

Les arts poden marcar la diferència

Published by [Interacció](#) [1] on 21/05/2020 - 11:03 | Last modification: 30/08/2021 - 12:05



“**Salut per tots els qui estimo**”. Al llarg de les darreres setmanes, moltes persones han celebrat el seu aniversari a casa i han bufat les espelmes a través de pantalles, que s’han convertit en unes aliades indispensables durant la situació de confinament causada pel virus covid-19. Enmig d’aquesta nova realitat que vivim des de ja fa més de dos mesos, no sembla gens agosarat imaginar que al capdamunt de la llista de regals hi ha hagut això que sovint no valorem fins que comencem a perdre: la salut, per nosaltres i pels nostres.

No cal mirar gaire enrere per recordar que, quan parlavem de salut, la gran majoria de persones ens referíem al fet de no contraure cap malaltia ni haver-nos de sotmetre a tractaments mèdics o a operacions. Ara més que mai, però, ha quedat ben palès que salut significa moltes altres coses, d’entre les quals destaquen el fet de saber-se acompanyat i de sentir-se bé no només físicament sinó també emocional. De fet, i des de la segona meitat del segle XX, l’Organització Mundial de la Salut (OMS) considera que **aquest concepte no fa únicament referència a l’absència de malaltia, sinó a “l’estat complet de benestar físic i social d’una persona”**. De fet, a l’Agència de Salut Pública de Catalunya (ASPCAT) fa temps que està treballant en el projecte [COMsalut](#) [2] que “parteix de la base que un 80% dels determinants de la salut són fora del sistema sanitari” i que, entre d’altres mesures, **pretén impulsar un sistema de salut comunitària que contempli la prescripció social com a alternativa o complement** (en funció de la dolència o patologia de cada cas) **a la prescripció de fàrmacs i a la sobresaturació dels Centres d’Atenció Primària**, on es reben diàriament un gran nombre de persones sense patologies mèdiques diagnosticades però sí amb altres problemes, com la solitud i l’aïllament, que si empitjoren si que poden acabar generant malalties.

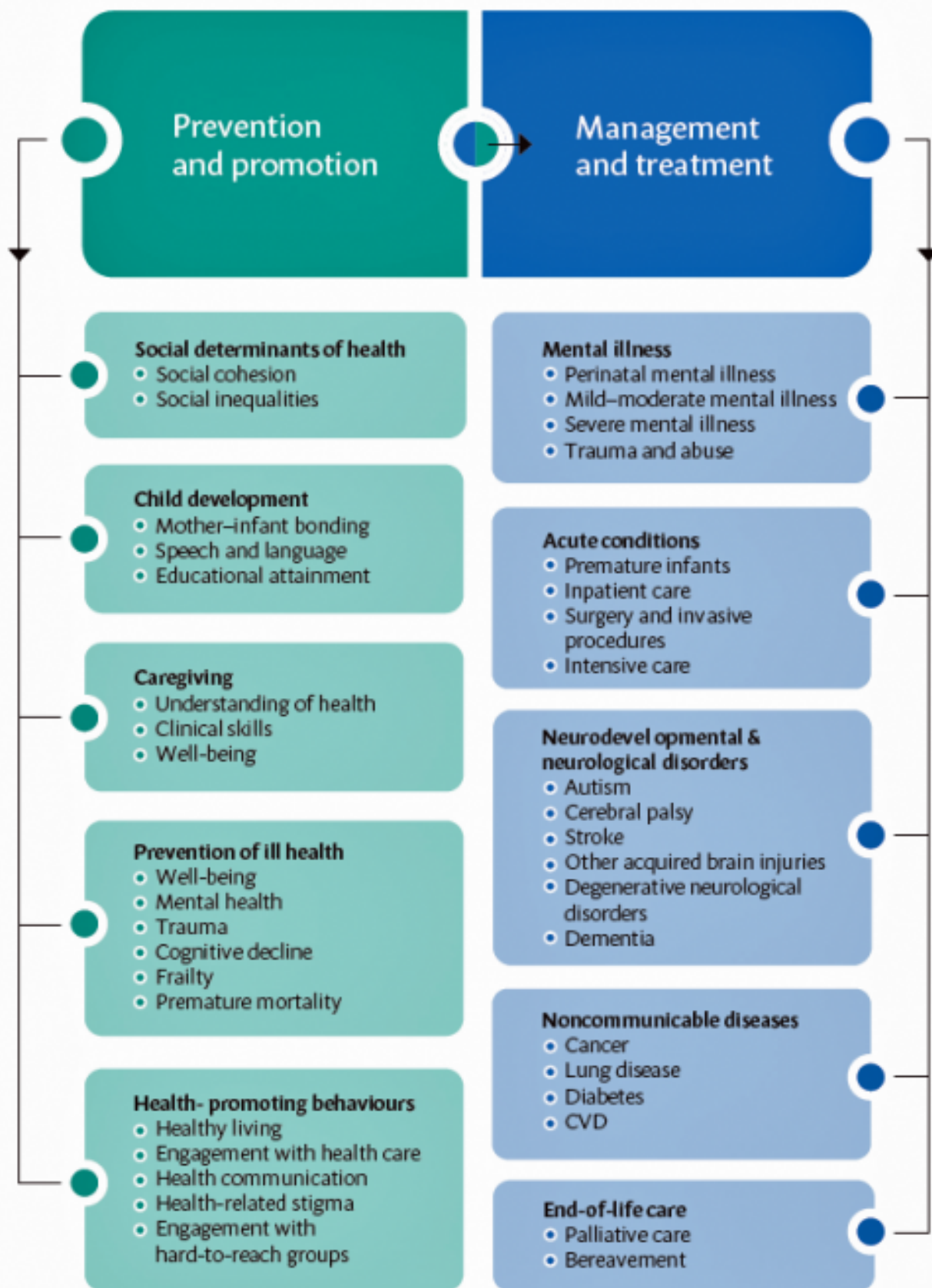
Un 80% dels determinants de la salut són fora del sistema sanitari.

Com en el cas català, durant les darreres dècades molts altres indrets d’Europa i del món han contemplat **activitats com l’esport, el voluntariat, les arts i la cultura com a actius que poden ser beneficiosos per la salut i el benestar de les persones**. No obstant això, l’OMS considera que a dia d’avui encara hi ha una falta de coneixement respecte als beneficis que poden suposar aquestes activitats, i més concretament les relacionades amb les arts (enteses d’ara endavant com a arts escèniques, arts visuals, disseny i artesanía, literatura, cultura i arts digitals i electròniques). Precisament per això, el passat desembre de 2019 va dedicar el seu 67è Health Evidence Network a investigar sobre el paper de les arts en la millora de l’estat de salut i benestar: ‘What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review’.



XX, a partir de les quals s'observa que **les arts poden ser especialment útils en l'àmbit de la prevenció i promoció de salut i en el de la gestió i tractament de malalties**, tal i com s'explicita en aquesta taula:

Fig. 2. Thematic content for prevention and promotion and management and treatment



(World Health Organization. Regional Office for Europe, 2019, p. 8)



Cadascun d'aquests efectes es desenvolupen a l'estudi i alguns d'ells s'exemplifiquen amb estudis de cas, dels quals se'n mostra un petit recull a continuació, complementat al seu torn amb iniciatives i experiències desenvolupades en el context català.

[Arts on Prescription](#) [3], Regne Unit:

Es tracta d'un sistema de prescripció en les arts en funcionament des de fa aproximadament dues dècades al Regne Unit, entès com una part més dels plans de prescripció social més amplis. **La figura clau és el "Link worker" (treballador d'enllaç) que connecta als pacients dels centres d'atenció primària amb problemes no mèdics (com ara aïllament social o solitud) i als que requereixen d'atenció psicosocial amb les activitats comunitàries que més hi encaixen, d'entre les quals s'hi inclouen les relacionades amb les arts.** Aquestes activitats han demostrat beneficis per a persones amb problemes de salut mental, amb dolors crònics o amb malalties de llarga durada, entre d'altres. Gràcies a aquests resultats, l'any 2019 es fan destinar fons per contractar 1.300 treballadors d'enllaç més.

A casa nostra, un cas de característiques similars és el de [Castellar del Vallès](#) [4], un dels 16 municipis que van participar en una **prova pilot de prescripció social impulsada per COMSalut i el Departament de Salut de la Generalitat l'any 2016** i que compta amb prop de quaranta activitats lúdiques i culturals.

[OpenWindow](#) [5], Irlanda:

Intervenció de cinc anys de durada basada en les arts que proporcionava una **finestra virtual als pacients que es sotmetien trasplantaments de medul·la òssia en sales d'aïllament, amb l'objectiu de reduir l'estrès dels malalts en aquestes sales.** Aquestes finestres es projectaven a la paret de sala i mostraven imatges, vídeos i música, a més de referències a la vida de cadascú, com ara fotografies amb la família i amics. Els pacients podien participar en la selecció de continguts, amb el suport i assessorament continu per part d'artistes i del personal mèdic de l'hospital.

Aquesta iniciativa irlandesa ens pot fer pensar en el projecte [Radiació +++](#) [6], desenvolupat a Lleida en col·laboració amb el Centre d'Art La Panera, l'Hospital Universitari Arnau de Vilanova i la Fundació Daniel y Nina Carasso. L'objectiu és **portar l'art contemporani fins a l'espai d'Oncologia Radioteràpica de l'hospital per tal d'humanitzar-lo, d'apoderar als pacients, i de contribuir a la conscienciació i informació de diferents tipus de càncer**, com ara el de còlon i pròstata. El projecte es basa en processos participatius que integren pacients, familiars, doctors, tècnics i estudiants.

[Men's Sheds](#) [7], Escòcia:

La comunitat sanitària està d'acord amb el fet que **la solitud i l'aïllament són un factor de risc per a les persones grans.** Els Men's Sheds són **espais col·lectius pensats per a connectar els homes amb les seves comunitats**, on s'hi realitzen activitats socials i artístiques relacionades amb la jardineria, la fusteria, la ceràmica i la fotografia entre d'altres. Inspirat en un projecte australià nascut als anys 70, el seu objectiu és el d'ajudar a **fer front a l'aïllament social dels homes**, que pot ser causat per múltiples circumstàncies, com ara la jubilació, la mort de la parella, la reubicació en una nova comunitat o l'aparició d'una discapacitat.

Malgrat que aquesta iniciativa no presenta paral·lelismes concrets en el context català, sí que és cert que diversos museus i centres culturals i d'art **desenvolupen programes adreçats a la gent gran, tant a homes com a dones, amb problemes de solitud, demència o deteriorament de la memòria, amb el [Programa Alzheimer](#) [8] del CCCB com a exemple paradigmàtic** en aquest últim cas.



Mitjançant l'anàlisi de projectes concrets i de la literatura existent, **aquest informe conclou que existeixen un conjunt de proves substancials respecte als beneficis de les arts en la salut**, d'entre els quals es destaquen:

- Els components estètics i emocionals de les activitats artístiques poden proporcionar oportunitats per a **l'expressió i la regulació d'emocions**, així com per a la **reducció d'estrès**.
- La **interacció social** mentre es participa en activitats artístiques pot **reduir la solitud i la falta de recolzament social**, ambdós vinculats a respostes fisiològiques adverses, declivi cognitiu, funcional i motor, malaltia mental i mort prematura.
- La participació en debats sobre salut mitjançant activitats artístiques pot contribuir a **fomentar comportaments que promouen la salut**, com ara no fumar ni beure i portar una dieta sana, factors que contribueixen a tenir un menor risc de mortalitat per malalties cardiovasculars i càncer.

No només s'evidencia l'eficàcia de les intervencions artístiques sinó que aquestes també mostren un benefici econòmic. Amb algunes d'elles es mostra una rendibilitat equivalent o major a les possibles intervencions sanitàries.

Aquesta és una altra de les conclusions extretes de l'estudi, que fa un pas més enllà, i **en un exercici d'autocrítica, identifica els seus punts forts i febles:**



- Es considera una fortalesa el fet de **contemplar el rol de les arts en relació a la prevenció i a la promoció de la salut, i només en condicions de salut específiques.**
- També es valora positivament l'**anàlisi d'estudis amb diversos enfocaments metodològics i l'ús de la triangulació per realitzar comparacions.**
- En canvi, s'identifica com a feblesa el fet de centrar l'estudi únicament en els beneficis de l'art, obviant que també pot arribar a comportar efectes negatius per la salut. Malgrat no ser aquest l'objecte d'estudi, **és important no assumir que les arts ho curen tot.**

Certament, les sinèrgies entre la salut i les arts són cada cop més evidents, i abans de la inesperada arribada del covid-19 ja era un tema de creixent interès no només a casa nostra sinó arreu del món. Tanmateix, l'informe ha constatat que la gran majoria de projectes s'estan duent a terme a escala nacional, mentre que **la col·laboració internacional s'ha donat en poques ocasions, com tampoc s'estan compartint experiències i bones pràctiques entre països.** Per això, **a banda de traçar un mapa d'evidències del paper de les arts, l'estudi presentat per l'OMS pot ser útil a l'hora de donar a conèixer globalment experiències provinents de diferents indrets, promovent així la cohesió i el desenvolupament de polítiques de col·laboració.**

El fet de gaudir de bona salut pot dependre de molts factors, de la genètica, de l'entorn, de les condicions socioeconòmiques i d'un mateix. L'esforç i l'actitud que adopta cadascú envers la vida probablement és decisiva en molts casos, però **l'entorn i la comunitat haurien de poder marcar la diferència.** Per a fer-ho, el repte dels governs ha de seguir sent el d'afavorir escenaris on la promoció de la salut i la prevenció de malalties i males pràctiques assoleixin el màxim grau d'eficàcia, i on els actius de salut (tant si tenen a veure amb les arts com amb qualsevol altra pràctica) siguin coneguts pel conjunt de la societat i estiguin a l'abast de tothom.

Podeu consultar i descarregar-vos l'informe:

Fancourt, D., i Finn, S. (2019). [What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? : a scoping review](#) [9] (Ser. Health evidence network synthesis report, 67). WHO Regional Office for Europe. euro.who.int/en/publications [10]

Categories: Informe d'anàlisi

Tags: salut

Tags: benestar

Tags: impacte



Tags: participació

- [11]

Source URL: <https://interaccio.diba.cat/en/CIDOC/blogs/2020/arts-marcar-diferencia>

Links:

[1] <https://interaccio.diba.cat/en/members/interaccio>

[2] http://salutpublica.gencat.cat/ca/sobre_lagencia/comsalut_comunitat_i_salut/

[3] <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21213564>

[4] <http://www.castellarvalles.cat/34154/noticia/8366/>

[5] <http://www.roschprojects.com/openwindow-project>

[6] http://www.lapanera.cat/downloads/cat/okradiacio+++_cat.pdf

[7] <https://scottishmsa.org.uk/>

[8] <https://www.cccb.org/ca/el-ccb/programa-alzheimer/231797>

[9] https://interaccio.diba.cat/sites/interaccio.diba.cat/files/health_evidence_network.pdf

[10] <https://www.euro.who.int/en/publications/abstracts/what-is-the-evidence-on-the-role-of-the-arts-in-improving-health-and-well-being-a-scoping-review-2019>

[11] <https://interaccio.diba.cat/node/8244>