

“La pandemia di Covid-19 ha sprofondato il mondo in una crisi che tocca tutti i settori della società”. “Mai prima d’ora nella storia moderna un problema di salute ha avuto un impatto così travolgente, mettendo in discussione la stessa visione di società sana” (1).

“Non ritorneremo alla situazione di prima; non è possibile. Nel corso della storia, epidemie e pandemie hanno sempre cambiato le società e questa non sarà diversa” (2).

La pandemia è emersa in un sistema complesso (sistemi alimentari, abitudini locali, mobilità internazionale...) e retro-agisce sull’equilibrio dello stesso sistema complesso integrandosi con influenze già esistenti (sviluppo tecnologico, digitalizzazione, movimenti politici e sociali, cambiamento climatico...). L’equilibrio di un sistema complesso è sempre dinamico, con un continuo mutuo aggiustamento tra le parti, ma la perturbazione COVID ha generato una scossa improvvisa, accelerando movimenti già in corso (effetto sinergico tra distanziamento fisico e limitazioni ai viaggi da una parte e crescente disponibilità di internet, software per incontri a distanza, smartphone e tablet dall’altra). Il riassetto non potrà che verificarsi intorno a equilibri radicalmente diversi, con nuovi benefici, problemi, sfide e opportunità.

Fino ad ora la percezione della necessità

di decisioni rapide e di una insufficiente competenza di politici e cittadini ha favorito un approccio tecnocratico, in cui gli “esperti” hanno assunto un ruolo chiave nell’orientamento di azioni politiche e comportamenti individuali. Un simile approccio, già discutibile nelle prime fasi dell’epidemia, appare del tutto inadeguato ad affrontare la complessità di un percorso verso nuovi equilibri che implica cambiamenti radicali negli stili di vita individuali e sociali, con “implicazioni su salute, equità, sostenibilità, solidarietà o dignità umana” che coinvolgono diritti, interessi, valori e prospettive differenti.

Per affrontare un cambiamento complesso serve un approccio di sistema e “la promozione della salute ha, nella sua natura, la specifica capacità di offrire una prospettiva di sistema” (1,3).

La vita non è aspettare che passi la tempesta, ma imparare a ballare sotto la pioggia (4)

L’empowerment, individuale e comunitario, è essenziale per una risposta efficace al COVID-19 perché ricerca e tecnologia non rappresentano “la soluzione” della crisi che ci farà tornare alla normalità.

“Un vaccino sarà uno strumento vitale, e speriamo di averne uno il prima possibile. Ma non c’è alcuna garanzia che lo avremo, e anche se avessimo un vacci-

no, questo non porrà fine alla pandemia da solo”.

“Dobbiamo tutti imparare a controllare e gestire questo virus usando gli strumenti che abbiamo ora, e a fare gli adattamenti alla nostra vita quotidiana che sono necessari per mantenere noi stessi e gli altri al sicuro. Per fare questo, ogni singola persona deve essere coinvolta. Ogni singola persona può fare la differenza. Ogni persona, famiglia, comunità e nazione deve prendere le proprie decisioni, in base al livello di rischio in cui vive. Ciò significa che ogni persona e famiglia ha la responsabilità di conoscere il livello di trasmissione a livello locale e di capire cosa può fare per proteggere sé stessa e gli altri” (2).

Ci sono più cose in Cielo e in Terra, Orazio, / Di quante ne possa sognare la tua filosofia (5)

La dominante logica paternalistica, che attribuisce al cittadino il ruolo di passivo esecutore di regole, ingabbia la vita sociale in schemi rigidi che non potranno mai prevedere quali comportamenti siano più adeguati a ogni contesto specifico. Al contrario un “cittadino competente” è in grado di adottare nei contesti mutevoli e imprevedibili della propria vita quotidiana (trasporti pubblici, scuola e lavoro, attività motoria e sportiva, vita sociale), i comportamenti più appropriati per contenere il rischio di conta-

Verso il Futuro: la crisi come opportunità di empowerment

Paolo Contu

gio senza rinunciare ai propri interessi e desideri.

Ma l'empowerment, individuale e comunitario, è soprattutto essenziale per l'assetto dei nuovi equilibri su cui si assesterà il sistema. La Carta di Ottawa, nel promuovere il diritto di individui e comunità a identificare e realizzare le proprie aspirazioni e soddisfare i propri bisogni, propone un approccio adeguato per affrontare la perturbazione generata dalla pandemia mediante un processo di adattamento reciproco (change or cope) tra individui e sistema (6).

Se vogliamo che tutto quello che riteniamo essenziale (aspirazioni fondamentali) ***rimanga com'è, bisogna che tutto quello che è contingente*** (strumenti impiegati per realizzarle) ***cambi*** (7).

Le sfide poste dal COVID nella vita quotidiana possono, se affrontate con libertà e creatività, generare soluzioni innovative e re-interpretare l'utilizzo delle risorse esistenti, anche con l'abbandono di percorsi obsoleti. In un equilibrio differente lo stesso obiettivo è raggiunto con un percorso differente. La riunione internazionale in presenza durava alcuni giorni per giustificare il viaggio; on line è meglio incontrarsi più spesso e più brevemente. Forse c'è meno interazione stando seduti con la mascherina a un metro di distanza che incontrandosi su zoom.

La pandemia offre paradossalmente opportunità inaspettate, ma si può trarre

beneficio dal molto che si può apprendere da questa crisi, solo se, prendendo atto che "non ritorneremo alla situazione di prima", la si affronta con una prospettiva di sistema e una visione di società auspicata. Le soluzioni digitali che sono state sviluppate e attuate per consentire il lavoro e la scolarizzazione da casa saranno molto probabilmente adottate e utilizzate con maggiore frequenza anche a lungo termine, ma saranno utili solo se accompagnate da garanzie di equità sia in termini di accesso alla tecnologia che di competenze (1).

“La sola cosa di cui dobbiamo avere paura è la paura stessa, l'irragionevole ingiustificato terrore senza nome che paralizza gli sforzi necessari a convertire la ritirata in progresso” (8).

1. È la paura irragionevole del contagio, che fa rinunciare anche ad attività a basso rischio;
2. È la paura dell'incertezza, che cerca risposte sicure anche quando non esistono;
3. È la paura degli altri, che estremizza le posizioni e impedisce il dialogo tra chi ha percezioni e visioni differenti;
4. È la paura di decidere, che produce protocolli e regolamenti per ogni situazione;
5. È la paura dell'empowerment, che spinge i governi a limitare l'accesso ai dati e a influenzare i comporta-

menti più con norme e sanzioni che con ragionamenti;

6. È la paura dell'empowerment, che spinge i cittadini ad affidarsi ad altri (autorità, esperti...) invece che cercare di informarsi e ragionare;
7. È la paura di abbandonare abitudini consolidate, anche se non più funzionali al nuovo contesto e superate da nuove tecnologie (sforzarsi di lavorare in presenza anche quando on line si ottengono risultati migliori, mantenere attività palesemente inutili ...);
8. È la paura di sperimentare in pienezza nuove opportunità e tecnologie (cercare di replicare coi nuovi strumenti quello che si faceva coi vecchi), che non consente di sfruttarne e apprezzarne le potenzialità.

La promozione della salute ha molto da offrire per superare la paura e rendere capaci persone e comunità di affrontare la crisi e spostare l'equilibrio del sistema nella direzione della salute e del benessere attraverso strategie che consentano di: (1,9)

1. creare visioni di vita condivise e coinvolgere tutti nei processi decisionali (significatività);
2. sviluppare modelli condivisi sui processi di cambiamento e i risultati desiderati (comprensibilità),
3. identificare e bilanciare obiettivi di vita, risorse e opportunità per promuovere salute (gestibilità);

4. sviluppare literacy e life skills per cittadini competenti in grado di assumere il controllo della propria salute e di svolgere il proprio ruolo di partecipanti attivi nell'esercizio della cittadinanza (sviluppare le abilità personali);
5. sviluppare competenze di promozione della salute per ri-orientare la leadership professionale verso la salutogenesi, l'empowerment, la partecipazione e l'incorporazione di nuove conoscenze (riorientare i servizi sanitari);
6. dare priorità a strategie locali per sostenere e accrescere la coesione della comunità e rendere capaci cittadini, professionisti e politici di definire strategie condivise (rafforzare l'azione della comunità);
7. concentrare l'attenzione e l'azione sulle condizioni di vita nei contesti quotidiani (creare ambienti favorevoli);
8. promuovere competenze di advocacy (per consentire ai cittadini, compresi i gruppi vulnerabili, e ai professionisti della salute di influenzare il processo decisionale politico (costruire politiche pubbliche di salute).

Verso il Futuro

La visione è quella della Carta di Ottawa. "La salute è creata e vissuta da tutti nella sfera della quotidianità: là dove si impara, si lavora, si gioca, si ama. La salute si crea avendo cura di se stessi e degli altri, acquisendo la capacità di prendere decisioni e di assumere il controllo delle circostanze della vita e facendo in modo che la società in cui si vive consenta la conquista della salute per tutti i suoi membri" (6).

Bibliografia

1. <https://www.iuhpe.org/index.php/en/iuhpenews/1366-covid19-health-promo>
2. <https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---21-august-2020>
3. Parsons W. From muddling through to muddling up: evidence-based policy making and the modernisation of British Government. *Public Policy Admin.* 2002; 17: 43-60.
4. <https://aforismi.meglio.it/aforisma.htm?id=14194>
5. https://www.liberliber.it/mediateca/libri/s/shakespeare/amleto/pdf/shakespeare_amleto.pdf
6. <http://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en/>
7. Il Gattopardo
8. https://avalon.law.yale.edu/20th_century/froosl.asp

9. G F Bauer, M Roy, P Bakibinga, P Contu, S Downe, M Eriksson, G A Espnes, B B Jensen, D Juvinya Canal, B Lindström, A Mana, M B Mittelmark, A R Morgan, J M Pelikan, L Saboga-Nunes, S Sagy, S Shorey, L Vaandrager, H F Vinje Future directions for the concept of salutogenesis: a position article. *Health Promotion International*, Volume 35, Issue 2, April 2020, Pages 187-195

*Paolo Contu
vicepresidente IUHPE per l'Europa*