

Direzione Sociosanitaria

Dipartimento PIPSS

S.S.D. Raccordo Interventi Promozione della Salute e One Health

Progetto "Invecchiare bene è possibile"

Il progetto è stato sviluppato organizzando due eventi formativi con la finalità di sensibilizzare gli attori del territorio dell'ATS Insubria e dalla regione Liguria sul tema della **prevenzione del decadimento cognitivo** e la **promozione dell'invecchiamento attivo**, partendo dagli studi epidemiologici condotti negli ultimi decenni, che hanno evidenziato l'importanza di promuovere strategie per migliorare la riserva cognitiva e prevenire la perdita di capacità cognitiva e mnemonica. Gli obiettivi formativi hanno preso le mosse dai recenti progressi delle neuroscienze, della psichiatria e della psicologia in ambito gerontologico, rispetto alla prevenzione dei fattori di rischio (alimentazione adeguata, gestione terapeutica, isolamento sociale, qualità delle relazioni, attività motoria), per promuovere l'invecchiamento attivo e in buona salute. Tra gli obiettivi formativi è stata evidenziata anche la sensibilizzazione dei diversi profili professionali per un **cambio di prospettiva rispetto alla tutela della salute in tutti i cicli di vita e la valorizzazione del patrimonio culturale, artistico e paesaggistico come risorsa di promozione del benessere individuale e collettivo**. Partendo da un report che l'OMS ha presentato nel 2019, relativo a più di tre mila tra studi e metanalisi, i relatori hanno seguito un ideale *fil rouge* che vede la persona al centro di ogni disciplina umana e che punta alla creazione di contesti di vita come luoghi, esperienze e relazioni capaci di ridare senso alla vita anche nei momenti di fragilità. L'obiettivo, dunque, è la cura declinata nel suo significato più profondo del **prendersi cura della persona con tutti i suoi bisogni**, parlare di ciò che la persona è, per comprendere ciò di cui ha bisogno, per passare dal modello bio-medico, che guarda soltanto ai fattori di rischio per la salute, ad un'attenzione specifica ai bisogni e alle opportunità anche di questa fase della vita, che va considerata sotto il profilo del risultato di salute, come ha spiegato Alessandra Mammano, Responsabile scientifico di entrambi gli eventi. **Se la cura è un'arte, l'arte in tutte le sue forme espressive può entrare nei percorsi di cura e migliorarne gli esiti clinici, producendo valore economico nel capitale di salute delle comunità.** Di Costituzione e dei traguardi di Agenda 2030 in chiave di sostenibilità ha parlato, nel primo seminario, Leonardo Salvemini, docente universitario e coordinatore della *Pontificia Academia Mariana Internazionalis*. L'arte, non è estranea ai luoghi di cura dove spesso, in passato, ha svolto funzioni di umanizzazione degli spazi architettonici destinati all'ospedalizzazione. Appassionati e profondi sono stati gli interventi di Tiziana Zanetti, esperta in diritto del patrimonio culturale, e di Annalisa Palomba, magistrato penale esperto in reati contro il patrimonio culturale, che hanno evidenziato come la tutela giuridica di beni materiali e immateriali diventi tutela della persona attraverso il diritto inalienabile alla bellezza e alla storia dei luoghi, che le arti raccontano da sempre per costruire

la memoria collettiva. Al seminario hanno partecipato esponenti del mondo del volontariato e operatori amministrativi e sociosanitari, che si sono mostrati interessati al binomio arte/cultura e salute. Nel secondo seminario, destinato ad operatori sanitari e sociosanitari, il tema è stato trattato nei diversi aspetti della cura e della prevenzione, utilizzando la prospettiva metodologica della Promozione della salute, nella cornice concettuale dei determinanti bio-psico-sociali del benessere. Sono intervenuti: Salvatore Pisani, epidemiologo, che ha delineato la situazione demografica ed epidemiologica, Maria Antonietta Bianchi, nutrizionista che ha evidenziato i bisogni nutrizionali degli anziani, Tiziana Bellia, farmacista che ha sottolineato l'importanza della corretta assunzione dei farmaci; Marco Mauri, neurologo e docente all'Università dell'Insubria che ha parlato dell'importanza cruciale di una buona riserva cognitiva ai fini della prevenzione del declino mnemonico legato all'età.

I due eventi formativi sono stati riportati nei contenuti e nelle finalità sulla stampa locale del territorio di ATS Insubria e di ALiSa. Il materiale relativo ai due webinar sarà prossimamente pubblicato sui siti web di ATS Insubria e di ALiSa.

Ai seminari del 3 e 12 ottobre 2022 sono seguite iniziative da parte di associazioni di volontariato, attive sul territorio di ATS Insubria, che si sono messe in contatto con strutture che ospitano soggetti con disturbi cognitivi, per la condivisione di buone pratiche e risorse progettuali. Questa ricaduta appare particolarmente interessante ai fini della promozione di pratiche e risultati considerati con criteri evidence based. Utile è risultato anche l'invito da parte dell'Università dell'Insubria a collaborare sul tema degli anziani e dello sviluppo di iniziative orientate a rilevarne i bisogni, mediante indagini psicografiche, per integrare le attività di prevenzione e promozione della salute.

Varese 8.11.2022