

3 - I molti significati della salute: definizioni e rappresentazioni sociali



Salute come...

fenomeni corporei,
naturali, psico-sociali,
ecologici, "totali"

idee, pensieri, nomi-concetti,
comunicazioni, conoscenza,
capacità, tecniche



La salute: radici linguistiche

- **Sarvah** (sanscrito): intero, intatto, tutto
- **Holos** (greco) - **Whole** - **Health**: olistico, totalità, verginità
- **Salus-utis** (latino): condizione di chi si è salvato (da un male-pericolo per la vita)
- **Sanitas-atis**: ciò che rende salubre, che ridona benessere
- **Valetudo-inis**: condizione di forza e capacità

Ciò che perturba la salute

- **Cattiva salute** (*buono-cattivo dentro un continuum*)
- **Malessere/Star male** (*bene-male nell'essere, indisposizione, sentire male-sofferenza-dolore;*)
- **Disagio** (*insoddisfazione, mancanza di agio*)
- **Malattia/Patologia/Infermità/Morbo**



- **Disease** (definizione medica)
- **Illness** (definizione del malato e/o assistenziale)
 - **Sickness** (definizione socio-culturale)

Ciò che viene generato dalla salute /ciò che genera la salute

- **Benessere/Star bene** (*bene-male nell'essere, sentire piacere, equilibrio, forza, energia*)
- **Agio** (*soddisfazione, comfort*)
- **Resilienza** (*resistenza alle prove e difficoltà, capacità di adattamento, di **coping***)

Attraverso: Pratiche di benessere, stile di vita sano, fitness, wellness, controllo dei rischi, qualità della vita

Tipi di Benessere: somatico-corporeo, psichico, relazionale-comunicativo, sociale, spirituale

Resilienza

= *resistenza alle prove e difficoltà, capacità di adattamento, di **coping***

Già in Ivan Illich (Nemesi medica, 1977):

“La salute è la capacità di adattarsi ad un ambiente che cambia, la capacità di crescere, di invecchiare, di guarire, in caso di necessità di soffrire e di aspettare la morte in pace. La salute tiene in considerazione il futuro, cioè suppone l’angoscia, e contemporaneamente le risorse interiori per vivere con l’angoscia e superarla”

La salute: significati sociali

- a) **Periodo/condizione di Assenza di malattia-patologia;**
- a) **Presenza di una buona condizione, stato di grazia, benessere//contrapposta al male, malattia, malessere, disagio;**
- b) **Complesso della condizione di vita: alternanza e compresenza di “buona” e “cattiva”**
- c) **Relazione con l’ambiente naturale e sociale, evoluzione nel corso di vita (ben-mal-essere; divenire)**

La salute: visione

◆ Salute come **ASSENZA**:

concezione dualista negativa

◆ Salute come **PRESENZA**:

concezione dualista positiva

◆ Salute come **TOTALITÀ ed EQUILIBRIO** (interno-esterno, soggetto-mondo):

concezione olista

◆ Salute come **RELAZIONE e processo interagente** (fra parti, interpersonale, con l'ambiente):

concezione relazionale-evolutiva

Rappresentazioni e idee condivise

(Seedhouse, 1986; Herzlich, 1969)

Salute come:

I.STATO IDEALE (originario o da raggiungere)

(Essere)

II.BENE/PRODOTTO (valore economico pubblico o privato)

(Avere)

I.FITNESS/FORMA (addestramento del corpo-fisico senza mente)

(Fare)

I.CAPACITÀ possedute e **POTENZIALITA'** da attivare in relazione a opportunità

(Divenire)

Definizioni OMS

A- la salute è "uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale e non la semplice assenza di malattia o infermità, è un diritto umano fondamentale" (Alma Alta,1978).

Valutazione: rilevanza storica, s. "in positivo", diritto, 3 livelli benessere

Limiti: idealità, staticità, dualismo, esclusione

B - "La promozione della salute è il processo che mette in grado le persone di aumentare il controllo sulla propria salute e migliorarla..."
(Carta di Ottawa, 1986)

Valutazione: rilevanza sociale, s. "come potenziale", "fare" non solo sanitario, visione incrementale - *Limiti: volontarismo, residui di dualismo, difficoltà applicative*

C – "La resilienza è la capacità degli individui di fronteggiare, mantenere e ripristinare la propria integrità, il proprio equilibrio e senso di benessere" (Conferenza sul concetto di Salute, Olanda, dic. 2009)

Valutazione: concetto dinamico, abilità di fronte alle difficoltà e prove



Prospettiva ecologica e relazionale

- L'orientamento che non vede gli esseri viventi come separati e autonomi, ma piuttosto li assume come **“organismi-nel-proprio-ambiente”**, ossia come **“sistemi auto-eco-organizzati”** che si rapportano **all'ambiente naturale e a quello sociale-societario**
- Prospettiva che assegna un ruolo centrale alle **dinamiche interattive e relazionali** (**“danza delle parti interagenti”**) per comprendere la costruzione della realtà sociale

La salute: *una prospettiva ecosistemica e relazionale ossia bio-psico-socio-ecologica*

*I circuiti organizzativi
dell'essere umano*

*Articolazioni salute
percepita*

Socio-culturale

Tu, Noi: sostegno e cura

Psico-affettivo

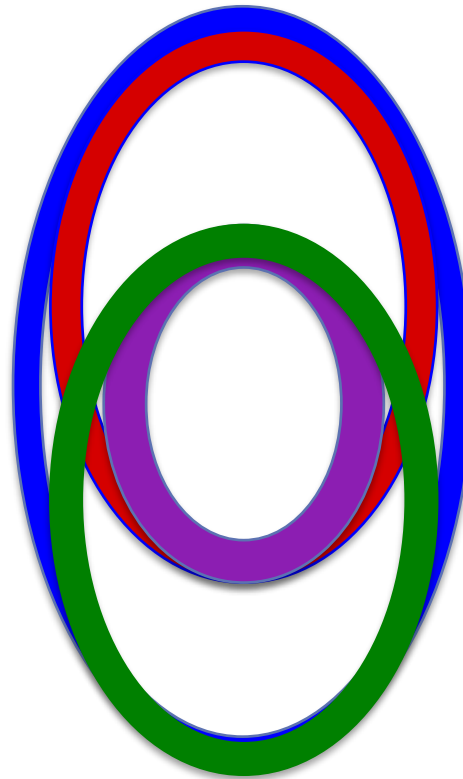
Io-Sé: identità e resilienza

**Somatico-sensoriale-
riproduttivo**

*Mio corpo, Me: funzionamenti
ed equilibrio*

Ecologico-ambientale

*Sono parte della natura,
del Tutto: adattamento*



Proposta di nuova definizione

CRITERI:

- a. Per salute si può intendere la **visione sintetica di adeguatezza, adattamento e coerenza dei quattro circuiti organizzativi integrati** su cui si basa la vita singola e collettiva;
- b. Definizione **dinamica e processuale, non dualista**
- c. Porre in **dialogo le diverse mappe e pdv sulla salute**
- d. Non visione prescrittiva e “morale”, ma **etica del bene comune**

«La salute consiste nella capacità (per gli esseri umani) di mantenere il proprio equilibrio vitale, di affrontare gli eventi della vita, di adattarsi ai cambiamenti del proprio ambiente.

La salute necessita di ambienti favorevoli alla vita umana, di adeguate relazioni sociali e di opportune forme di cura reciproca e organizzata.

Le condizioni che permettono ad un gruppo sociale e ai suoi membri di mantenere e sviluppare la salute costituiscono un bene comune da promuovere e tutelare».

Implicazioni formative

A - ORIENTAMENTO PREVENTIVISTA: Educazione sanitaria, informazione degli esperti, prevenzione dei rischi

B – ORIENTAMENTO PROMOZIONALE: Educazione promozionale, promozione della salute, benessere, qdv (stili di vita e ambienti sani)

C – ORIENTAMENTO PRO-ADATTIVO: Adattamento ad un ambiente che cambia; capacità di affrontare gli eventi della vita (salti biografici, stress lavorativo, malattie impreviste, crisi sociali ed ecologiche), mantenimento equilibrio vitale, ascolto e conoscenza di sé, senso di “coerenza” fra vari circuiti, attenzione all’ambiente di vita, alle relazioni sociali, alla cura di sé e degli altri – **Metodo dell’apprendimento continuo e dell’autoriflessività nei percorsi di vita, salute, cura**

Cura di sé come apprendimento autoriflessivo

IL METODO DEI DIARI DI SALUTE

- **fase osservativa:** tenuta periodica del diario
- **fase riflessiva:** analisi periodica (counseling?)
- **fase progettuale:** mantenere o cambiare? Come?
- **fase attuativa:** realizzo, attuo il progetto di cambiamento
- **fase di verifica:** valuto gli effetti, i risultati conseguiti con dei criteri

Concezioni di salute e interventi socio-sanitari

Salute come:	focus	interventi
Assenza di malattia	<i>Malattia acuta</i>	Ospedali e cure specialistiche
Benessere bio-psico-sociale	<i>Evitamento rischi e contenimento malattie</i>	Cure primarie e prevenzione
Risorsa, potenziale da sviluppare, controllo e responsabilizzazione	<i>Sviluppo benessere attraverso stili di vita pro-attivi e ambienti di vita sani</i>	Promozione della salute, città sane, ambienti favorevoli alla salute, servizi interagenti
Resilienza, adattamento attivo	<i>Far fronte a cronicità, difficoltà, disabilità</i>	Assistenza domiciliare, sostegno ai caregivers, percorsi integrati
Integrazione ed equilibrio dinamico	<i>Personalizzazione, cura di sé, relazioni-sistemi-processi di cura</i>	Integrazione care-cure-caring-self-care; continuum promozione-cura