle from Glasgow University, who's been doing a lot of work about happiness, you will probably be familiar with some of that work. They've been describing how modern living is subject to diminishing returns and adverse effects, including rising levels of obesity, addiction and the decline of well-being. We're also facing the challenges by sustainability and climate change, and perhaps the time is right now to recognize the cultural activities and health need to be recognized and promoted. And similarly, another writer who has been very inspirational, James Martin, in this book *The Meaning of the 21st Century*, has talked about Alpha past generations, the quality of life was strongly affected by work. In the future, quality of life of many people will be affected by what they do for their leisure. And although this book was written over five years ago, I think it's very timely today; and he also wrote, the beauty, high civilization, culture diversity and the attractiveness of a leisure society can greatly add to the richness of life without causing pollution, global warming and a stressed out society. So a challenge indeed for sustainability.

Thank you very much. ■

Grazie davvero alla professoressa Gray per questa illuminante panoramica. Molto importante è sottolineare alcuni degli esempi che ci sono stati forniti, per esempio la professoressa Gray ci parlava non soltanto del caso già ricordato di Bristol ma del caso di Newcastle, una città che soltanto quindici anni fa si trovava in condizioni di deprivazione socioeconomica veramente pesanti e che, grazie a una strategia di riattivazione, basata pressoché esclusivamente sulla partecipazione culturale, è diventata oggi una delle città più attrattive dell'intera Gran Bretagna. Pensate che oggi è l'area metropolitana inglese col più alto tasso di partecipazione culturale diretta dei cittadini, ed era un tempo una delle città non solo più povere, ma anche con un'aspettativa di vita tra le più ridotte. Quindi stiamo parlando di questioni estremamente concrete e ancora una volta questo ci ricorda quanto sia importante in questo momento difendere il ruolo che la cultura può avere nel rifondare un modello di sviluppo, un modello di benessere, non solo per il nostro Paese, ma per il nostro continente, perché in gran parte quella che abbiamo in questo momento è veramente una sfida culturale, la nostra destabilizzazione finanziaria è naturalmente la conseguenza soprattutto di una perdita di visione, dopo quello che era il grande sogno trasformativo dell'Europa che, ricordiamoci, è nato soprattutto come sogno culturale, e forse è entrato in crisi proprio perché ha perso questa dimensione.

È proprio parlando di questa dimensione europea che con estremo piacere dò la parola all'onorevole Lara Comi, vicepresidente della Commissione per il mercato interno e la protezione dei consumatori al Parlamento Europeo. ■

Io vi ringrazio veramente per questo invito, perché parlare di cultura in questi tempi, dove sentiamo costantemente discernere su spread, Btp, problemi di governance economica, ha il pregio di risintonizzarci con i giusti valori da dare alle cose. Lo dico anche consapevolmente, pensando a quello che è successo questa settimana, avendo votato proprio ieri una serie di pacchetti anticrisi a livello europeo, e successivamente nelle prossime settimane avremo i noti incontri bilaterali con Sarkozy, Merkel e anche con il nuovo presidente spagnolo, per cercare di superare insieme i problemi, in particolar modo la disoccupazione giovanile che ci preoccupa. Io ritengo che difendere la cultura significhi nello stesso tempo difendere il "made in Italy", ovvero la nostra peculiarità. Non si tratta solamente di prodotti gastronomici, pasta, pizza, i più conosciuti all'estero, ma della cultura ad ampio respiro, a 360 gradi. L'Italia è da sempre sinonimo di cultura, a tal punto che essa vale nel nostro Paese il 2,6% del Pil. Proprio per rimanere in tema di numeri, in Spagna vale il 2,2%, in Germania il 2,5. Il nostro Paese vanta il maggior numero di siti tutelati dall'Unesco, ma quello che spesse volte a noi manca è la valorizzazione della cultura e dell'immenso patrimonio artistico culturale che abbiamo. Su questo gli americani ci battono alla grande. Dal nulla riescono a creare un business formidabile, ciò che invece noi facciamo fatica a realizzare, nonostante abbiamo una materia prima ottima e abbondante.

Difendere la cultura significa pertanto difendere il "made in Italy". Perché il brand Italia (decimo posto nelle classifiche mondiali) è fatto anche di un impasto che ha tra i suoi ingredienti principali la cultura. E il risultato è quell'italian style che poi consente alle imprese di affermarsi a livello internazionale. Quello che abbiamo visto, e che stiamo verificando anche a livello europeo, è che cresce sicuramente la fame di cultura nonostante la crisi. Spesse volte si pensa che la crisi implichi un abbassamento dell'interesse verso cultura, e invece questo non è così. Sono rimasta stupita da

alcuni dati, perché la spesa degli Italiani in cultura è cresciuta nell'ultimo anno del 4,9% per un totale di 65,5 miliardi di euro. Sono cresciuti, in particolare, le presenze a mostre e musei (+3,82%). Nel 2010 i visitatori dei musei italiani sono passati da 32 a 37 milioni. I film italiani nel 2011 sono saliti al 38,8% delle presenze rispetto al 29,6% dell'anno precedente. Entrando al Museo della Scienza e della Tecnica ho ricordato le visite che facevo alle scuole elementari e medie: vedo che queste visite sono in crescita e lo sono anche le attività interattive e multimediali che si sviluppano all'interno di questo museo. Ben venga la sede che la dottoressa Bracco assieme anche alla sua Fondazione ha scelto, perché mi sembra di grande prestigio e di grande elogio unire scienza e tecnologia, che poi sono alla base della cultura e del futuro che noi possiamo avere.

Un altro dato sul quale volevo riflettere con voi è sicuramente quello per cui si misura il benessere degli Stati anche con la cultura. Spesse volte noi misuriamo il benessere di uno Stato con il numero di televisori che abbiamo, con il numero di telefonini, di wi-fi o di quantitativo di banda larga. Il rapporto Ocse (Organizzazione per la cooperazione e lo sviluppo economico) "How's life? Measuring well-being" utilizza più parametri per misurare la qualità della vita, come l'equilibrio tra lavoro e tempo libero. Secondo questo dossier la Danimarca risulta la prima in classifica, l'Islanda la seconda, il Giappone la terza e l'Italia la quartultima. Secondo l'Economist (febbraio 2011), che ha confrontato 140 località in base a 30 parametri, fra cui, oltre alla cultura, la tutela della salute, l'ambiente, l'educazione e la sicurezza personale, è Vancouver la città più vivibile del pianeta. Milano, si colloca invece al 41° posto delle prime 50 città più vivibili al mondo, secondo la ricerca del 2010 Mercer. Sono dati che da una parte pongono delle riflessioni e dall'altro invitano a una spinta, a un miglioramento. E questa spinta deve avvenire in sinergia con l'Europa, guardando anche a esperienze come in Danimarca o in Germania.

Cosa stiamo facendo in Europa per migliorare il benessere del cittadino? Innanzitutto partiamo dal concetto che il cittadino è al centro del sistema, tutto deve ruotare attorno alla persona attraverso il concetto della sussidiarietà, una sussidiarietà sia verticale sia orizzontale. E questo lo stiamo applicando nel concreto con le cosiddette Smart cities. Le città premiate per la maggiore fruizione culturale sono spesso anche quelle dove la mobilità è sostenibile, dove la qualità è elevata in diversi ambiti. Forte di queste considerazioni, L'Europa ha adottato un piano molto innovativo, una visione di città del futuro. Si tratta del progetto "Smart Cities" and Communities. Smart city è una città che punta ad uno sviluppo sostenibile tutelando l'ambiente e privilegiando una mobilità che incentiva l'uso di mezzi a basso impatto ecologico, riduce i consumi energetici, razionalizza l'illuminazione pubblica e trasforma i rifiuti in risorsa. Quello dei rifiuti è un problema che l'Europa ha e la Regione Lombardia sta sempre di più affrontando con soluzioni innovative. Brescia è un caso che viene analizzato spesso volte per quanto riguarda la trasformazione dei rifiuti per produrre riscaldamento: questo è stato sicuramente uno degli oggetti di studio a livello europeo.

Le città intelligenti sono poi quelle che, avendo sviluppato una rete wi-fi libera e veloce, valorizzano il telelavoro, attuano la digitalizzazione della pubblica amministrazione e promuovono il territorio anche sul web con percorsi virtuali e mappature tematiche della città. Anche a sostegno di questo progetto, nel 2010 è nata l'Agenda digitale, un'iniziativa che mira, tra l'altro, a incentivare l'uso di internet – oggi il 65% della popolazione Ue è connesso –, e a potenziare la banda larga.

L'interconnessione rende più facile l'accesso alle informazioni, al sapere, alle offerte del mondo culturale e favorisce lo scambio e il dialogo all'interno di una comunità. Quando vedrò magari mia nonna utilizzare un iPhone penserò di avere raggiunto l'obiettivo, lo dico come battuta. Ma trasmettere questa cultura innovativa ritengo sia un imprinting che dobbiamo dare.

La Commissione Europea ha deciso di investire, dunque, su queste città del futuro, un'iniziativa che movimenterà a più livelli un flusso di risorse di 11 miliardi in 10 anni.

A dicembre si chiuderà il bando Ue con la prima tranches di fondi di 40 milioni da dare alle città pilota europee con i progetti migliori. Oggi Milano ha manifestato l'intenzione di candidarsi a diventare una Smart city europea. Un'ottima iniziativa. Credere nelle "smart cities", significa credere in modelli urbanistici che siano costruiti a misura d'uomo. Riteniamo che questo sia il fulcro e nello stesso tempo la prospettiva migliore che ci poniamo.

È evidente che le città non sono fatte a compartimenti stagni, ma molti piani sono intrecciati. Se migliora la mobilità, aumenta anche il tempo a disposizione dei cittadini che può tramutarsi in attività culturale o sportiva e dunque in maggiore benessere. Sulla mobilità abbiamo anche una serie di accordi con gli Stati Uniti. Con l'esperienza da parlamentare europea ho riscoperto il centro di Ispra, il Jrc, comunemente definito in Italia come il Ccr. E a malincuore devo dire che è stato sottovalutato e sottoutilizzato da parte dell'Italia, a tal punto che gli Stati Uniti continuano a chiedere una collaborazione per la produzione dell'auto elettrica.

Proprio in questi giorni ci sarà poi la firma di un accordo tra il governo americano di Obama e il Centro di Ricerche europeo che aiuterà per gli standard sulla mobilità. Lo dico anche come relatore del Pacchetto Standardizzazione, un dossier tecnico che alcuni miei colleghi ritengono non di facile appeal, come può essere l'agenda digitale oppure la smart city. Ritornando poi ai programmi di cultura che l'Unione Europea sta affrontando, sicuramente un tema decisivo è la sensibilizzazione alla cittadinanza europea.

Proprio questa settimana, lunedì e martedì, assieme ai diciottenni del Comune di Pavia, abbiamo deciso di iniziare questa esperienza, ovvero di far sperimentare e conoscere ai giovani una cultura europea. Siamo partiti l'anno scorso con questo progetto, siamo stati in Francia e quest'anno in Gran Bretagna, a Londra, che come molti di voi sapranno, non ha un gran feeling con l'Europa, ovvero viene definita spesso volte euroscettica. Litigo spesso simpaticamente con i miei colleghi inglesi sul fatto di armonizzare i sistemi di misura: questa per noi è una cultura europea. All'interno della commissione Mercato interno e consumatori, ove il presidente è un inglese, ho chiesto spesso di armonizzare il sistema di misura, di avere un'unità di misura comune. La risposta è stata: "Noi abbiamo la nostra cultura". Prendiamo la tracciabilità completa sui prodotti, una battaglia che ho iniziato due anni fa, che insieme ad altri colleghi stranieri stiamo portando avanti, è necessario far capire a un tedesco che il concetto del "made in" in generale non è solo la trasformazione ma è la tracciabilità completa. Ad esempio abbiamo superato questo ostacolo sui farmaci, quando abbiamo legiferato in materia di falsificazione dei prodotti. In quel caso la sensibilità è incrementata e il concetto di tracciabilità e di controllo è stato subito approvato e portato avanti.

È vero, uno degli slogan dell'Unione Europea è "Uniti nella diversità", ma il concetto è di essere uniti, di capire da dove arriviamo e di andare verso una direzione comune, una direzione che è l'unità, altrimenti l'Europa accumula una serie di fallimenti come quello durante la crisi economica. Il caso Grecia è stato anche aggravato da un deficit culturale, è venuta a mancare una cultura europea, il sostegno dovuto alla coesione e all'armonizzazione del sistema. E allora stiamo cercando di recuperare questo deficit e questo gap, come stiamo facendo con l'ottavo programma quadro della ricerca. Ho capito che l'Italia non aveva chiesto molti finanziamenti nei precedenti. Abbiamo iniziato allora con Regione Lombardia e con il sottosegretario Alli, poi col sottosegretario Cavalli a fare un gioco di squadra: ci sono una serie di finanziamenti che permettono anche di avere dei progetti regionali; non è detto che l'Europa finanzi solamente dei progetti degli Stati membri. E allora, abbiamo detto, partiamo dalle Regioni. Il World Region Forum e lo European Region Forum hanno ottenuto ottimi risultati; la Lombardia fa parte dei quattro motori dell'Ue con la Catalunya, il Rhône Alpes, e il Baden. Bene, troviamo dei programmi di cultura e di ricerca che possano interagire tra di loro; e questo devo dire che è stato positivamente recepito dai colleghi europei, e lo stiamo verificando nel concetto di Expo. Mi ricordo che avevo dato questa anteprima alla dottoressa Bracco quando ho visitato la sua azienda e fortunatamente oggi le posso dire che la ricerca, e gli aspetti culturali ad essa connessi vedranno l'interazione tra regioni. Spesse volte quello che otteniamo è una richiesta delle singole regioni a livello europeo, che magari hanno una specificità, hanno delle caratteristiche in un certo settore. Ad esempio nel Baden abbiamo un cambio di governo, c'è una maggioranza dei Verdi, e la sensibilità, da un aspetto totalmente industriale e produttivo, è passata a una sostenibilità più a livello ambientale.

Perciò l'interazione tra Regione Lombardia e il Baden avrà uno sviluppo anche sulle auto elettriche, vi sarà un Expo dal loro punto di vista più ecologico. Ci sono anche molti progetti per i giovani, per incrementare la cultura europea. Io ricordo che ai ragazzi di Pavia a Londra ho chiesto: voi siete italiani o siete europei? Quando andate a incontrare degli amici all'estero e vi chiedono di dove sei, qual è la tua nazionalità, tutti mi hanno risposto "sono italiano".

Questo è un problema che dobbiamo superare con l'implementazione di una cultura europea. Mi piacerebbe molto, se un domani dovessi avere figli o nipoti, che mio nipote o mio figlio dicesse "sono europeo", come un americano attualmente dice "sono americano", non dice a priori "sono californiano" o "sono newyorkese". C'è una differenza, e questa viene sicuramente dalla nostra cultura, ma la prospettiva, anche il sentimento con cui affronto ogni giorno l'Unione Europea è quella di dire "bene, io sono un parlamentare europeo, sono prima europea, successivamente italiana, successivamente sono lombarda". In questo contesto, è importante una delle ultime iniziative dell'Unione europea: il "marchio del patrimonio europeo", un registro dei siti storici più significativi, la cui importanza trascende le frontiere nazionali, per rafforzare il senso di appartenenza all'Europa e rendere gli europei più consapevoli della loro storia comune e del patrimonio che condividono, pur nella loro diversità. Oggi i Paesi partecipanti sono 18, compresa la Svizzera, e il registro comprende già decine di siti ed edifici storici tra cui l'Acropoli, la casa di Robert Schuman (lo statista francese che fu uno dei padri fondatori dell'Ue) e i cantieri navali di Danzica dove fu fondato il sindacato Solidarność, una delle forze che hanno contribuito alla caduta della Cortina di ferro.

Per essere ammessi nel registro, i siti devono dimostrare la loro importanza per il processo di integrazione europea. Una targa con il logo del marchio del patrimonio europeo sarà affissa all'entrata dei siti prescelti. Come accade per i siti compresi nell'elenco del patrimonio mondiale dell'Unesco, quelli insigniti del logo europeo dovrebbero inoltre attrarre più turisti, con effetti benefici per l'economia locale. Per l'Italia possiamo sbizzarrirci. Se dovessimo confrontare il nostro patrimonio con quello della Romania o della Bulgaria, sono convinta che riempiamo registri e registri. L'importante è comunicare, farlo conoscere, perché spesso volte le leggi che noi facciamo in Europa non vengono recepite subito a livello italiano e quindi c'è un gap temporale che ci fa perdere anche i finanziamenti. Quando parliamo di ottavo programma quadro della ricerca, è un programma che avrà un'attuazione dal 2014 al 2020, ma bisogna iniziare ora, avere le idee chiare e lo stesso avviene per il marchio del patrimonio europeo.

Concludo veramente recuperando la frase di un personaggio molto conosciuto a livello europeo. Questa frase è stata scritta mezzo secolo fa, ma quando la leggerò vi renderete conto che è veramente più attuale ora, forse, che cinquant'anni fa, perché dice: "L'Europa, prima di essere un'alleanza militare o un'entità economica, deve essere una comunità culturale". Penso che oggi più che ieri sia necessario avere questa idea, questo principio perché da giovane ritengo che l'Europa sia veramente il nostro futuro, ma bisogna crederci fortemente, crederci anche quando ci sono delle barriere di Stati membri, quando ci sono delle difficoltà, perché è una strada in salita, è una strada difficile da percorrere, ma si può ottenere questo risultato solamente insieme. E ritengo che Milano sia un grande trampolino di lancio.

Secondo il "New York Times" la città ambrosiana è quinta in classifica tra i luoghi da visitare, quindi il sentimento della cultura può partire da Milano, da una valorizzazione per esempio dei Navigli. Perché Parigi è molto bella, proprio stamattina ero a Parigi, è una bellissima città, come Londra. Però Milano è Milano. Abbiamo dei monumenti, abbiamo una cultura e un'attenzione e un'apertura al turista che, permettetemi, poche altre città hanno. Ritengo che Milano possa essere veramente un modello. Sono fiera di essere lombarda, fiera di essere, posso dire, milanese di adozione, e su questo impegno per la cultura dobbiamo veramente collaborare tutti insieme. Lo dico in modo molto franco e molto sincero.

L'Europa si trova forse nel momento più difficile della sua vita, della sua esperienza, la svolta deve avvenire a livello culturale, non è solo la necessità attualmente di avere una Bce forte, di avere una governance. Questo è giusto, ma deve essere correlato alla forza di credere che l'Europa possa avere un corpo, una sua consistenza. Perché, come è stato spesso volte detto, l'Europa ha una testa molto piccola, ma ha delle braccia grandi che cercano di recuperare tutti gli Stati membri. Ecco, quello che a noi manca è la testa. Ma è proprio la necessità di una mentalità europea il senso del messaggio che lancio a pochi giorni dal Natale. E deve partire proprio da Milano, dalla vostra Fondazione e dalla sensibilità che la dottoressa Bracco ha sempre dimostrato nell'ambito europeo e nell'ambito internazionale.

Io vi ringrazio e vi attendo a questo punto nelle sedi istituzionali per portare avanti un concetto di cultura europea e anche per diffonderla in altre realtà a noi vicine. Grazie. ■

Ho molto apprezzato il punto sottolineato dall'onorevole Comi circa la necessità di lavorare su una valorizzazione intelligente della nostra cultura; valorizzazione in questo momento non è soltanto, come in Italia abbiamo sempre fatto, turismo, ma è anche, soprattutto in questo momento, produzione culturale creativa, e proprio perché siamo qui oggi è importante ricordare che la Lombardia è una delle grandi Regioni creative d'Europa, in particolare è la terza Regione per occupazione in questi settori, ed è quindi per esempio, tra i quattro motori ricordati dall'onorevole Comi, quella con il maggior potenziale di creatività. Le uniche Regioni più grandi, dal punto di vista del sistema occupazionale e della cultura, della creatività, sono la Inner London e l'Île de France, quindi stiamo parlando chiaramente di grandissime aree metropolitane.

Questo aspetto deve diventare più centrale da questo punto di vista, perché non sempre questa regione percepisce questo enorme potenziale che ha. Giustamente la dottoressa Bracco ricordava come l'obiettivo dell'Expo, quando si ragiona su "Feeding the Planet" non è soltanto cibare materialmente, ma anche allo stesso tempo culturalmente e spiritualmente il pianeta, e allora io credo che per esempio l'occasione del 2015 potrebbe essere una straordinaria opportunità, per far sì che dal punto di vista della strategia di sistema questa regione davvero faccia della produzione culturale e creativa, che è già uno dei suoi aspetti eccellenti, una delle vere forze di competitività per rilanciare la nostra economia. Peraltro, le economie che in questo momento stanno dettando le nuove regole del mondo globale, la Cina in primis, si stanno muovendo esattamente in questa direzione. Qualche settimana fa il comitato centrale del partito comunista cinese che i nostri giornali non sempre hanno riportato in tutta la sua importanza, anche se c'è stato un bellissimo pezzo di Visetti su "Repubblica" che ha raccontato molto bene alcune cose. La Cina ha stabilito che l'industria culturale creativa nei prossimi

dieci anni sarà una delle priorità assolute della politica di strategia economica. L'investimento che la Cina farà nei prossimi dieci anni – questo non era detto nell'articolo, ma sono le informazioni che ci arrivano dalla relazione con questi territori – sarà di circa 4000 miliardi di euro nel giro di dieci anni, vuol dire due volte e mezzo il PIL italiano.

È questo, quindi, quello che sta accadendo nei Paesi che davvero in questo momento crescono e si sviluppano; sono Paesi che pur essendo arrivati per ultimi non prendono sottogamba la cultura e la creatività, ma le mettono al centro. Ecco, noi da questo punto di vista non possiamo perdere questa straordinaria occasione, quindi spero davvero che in questo senso la Regione colga anche questa prospettiva del 2015 come una grandissima opportunità, non solo per essere competitivi, ma per cogliere queste opportunità, e devo dire sono orgoglioso di poter annunciare che la nostra Università, lo IULM, è stata scelta proprio per fare la formazione dei sindaci delle città cinesi medio-grandi su tutti i temi che hanno a che fare con la gestione della cultura e della creatività. Credo che questo sia un grande risultato, non solo per la nostra Università, ma per tutto il nostro sistema regionale e per il nostro sistema paese perché, credo, ci aprirà delle opportunità straordinarie in quel campo e fin da ora vi dico che naturalmente siamo a disposizione per mettere questo grande canale che si è creato a disposizione di tutto il sistema. Bene, stiamo cominciando a entrare, lo abbiamo già fatto, all'interno dello scenario delle politiche europee.

Un altro tema però importantissimo e assolutamente complementare è quello delle politiche locali, che soprattutto su questo tipo di temi hanno naturalmente un impatto fortissimo; e chiamerei quindi con grande piacere l'assessore Chiara Bisconti, assessore al Benessere, qualità della vita, sport e tempo libero del Comune di Milano. ■

## Il ruolo delle politiche locali

Chiara Bisconti

Buonasera a tutti e a tutte, grazie dell'invito, innanzitutto. Mi presento: sono assessora allo Sport, Tempo libero, Benessere e Qualità della Vita. Il mio assessorato ha anche le deleghe alle politiche animali e al personale del Comune. Amo definirmi assessora, perché sono una donna. Sto facendo una piccola battaglia lessicale, so che assessora non piace, suona male; ma è la mia piccola battaglia personale.

Mi piace partire dalla connessione principale tra la giornata di oggi e questo assessorato, un assessorato di nuova concezione che ha inglobato lo sport in un concetto più ampio di benessere, di qualità della vita; mi piace condividere con voi quella che è la visione che guida le scelte quotidiane del mio lavoro, ovviamente in stretta connessione con la giunta Pisapia. Scusate, stamattina ero al Forum delle politiche sociali, che era purtroppo in contemporanea con questa giornata, dico purtroppo perché sono due eventi di grande portata, secondo me. È una visione che può sostituirsi non tanto alle politiche sociali, di welfare, che devono essere ovviamente ben mirate, e quindi poi gestite dagli attori in carica, ma che può facilitare un'applicazione nel locale delle politiche necessarie a livello nazionale. A noi piace immaginare una città capace di offrire benessere e alta qualità di vita, una città che sappia armonizzare i propri tempi, i propri ritmi, e che ripensi ogni suo luogo fisico come uno spazio esteticamente gradevole e sempre inclusivo, dove possano accadere le cose più diverse. È chiaramente una visione di lungo periodo, così come secondo me devono essere le visioni, anche dal punto di vista immaginifico. In base a queste suggestioni di ampio respiro, guidare le scelte di ogni giorno. Una visione che impone al mio assessorato una missione ben precisa: accrescere il benessere fisico dei cittadini e delle cittadine promuovendo la diffusione di un sano stile di vita e di tutti gli sport nei diversi luoghi della città, armonizzare i tempi della città con i tempi e le esigenze dei cittadini e delle cittadine, avviando attività di conciliazione e favorendo attività di tempo libero di qualità. Io vorrei dare qui il primo

messaggio forte, che è un messaggio dell'importanza della variabile 'tempo', che spesso non viene gestita dall'amministrazione pubblica, o anche dalle aziende. Si tratta invece di una variabile fondamentale, che sta alla base di qualsiasi discorso di benessere. È un grave peccato non gestire e non occuparsi di un concetto come 'tempo', perché se si vuole parlare di politiche di benessere e di partecipazione, che poi è il punto del mio intervento, a cui arriverò, noi abbiamo il dovere di garantire il fatto che le persone abbiano il tempo per poter fare quelle cose che, come stiamo dicendo, siano poi propedeutiche a 'star meglio'. E se c'è uno dei problemi più grossi della città di Milano, che forse è intangibile, non è visto, ma di cui tutti noi singolarmente, credo, stiamo pagando le conseguenze, è che il tempo delle persone che abitano a Milano è per certi versi dedicato in modo eccessivo all'attività lavorativa; l'attività lavorativa si è estesa e sta portando via veramente gran parte della vita e del privato delle persone. Per certi versi, tempo fagocitato da una città che per le difficoltà di viabilità e per la rigidità dei servizi che offre, non riesce a trovare fluidità. Io veramente vedo questa come una delle prime strade su cui partire, e abbiamo lanciato questa rivisitazione del calendario degli orari di Milano proprio per cercare di far sì che gli attori principali si interrogino su quello che, secondo me, è uno dei mali principali della nostra città oggi. L'altra aspetto fondamentale è la capacità di guardare quei luoghi che magari conosciamo e frequentiamo da una vita con uno sguardo nuovo. Io mi occupo di sport e il patrimonio di impiantistica sportiva di Milano mi viene descritto come degradato, povero, con urgente bisogno di interventi radicali. Questi sono stati i messaggi che mi sono arrivati, e questi messaggi mi vengono reiterati da associazioni diverse, con litigi tra chi può essere il gestore di un impianto rispetto all'altro eccetera. Un approccio che, se si guarda la decodifica mentale, è sempre segmentante, in conflitto, e che tende ad avere la proprietà esclusiva di un luogo. Poi, quando mi capita di andare nei

luoghi della città, penso al Lido, penso a moltissimi impianti sportivi della nostra città, mi rendo conto che questi invece sono luoghi incredibilmente ricchi, il cui accesso alla città è ancora parziale, dove potrebbero convivere sport diversi e dove l'Amministrazione deve essere capace di attirare sponsor e passioni che possano aiutare a far rivivere questi luoghi. Anche qui serve la capacità di vedere la città con occhi diversi, uscendo da schemi ormai desueti. Questa è la visione; la missione che abbiamo quindi è lavorare sul tempo e sugli spazi, perché veramente questa città offra migliore qualità di vita a chi la abita. Mi piace però riflettere, e credo che sia legato soprattutto al tema che avete trattato questa mattina, alla connessione tra benessere, quindi qualità della vita, e partecipazione. Stamattina credo poi abbiate detto, credo che sia frutto di una ricerca che la Fondazione ha fatto, che ci sia una coesione tra migliore salute, migliore benessere generale e partecipazione. Io forse parlerò un po' della partecipazione politica, che però è una partecipazione fondamentale nel benessere delle persone. Allora, io rappresento un'amministrazione che, diciamo, è stata eletta grazie ad una grandissima spinta partecipativa.

Milano ha visto una spinta, una passione collettiva e condivisa, che mancava da decenni.

Ora però noi abbiamo un punto su cui essere molto attenti, noi amministratori: come trasformare questa idea di partecipazione in co-gestione, e questo potrebbe essere un tratto distintivo di questa nuova amministrazione. Forti del fatto che – lo scopro sempre di più giorno dopo giorno – Milano è una città ricchissima di associazionismo, di volontariato, di attività locali, come far sì che questi due piani si incontrino perché producano poi quegli atti amministrativi che capaci di cambiare il volto della città? Stiamo cercando di mantenere vivo l'ascolto con i cittadini, anche con modi innovativi; forse qualcuno di voi si ricorda del progetto, lanciato l'estate scorsa, che si chiama Copiaincolla. Abbiamo chiesto

ai milanesi che erano all'estero di fotografare cose belle viste in giro per l'Europa o in giro per il mondo e di mandarcele. E abbiamo ricevuto migliaia, migliaia di idee bellissime, dalle cose più irrealizzabili a delle piccole idee geniali, e abbiamo adesso un patrimonio di suggerimenti che abbiamo messo in un database e che stiamo cercando di realizzare. Alcune cose già le abbiamo fatte. Questo secondo me è l'approccio giusto, il metodo da seguire, immaginando l'entusiasmo di una cittadina che vede realizzata dal Comune la sua idea, il suo suggerimento che diventa patrimonio collettivo.

Poi c'è un'altra strada, che è quella dei contenitori comunicativi. Un'amministrazione, cioè, di una città come Milano, grande e complessa, ha la possibilità di creare e attingere a contenitori al cui interno affluisca, venga potenziata e trovi visibilità questa grande ricchezza di iniziative, di attività, di idee che esistono sul territorio.

Penso a Verdestate, è nata quest'estate un po' in sordina, perché eravamo arrivati da dieci giorni, ma era un'idea di dare un contenitore, un calendario, una comunicazione di tutto quello che succede d'estate alle persone, che sono sempre più numerose, che passano l'estate a Milano, e sono tantissime. Penso ai 'giovedì nei parchi': abbiamo aperto le aree verdi di Milano, abbiamo fatto sì che ci fossero dei piccoli eventi culturali abbinati ad attività sportive; così, come accade in tante città del mondo ma non a Milano, chi passava da un parco milanese poteva imbattersi in uno spettacolo teatrale per bambini ma allo stesso tempo poter godere di un'ora di yoga. Questa è qualità della vita. Penso anche alla 'domenicaspasso': siamo finalmente riusciti a varare un calendario di domeniche a piedi, e sia chiaro, non pensando di combattere così i problemi di traffico o smog ma dicendo invece: è un'opportunità che i milanesi apprezzano molto, la città vive con un passo diverso, le piazze si riempiono di iniziative, le strade di biciclette e pedoni.

Penso al *Don Giovanni*, che per la prima volta è stata un'opera diffusa, ascoltata in contemporanea non solo alla Scala, ma anche in cinque cinema, in Galleria e in due carceri. Penso a come potremmo aprire alla città tanti altri spazi pubblici, come le scuole.

Alle quattro e mezza le scuole elementari chiudono e mandano fuori i ragazzi. Questa è una follia, uno spreco – io vengo da un'azienda – sotto tutti i punti di vista. Allora stiamo cambiando i regolamenti affinché le scuole possano stare aperte, e alla domanda che mi sento fare, ‘ma chi le gestirà?’ rispondo le associazioni dei genitori, i genitori stessi, i nonni. O no? Il punto è vedere un luogo con occhi nuovi; la scuola è il luogo ideale in cui i ragazzi possono stare, e vivere, fino all'ora di cena, quando rientrano i genitori. Accenno solo un attimo al discorso degli impianti, perché ne abbiamo parlato prima; gli impianti sportivi sono considerati impianti sportivi chiusi, e vi ho accennato al fatto che c'è una lotta tra le diverse federazioni per appropriarsene, e invece io, noi, la Giunta, vede degli impianti aperti a una commistione di sport diversi, integrati con bar e ristoranti, esercizi commerciali, palestre. Fare dei parchi cittadini dei luoghi dello sport, così come abbiamo fatto creando dei percorsi per i runners al Sempione, al Forlanini, al Trenno. Il parco diventa un impianto sportivo. L'impianto sportivo che diventa un parco. Questa è la visione. Con la collaborazione dei cittadini, dando realizzazione concreta alle loro idee, alle loro passioni.

Ringrazio dell'invito e ringrazio in modo molto sentito il fatto che si sviluppi una forte sinergia in questo momento tra privato e pubblico – il pubblico in questo momento ha veramente bisogno di aiuto, i fondi sono pochi per tutti, io non sono qua però a chiedere fondi, sono qua invece a provare a trovare sinergie anche nuove tra pubblico e privato per andare incontro a questa città ideale che io ho provato a indicarvi, che io vedo veramente, e che quindi auspico che si realizzi con il contributo di tutti. Grazie. ■

Grazie mille all'assessore Bisconti. Il tema della partecipazione è veramente un tema importantissimo, sta diventando uno degli elementi cruciali di quello che potremmo definire il modello più avanzato di cittadinanza attiva; vorrei sottolineare come proprio questo aspetto della partecipazione è spesso quello che fa la differenza. Per esempio alcuni dati recenti ci mostrano, guarda caso, che, proprio riferendoci alla partecipazione culturale, i Paesi in Europa, nell'Europa dell'ovest che hanno i più bassi tassi di partecipazione culturale sono Portogallo, Grecia, Spagna, Italia e Irlanda. Vi suggerisce qualcosa? Quindi in realtà noi oggi sappiamo addirittura che la stessa partecipazione culturale può diventare un fattore cruciale anche per ragionamenti sulla stabilità economico-finanziaria, perché migliore partecipazione significa un'opinione pubblica più attenta, più consapevole, più critica, che riesce quindi a interloquire in modo più costruttivo e anche più vincolante, da un certo punto di vista, con le Istituzioni e la politica, quindi è un tema assolutamente importante, che peraltro si collega a tutti gli altri aspetti fondamentali della partecipazione di cui stiamo parlando lungo tutta la giornata.

Bene, stiamo arrivando verso le conclusioni e quindi con grande piacere invito il senatore Antonio Tomassini, presidente della XII Commissione permanente Igiene e Sanità del Senato della Repubblica. ■

## Conclusioni

*Antonio Tomassini*

Desidero rivolgere un saluto a tutti coloro che sono intervenuti oggi come relatori e alle tante persone che hanno avuto la pazienza di ascoltare dall'inizio questo convegno.

Voglio ringraziare in particolare Diana Bracco, la Fondazione Bracco e la IULM, per aver voluto affrontare un tema di così grande attualità e complessità, in cui l'individuo viene messo a confronto con la società, in cui i concetti di benessere e di salute si intrecciano con quelli della cultura, dei valori, delle tradizioni e dell'economia.

Gli interventi odierni, alternati in due sessioni fondamentali, sono stati importantissimi; a me toccherebbe fare le conclusioni, ma devo dire che sarebbe una volontà velleitaria, essendo arrivato nel pomeriggio e avendo visto, oltretutto, alternarsi urbanisti, filosofi, esperti di economia di grande spessore. Permettetemi comunque alcune brevi riflessioni.

Riflessioni di una persona ormai diversamente giovane, che ha passato una prima vita occupato come medico e una seconda vita come politico, ma entrambe nella sanità pubblica, e quindi di questo soprattutto vi parlerò. Il tema del benessere e degli stili di vita è un tema cruciale e complesso, lo dicevo prima, in cui è difficile distinguere e armonizzare l'interesse per la bellezza, per la salute e per il benessere psicologico con la dimensione sociale, la partecipazione e la moda: ricordiamo che la nutrizione non riguarda solo il fisico, ma la mente, la cultura.

La realtà in cui oggi ci troviamo a vivere propone in molti casi modelli discutibili dal punto di vista della salute, sebbene essi siano dati per assunti; modelli che generano anche una inevitabile confusione nella scelta dei valori da perseguire. È quindi molto difficile circoscrivere il tema, definire in maniera univoca e misurabile cosa siano il benessere e la salute, fissare delle regole valide per tutti. E non dimentichiamo i risvolti che questi fattori hanno sul sistema pubblico, soprattutto oggi che viviamo una difficile congiuntura economica.

Certo, non possiamo neppure abbracciare passivamente l'idea che il mondo migliore è quello in cui tutto è libero ad eccezione di poche cose proibite, piuttosto che un mondo dove tutto è condizionato e dove abbiamo indirizzi precisi su che cosa fare. È chiaro difatti che questo spirito ha un corollario: nessuna libertà individuale può andare a intromettersi nella libertà di un altro. Ecco allora che diventa fondamentale avere dei principi che regolano i comportamenti e definiscono gli spazi di azioni di ciascuno. E soprattutto diventano fondamentali regole a tutela dei soggetti più deboli. Winston Churchill, giustamente, diceva che le leggi non sono buone di per sé, ma che ogni legge è buona se trova una maggioranza, e se quella maggioranza si costituisce sempre nelle contingenze del tempo, e quindi nell'identificazione della cultura, della tradizione e dei propri valori.

In sanità abbiamo uno straordinario scenario in cui l'aspettativa di vita aumenta in tutto il mondo, in cui le conoscenze tumultuosamente cambiano – una volta si diceva ogni dieci anni, ora ancora più rapidamente – e in cui tutto quello che mettono a disposizione l'invenzione e la scienza è sempre meglio e sempre nuovo. Però tutto questo, se da un lato rappresenta una buona notizia, dall'altro pone un problema di sostenibilità enorme, per cui ogni sistema politico è chiamato a fare scelte; scelte che devono richiedere un percorso, che nel campo della salute è quello della prevenzione, della ricerca, della produttività e anche delle cure.

In questo campo sopravvivono ancora paradossi e miti da sfatare. Per esempio una volta si diceva che il diabete e l'obesità erano le malattie dei ricchi; oggi, invece, sono maggiormente presenti nei popoli di minor sviluppo e nelle zone più povere di ogni società. Prima si parlava e si stava molto attenti alle affezioni epidemiche, diffuse; eppure, le malattie non trasmissibili, e quindi non epidemiche, mietono più del 63% di vittime al mondo durante l'anno, e sono determinate fortemente dai buoni o dai cattivi comportamenti. E allora come possiamo fare, dopo queste riflessioni,

a incentivare un buon comportamento, soprattutto in quei contesti in cui è chiara la difficoltà o la completa assenza del ruolo educativo e di indirizzo della famiglia e della scuola?

Ritengo che la comunicazione possa essere un valido strumento di aiuto; certo, mi riferisco ad una comunicazione che non può essere quella del fenomenale verso l'ordinario, del verosimile rispetto alla verità, o quella che è solamente o fortemente spinta dall'interesse economico; dovrà essere forse un po' più noiosa, ma altamente informativa, per fornire le indicazioni essenziali, formare il paziente, raggiungere insomma quello che oggi è un termine che si usa sempre meno, l'educazione.

Ho quindi apprezzato moltissimo lo studio che ha presentato oggi la Bracco. C'è un problema di genere? Mi pare, ahimé, che sia stato riscontrato. E importantissimi risultano essere anche ulteriori parametri quali l'età, il reddito, l'atteggiamento di umore. Questi elementi hanno ripercussioni rilevanti nel fisico, nell'emotività, nel vissuto, nelle modalità e nelle capacità di relazionarsi con gli altri e di compiere scelte.

I risultati dell'indagine parlano chiaro: chi segue comportamenti salutari vive mediamente un anno e otto mesi di più del normale. E su questo naturalmente la politica può fare molto. Una politica che si deve innanzitutto porre il problema dell'accesso alle cure e che deve ridisegnare il welfare. Per portare un esempio voglio citare la nostra legge 104: meravigliosa dal punto di vista civico, ma inadeguata perché, consentitemi il paragone, simile alla lotteria di Capodanno: per cui chi entra è lì per tutta la vita e chi è fuori non può averla mai.

Allora il primo impegno della politica è quello di offrire programmi a basso costo. È molto facile dire si deve fare sport, attività; quando poi i nostri figli hanno come possibilità attuative le società sportive e arrivano a essere una sorta di schiavi moderni dell'agonismo, oppure lo spettacolo sportivo o i centri wellness ad altissimo costo. E allora dovremmo impegnare le nostre amministrazioni, le nostre istituzioni politiche a fare di più. Io sono molto orgoglioso di abitare a Varese, dove esistono opportunità meravigliose come ad esempio fare il giro del lago in bici, percorrere gli antichi tragitti del Sacro Monte e tanto altro ancora che riguarda la cultura.

Altrettanto facile è dire “bisogna mangiare bene”, ma se quel mangiare bene non è consentito dalle tasche, si continuerà a mangiare male. È quindi fondamentale saper creare un meccanismo di requisiti, una precisa trasparenza, una tracciabilità. Su questo è chiaro che la comunicazione sociale è il passo più importante, dove la proibizione deve essere assolutamente sostituita dalla persuasione, e dove si deve avere un rispetto fondamentale dell'arbitro, perché, se l'unico meccanismo è sempre quello di spintonare l'arbitro per ottenere il proprio successo commerciale o economico, non possiamo andare avanti.

Qualcuno ha detto che il segreto del vivere bene è difficile da trovare; questa espressione mi ha fatto venire in mente che noi, sì, guardiamo all'Europa, ma che quest'anno compiamo 150 anni, anni in cui siamo stati indicati come maestri per molti aspetti: l'arte, la cultura del bello, il benessere, la salute. E allora dobbiamo insegnare noi all'Europa, e forse anche al mondo. Dobbiamo forse insegnare che non dobbiamo deflettere sull'articolo 32 della nostra Costituzione, che credo sia unanimemente condiviso e che va difeso a spada tratta.

Abbiamo raggiunto un invidiabile traguardo in Italia: siamo tra i primi Paesi al mondo per aspettativa di vita e credo che anche sulla qualità della stessa ci si possa insegnare poco; però sarà fondamentale mantenere l'autosufficienza, mantenere la capacità di sapere apprezzare e ascoltare tutte le cose che abbiamo detto. La possibilità di avere una concreta diminuzione delle barriere che ci si oppongono.

Sarà necessario un impegno molto forte e corale da parte di una squadra che abbia tutte le competenze e le professionalità, così come bene ha rappresentato il convegno di oggi.

Prima di congedarmi da voi desidero lasciarvi con uno "slogan": invito tutti a fare meno, ma meglio e insieme.

Grazie e buon lavoro. ■

**“Stili di vita, salute e cultura:  
per un nuovo welfare”**

2 dicembre 2011

Sala delle Colonne

Museo Nazionale della Scienza  
e della Tecnologia “Leonardo da Vinci”

via San Vittore 21, Milano

*Progetto editoriale a cura di Fondazione Bracco*

*Redazione editoriale*

Fondazione Bracco

*Progetto Grafico*

Dario Zannier

© 2012 – Fondazione Bracco

Tutti i diritti riservati

[www.fondazionebracco.com](http://www.fondazionebracco.com)

I testi degli interventi sono stati rivisti  
ed autorizzati dai Relatori.

Nessuna parte di questa pubblicazione può essere riprodotta o trasmessa in qualsiasi  
forma o con qualsiasi mezzo elettronico, meccanico o altro senza l'autorizzazione  
scritta dei proprietari dei diritti e dell'editore.

Finito di stampare nel mese di settembre 2012

presso Italgraf, Rubiera (RE)

Printed in Italy



Fondazione Bracco, in collaborazione con Puration, ha deciso di compensare le emissioni di CO<sub>2</sub> generate dal simposio sostenendo il progetto Bon Jesus in Brasile, che rispetta gli standard VCS e Social Carbon di certificazione delle riduzioni di emissioni.