

Psicologia di Comunità

La prevenzione e la promozione della salute



La prevenzione: uno degli elementi fondanti della psicologia di comunità

Cambiamento di paradigma:

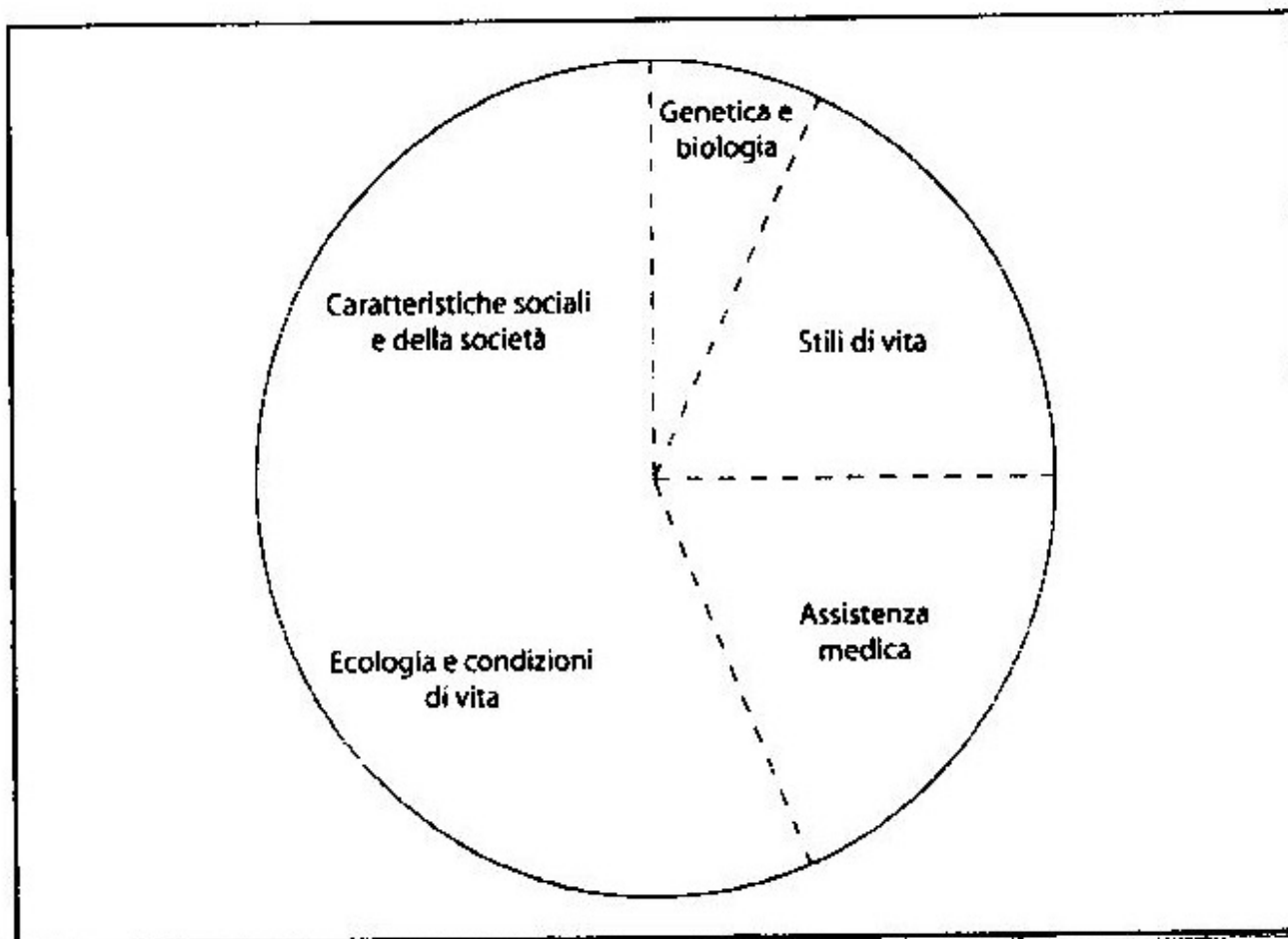
- Dall'approccio curativo all'approccio preventivo
- Dall'individuo alla comunità
- Dalle divisioni tra discipline a un approccio multi-disciplinare e collaborativo



I fattori che influenzano la salute: una stima

fig. 4.1. Le determinanti della salute e del benessere della popolazione (si noti che le condizioni ecologiche e le caratteristiche sociali non vengono distinte perché fortemente connesse).

Fonte: Adattata da Tarlov e St. Peter (1999).



In Italia, si stima che solo il 5% della spesa sanitaria è dedicato alla prevenzione

PREVENZIONE E PROMOZIONE DELLA SALUTE

Come definire la salute? Assenza di sintomi, longevità o totale benessere?

Secondo l'OMS, la salute non è solo l'assenza di malattia o disabilità ⇒ la salute è uno stato di completo benessere fisico, psicologico e sociale

OMS, 2004: "Promoting Mental Health"

"Salute mentale: uno stato di benessere in cui l'individuo realizza le proprie abilità, può far fronte ai normali stress della vita, può lavorare produttivamente e fruttuosamente, ed è capace di portare un contributo alla propria comunità"

"Promozione della salute" : si va oltre alla prevenzione

Sviluppo positivo: Competenze sociali, Fiducia, autostima e auto-efficacia, Connessioni, Capitale sociale, Cura, Qualità morali



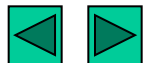
Condizioni e risorse fondamentali per la salute

- * pace
- * alloggio
- * istruzione
- * cibo
- * reddito
- * un eco sistema stabile
- * risorse sostenibili
- * giustizia ed equità sociale

La promozione della salute è un'attività multi-disciplinare:

- Politiche pubbliche
- Interventi psico-sociali
- Educazione, informazione

Ruolo dell'operatore: Enable, Mediate, Advocate



La prevenzione (secondo G.Caplan)

Primaria : è rivolta a tutta la popolazione \Rightarrow riduzione delle condizioni dannose \Rightarrow si previene l'insorgenza della "malattia" o del problema

Secondaria : Riguarda gli individui "a rischio" \Rightarrow screening/diagnosi e intervento precoce.

Nel modello dell'Institute of Health, si parla di prevenzione «indicata»

Terziaria : è rivolta a chi ha già un problema. Si prevengono recidive, peggioramenti \Rightarrow riabilitazione, limitazione del danno (cura?)



Fattori di rischio :

- Il "rischio" è la probabilità che avvenga un determinato evento (malattia, morte)
- "Fattore di rischio" : qualsiasi variabile legata statisticamente all'evento studiato (Attenzione: non si tratta sempre di legami di tipo causale)

Fattori di protezione

Non tutte le persone "a rischio" sviluppano la malattia, il problema

Resilienza:

- Elasticità, resistenza, capacità di recupero
- E' un processo di adattamento a condizioni di rischio, che implica un'interazione tra fattori di rischio e fattori protettivi e tra individuo e contesto sociale



Violenza e avversità nell'infanzia e conseguenze a lungo termine

Studio retrospettivo su 10.000 uomini e donne

7 categorie di fattori di rischio nell'infanzia/adolescenza: violenze fisiche, psicologiche o sessuali, violenze contro la madre, genitore tossico-dipendente, che era stato in prigione o con problemi mentali.

8,5% delle donne e 4% degli uomini

riportava 4 o più fattori di rischio

The ACE (Adverse Childhood Experiences) Study (USA) (Felitti et al., 1998)



Fattori di rischio nell'infanzia e conseguenze sulla salute

Con 4 o più fattori di rischio nell'infanzia
(a parità di età, genere, etnicità e livello d'istruzione)

Più spesso:

- alcolismo, abuso di sostanze, depressione e tentato suicidio (4 - 12 volte più spesso);
- fumo, assenza di attività fisica, obesità (2-4 volte più spesso)
- Inoltre, più spesso: malattie cardio-vascolari, tumori, insufficienza respiratoria, malattie del fegato, fratture

EFFETTI INDIRECTI E A LUNGO TERMINE



IMPORTANZA E NECESSITA' DELLA PREVENZIONE

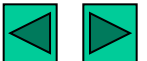
Secondo una meta-analisi (Bellis et al., Lancet, 2019), prevenire le "ACE" in infanzia e in adolescenza (soprattutto violenze ed esposizione ai maltrattamenti sulla madre) permetterebbe di prevenire molte cause di sofferenza e malattia in età adulta. Per esempio, sarebbero evitati il 40% (USA) e il 25% (Europa) dei casi di depressione.



Interventi di prevenzione

⇒ pro-attivi o reattivi

⇒ con un approccio "moralistico" o "democratico"



APPROCCIO "SALUTE PUBBLICA"

"La scienza e l'arte di prevenire le malattie, prolungare la vita e promuovere la salute attraverso gli sforzi congiunti e le scelte informate della società, delle organizzazioni, delle comunità e degli individui" (Winslow, 1920)

Caratterizzato da:

- ⇒ Prevenzione
- ⇒ Interdisciplinarietà
- ⇒ Focus sulla popolazione
- ⇒ Evidenze scientifiche
- ⇒ Necessità di valutare gli interventi

⇒ Tra i metodi principali di ricerca ⇒ Epidemiologia

L'epidemiologia è lo studio della distribuzione dei determinanti (*fattori di rischio*) dei problemi di salute in una certa popolazione e serve quindi come base empirica e come filosofia degli interventi fatti nell'interesse della salute pubblica



INTERVENTI DI PROMOZIONE DELLA SALUTE

Un intervento di promozione della salute
deve avere una validità sociale:

- Fattibile economicamente
- Basato su evidenze scientifiche
- Poter raggiungere la popolazione desiderata (target)
- Non prevedere effetti secondari negativi ⇒ nel progetto dell'intervento bisogna includere la valutazione
- Essere coerente con le priorità e i bisogni della comunità ⇒
Problema: di chi nella comunità? (cfr. paradigma moralistico vs democratico)

