

9 novembre 2019 10:05

[Salute, benessere e welfare] **IL museo conserva e potenzia la memoria**



Numerosi studi scientifici su campioni rappresentativi di popolazione, realizzati prevalentemente in area anglosassone e nord europea, hanno dimostrato come la partecipazione culturale attiva e piú in generale la qualità degli stili di vita si associno al prolungamento delle aspettative di longevità, all'invecchiamento attivo, al recupero post-operatorio, a gravi patologie croniche degenerative come l'Alzheimer e il Parkinson e molto altro.

L'esperienza culturale eudaimonica può entrare a far parte integrante delle strategie di prevenzione e cura in tutte le fasi della vita, dal concepimento fino alla quarta età.

Le istituzioni culturali si trovano, oggi, a un punto di svolta per il ruolo e la rilevanza che si propongono di assumere all'interno della società contemporanea. L'ultimo [studio](#) in materia rivela che frequentare musei e mostre d'arte mantiene il cervello attivo, fino a ridurre il rischio di sviluppare una forma di demenza. Il lavoro è quello pubblicato recentemente sul *British Journal of Psychiatry*, condotto da Daisy Fancourt, Andrew Steptoe e Dorina Cadar del Department of Behavioural Science and Health, dell'University College of London.

LO STUDIO

La ricerca è stata realizzata su un campione di 3911 persone. I dati analizzati sono quelli dell'English Longitudinal Study of Ageing (ELSA): un ampio studio

multidisciplinare, rappresentativo a livello nazionale, della popolazione inglese di età pari o superiore a 50 anni.

Lo studio ha dimostrato, per la prima volta, che tra le persone che frequentano i musei almeno tre volte all'anno, si riscontra un tasso inferiore di demenza su un periodo di controllo di 10 anni, rispetto a una visita meno frequente. I risultati dell'indagine sono stati confermati anche tenendo conto della possibile influenza sulla demenza di una serie di variabili relative allo status socioeconomico e alla salute, inclusi deficit sensoriale, depressione e condizioni vascolari, e altre forme di coinvolgimento della comunità (come, per esempio, l'appartenenza a social clubs, gruppi artistici o musicali, enti di beneficenza, gruppi religiosi, reti di volontari, gruppi politici o sindacali, associazioni di quartiere, gruppi ambientalisti o club sportivi).

La letteratura scientifica ha individuato la riserva cognitiva, cioè la resilienza del cervello al danno cerebrale, come un fattore che può influire sul buon invecchiamento e aiutare a prevenire la demenza. Diversi studi hanno evidenziato che, in caso di lesione cerebrale, persone più istruite e con accesso ad ambienti cognitivamente stimolanti abbiano sviluppato la propria riserva cognitiva, ossia delle risorse maggiori rispetto a chi ha vissuto in condizioni differenti.

La lenta transizione dall'approccio biomedicale, che differenzia il corpo dallo spirito, a quello biopsicosociale, ha introdotto una visione olistica che pone il paziente al centro dei suoi rapporti psicofisici con il contesto ed è determinata in maniera preponderante dalle condizioni ambientali, sociali e culturali. Le teorie della riserva cognitiva, sindrome da disuso e stress hanno suggerito che le attività che sono mentalmente coinvolgenti, piacevoli, divertenti e socialmente interattive possono essere una protezione contro lo sviluppo della demenza.

Lo studio evidenzia come la visita al museo racchiuda tutti gli elementi che giovano alla riserva cognitiva.

Anzi tutto, la visita a una mostra d'arte è uno stimolo cognitivo, neuronale e sensoriale per il nostro cervello. Mentre guardiamo un'opera d'arte si attiva un meccanismo che lo aiuta a rigenerarsi, creando nuove connessioni e allenando la memoria. Il valore intrinseco dell'esperienza culturale estende le capacità cognitive e intellettuali del soggetto e consente agli individui di trovare significato, piacere ed emozione.

Inoltre, visitare un museo favorisce la riduzione del comportamento sedentario e costituisce un coinvolgimento sociale, diminuendo l'isolamento. Nonostante lo studio riconosca il gradiente sociale della partecipazione culturale, suggerisce che la visita al museo non rappresenta soltanto un aspetto di un fattore sociale più ampio, che già sappiamo essere preventivo per la demenza. È più di questo, lo dimostra il fatto che le altre forme di partecipazione sociale prese in considerazione nell'analisi non abbiano influenzato il risultato.

MUSEI E DEMENZA

Il legame tra arte e salute ha una lunga storia, che va dall'uso clinico della creatività e delle tecniche artistiche all'uso ricreativo e ambientale delle arti. I musei entrano di recente in questo panorama proponendo un corpus crescente di pratiche rivolte al benessere della comunità, sempre più di interesse per la ricerca scientifica. In particolare, musei come il MoMa di New York, il MAC Australia, la House of Memories del National Museum di Liverpool, Il Museo Marino Marini e Palazzo Strozzi di Firenze (progetto Musei Alzheimer per la Toscana), per menzionarne alcuni, hanno sviluppato negli ultimi anni dei veri e propri programmi rivolti alle persone affette da demenza e ai loro caregivers. Questo significa che

si riconosce all'arte un potere comunicativo ed emozionale, che può aiutare a superare le difficoltà di relazione determinate dalla malattia.

MUSEI E ISTITUZIONI SANITARIE UNA DOVUTA ALLEANZA

Quello di cui si ha bisogno ora è una sistematizzazione e una pianificazione, creata dall'alleanza sinergica tra enti culturali e enti sanitari, come sostenuto dagli studiosi Paul Camic e Hellen Chatterjee in un lavoro pubblicato sulla rivista *Perspectives in Public Health*. Gli autori integrano le ricerche recenti in un quadro proposto per la futura collaborazione tra i settori del patrimonio culturale, della sanità e delle università per far avanzare ulteriormente la ricerca, lo sviluppo delle politiche e la pratica basata sull'evidenza.

È questa la direzione in cui si stanno muovendo Paesi come il Canada e la stessa Unione Europea. A fine ottobre 2018 è stato perfezionato l'accordo tra il Museo di Belle Arti di Montreal e un'associazione di medici locali (medicina on prescription): persone colpite da diverse malattie, dal diabete alla depressione, potranno visitare gratuitamente il museo esibendo all'ingresso una prescrizione del medico. Il programma, non nuovo nel suo genere (la medicina on prescription ha una lunga storia in Inghilterra e, con il progetto Taiku è stata il perno di Turku capitali europea della cultura nel 2011) ha riscosso un interesse mediatico internazionale senza precedenti.

L'Unione Europea ha inserito inoltre, per la prima volta, come tema chiave della politica culturale della nuova Agenda Europea della Cultura 2030 il crossover - ovvero la ricerca di una relazione sistematica - tra cultura, salute e benessere. In questa prospettiva si orienta anche l'International Council of Museums (ICOM) che, nonostante si sia dato [un altro anno per discuterla](#), nella proposta per la [nuova definizione di museo](#), integra la dimensione del benessere.

Il museo, quindi, diventa una risorsa non solo per accompagnare le persone affette da demenza nelle cure, ma anche per prevenire le patologie e soprattutto rafforzare il potenziale cognitivo e relazionale di ognuno, fin dalla prima infanzia.

Abstract

Attending museums and art exhibitions keeps the brain active, which could help reduce the risk of developing dementia. This was revealed by the study of the British Journal of Psychiatry, conducted by Daisy Fancourt, Andrew Steptoe and Dorina Cadar of the Department of Behavioral Science and Health, of the University College of London. The study shows that for adults aged 50 and older visiting museums every few months or more was associated with a lower incidence rate of dementia over a 10-year follow-up period compared with less-frequent visiting. This association was independent of demographics, socioeconomic status and health-related variables including sensory impairment, depression, vascular conditions, and other forms of community engagement. Visiting museums may be a promising psychosocial activity to support the prevention of dementia. Therefore, the museum is no longer just a place that preserves memory, but also that develops it, favouring individual and collective well-being.

Bibliografia e sitografia

[Ander, E., Thomson, L., Noble, G., & Chatterjee, H. \(2011\). Generic well-being outcomes: Towards a conceptual framework for well-being outcomes in museums. *Museum Management and Curatorship*, 26\(3\), 237-259.](#)

[Fancourt et al. \(2018\), Cultural engagement and cognitive reserve: museum attendance](#)

[and dementia incidence over a 10-year period, The British Journal of Psychiatry, 213\(5\), pp. 661-663](#)

[Camic, P. & Chatterjee, H. \(2013\), Museums and art galleries as partners of public health, Perspectives in Public Health, 133\(1\), pp. 66-71](#)

[BBC 2018, Montreal museum partners with doctors to 'prescribe' art](#)

[European Commission \(2018\), COMMUNICATION FROM THE COMMISSION TO THE EUROPEAN PARLIAMENT, THE EUROPEAN COUNCIL, THE COUNCIL, THE EUROPEAN ECONOMIC AND SOCIAL COMMITTEE AND THE COMMITTEE OF THE REGIONS, A New European Agenda for Culture](#)

Ag|Cult

Agenzia giornalistica **AgCult**
registrazione al Tribunale di Roma 195/2017
Via Cattaro, 28 - 00198 Roma
redazione@agcult.it