

AL CINEMA CON IL MEDICO DI FAMIGLIA



la città di Pulcinella
ASSOCIAZIONE CULTURALE

II EDIZIONE

25 gen - 07 giu 2013

Napoli

LA CITTA' DI PULCINELLA

QUALCHE PAROLA SUL FORUM

Un amico e collega toscano, dal nome romantico e ottocentesco di quelli che contribuirono a fare "Una" l'Italia, Saffi Giustini, che lavora da anni per migliorare noi medici di famiglia, ha condiviso con i soci della società professionale SIMG a cui sono iscritto questa lettura:

« NON POSSIAMO MISURARE LO SPIRITO NAZIONALE SULLA BASE DELL'INDICE DOW JONES
NÉ I SUCCESSI DEL PAESE SULLA BASE DEL PRODOTTO INTERNO LORDO.

IL PIL COMPRENDE L'INQUINAMENTO DELL'ARIA, LA PUBBLICITÀ DELLE SIGARETTE,
LE AMBULANZE PER SGOMBRARE LE NOSTRE AUTOSTRADE
DALLE CARNEFICINE DEL FINE SETTIMANA...

COMPRENDE PROGRAMMI TELEVISIVI CHE VALORIZZANO LA VIOLENZA
PER VENDERE PRODOTTI VIOLENTI AI BAMBINI.

CRESCE CON LA PRODUZIONE DI NAPALM, MISSILI E TESTATE NUCLEARI.

IL PIL NON TIENE CONTO DELLA SALUTE DELLE NOSTRE FAMIGLIE,
DELLA QUALITÀ DELLA LORO EDUCAZIONE E DELLA GIOIA DEI LORO MOMENTI DI SVAGO.
NON COMPRENDE LA BELLEZZA DELLA NOSTRA POESIA E LA SOLIDITÀ
DEI VALORI FAMILIARI.

NON TIENE CONTO DELLA GIUSTIZIA DEI NOSTRI TRIBUNALI,
NÉ DELL'EQUITÀ DEI RAPPORTI FRA NOI.

NON MISURA NÉ LA NOSTRA ARGUZIA,
NÉ IL NOSTRO CORAGGIO, NÉ LA NOSTRA SAGGEZZA,
NÉ LA NOSTRA CONOSCENZA, NÉ LA NOSTRA COMPASSIONE.

MISURA TUTTO, ECCETTO CIÒ CHE RENDE LA VITA DEGNA DI ESSERE VISSUTA!»

ROBERT KENNEDY
DISCORSO TENUTO IL 18 MARZO 1968 ALLA KANSAS UNIVERSITY

E' quello di cui sono convinto da sempre.

E' un pensiero che ho provato a condividere con voi soci della nostra associazione e con tutti quelli che in qualche modo hanno avuto modo di accostarsi alle attività della Città di Pulcinella.

La "Salute" di un popolo non può essere misurata con indicatori economici.

Questi ultimi condizionano le nostre vite perché gruppi di potere transnazionali e sovranazionali impongono un modello culturale "globalizzante" che è funzionale agli interessi di un Mercato, sempre più spietato, e a uno sviluppo economico sempre più verticale, che crea una base sempre più larga di poveri.

Indicatori quali Pil, Spread, Down Jones, etc. non misurano la felicità di tutte le persone, ma dei pochi straricchi della terra. In questo modello culturale la Salute non può intendersi " come "stato di completo benessere fisico,psichico e sociale ", ma unicamente come assenza di malattia, davanti alla quale anche la morte passa in secondo piano, Le conseguenze di una simile filosofia, le subiamo tutti.

Servizi sanitari sempre più costosi ed insostenibili per rispondere in maniera non sempre appropriata a bisogni non sempre reali, ma indotti.

Ed ancora, in questo modello culturale la prevenzione è delegata esclusivamente ai farmaci, ad alimenti "costruiti" per curare il rischio, ad apparecchi e procedure diagnostiche sempre più sofisticate e a quant'altro possa essere commerciabile ed utile ad arricchire il Mercato della Salute.

E così si perde di vista quello che è la vera prevenzione primaria.

Governare una serie di fattori che, è ormai noto, influiscono sulla salute dei cittadini in in maniera più significativa della malattia stessa: *i determinanti sociali della salute.*

Questi sono stati ben individuati e studiati in uno studio commissionato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità.

The Solid Fact è il titolo originale.

Fatti concreti nella traduzione. Fatti, che vengono nascosti in una nebbia di altri fatti, creati per gli interessi più vari. Fatti sui quali ci andremo ad informare, e sui quali ci confronteremo nei prossimi mesi nel "Forum di Pulcinella".

A questo punto è d'obbligo un chiarimento sull'obiettivo che mi pongo nell'organizzare il cineforum, come qualsiasi altra iniziativa dell'associazione.

Io voglio dare informazioni leali alle persone.

Strumenti cognitivi che le metta in condizione di guardare la realtà da un altro punto di vista.

Lavoro, insieme a chi mi è vicino, al tentativo di coltivare piccole zolle di società civile, nelle quali il seme del dubbio possa far germogliare il frutto della consapevolezza che un mondo migliore, diverso, più equo, più sostenibile, è possibile, ma solo con l'apporto di tutti.

Questa è la mia maniera per continuare a sperare. Questa è la mia unica maniera di fare politica.

Tutto questo non prescinde da quello che io considero essere il mio ruolo di medico di famiglia.

Di certo mi si dirà si può fare di più e di meglio.

E' quello che mi auguro per tutte le persone che amo. Che ci sia tanta gente che possa fare di più e di meglio per cambiare il PIL delle nostre vite.

Mi piace chiudere questa premessa così come ho cominciato. Con una citazione di un sacerdote, Gennaro Matino, che mi ha fatto sentire meno solo nella speranza.

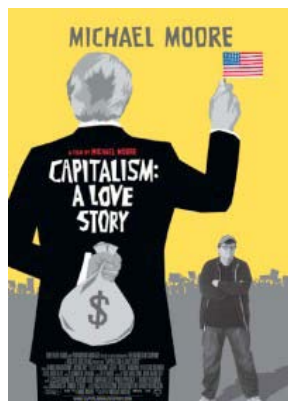
Da " Economia della crisi":

" IO VOGLIO GUARDARE CON FIDUCIA E OTTIMISMO AL 2013 COME L'ANNO DELLA RINASCITA IN CUI, LIBERI DA OGNI SOVRASTRUTTURA, SI È PRONTI A INVESTIRE IN VALORI ANTICHI E SEMPRE NUOVI PER RESTITUIRE L'UOMO A SE STESSO. E CHI SA SE NEL 2013 SARÀ DAVVERO AVVENUTA LA FINE DEL MONDO , ANZI, LA FINE DI UN MONDO , UN MONDO SBAGLIATO CHE LASCIANDO L'UOMO SOLO CON SE STESSO HA DIMENTICATO DI COLTIVARE LE PAROLE DELL'AMICIZIA, DELLA SOLIDARIETÀ, DELLA GIUSTIZIA CHE RIEMPIONO IL CUORE E GENERANO PACE."

Napoli, 12 gennaio 2013

Ciro Brancati

CAPITALISM: A LOVE STORY MICHAEL MOORE



25 GENNAIO 2013

THE SOLID FACT - I FATTI CONCRETI

Mentre le cure mediche possono prolungare la sopravvivenza e migliorare la prognosi di alcune gravi malattie, risultano molto più importanti, per la salute della popolazione nel suo complesso, quelle condizioni sociali ed economiche che fanno ammalare le persone e che le portano alla necessità di richiedere cure mediche.

FAST FOOD NATION RICHARD LINKLATER



9 FEBBRAIO 2013

IL CIBO

Poiché le forze del mercato globale controllano la disponibilità del cibo, la sana alimentazione è una questione politica.

LA KRYPTONITE NELLA BORSA IVAN COTRONEO



22 FEBBRAIO 2013

GLI INIZI DELLA VITA

Un buon inizio di vita significa sostegno alle madri e ai bambini: l'impatto sulla salute dello sviluppo e dell'educazione dei primi momenti durano per tutta la vita.

SI PUO' FARE GIULIO MANFREDONIA



8 MARZO 2013

IL GRADIENTE SOCIALE

La speranza di vita è più breve e la maggior parte delle malattie sono più frequenti ai livelli più bassi della scala sociale di ogni società.

Le politiche per la salute devono affrontare i determinanti sociali ed economici della salute.

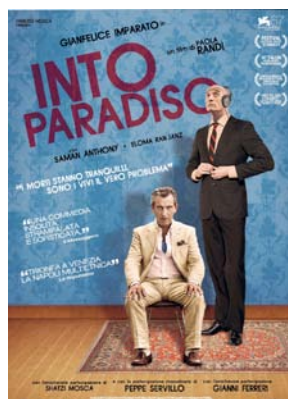


MATER NATURA
MASSIMO ANDREI

22 MARZO 2013

L'ESCLUSIONE SOCIALE

La durata della vita è breve dove la qualità è scadente. Causando privazione e risentimento, la povertà, l'esclusione sociale e la discriminazione hanno un costo in vite umane.



INTO PARADISO
PAOLA RANDI

5 APRILE 2013

IL SOSTEGNO SOCIALE

Amicizia, buone relazioni sociali e forti reti di sostegno migliorano la salute in casa, al lavoro e nella comunità.



GORBACIOF
STEFANO INCERTI

19 APRILE 2013

LE DIPENDENZE

Sono le singole persone a fare uso di alcol, droghe e tabacco e a subirne i danni, ma il consumo di queste sostanze è influenzato da un contesto sociale più ampio.



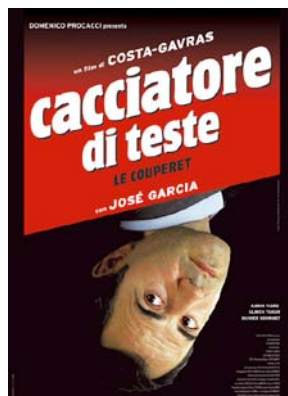
BASILICATA COAST TO COAST
ROCCO PAPALEO

3 MAGGIO 2013

I TRASPORTI

Trasporto salubre significa spostarsi di meno in automobile e di più a piedi e in bicicletta, supportati da un migliore trasporto pubblico.

CACCIATORE DI TESTE COSTA-GAVRAS



17 MAGGIO 2013

LA DISOCCUPAZIONE

La sicurezza del lavoro favorisce la salute, il benessere e la soddisfazione per il lavoro stesso. Più i tassi di disoccupazione sono alti, più sono causa di malattia e di morte prematura.

TERRA MADRE ERMANNOLMI



31 MAGGIO 2013

IL LAVORO

Lo stress sul posto di lavoro aumenta il rischio di sviluppare malattie. Le persone che hanno un maggior controllo sul proprio lavoro godono di un migliore stato di salute.

IT'S A WONDERFUL LIFE FRANK CAPRA



7 GIUGNO 2013

STRESS

Le condizioni di stress, che fanno sentire le persone preoccupate, ansiose e incapaci di reagire, sono dannose per la salute e possono portare a morte prematura.

IDETERMINANTI SOCIALI DELLA SALUTE _ FATTI CONCRETI

A cura di Richard Wilkinson e Michael Marmot

Presentazione

È ormai convinzione consolidata che la salute costituisca un aspetto fondamentale della qualità della vita degli individui, ma anche un bene essenziale per lo sviluppo sociale ed economico.

I fattori politici, economici, sociali, culturali, ambientali, comportamentali e biologici possono favorirla così come possono lederla.

Per questo gli individui e i gruppi possono diventare soggetti attivi nel perseguimento di uno stato di buona salute, quando sono in grado di identificare e realizzare le proprie aspirazioni, di soddisfare i propri bisogni, di modificare l'ambiente o di adattarvi.

In questa logica la promozione della salute non è responsabilità esclusiva del settore sanitario, ma è opportuno che coinvolga anche i settori che influiscono sulla salute stessa con un approccio "intersettoriale" che preveda, cioè, l'intervento, la collaborazione e il coordinamento di settori diversi dalla sanità (istruzione, cultura, trasporti, sport, agricoltura, turismo, ecc.) per realizzare iniziative in grado di migliorare lo stato di salute della popolazione.

Accreditati studi internazionali hanno effettuato una stima quantitativa dell'impatto di alcuni fattori sulla longevità delle comunità, utilizzata come indicatore indiretto della salute.

I fattori socio-economici e gli stili di vita, contribuiscono per il 40-50%, lo stato e le condizioni dell'ambiente per il 20-30%, l'eredità genetica per un altro 20-30% e i servizi sanitari per il 10-15%.

Il gradiente socio-economico risulta essere il più rilevante fattore esplicativo della quantità di vita (e probabilmente della qualità) e di conseguenza più importante di altri fattori come, ad esempio, il contributo dei sistemi sanitari.

Infatti, quando si valutano e si comparano i risultati dei sistemi sanitari in termini di longevità delle popolazioni di riferimento, si vede come, tra i Paesi industrializzati avanzati, che garan-

tiscono un accesso equo ai servizi, non esiste praticamente nessuna correlazione tra la spesa (e quindi le disponibilità di servizi e operatori) e la speranza di vita.

Questo fatto non deve in effetti sorprendere perché, come visto, altri fattori sono più atti a produrre "longevità" e quindi a spiegare tali differenze.

È in questa logica che abbiamo deciso di rendere disponibile in lingua italiana la sintesi di un importante studio coordinato dai professori Michael Marmot e Richard Wilkinson che ha avuto l'approvazione dell'Ufficio Regionale per l'Europa dell'Organizzazione Mondiale della Sanità che ne ha curato la diffusione in tutta la Regione europea.

Mi auguro che la pubblicazione possa costituire uno stimolo affinché ciascuno rifletta su ciò che può fare a livello personale e a livello sociale per perseguire l'obiettivo del miglioramento della salute propria e della comunità in cui vive.

Dott. Remo Andreolli
Assessorato Provinciale alle Politiche
per la Salute di Trento 2006

La necessità e la richiesta di evidenze scientifiche chiare per informare e sostenere le scelte politiche non sono mai state così grandi.

Il campo dei determinanti sociali della salute è forse il più complesso e stimolante.

Si occupa degli aspetti chiave della vita delle persone, del loro lavoro e degli stili di vita.

Si occupa delle conseguenze delle politiche economiche e sociali e dei benefici che possono derivare dalle politiche di investimento nella salute...

Il nostro scopo è quello di promuovere la consapevolezza, il dibattito informato e, soprattutto, le azioni.

Desideriamo ripetere il successo della prima edizione che è stata tradotta in 25 lingue ed è stata utilizzata dai decisori politici a tutti i livelli, dai professionisti della salute ai ricercatori universitari, in tutta la Regione Europea e oltre.

La buona notizia è che nel momento attuale un crescente numero di Stati Membri sta sviluppando politiche e programmi che intendono affrontare in modo esplicito le cause fondamentali dei problemi di salute, le disuguaglianze di salute e i bisogni di coloro che si trovano in uno stato di povertà e di svantaggio sociale.

Questa pubblicazione è stata realizzata attraverso una stretta collaborazione fra il Centro per la Salute Urbana dell'OMS e il Centro Internazionale per la Salute e la Società dell'University College di Londra in Gran Bretagna. Desidero esprimere la mia gratitudine al Professor Richard Wilkinson e al Professor Sir Michael Marmot, che hanno curato il lavoro e ringraziare i componenti del gruppo scientifico che ha contribuito alla sua realizzazione.

Sono convinto che costituirà uno strumento prezioso per allargare la comprensione e per stimolare il dibattito e l'azione nei confronti dei determinanti sociali della salute.

Agis D. Tsouros Responsabile del Centro per la Salute Urbana dell'Ufficio Regionale per l'Europa dell'OMS.

Che cos' è L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) ?

E' un'agenzia specializzata dell'Organizzazione delle Nazioni Unite istituita nel 1948 con la funzione di dare indirizzi e di coordinare le attività internazionali in materia di salute e sanità pubblica.

Una delle funzioni costitutive dell'OMS è quella di fornire informazioni e pareri oggettivi e affidabili nel campo della salute umana, compito che viene in parte realizzato attraverso il programma editoriale.

Attraverso le proprie pubblicazioni, l'OMS cerca di dare sostegno alle strategie nazionali orientate alla salute e di affrontare i problemi di sanità pubblica più urgenti.

L'Ufficio Regionale per l'Europa dell'OMS è uno dei sei uffici che operano nel mondo, ciascuno dei quali ha uno specifico programma orientato ai problemi specifici degli stati di riferimento.

La Regione Europea è popolata da circa 870 milioni di persone che vivono in un'area che si estende dalla Groenlandia a nord al Mediterraneo a sud, fino alle sponde dell'Oceano Pacifico della Federazione Russa.

Per questo motivo il programma europeo dell'OMS affronta sia i problemi caratteristici delle società industriali e post-industriali che quelli che caratterizzano le nuove democrazie dell'Europa Centrale e Orientale nonché dei paesi che facevano parte dell'ex Unione Sovietica.

Al fine di assicurare la più ampia disponibilità di informazioni autorevoli e di guida in materia di salute, l'OMS assicura una capillare distribuzione delle proprie pubblicazioni, incoraggiandone la traduzione e l'eventuale adattamento.

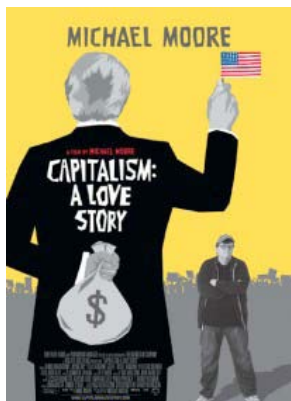
Aiutando a promuovere e a proteggere la salute e a prevenire e controllare le malattie, le pubblicazioni dell'OMS contribuiscono a conseguire il principale obiettivo dell'Organizzazione: il raggiungimento per tutta la popolazione del miglior livello di salute possibile.

Questa pubblicazione è un'iniziativa del Centro OMS per la Salute Urbana (Centre for Urban Health)

che ha sede presso l'Ufficio Regionale per l'Europa dell'OMS. Il compito tecnico più importante del WCentro consiste nello sviluppo di strumenti e di materiali nell'ambito delle politiche per la salute, della pianificazione integrata per la salute e per lo sviluppo sostenibile, dell'urbanistica, della governance e del sostegno sociale. Il Centro ha la responsabilità del programma Città Sane e governance urbana.

CAPITALISM: A LOVE STORY

MICHAEL MOORE



25 GENNAIO 2013

THE SOLID FACT - I FATTI CONCRETI

Mentre le cure mediche possono prolungare la sopravvivenza e migliorare la prognosi di alcune gravi malattie, risultano molto più importanti, per la salute della popolazione nel suo complesso, quelle condizioni sociali ed economiche che fanno ammalare le persone e che le portano alla necessità di richiedere cure mediche.

IDETERMINANTISOCIALI

SINOSSI

“Abbiamo deciso di parlare della crisi economica, di non spaventarci di niente, di dire le cose che dovevano essere dette. Abbiamo cercato di fare un buon film, per far divertire le persone che vanno a vederlo il venerdì sera. Il sogno americano è stato usato come una propaganda e per questo motivo siamo in questa situazione? Moore: La bella cosa del sogno americano è credere agli Stati Uniti democratici ed alla giustizia. Credo che sia difficile chiamare una cosa "democrazia" quando l'economia controlla le vite della gente, non c'è niente di democratico.” (M.MOORE)

Anche nei Paesi più ricchi, le persone meno fortunate sono più colpite dalle malattie e hanno una speranza di vita significativamente più breve rispetto alle persone ricche.

Queste disuguaglianze nella salute non solo costituiscono una grave ingiustizia sociale, ma hanno attirato l'attenzione degli studiosi su alcuni dei più potenti determinanti della salute nelle società moderne.

In particolare hanno portato ad una crescente consapevolezza della significativa influenza sulla salute dell'ambiente sociale e di quelli che sono conosciuti come determinanti sociali.

I dieci temi trattati includono l'importanza che i determinanti della salute che agiscono durante la prima infanzia hanno per tutto il resto della vita e gli effetti della povertà, delle droghe, delle condizioni di lavoro, della disoccupazione, del sostegno sociale, del cibo sano e delle politiche dei trasporti.

In ciascun ambito ci si concentrerà sul ruolo che le politiche pubbliche possono svolgere nel modellare l'ambiente sociale con caratteristiche orientate al miglioramento della salute: tale prospettiva verrà mantenuta sia trattando i fattori comportamentali, come la qualità della genitorialità, la nutrizione, l'attività fisica o l'abuso di sostanze, ovvero trattando problemi di carattere più strutturale, come la disoccupazione, la povertà e l'esperienza lavorativa.

Ciascuno di questi capitoli contiene un breve riassunto di risultati validati da specifiche ricerche, seguiti da un elen-

co di interventi implementabili dalle politiche pubbliche. Alla fine di ciascun capitolo si potranno trovare alcuni riferimenti bibliografici, anche se una più completa disamina delle evidenze scientifiche si può trovare nel volume "Social determinants of health" (Marmot M. Wilkinson RG, eds. Oxford, Oxford University Press, 1999 - 2a edizione - 2005), che fu preparato per accompagnare la prima edizione de I determinanti sociali della salute.

Un tempo si pensava che le politiche per la salute si dovessero occupare esclusivamente dell'erogazione e del finanziamento dell'assistenza medica o poco più: i determinanti sociali della salute erano oggetto di discussione solo negli ambienti accademici.

Adesso le cose stanno cambiando.

Mentre le cure mediche possono prolungare la sopravvivenza e migliorare la prognosi di alcune gravi malattie, risultano molto più importanti, per la salute della popolazione nel suo complesso, quelle condizioni sociali ed economiche che fanno ammalare le persone e che le portano alla necessità di richiedere cure mediche.

Come mai in una nuova pubblicazione sui determinanti della salute, non si parla di genetica?

Le recenti scoperte sul genoma umano sono molto promettenti per lo sviluppo delle conoscenze di specifiche malattie e per il loro trattamento.

Ma per quanto importante sia la predisposizione genetica individuale per lo sviluppo di malattie, le cause più frequenti delle malattie delle popolazioni sono di origine ambientale: esse, riflettendo i cambiamenti nei nostri stili di vita, si modificano con molta rapidità rispetto alla

lentezza con la quale avvengono i mutamenti genetici.

È per questo che la speranza di vita è considerevolmente aumentata nelle ultime generazioni; è per questo che in alcuni stati europei la salute è migliorata, mentre in altri è peggiorata, ed è per questo che le differenze nella salute fra gruppi sociali differenti sono aumentate o diminuite a seconda di come sono cambiate le condizioni sociali ed economiche.

Le evidenze su cui la presente pubblicazione si basa derivano da un ampio numero di rapporti di ricerca – in tutto qualche migliaio. Alcuni degli studi hanno utilizzato il metodo prospettico, talvolta seguendo decine di migliaia di persone per decenni – qualche volta fin dalla nascita.

Altri hanno utilizzato indagini trasversali e hanno studiato dati individuali, geografici, nazionali e internazionali.

Le difficoltà che qualche volta sono sorte (forse nonostante gli studi di follow-up) nella individuazione dei rapporti causali, sono state superate utilizzando le evidenze derivanti dagli studi sul campo, dai cosiddetti esperimenti naturali e dallo studio di altre specie di primati.

Ciononostante, dal momento che la salute e i principali determinanti variano ampiamente in relazione ai livelli di sviluppo economico, il lettore deve essere informato che la maggior parte delle evidenze su cui la pubblicazione si basa, provengono da Paesi ricchi e sviluppati e pertanto la loro applicabilità a Paesi meno sviluppati può essere limitata.

Il nostro scopo è quello di fare in modo che la politica e i processi decisionali a tutti i livelli – presso i governi, nelle istituzioni pubbliche e private, sui luoghi di lavoro, nelle comunità – tengano in debita considerazione le recenti evidenze che suggeriscono la presa in carico della responsabilità di creare delle società sane.

Tuttavia una pubblicazione breve come la presente non può avere l'ambizione di costituire una guida completa ai determinanti della salute pubblica.

Parecchie aree delle politiche per la salute, come la necessità di proteggere la popolazione dall'esposizione a sostanze tossiche, non sono state trattate perché sono già note (sebbene spesso non adeguatamente messe in atto). Poiché anche le raccomandazioni al cambiamento dei comportamenti individuali costituiscono un approccio alla promozione della salute ben conosciuto e poiché le evidenze dimostrano che esse hanno talvolta un effetto limitato, è poco quello che le persone possono fare individualmente per migliorare la propria salute.

In ogni caso enfatizzeremo la necessità di comprendere come il comportamento sia la risultante dell'ambiente e, in coerenza con l'approccio alla salute a mezzo dei suoi

determinanti, insisteremo sulla necessità di realizzare quei cambiamenti ambientali che portano ad un comportamento più sano.

Dal momento che questa pubblicazione è composta dai contributi di esperti accreditati in ogni campo, ciò che risulta evidente è il fatto che tutti i capitoli convergono sulla necessità di sviluppare una società più giusta e in grado di prendersi cura dei cittadini – sia dal punto di vista economico che da quello sociale.

La combinazione di economia, sociologia e psicologia con la neurobiologia e la medicina, dimostra l'importanza dell'interazione fra svantaggi materiali e significati sociali. Non sono semplicemente le condizioni di deprivazione materiale a essere dannose per la salute; è importante anche il significato sociale dell'essere poveri, disoccupati, socialmente esclusi o stigmatizzati in altro modo. In quanto esseri sociali, non solo abbiamo bisogno di buone condizioni materiali, ma dall'infanzia in poi, abbiamo altresì la necessità di sentirci valutati e apprezzati.

Abbiamo bisogno di amici, di società amiche, di sentirci utili e di esercitare un maggior controllo sul lavoro che svolgiamo.

In mancanza di ciò siamo maggiormente soggetti alla depressione, all'uso di droghe, all'ansia, a sentimenti di ostilità e di disperazione che si ripercuotono sulla salute fisica.

Nutriamo la speranza che affrontando alcune delle ingiustizie materiali e sociali, le politiche miglioreranno non solo la salute e il benessere, ma ridurranno anche una serie di problemi sociali che si sviluppano accanto alla cattiva salute e affondano le radici nei medesimi processi socioeconomici.

Richard Wilkinson e Michael Marmot

FAST FOOD NATION

RICHARD LINKLATER

9 FEBBRAIO 2013



Poiché le forze del mercato globale controllano la disponibilità del cibo, la sana alimentazione è una questione politica.

IL CIBO

SINOSSI

Il direttore marketing della Mickey's Food Restaurants (una catena di fast food) si trova a dover lasciare il suo comodo ufficio in California per raggiungere il luogo dove si trova l'industria che macella le bestie e produce gli hamburger che fanno la fortuna della sua impresa commerciale. C'è infatti il sospetto che la carne non sia igienicamente a norma. Nello stabilimento di macellazione lavorano numerosi immigrati messicani giunti negli States illegalmente. Il film segue le loro vicende e quelle del manager.

Richard Linklater si è ispirato al libro-inchiesta omonimo scritto da Eric Schlosser. Invece di trasformarlo in un documentario ha deciso di trarne una fiction con numerosi attori importanti. Dopo SuperSize Me parte un altro attacco contro le catene di fast food.

Se queste si giustificano dicendo che è grazie a loro che i meno abbienti possono nutrirsi di carne a un prezzo contenuto, Linklater non è dello stesso avviso. Decide di dirlo seguendo un doppio binario. Segue il percorso della carne animale mostrando l'immacolata asepticità degli spazi in cui la si macella ma anche la scelta di parti di scarto finalizzate alla produzione degli hamburger. Ma, e questo rafforza la denuncia, segue anche la strada che la 'carne' umana (lavoratori clandestini) si trova costretta a percorrere tra umiliazioni, rischi fisici e necessità per le donne di piegarsi ai voleri dei maschi che possono decidere del loro futuro.

Ciò che è noto

Una buona dieta e un adeguato apporto alimentare sono essenziali per promuovere la salute e il benessere.

La scarsità e la mancanza di varietà del cibo causano malattie da malnutrizione e da carenze.

L'alimentazione eccessiva (anch'essa una forma di malnutrizione) contribuisce all'insorgere di malattie cardiovascolari, diabete, cancro, malattie degenerative dell'occhio, obesità e carie dentali.

La povertà alimentare convive fianco a fianco con la sovrabbondanza di cibo. La disponibilità e il costo accessibile del cibo sano e nutriente sono una questione fondamentale per la salute pubblica.

La possibilità di disporre di cibo buono a un costo accessibile incide sul tipo di alimentazione più di quanto faccia l'educazione alla salute.

La crescita economica e i miglioramenti nelle condizioni abitative e sanitarie hanno prodotto la transizione epidemiologica dalle malattie infettive a quelle croniche.

Parallelamente a questa transizione se ne è avuta una nutrizionale in quanto l'alimentazione, specialmente nell'Europa occidentale, si è orientata verso un superconsumo di grassi e zuccheri ipercalorici, causando un aumento dell'obesità, che, contemporaneamente, è di-

ventata più comune nei ceti poveri che in quelli ricchi.

Oggi il commercio mondiale degli alimenti ha un giro d'affari enorme.

L'Accordo Generale sulle Tariffe e il Commercio (General Agreement on Tariffs and Trade – GATT) e la Politica Agricola Comune (PAC) dell'Unione Europea permettono alle forze del mercato globale di modellare a proprio piacimento il commercio alimentare.

Ventidue le commissioni internazionali che determinano gli standard di qualità e di sicurezza degli alimenti, come il Codex Alimentarius, mancano di rappresentanti delle organizzazioni sanitarie pubbliche, mentre sono forti gli interessi dell'industria alimentare.

La produzione locale di cibo può essere più sostenibile, più accessibile e di sostegno all'economia locale.

Le condizioni sociali ed economiche determinano, nella qualità della dieta, un gradiente sociale che contribuisce alle disuguaglianze nel campo della salute.

A questo riguardo, la disparità maggiore tra le classi sociali riguarda l'origine degli alimenti.

In molti Paesi, i ceti poveri tendono a sostituire gli alimenti freschi con quelli lavorati, meno cari.

Cibi a elevato contenuto di grassi sono frequenti nella dieta di tutti i gruppi sociali.

Le persone a basso reddito, come le giovani coppie, gli anziani e i disoccupati, trovano più difficoltà a nutrirsi bene. Gli obiettivi dietetici per la prevenzione delle malattie croniche pongono l'accento sulla necessità di consumare più verdura fresca, frutta, legumi e amidacei poco lavorati, e meno grassi animali, zuccheri raffinati e sale. Su questi obiettivi dietetici si sono trovati d'accordo più di cento commissioni di esperti.

Implicazioni politiche

Le agenzie governative locali, nazionali e internazionali, le organizzazioni non governative e l'industria alimentare dovrebbero garantire:

_L'integrazione degli obiettivi di sanità pubblica nel sistema alimentare, allo scopo di fornire alimenti freschi, nutrienti e accessibili a tutti, e in particolare ai più deboli;

_Un processo decisionale democratico e trasparente e la corresponsabilizzazione in tutte le normative alimentari, con la partecipazione di tutti i soggetti coinvolti, compresi i consumatori;

_L'incoraggiamento dell'agricoltura sostenibile e dei metodi di produzione alimentare che salvaguardino le risorse naturali e l'ambiente;

_Il potenziamento della cultura della sana alimentazione (specialmente attraverso l'educazione nella scuola) per favorire la conoscenza degli alimenti e della nutrizione, delle tecniche culinarie, degli alimenti naturali e della valenza sociale che hanno la preparazione e il consumo del cibo in compagnia.

_La disponibilità di informazioni utili (rivolte soprattutto ai bambini) sugli alimenti, la dieta e la salute;

_L'uso di valori nutritivi di riferimento validati scientificamente e di linee guida dietetiche riferite ai cibi, per facilitare lo sviluppo e l'incremento delle politiche alimentari e nutrizionali.

LA KRYPTONITE NELLA BORSA

IVAN COTRONEO



22 FEBBRAIO 2013

Un buon inizio di vita significa sostegno alle madri e ai bambini: l'impatto sulla salute dello sviluppo e dell'educazione dei primi momenti durano per tutta la vita.

GLI INIZI DELLA VITA

SINOSSI

Napoli 1973. Sansone, un sensibile bambino di 9 anni impacciato e occhialuto, vive in una famiglia alquanto "scombinata". Sua madre Rosaria è depressa e chiusa in un angosciante silenzio per i tradimenti del marito commerciante. A distrarre Peppino ci pensano i giovani e irrequieti zii, Salvatore e Titina, che lo coinvolgono nelle loro vite.

Ma il più grande amico di Peppino è suo cugino Gennaro, un tipo strano che si crede Superman. Quando il cugino muore improvvisamente investito da un autobus, Peppino, lo "resuscita" con la fantasia e lo fa vivere nel suo quotidiano come supereroe e maestro di vita. Grazie ai suoi 'consigli' Peppino affronterà le vicissitudini quotidiane, imparerà a valorizzare la diversità, e si avvicinerà al complicato mondo degli adulti.

Ciò che è noto

Ricerche sul campo e studi basati sull'osservazione mostrano come i fondamenti della salute degli adulti hanno radici nella prima infanzia e nel periodo prenatale. Una crescita ritardata e uno scarso sostegno emozionale generano un rischio permanente di cattiva salute fisica riducendo, nell'età adulta, il funzionamento fisico, cognitivo ed emozionale.

Precoci esperienze negative e crescita lenta diventano, nel processo di sviluppo, parte della biologia e formano la base del capitale biologico e umano dell'individuo, che a sua volta, influenza la salute lungo tutto il corso della vita. Condizioni negative durante la gravidanza sono causa di uno sviluppo non ottimale del feto attraverso una catena che può includere, nel corso della gestazione, carenze nutrizionali, stress materno, una maggiore probabilità di fumare e di uso di droghe e alcol, una insufficiente attività fisica e una inadeguata cura prenatale.

Uno scarso sviluppo del feto costituisce un rischio per la vita futura.

Le esperienze dell'infanzia sono importanti per le condizioni future di salute a causa della ininterrotta malleabilità dei sistemi biologici. Poiché gli aspetti cognitivi, emozionali e sensoriali programmano le reazioni del cervello, legami affettivi insicuri accompagnati da scarsità di stimoli, possono portare a una riduzione del desiderio di imparare, al raggiungimento di bassi livelli di istruzione, a comportamenti problematici e, nell'età adulta, al rischio di

marginalizzazione.

Abitudini associate alla buona salute, come l'alimentazione consapevole, l'attività fisica e il non fumare sono associate agli esempi avuti in famiglia, dal gruppo dei pari nonché da una buona istruzione.

Una crescita fisica lenta o ritardata durante l'infanzia è associata a un ridotto sviluppo della funzionalità cardiovascolare, respiratoria, pancreatica e renale che aumenta il rischio di malattia nell'età adulta.

Implicazioni politiche

I rischi corsi dai bambini nel corso dello sviluppo sono significativamente maggiori per chi si trova in condizioni socioeconomiche critiche, e possono essere ridotti mediante il miglioramento della prevenzione prima della prima gravidanza e per le madri e i bambini nel periodo prenatale e postatale, migliorando le strutture assistenziali per l'infanzia e gli ambulatori scolastici, nonché i livelli di istruzione dei genitori e dei figli.

Tali programmi di salute ed educazione conseguono benefici diretti.

Aumentano la consapevolezza dei genitori relativamente ai bisogni dei figli e alla loro capacità di acquisire informazioni circa la salute e lo sviluppo, migliorando, nel contempo, la fiducia dei genitori nell'efficacia della loro azione.

Le politiche per migliorare la salute dell'infanzia devono tendere a:

_Aumentare il livello complessivo di istruzione e garantire uguali opportunità di accesso all'istruzione al fine di migliorare, stabilmente, la salute delle madri e dei bambini;

_Fornire una sana alimentazione, l'educazione alla salute, servizi di prevenzione nonché adeguate risorse sociali ed economiche prima della prima gravidanza, durante la gestazione e l'infanzia, al fine di migliorare la crescita e lo sviluppo prenatale e infantile, riducendo il rischio di malattia e malnutrizione;

_Offrire la garanzia che le relazioni genitori-figli siano sostenute fin dalla nascita, attraverso visite domiciliari e incoraggiando positive relazioni con la scuola con lo scopo di aumentare la conoscenza dei bisogni emozionali e cognitivi dei figli, per stimolare lo sviluppo cognitivo e il comportamento sociale dei bambini e per prevenire il maltrattamento dei minori.

1 L'Unità

C'è stato un tempo, a cavallo tra gli anni Sessanta e Settanta, in cui Napoli era luminosa, colorata, vivace, attraversata da mille influssi, avvolta dalle sue tante contraddizioni e contaminazioni, felicemente orgiastica, sicuramente verticale, proletaria e sotto-proletaria, una città con ancora un popolo, piena di bambini, di povertà e di mense, di vicoli malavitosi e impuniti, una Napoli ancora ingenua, sempre incurante del futuro, sorda al domani.

Il cielo plumbeo che l'avrebbe attesa al varco dei decenni, fino a questo presente cupo e grigio, sembrava non potersi formare, sempre sciolto dalla pozione magica di incredulo ottimismo e molesto disfattismo.

Questa è stata, un tempo, una città.

Questa è la Napoli descritta da Ivan Cotroneo in 'La kryptonite nella borsa' (passato con successo al Festival di Roma e oggi nelle sale). È un film di strana bellezza perché si sostituisce alla nostalgia, portandoci nel cuore di un sentimento ancora pulsante. Quello di Cotroneo non è un viaggio nel tempo ma è il viaggio dentro l'emozione ancora viva di un momento specifico della vita, quando ancora bambini tutto sembra deforme e strano, ambiguo e alterno, e sempre senza una vera ragione.

SI PUO' FARE

GIULIO MANFREDONIA



8 MARZO 2013

La speranza di vita è più breve e la maggior parte delle malattie sono più frequenti ai livelli più bassi della scala sociale di ogni società.

Le politiche per la salute devono affrontare i determinanti sociali ed economici della salute.

IL GRADIENTE SOCIALE

SINOSSI

Milano, primi anni '80.

Nello è un sindacalista dalle idee troppo avanzate per il suo tempo. Ritenuto scomodo all'interno del sindacato viene allontanato e "retrocesso" al ruolo di direttore della Cooperativa 180, un'associazione di malati di mente liberati dalla legge Basaglia e impegnati in (inutili) attività assistenziali. Trovandosi a stretto contatto con i suoi nuovi dipendenti e scovate in ognuno di loro delle potenzialità, decide di umanizzarli coinvolgendoli in un lavoro di squadra. Andando contro lo scetticismo del medico psichiatra che li ha in cura, Nello integra nel mercato i soci della Cooperativa con un'attività innovativa e produttiva

Ciò che è noto

Condizioni sociali ed economiche disagiate possono caratterizzare l'intera vita. Le persone che si trovano negli strati inferiori della piramide sociale di solito hanno un rischio almeno doppio di essere colpiti da malattie e morte prematura rispetto a chi si trova vicino al vertice.

Inoltre tali effetti non sono confinati solamente alla classe dei poveri: il gradiente sociale della salute attraversa l'intera società, in modo tale che perfino negli impiegati di classe media, chi si trova nelle posizioni inferiori è colpito da molte più malattie e da morte prematura rispetto a coloro che si trovano nelle posizioni superiori.

Cause materiali e psicosociali contribuiscono alle differenze descritte e i loro effetti si estendono alla maggior parte delle malattie e delle cause di morte. Gli svantaggi assumono molte forme e possono essere assoluti o relativi.

Possono comprendere la mancanza di risorse familiari, un'istruzione carente, un lavoro precario, lo svolgimento per lungo tempo di un'attività lavorativa rischiosa o senza prospettive, l'abitare in case fatiscenti, il cercare di tirar su una famiglia in condizioni difficili e il vivere con una pensione inadeguata.

Questi svantaggi tendono a concentrarsi negli stessi gruppi di persone, e le loro conseguenze si accumulano durante la vita.

Più a lungo le persone vivono in condizioni economiche e sociali caratterizzate da stress, maggiori sono le con-

dizioni di degrado, e meno probabilmente esse potranno godere una vecchiaia in salute.

Implicazioni politiche

Se la politica non riesce ad affrontare questi aspetti, non solo non si occupa sufficientemente di quelli che sono i più importanti determinanti della salute nelle società moderne, ma trascura, in modo particolare, uno degli aspetti più rilevanti della giustizia sociale che le società moderne devono affrontare.

_La vita si sviluppa in una serie di transizioni critiche: cambiamenti emozionali e materiali nella prima infanzia, il passaggio dall'educazione primaria a quella secondaria, l'ingresso nel mondo del lavoro, l'abbandono della famiglia di origine e la costruzione di una propria famiglia, il cambiamento del lavoro e l'affrontare un possibile esuberante e, alla fine, il pensionamento.

Ciascuno di questi cambiamenti può avere un impatto sulla salute spingendo le persone su percorsi più o meno favorevoli. Dal momento che le persone che si sono trovate in precedenti condizioni di disagio sono maggiormente a rischio in ciascuno di questi momenti di transizione, le politiche sociali non solo devono fornire reti di protezione, ma anche iniziative per compensare gli svantaggi precedenti.

_La buona salute implica la riduzione dei livelli di fallimento scolastico, la diminuzione del lavoro precario e della disoccupazione, il miglioramento degli standard

abitativi. Le società che mettono tutti i cittadini nelle condizioni di interpretare un ruolo pieno e utile nel contesto della vita sociale, economica e culturale saranno nel complesso più sane di quelle in cui le persone affrontano l'insicurezza, l'esclusione e la deprivazione.

_Altri capitoli di questa pubblicazione riguardano aree di politiche specifiche e offrono indicazioni per il miglioramento della salute e la contestuale riduzione del gradiente sociale della salute.

MATER NATURA

MASSIMO ANDREI

22 MARZO 2013



La durata della vita è breve dove la qualità è scadente. Causando privazione e risentimento, la povertà, l'esclusione sociale e la discriminazione hanno un costo in vite umane.

L'ESCLUSIONE SOCIALE

SINOSSI

Desiderio è un giovane transessuale napoletano che si innamora, ricambiato, di Andrea. Tutto sembra andare per il verso giusto, Desiderio abbandona la vita di strada e inizia a fare progetti per il futuro ma, inaspettatamente, Andrea lo lascia per sposarsi con Maria. Gli amici Europa e Massimino, anche loro afflitti da numerosi problemi, cercano di consolare Desiderio. La situazione precipita quando un evento drammatico cambia per sempre la vita di tutti. La voglia di ribellarsi al sistema e allo stesso tempo il desiderio di farsi accettare dalla società, spinge i protagonisti all'ombra del Vesuvio, dove realizzano Mater Natura, un'azienda agricola dove poter coltivare la terra e allo stesso tempo fare "trans vesuvian counseling", consulenze psicologiche per uomini in crisi.

La povertà, la deprivazione e l'esclusione sociale esercitano un impatto importante sulla salute e sulla morte prematura, e le probabilità di vivere in condizioni di miseria si concentrano pesantemente in specifici gruppi sociali. La povertà assoluta – la mancanza delle risorse elementari per vivere – continua ad esistere perfino negli Stati più ricchi d'Europa.

I disoccupati, parecchie minoranze etniche, lavoratori provenienti da altri Stati, disabili, rifugiati, senz'altro sono le persone particolarmente a rischio.

Coloro che vivono sulla strada hanno i tassi più elevati di mortalità prematura.

Povertà relativa in una società significa essere più poveri della maggior parte della popolazione e spesso è definita dal poter contare su meno del 60% del reddito medio nazionale.

Alla popolazione che si trova in questa situazione viene negato l'accesso ad una abitazione dignitosa, all'istruzione, ai trasporti e ad altri elementi vitali per una completa partecipazione alla vita sociale.

Essere esclusi dalla vita sociale ed essere trattati come inferiori è causa di peggior salute e di maggior rischio di morte prematura. Lo stress provocato dal vivere in condizioni di povertà è particolarmente pericoloso durante la gravidanza, per i bambini, per i ragazzi e per le persone anziane.

In alcuni Stati, circa un quarto della popolazione – e una proporzione ancora più elevata di bambini – vivono in condizioni di povertà relativa.

L'esclusione sociale è anche l'esito di razzismo, discriminazione, stigmatizzazione, ostilità e disoccupazione. Questi processi impediscono alle persone di partecipare all'istruzione o alla formazione nonché alla possibilità di accedere a servizi e attività rivolte ai cittadini.

Sono inoltre dannosi sotto l'aspetto sociale e psicologico, costosi sotto l'aspetto materiale, e pericolosi per la salute.

Le persone che vivono in queste condizioni oppure che sono stati ospiti presso alcune istituzioni, come il carcere, il riformatorio o l'ospedale psichiatrico sono particolarmente vulnerabili.

Più a lungo una persona vive in condizioni disagiate, maggiori probabilità ha di essere affetta da una serie di problemi di salute, in particolare legati al sistema cardiovascolare.

Nel corso della vita le persone entrano ed escono dallo stato di povertà, così il numero di persone che hanno avuto esperienze di povertà e di esclusione sociale durante la vita è di gran lunga maggiore dell'attuale quantità di persone caratterizzate da esclusione sociale.

La povertà e l'esclusione sociale aumentano il rischio di divorzio e separazioni, di disabilità, malattia, dipendenza

e isolamento sociale e, formando dei circoli viziosi, aggravano la situazione difficile in cui le persone si trovano. Così come è direttamente influenzata dalla povertà, la salute può essere compromessa in modo indiretto dal risiedere in quartieri degradati, dalla concentrazione di situazioni di deprivazione, da elevati livelli di disoccupazione, dall'abitare in case di scarsa qualità, con limitazioni all'accesso ai servizi e in condizioni ambientali critiche.

Implicazioni politiche

Nessun governo potrà evitare di affrontare il problema della redistribuzione del reddito attraverso politiche fiscali, provvidenze, posti di lavoro, istruzione, incentivi economici e altre molteplici attività.

La indiscutibile evidenza degli effetti di tali politiche sui tassi di mortalità e di morbilità fa sì che debba essere considerato un dovere pubblico quello di eliminare la povertà assoluta e di ridurre le disuguaglianze materiali.

_Tutti i cittadini dovrebbero avere la protezione di un reddito minimo garantito, di una legislazione sui salari minimi e dell'accesso ai servizi.

_Sono necessari interventi per la riduzione della povertà e dell'esclusione sociale, sia a livello individuale che di quartiere.

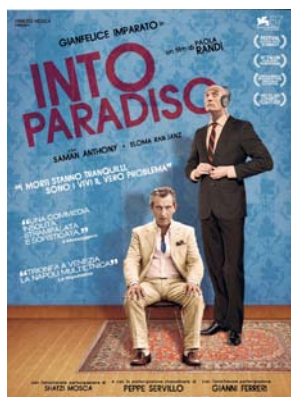
_La legislazione può essere utile per proteggere le minoranze e i gruppi vulnerabili dalla discriminazione e dall'esclusione sociale.

_Le politiche pubbliche per la salute dovrebbero rimuovere gli ostacoli all'accesso all'assistenza sanitaria, ai servizi sociali e alla possibilità di avere abitazioni a prezzi ragionevoli.

_Il mercato del lavoro, l'istruzione e le politiche sociali a favore delle famiglie dovrebbero essere indirizzate alla riduzione della stratificazione sociale.

INTO PARADISO

PAOLA RANDI



5 APRILE

Amicizia, buone relazioni sociali e forti reti di sostegno migliorano la salute in casa, al lavoro e nella comunità.

IL SOSTEGNO SOCIALE

SINOSI

Alfonso scienziato napoletano, timido e impacciato, ha appena perso il lavoro.

Gayan è un affascinante ex campione di cricket srilankese che non ha più un soldo, è appena arrivato a Napoli ed è convinto di trovare il Paradiso.

Alfonso ha passato tutta la vita a studiare la migrazione delle cellule e a guardare telenovelas con la madre. Gayan ha viaggiato, ha conosciuto fama, gloria e denaro.

Cosa c'entrano questi due uomini l'uno con l'altro? Com'è possibile che due persone tanto diverse vengano a contatto e le rispettive vite si leghino in modo indissolubile l'una all'altra?

In una Napoli multietnica, s'intrecciano i destini di Alfonso e Gayan e si ritrovano a condividere una catapecchia abusiva sul tetto di un palazzo nel quartiere srilankese di Napoli.

Ciò che è noto

Il mutuo sostegno e le buone relazioni sociali danno un importante contributo alla salute.

Il sostegno sociale contribuisce a fornire alle persone le risorse pratiche ed emozionali di cui hanno bisogno. L'appartenenza a una rete sociale di comunicazione e di obblighi reciproci potente effetto protettivo sulla salute. Inoltre, i sistemi relazionali di sostegno possono favorire modalità comportamentali più salubri.

Il sostegno agisce sia a livello individuale che a livello sociale.

L'isolamento e l'esclusione sociale sono associati all'aumento del tasso di morte prematura e alla diminuzione delle possibilità di sopravvivenza all'infarto.

Per le persone che hanno minor appoggio sociale ed emotivo è più facile andare incontro a minor benessere, a più depressione, a maggiore rischio di complicanze in gravidanza e a più elevati livelli di disabilità conseguente a malattie croniche.

Inoltre, quando i rapporti con le persone più vicine sono cattivi, possono portare a problemi di salute fisica e mentale.

La quantità di appoggio sociale emotivo e pratico che viene fornito varia a seconda dello stato economico e sociale

delle persone. La povertà può contribuire all'esclusione sociale e all'isolamento.

La coesione sociale (definita come la qualità delle relazioni sociali e della presenza di fiducia, obblighi e rispetto reciproci nelle comunità o nella società) aiuta a proteggere le persone e la loro salute. La disuguaglianza corrode le buone relazioni sociali.

Le società con elevati livelli di disparità di reddito tendono ad avere minor coesione sociale e tassi più alti di criminalità violenta. Livelli elevati di mutuo sostegno avranno un'azione protettiva sulla salute, mentre il deterioramento delle relazioni sociali (talvolta conseguente a una più grande disuguaglianza) riduce la fiducia e aumenta il tasso di violenza.

Una ricerca, condotta su una comunità che presentava inizialmente alti livelli di coesione sociale ha evidenziato basse percentuali di malattie coronariche; esse sono aumentate quando la coesione sociale è diminuita. Implicazioni politiche.

Le prove sperimentali indicano che le buone relazioni sociali possono ridurre l'impatto fisiologico dello stress. Le ricerche sul campo hanno dimostrato che fornendo sostegno sociale ai pazienti può essere incrementato il tasso di guarigione da numerose e svariate condizioni

morbose, e può essere migliorato anche l'esito della gravidanza in gruppi di donne svantaggiate.

_La riduzione delle disuguaglianze sociali ed economiche e la riduzione dell'esclusione sociale possono portare a una maggiore coesione sociale e a migliori standard di salute.

_Il miglioramento dell'ambiente sociale nelle scuole, nei luoghi di lavoro e, più in generale, nelle comunità, aiuterà le persone a sentirsi apprezzate e sostenute in diversi ambiti della loro vita e contribuirà alla loro salute, specialmente quella mentale.

_Progettare strutture per favorire gli incontri e l'interazione sociale nelle comunità, può incrementare la salute mentale.

_In tutti gli ambiti della vita sociale e individuale si dovrebbe evitare di trattare delle persone come socialmente inferiori e meno stimabili, perché un tale comportamento crea divisione sociale.

GORBACIOF

STEFANO INCERTI



19 APRILE 2013

Sono le singole persone a fare uso di alcol, droghe e tabacco e a subirne i danni, ma il consumo di queste sostanze è influenzato da un contesto sociale più ampio.

LE DIPENDENZE

SINOSSI

Marino Pacileo, detto "Gorbaciof" per via di una vistosa voglia rossa sulla fronte, è un personaggio solitario che si aggira per i bassifondi di Napoli.

Vive facendo il cassiere del carcere di Poggioreale, da cui attinge i soldi per pagare il suo vizio del gioco. Gioca a poker in una bisca nel retrobottega di un ristorante cinese; qui incontra Lila, figlia del gestore del ristorante.

Gorbaciof è affascinato da Lila; anche Lila è attratta da questo strano individuo dopo che egli l'ha difesa dall'aggressione di due ragazzi.

Nonostante le difficoltà di comunicazione (Lila non sa l'italiano), i due iniziano a frequentarsi. Gorbaciof dona al padre della ragazza una forte somma per pagare i debiti di gioco ed impedire che la ragazza si debba prostituire; ma una mano sfortunata di poker mette Gorbaciof in condizione di dovere una forte somma nei confronti di un corrotto avvocato. È quindi costretto a rivolgersi a un capoguardia del carcere che gestisce traffici illeciti per restituire il denaro al suo creditore. Questi in cambio gli chiederà di svolgere per lui alcune attività criminali.

Gorbaciof progetta di fuggire da Napoli insieme a Lila, ma prima dovrà portare a termine un pericoloso incarico.

Ciò che è noto

Il consumo di droghe è una reazione al disagio sociale e, allo stesso tempo, un importante fattore che aggrava le conseguenti disparità sul piano della salute.

Esso offre ai consumatori l'illusione di fuggire dalle avversità e dallo stress, ma in realtà non fa che peggiorare i loro problemi.

La dipendenza dall'alcol, il consumo di droghe illegali e il fumo sono strettamente correlati agli indicatori delle situazioni sociali ed economiche svantaggiate.

Per esempio, in alcune delle economie di transizione nell'Europa centro-orientale l'ultima decade è stata un periodo di grandi sconvolgimenti sociali: di conseguenza, la mortalità legata al

consumo di alcolici (per incidenti, violenza, intossicazioni, lesioni e suicidi) ha avuto un brusco aumento.

Anche in altri Paesi l'alcolismo è associato con le morti violente.

È verosimile che la dipendenza da alcol e la situazione sociale interagiscano potenziandosi a vicenda: le persone ricorrono all'alcol per anestetizzare le sofferenze di una

condizione sociale ed economica difficile e, a sua volta, la dipendenza dall'alcol conduce a una mobilità sociale verso il basso.

C'è dell'ironia nel fatto che, a parte una temporanea vacanza dalla realtà, l'alcol intensifica i principali fattori che portano al suo stesso consumo.

Lo stesso vale per il tabacco.

Il disagio sociale (sia esso valutato in base alla situazione abitativa carente, al basso reddito, alla mancanza di un genitore, alla disoccupazione o alla condizione di senza-tetto) è associato a elevati tassi di tabagismo e a bassissimi tassi di abbandono del vizio.

Il fumo è una delle maggiori voci di spesa nel bilancio dei ceti poveri ed è una rilevante causa di cattiva salute e di morte prematura.

Ma la nicotina non offre un reale sollievo dallo stress né un miglioramento dell'umore.

Il consumo di alcol, tabacco e droghe illegali è incoraggiato da grandi multinazionali e dal crimine organizzato con un marketing e un'attività promozionale aggressivi.

La loro attività è un enorme ostacolo alle iniziative polit-

iche volte a ridurre il consumo tra i giovani, e la loro connivenza con il contrabbando, specialmente nel caso del tabacco, ha vanificato i tentativi dei governi di usare la leva dell'aumento del prezzo per ridurre il consumo.

Implicazioni politiche

_Nell'affrontare i problemi legati all'uso delle droghe, sia legali che illegali, è necessario non solo aiutare e curare le persone che hanno sviluppato una dipendenza, ma anche agire sulle condizioni di bisogno sociale nelle quali hanno radice tali problemi.

_La politica dovrebbe controllare l'accessibilità attraverso i prezzi e le autorizzazioni alla vendita, informare la gente sulle modalità di consumo meno dannose, usare l'educazione alla salute per ridurre il reclutamento dei giovani e fornire efficaci servizi di cura per i tossicodipendenti.

_Niente di tutto ciò potrà funzionare se non vengono modificati i fattori sociali che alimentano il consumo di droghe. È ovvio che tentare di scaricare l'intera responsabilità sul consumatore è una risposta inadeguata: così facendo si colpevolizza la vittima invece di affrontare la complessità delle circostanze sociali che hanno condotto all'uso della droga. Per essere efficace, la lotta alla droga deve essere supportata da un'ampia struttura di politica economica e sociale.

Cabiria Magazine

Nel 1980 fu diagnosticato con la terza edizione del DSM (Manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi Mentali), che introdusse il concetto di gambling, tra quei "Disturbi del Controllo degli Impulsi non classificati altrove".

Da allora il fenomeno è stato studiato con molta attenzione; e l'Italia non fa una bella figura nella totale assenza di campagne preventive, anzi nell'incentivare un fatturato (per il gioco quantificabile, quello clandestino è a parte) che corrisponde al 5% del PIL nazionale; denaro che viene sperperato e non incide, oltre tutto, sull'economia.

Anche Gorbaciof muove il denaro senza dargli valore; anche lui è prigioniero di un ingranaggio assurdo più grande di lui; dipendente da una droga endogena che forse non procura più eccitamento, ma la coazione a ripetere di un meccanismo autodistruttivo. La psicologia del giocatore d'azzardo è resa molto bene da Servillo, se è vero che una delle caratteristiche della personalità dipendente è l'incapacità di riconoscere emozioni, di esprimerle: ciò che in termini specifici prende il nome di *alessitimia*.

Ma la rigidità emotiva del personaggio viene smentita piacevolmente: le rughe si distendono, alla maschera grottesca dell'inizio (che bravura nella recitazione!) si sostituisce un volto umano, dall'espressione persino un po' bambina. Dobbiamo dire che è merito dell'amore?

Quello che Marino prova per Lila, la dolcissima figlia del cinese proprietario della bisca, è se mai l'amore cantato da Fabrizio De Andrè nella Cattiva Strada: "Ma c'è amore un po' per tutti e tutti quanti hanno un amore.....".

Tenerezza, affetto, desiderio paterno di protezione, caparbia nel difendere la ragazza dai pericoli. E così, in un misto di cinese e napoletano, la comunicazione tra i due passa attraverso piccoli gesti, sorrisi, sguardi e giochi innocenti.

Dai luoghi sordidi e notturni del quartiere, gli spazi si fanno più aperti e luminosi: lo zoo per esempio, in cui Lila dice la sua frase più completa: "In mancanza di tigri, le scimmie si elevano a tali, ma rimangono scimmie".

Una tigre il nostro strampalato Gorbaciof? Beh, in una locandina del film c'è proprio scritto così: "Una tigre fra le scimmie". Così lo vede Lila, come colui che solo può e vuole salvarla e anche noi abbiamo completamente dimenticato il fastidio di Servillo in mutande dell'inizio e vorremmo che Lila e Marino riuscissero a partire verso un destino migliore.

BASILICATA COAST TO COAST

ROCCO PAPALEO



3 MAGGIO 2013

Trasporto salubre significa spostarsi di meno in automobile e di più a piedi e in bicicletta, supportati da un migliore trasporto pubblico.

I TRASPORTI

SINOSSI

Nicola Palmieri insegna matematica e coltiva il sogno della musica.

Frontman entusiasta di un gruppo di amici col vizio degli strumenti, compone canzoni e vorrebbe esibirsi sul palcoscenico scanzonato di Scanzano.

Salvatore, alla chitarra, è uno studente di medicina che ha dimenticato di laurearsi e di innamorarsi, Franco, al contrabbasso, è pescatore di pesca libera a cui l'amore ha tolto parole e intenzioni, Rocco, alle percussioni, è un villano di grande fascino ossessionato dalla celebrità.

Decisi ad attraversare la Basilicata dal Tirreno allo Ionio, intraprenderanno un viaggio picaresco, ripreso da una televisione parrocchiale e accompagnato da una giornalista svogliata e annoiata.

Tra una canzone alla luna e un bicchiere di Aglianico, Nicola e compagni accorderanno la loro vita e canteranno sotto pioggia la loro canzone più bella.

Ciò che è noto

Camminare, andare in bicicletta e usare i mezzi pubblici sono modalità di spostamento che promuovono la salute in quattro modi: fanno fare del moto, diminuiscono gli incidenti mortali, aumentano i contatti sociali e riducono l'inquinamento dell'aria.

Dal momento che l'automazione ha ridotto l'esercizio fisico legato alle varie professioni e ai lavori domestici e ha alimentato la crescente epidemia di obesità, si devono trovare nuove occasioni per svolgere attività fisica nella vita quotidiana.

La politica dei trasporti può giocare un ruolo chiave nella lotta agli stili di vita sedentari riducendo il ricorso all'automobile, incrementando gli spostamenti a piedi e in bicicletta e potenziando il trasporto pubblico.

Un regolare esercizio fisico protegge dalle malattie cardiache e (limitando l'obesità) riduce l'insorgenza del diabete; inoltre promuove una sensazione di benessere e protegge gli anziani dalla depressione.

La diminuzione del traffico stradale ridurrebbe anche il tributo di incidenti gravi e mortali.

Mentre gli incidenti d'auto ledono anche i ciclisti e i pedoni, quelli provocati dalle biciclette coinvolgono relativamente poche persone.

Sistemazioni urbanistiche ben pianificate, che tengono separati ciclisti e pedoni dal traffico automobilistico, aumentano la sicurezza degli spostamenti a piedi e in bicicletta.

Contrariamente all'automobile, che isola le persone una dall'altra, camminando, andando in bicicletta e servendosi dei mezzi pubblici vengono stimolati i contatti sociali negli spostamenti.

Il traffico stradale taglia in due le comunità e divide un lato della strada dall'altro.

Con meno gente che va a piedi, le strade cessano di essere degli spazi sociali e i pedoni isolati possono sentirsi minacciati. Inoltre, i sobborghi in cui l'accesso è vincolato all'automobile isolano le persone prive di macchina, in particolare i più giovani e i più anziani.

L'isolamento sociale e la carenza di interazione comunitaria sono strettamente associati a cattiva salute.

Riducendo il traffico stradale si diminuisce il dannoso in-

quinamento prodotto dagli scarichi degli automezzi. Camminare e andare in bicicletta sono modalità di spostamento che fanno un uso minimo di combustibili non rinnovabili, non contribuiscono al riscaldamento globale, non producono malattie da inquinamento dell'aria, fanno poco rumore e sono preferibili per le città ecologicamente compatte del futuro.

Implicazioni politiche

Nel XXI secolo dovremmo assistere a una riduzione della dipendenza dall'automobile.

Invece, a dispetto dei loro effetti dannosi per la salute, gli spostamenti in automobile stanno rapidamente aumentando in tutti i Paesi europei, mentre diminuiscono quelli a piedi e in bicicletta.

Le politiche nazionali e locali devono invertire questo trend. Però le lobby dei trasporti hanno in ballo enormi interessi: molte industrie (petrolio, gomma, costruzioni stradali, case automobilistiche, reti di vendita e di riparazione, pubblicità) traggono grandi benefici dall'uso delle automobili.

_Per brevi spostamenti, specialmente nelle città, le strade dovrebbero dare la precedenza a pedoni e biciclette.

_Per gli spostamenti più lunghi, dovrebbe essere migliorato il trasporto pubblico, con collegamenti regolari e frequenti con le aree rurali.

_Bisogna cambiare il sistema degli incentivi; per esempio, riducendo i sussidi statali alle costruzioni stradali, aumentando il sostegno finanziario al trasporto pubblico, creando disincentivi fiscali all'uso dell'automobile per lavoro, alzando il pedaggio e disincentivando il parcheggio.

_Sono necessari cambiamenti anche nella fruizione del territorio; ad esempio, convertendo aree stradali in spazi verdi, riservando delle strade esclusivamente ai pedoni e ai ciclisti, incrementando le corsie preferenziali per autobus e biciclette, ponendo un freno alla crescita di sobborghi a bassa densità abitativa e di centri commerciali fuori città, che aumentano l'uso dell'automobile.

_È sempre più evidente che più strade si costruiscono, più viene incoraggiato l'uso dell'automobile, mentre, al contrario di ciò che ci si aspetterebbe, le limitazioni del traffico possono ridurre gli intasamenti.

CACCIATORE DI TESTA

COSTA-GAVRAS



17 MAGGIO 2013

La sicurezza del lavoro favorisce la salute, il benessere e la soddisfazione per il lavoro stesso. Più i tassi di disoccupazione sono alti, più sono causa di malattia e di morte prematura.

LA DISOCCUPAZIONE

SINOSSI

Il titolo originale è *Le couperet*, che è semplicemente la mannaia. La mannaia che cade spietatamente su chi lavora in un'azienda quando qualcuno decide la ristrutturazione, che significa mandar via più gente possibile.

Bruno Davert, chimico cartaceo, molto qualificato, apprezzato, apparentemente al sicuro, si trova dunque senza lavoro. Quarantenne, tenore di vita alto, villetta, cambio biennale di macchina, famiglia felice.

Bruno ritiene che si tratti di un intervallo quasi propizio, si guarderà intorno, riposerà, sarà riassunto da un'altra parte. Ma dopo tre anni è ancora disoccupato. E disperato.

Gavras mostra icone e modelli canonici che l'occidente ben conosce, scioperi violenti, pubblicità volgare, la tivù della sporcizia, una dialettica banale e disperata "l'unica industria florida è quella del crimine" e poi "ciascuno per sé e nessun dio per tutti". Una sorta di girone infernale che incombe sul corpo e sulla mente di Bruno.

C'è chi lo consiglia, corsi di specializzazione e ottimizzazione, per superare i concorrenti che, dice il consulente "mica li puoi ammazzare". Invece l'idea sarà proprio quella: eliminare i concorrenti pericolosi per un posto di lavoro in una nuova cartiera. Si procura i curricula e passa all'azione.

Ciò che è noto

La disoccupazione mette a rischio la salute, e il rischio è maggiore nelle zone dove la disoccupazione è molto diffusa.

I dati relativi a numerosi Paesi mostrano che, anche tenendo conto di altri fattori, le persone disoccupate e le loro famiglie vanno incontro a un considerevole aumento del rischio di morte prematura.

Gli effetti della disoccupazione sulla salute sono legati sia alle sue ricadute psicologiche, sia ai problemi finanziari che essa comporta, specialmente all'indebitamento.

Le conseguenze sulla salute iniziano a manifestarsi non appena le persone cominciano a percepire che i loro posti di lavoro sono minacciati, quindi prima ancora di diventare effettivamente disoccupate.

Ciò dimostra che anche l'ansia dovuta alla precarietà è pregiudizievole per la salute.

È stato dimostrato che la mancanza di sicurezza del lavoro causa l'aumento dei disturbi della salute mentale (in particolare ansia e depressione), della sensazione di cattivo stato di salute, delle malattie cardiache e dei fattori di

rischio per le stesse. Dal momento che un lavoro molto insoddisfacente o precario può essere dannoso quanto la disoccupazione, il solo fatto di essere occupati non favorisce automaticamente la salute fisica e mentale: altrettanto importante è la qualità del lavoro.

Nel corso degli anni '90 del secolo scorso, i cambiamenti nel sistema economico e nel mercato del lavoro di molti Paesi industrializzati hanno incrementato la sensazione di precarietà lavorativa.

L'incertezza dell'occupazione agisce da fattore di stress cronico, i cui effetti crescono parallelamente alla durata della sua azione, e produce un aumento delle assenze per malattia e del ricorso ai servizi sanitari.

Implicazioni politiche

La politica dovrebbe perseguire tre obiettivi: la prevenzione della disoccupazione e della precarietà, la riduzione delle ristrettezze a cui vanno incontro i disoccupati, la reintegrazione delle persone in occupazioni stabili.

Le politiche economiche governative volte a ridurre le oscillazioni del ciclo economico possono dare

un'importante contributo alla sicurezza dell'occupazione e alla riduzione della disoccupazione.

_Anche la diminuzione dell'orario di lavoro può portare dei benefici, se viene perseguita assieme alla stabilità dell'occupazione e alla soddisfazione ricavata dal lavoro.

_Per rendere le persone idonee al lavoro disponibile sono importanti standard elevati di scolarizzazione e buoni programmi di aggiornamento professionale.

_È probabile che elevare i sussidi di disoccupazione abbia un effetto protettivo per chi è senza lavoro.

_I mutui creditizi possono esercitare un effetto positivo riducendo l'indebitamento e incrementando le reti sociali.

TERRA MADRE ERMANNO OLMI



31 MAGGIO 2013

Lo stress sul posto di lavoro aumenta il rischio di sviluppare malattie.

Le persone che hanno un maggior controllo sul proprio lavoro godono di un migliore stato di salute.

LA DISOCCUPAZIONE

SINOSSI

Un documentario che si fa testimonianza di una vita vissuta facendo cinema pensando agli esseri umani con il ritorno a una forma di espressione, il documentario appunto, che Olmi non aveva mai del tutto abbandonato.

Il regista ci racconta degli ultimi tre convegni di Terra Madre a Torino. In quelle occasioni (e in particolare nel 2006) Carlo Petrini, ideatore di Slow Food, è riuscito a far giungere nel capoluogo piemontese persone che, in ogni angolo del mondo, la terra la amano, la coltivano e, soprattutto, la rispettano.

E' un documentario di denuncia quello di Olmi. Denuncia contro le sopraffazioni che anche in questo campo non si scontrano con i rigori della legge perché è il Dio Mercato che detta le non regole del liberismo più sfrenato.

Ma non è solo questo. Grazie anche alla collaborazione con Piavoli e Zaccaro, Olmi porta sullo schermo un atto di amore profondo, che passa dall'elegia sulla vita a contatto con la Natura alla rispettosa e quasi invidiosa riflessione sulla vita di un uomo che ha avuto il coraggio di abbandonare la civiltà dei consumi, per scegliere di vivere in un modo radicalmente diverso.

Olmi ci ricorda anche che qualcuno ha pensato di preservare, nel Nord del nostro continente, i semi che rischiavano di scomparire in modo definitivo creando una sorta di Giardino dell'Eden nel ghiaccio.

La Cineteca di Bologna, che è intervenuta nella produzione, è sicuramente consapevole di avere contribuito a creare un film che è un seme. Il suo compito è ora quello di conservarlo ma anche di metterlo a dimora ovunque sia possibile perché faccia maturare quel frutto prezioso che è la consapevolezza.

Ciò che è noto

In generale, avere un lavoro, per quanto riguarda la salute, è meglio di non averne uno.

L'organizzazione sociale del lavoro, gli stili manageriali e le relazioni interpersonali sul posto di lavoro hanno tutte un'influenza sulla salute.

L'evidenza dimostra che lo stress sul lavoro contribuisce in modo rilevante alle ampie differenze di stato sociale nelle condizioni di salute, nelle assenze per malattia e nella morte prematura.

Parecchi studi sui luoghi di lavoro in Europa evidenziano che i problemi di salute si manifestano quando le persone hanno poche opportunità di usare le loro abilità e di esprimere le loro capacità decisionali.

Avere scarso controllo sul proprio lavoro è una caratteristica fortemente correlata con l'aumento di dolore alla parte inferiore della schiena, alle assenze per malattia e

alle malattie cardiovascolari .

Questi rischi risultano essere indipendenti dalle caratteristiche psicologiche delle persone oggetto di studio. In parole povere, sembra siano correlate con l'ambiente di lavoro.

Alcuni studi scientifici che hanno indagato l'effetto dei compiti assegnati in ambito lavorativo, mostrano una relazione fra tali compiti e un basso grado di autonomia nel gestirli.

Attività caratterizzate da richieste eccessive e basso grado di autonomia pongono dei rischi per la salute.

Ci sono evidenze scientifiche che dimostrano l'effetto protettivo che il sostegno sociale esercita sullo stress derivante da questo problema.

Inoltre, ricevere compensi inadeguati rispetto allo sforzo profuso nel lavoro è associato con l'aumento del rischio cardiovascolare.

Le ricompense possono assumere la forma di denaro, status e autostima.

Gli attuali cambiamenti nel mercato del lavoro possono mutare la struttura delle opportunità e rendere più difficile l'ottenimento di ricompense adeguate.

Questi risultati mostrano che il contesto psicosociale del lavoro costituisce un importante determinante della salute e contribuisce al gradiente sociale nella cattiva salute.

Implicazioni politiche

_Non esiste contraddizione fra salute e produttività sul lavoro. Infatti può essere stabilito un circolo virtuoso di questo tipo: condizioni di lavoro migliorate riducono forza lavoro più sana; questo porta ad una maggiore produttività e quindi all'opportunità di creare un luogo di lavoro ancora più sano e di conseguenza più produttivo.

_È probabile che un appropriato coinvolgimento nel processo decisionale offra benefici ai dipendenti ai diversi livelli di un'organizzazione.

Dovrebbero essere sviluppati meccanismi che consentano alle persone di progettare e migliorare il loro ambiente di lavoro, consentendo ad essi di avere maggior controllo sul proprio lavoro attraverso la personalizzazione e le opportunità di sviluppo.

_Una buona gestione implica la possibilità di garantire adeguate ricompense.

_In termini di denaro, status e autostima – per tutti i dipendenti.

_Per ridurre l'onere delle malattie dell'apparato muscolo-scheletrico, i luoghi di lavoro devono essere appropriati per quanto riguarda l'ergonomia.

_Così come c'è la necessità di una infrastruttura efficace con poteri ispettivi che sia in grado di effettuare controlli legali, allo stesso modo la protezione della salute sui luoghi di lavoro dovrebbe poter disporre di servizi sanitari dotati di personale preparato anche alla individuazione precoce dei problemi di salute mentale e ai relativi appropriati interventi.

IT'S A WONDERFUL LIFE

FRANK CAPRA



7 GIUGNO 2013

Le condizioni di stress, che fanno sentire le persone preoccupate, ansiose e incapaci di reagire, sono dannose per la salute e possono portare a morte prematura.

LO STRESS

SINOSSI

George Bailey ha trascorso l'intera vita dedicandosi alla comunità di Bedford Falls.

Ha sempre desiderato viaggiare, ma non ne ha mai avuto l'opportunità, poichè voleva in ogni modo evitare che il ricco e spilorcio signor Potter prendesse il sopravvento sull'intera città.

L'unica cosa che gli impedisce di farlo, infatti, è la modesta attività di George: una Società di prestiti e mutui, che è stata fondata a suo tempo dal suo generoso padre. Ma alla Vigilia di Natale, Billy, lo zio di George, perde gli 8.000 \$ della Società che intendeva depositare in Banca. Potter trova il denaro, ma lo tiene nascosto a Billy.

Quando in serata i funzionari della Banca scoprono questo ammanco, George si rende conto che lui ne sarebbe stato ritenuto responsabile e mandato in prigione.

La sua Società sarebbe fallita, permettendo finalmente a Potter di prendere il controllo dell'intera cittadina. Pensando a sua moglie, ai loro bambini e a tutti quelli che ama e che trarrebbero dei benefici dalla sua morte, George pensa al suicidio, ma le preghiere dei suoi cari fanno sì che un angelo gentile chiamato Clarence scenda sulla Terra ad aiutare George, nella speranza di 'guadagnarsi' le sue ali.

Clarence mostra a George come sarebbe stato il presente se George non fosse mai nato: una visione d'incubo in cui Bedford Falls, controllata da Potter, è sprofondata nel seso e nel peccato; quelli che George ama sono morti, in rovina o profondamente infelici. George capisce che la sua vita ha avuto un influsso positivo per molte persone e si rende conto che la sua vita è davvero meravigliosa.

Ciò che è noto

Le condizioni sociali e psicosociali possono causare stress prolungato. Stati continuativi di ansia, di insicurezza, di bassa autostima, di isolamento sociale e di mancanza di controllo sul proprio lavoro e sulla vita domestica hanno un impatto rilevante sulla salute.

I rischi psicosociali si accumulano durante la vita e aumentano le probabilità di sviluppare problemi mentali e di morire prematuramente.

Lunghi periodi di ansietà e di sicurezza e mancanza di amicizie in grado di fornire sostegno producono danni in ogni ambito della vita in cui insorgono.

Nei Paesi industriali, più basso è lo status delle persone nella gerarchia sociale, più probabile è il sorgere di problemi di salute.

Per quale ragione i fattori psicosociali influenzano la salute fisica?

Nelle situazioni di emergenza gli ormoni e il sistema nervoso si preparano ad affrontare una imminente minaccia fisica attivando il meccanismo di risposta "combatti o fuggi": aumentando la frequenza cardiaca, mobilizzando i depositi di energia, portando sangue ai muscoli e incrementando la vigilanza.

Anche se le situazioni di stress legate alla vita urbana richiedono raramente un'attività fisica intensa o almeno moderata, l'attivazione di risposte allo stress toglie energia e risorse ai numerosi processi fisiologici utili al mantenimento prolungato della salute.

Ciò impatta sia sul sistema cardiovascolare che su quello immunitario.

Sul breve periodo non ci sono conseguenze; ma se le persone sono sottoposte a tensione troppo spesso e per troppo tempo, diventano vulnerabili nei confronti di un'ampia gamma di 30 patologie fra cui, le infezioni, il

diabete, l'ipertensione, gli attacchi cardiaci, l'ictus, la depressione e l'aggressività.

Implicazioni politiche

Anche se le cure mediche ai cambiamenti biologici causati dallo stress possono essere in grado di tenerli sotto controllo mediante l'uso di farmaci, si dovrebbe porre l'attenzione alle cause dello stress cercando di ridurre le più significative.

_Nelle scuole, sui luoghi di lavoro e di vita, la qualità dell'ambiente sociale e la sicurezza materiale sono spesso importanti per la salute al pari dell'ambiente fisico. Le istituzioni che riescono a dare alle persone un senso di appartenenza e di partecipazione, nonché a valorizzare il loro ruolo, probabilmente sono luoghi più sani di quelli dove le persone si sentono escluse, trascurate e usate.

_I Governi dovrebbero essere consapevoli che i programmi di welfare devono essere orientati sia ai bisogni psicosociali che a quelli materiali, in quanto entrambi sono cause di ansia e di insicurezza. In particolare, i governi dovrebbero offrire sostegno ai bambini, incoraggiare le azioni di comunità, ridurre l'insicurezza materiale e finanziaria e promuovere la capacità di rapportarsi correttamente con la formazione e la riabilitazione.