

La salute che verrà



La 'salute' tra definizioni, utopie e realtà.

Può sembrare strano ma in questi tempi di medicina iperscientifica si torna a discutere di una questione vecchia come il mondo: che cos'è la salute?

Il tema è stato trattato di recente, al termine di un lungo dibattito on line, dal British Medical Journal.

Proviamo a chiarirci le idee ripercorrendo la storia della metamorfosi che ha subito la definizione stessa di salute per arrivare all'attuale querelle.

Fino al 1948 il concetto di salute era semplice, facilmente comprensibile, basato su un'affermazione negativa: nell'assenza di malattie. È sano chi non è ammalato, chi ha malattie non è sano. La salute è dunque essenzialmente assenza di malattie.

Nel 1948 una nuova concezione della salute viene sintetizzata nell'art. 1 dello Statuto dell'OMS definendola come "uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale e non soltanto una mera assenza di malattia o di infermità".

L'affermazione positiva della salute inte-

sa come bene-essere provocò una sorta di terremoto nel campo della medicina che - impegnata da secoli quasi esclusivamente, salvo rare eccezioni, nello studio e nella lotta contro le malattie per diagnosticarle, per curarle, per prevenirle e per prolungare la vita ai malati - si trovò impreparata di fronte alla nuova prospettiva di tutelare e promuovere la salute.

Successivamente (carta di Ottawa, 1986) l'Oms definì la politica della salute come il processo che permette alle persone di aumentare il controllo su di sé e migliorare la propria salute.

Perché ora questa definizione non è più considerata adeguata? Perché troppo ampia, impossibile da realizzare. Perché la salute assoluta non esiste e nessuno può corrispondere a questa definizione. In una parola, è un'utopia. E perché, infine, un ideale così ampio (che pone come obiettivo il completo benessere fisico, mentale, psicologico-emotivo e sociale, traguardo impossibile per molti) rischia di medicalizzare l'intera società, con relativo spreco di risorse. Uno dei rischi legati a tale definizione sarebbe infatti quello di andare

alla ricerca di una irraggiungibile salute perfetta, e di far sentire "la maggior parte di noi non sani, per la maggior parte del tempo".

Ecco quindi che la salute diventa "la capacità di adattamento e di auto gestirsi di fronte alle sfide sociali, fisiche ed emotive".

La nuova definizione, proposta dal BMJ, pone l'individuo ancor più al centro del processo e relativizza, come è giusto, l'idea di benessere alle singole personalità. Con l'aumentare dell'aspettativa di vita e del numero di persone con patologie croniche, l'accento va posto non sul "completo benessere", ma sulla capacità di adattamento e di gestione delle proprie condizioni... "more care than cure", cioè più assistenza che cura, è la via da percorrere, dunque, mediante servizi sanitari e sociali integrati.

È pur vero che ci preoccupiamo della nostra salute quando cominciano i primi acciacchi dimenticando non solo che la prevenzione è la migliore medicina, ma che per stare bene è necessario conoscersi e volersi bene.

"Salute e Benessere" è il risultato di una sinergia tra istituzioni, medici, volontari, associazioni, uniti dalla convinzione che il benessere della comunità dipenda da quello dei singoli individui che la compongono.

Noi di InForma da circa quattro anni, trimestralmente, con passione e professionalità, attraverso un'informazione seria, equilibrata e consapevole contribuiamo al miglioramento della qualità della vita dei nostri lettori perché ognuno diventi artefice del proprio bene-essere. E continueremo a farlo anche per l'anno che verrà.

Felice 2012 a Tutti Voi!