

Valutare l'empowerment salutogenetico: di che si tratta?
Che cosa significano i diversi concetti tecnici della promozione della salute? Il nostro glossario chiarisce un po' le idee...

Scegliete una parola nella lista



Advocacy: perorare la causa della salute

"Un connubio di azioni condotte a livello individuale e sociale, volte ad acquisire l'impegno del mondo politico, l'appoggio di una linea politica, l'accettazione sociale e il sostegno dei sistemi a favore di uno specifico obiettivo o programma sanitario"
(OMS, 1995)

Queste azioni possono essere intraprese da e/o per conto di singole persone o gruppi al fine di creare delle condizioni di vita che portino alla [salute](#) e all'affermazione di stili di vita sani. Perorare questa causa è una delle tre principali strategie di promozione della salute: essa può assumere molte forme, fra cui il ricorso ai mezzi di comunicazione e ai sistemi multimediali, le iniziative volte a esercitare una pressione politica diretta, e la mobilitazione della comunità, attuata ad esempio coalizzando i diversi interessi sulla base di questioni ben definite. Agli operatori sanitari spetta la responsabilità maggiore: agire nella società da difensori della salute a tutti i livelli. L'importante è che le persone interessate vengano coinvolte e abilitate quali parti attive, all'insegna della partecipazione e dell'[empowerment](#). Perorare la causa della salute rappresenta una delle tre strategie d'intervento adottate dalla [Carta di Ottawa](#).

Agenda 21

"L'Agenda 21, il programma d'azione delle Nazioni Unite per lo sviluppo sostenibile, rappresenta il punto di riferimento per interventi a favore di uno sviluppo sostenibile, incentrati su fattori economici, ambientali, sociodemografici e di salute."
(OMS, 1997, p. 7)

L'[Agenda 21 \[www.agenda21.org\]](#) è stata approvata nel 1992, in occasione della Conferenza delle Nazioni Unite sull'ambiente e lo sviluppo tenutasi a Rio de Janeiro. Essa si rivolge indistintamente a paesi industrializzati e a paesi in via di sviluppo e, benché l'integrazione degli aspetti ambientali costituisca un obiettivo predominante, affronta diversi settori politici fondamentali per lo sviluppo sostenibile. È definito sostenibile lo sviluppo che soddisfa le esigenze del presente senza compromettere la possibilità per le generazioni future di soddisfare i propri bisogni. Nell'Agenda 21 la promozione della salute e lo sviluppo sostenibile non vengono affrontati quali argomenti di base, correlati tra loro. L'Agenda 21 e la promozione della salute risultano tuttavia congiunte nella misura in cui esse condividono valori e principi quali ad esempio equità nella salute, partecipazione e interdisciplinarietà.

Ambienti favorevoli alla salute

"Gli ambienti favorevoli alla salute proteggono le persone dalle minacce che incombono sulla salute, consentendo loro di accrescere le proprie capacità fino a sviluppare la fiducia in sé nell'ambito della salute. Essi comprendono il luogo in cui le persone vivono, lavorano, trascorrono il tempo libero, la loro comunità locale, la loro casa, l'accesso alle risorse per la salute e le opportunità di acquisire maggior autorevolezza (empowerment)."
(OMS, 1998, p.13)

Gli ambienti favorevoli alla salute includono aspetti naturali e sociali. L'accesso a uno spazio vitale si schiude agli individui attraverso la viva partecipazione. Le misure per la creazione di ambienti favorevoli alla salute poggiano su principi naturali, sociali, spirituali, economici e politici. Ogni settore d'intervento interagisce costantemente con gli altri. La [Carta di Ottawa](#) promuove la creazione di ambienti favorevoli alla salute quale uno dei suoi cinque campi d'azione. I concetti di ambienti favorevoli alla salute e di ambienti organizzativi per la salute ([setting](#)) si intrecciano.

Benessere

"Quello del benessere è un concetto usato nel linguaggio corrente per definire uno stato complesso soggettivo di consapevolezza, non immediatamente percettibile da un osservatore esterno."
(Trojan & Legewie, 2001, p. 78)

Il concetto di benessere viene spesso usato per designare sensazioni positive quali la gioia, la fortuna o l'allegria. Inoltre, da quando l'OMS ha definito ufficialmente salute e benessere, lo si usa in stretta correlazione con la salute. Il benessere pone l'accento sul lato soggettivo della salute. Il benessere può essere suddiviso in benessere momentaneo e benessere abituale. Il benessere momentaneo si compone di sentimenti e di sensazioni fisiche e mentali positive e dell'assenza di disturbi. Il benessere abituale fa riferimento all'autovalutazione di benessere tipico per una persona al di là del fattore temporale.

Capacità di vita

"Le capacità di vita sono capacità personali, interpersonali, cognitive e fisiche che permettono alle persone di controllare e gestire la propria esistenza, ma anche di sviluppare la capacità di convivere con il proprio ambiente, riuscendo a modificarlo."
(OMS, 1993)

La promozione della salute appoggia le persone nello sviluppo di capacità di vita rilevanti ai fini della salute. In questo intento è necessario considerare le condizioni e lo stile di vita delle persone. Esempi di capacità di vita sono:

- l'attitudine ad assumere le decisioni e a risolvere i problemi
- il pensiero creativo e quello critico
- la coscienza di sé e l'empatia
- le attitudini alla comunicazione e ai rapporti interpersonali
- la capacità di convivere con le proprie emozioni e di gestire lo stress

Carta di Ottawa

Promozione Salute Svizzera fa capo alla Carta di Ottawa per la promozione della salute. La Carta di Ottawa descrive tre strategie d'intervento fondamentali per la promozione della salute:

- rappresentare gli interessi ([Perorare la causa della salute](#)),
- mettere in grado e consentire
- mediare e unire

A queste strategie sottendono cinque campi d'azione prioritari:

- creare una politica globale di promozione della salute (sana politica pubblica)
- creare ambienti favorevoli alla salute
- rafforzare l'azione collettiva a favore della salute
- sviluppare le capacità individuali
- riorientare i servizi sanitari

La Carta di Ottawa è stata realizzata negli anni '80 e approvata nel 1986, in occasione della prima Conferenza Internazionale per la promozione della salute, tenutasi a Ottawa (Canada). Essa poggia sul programma fondamentale dell'OMS "[La Salute per tutti](#)". La Carta di Ottawa è stata una risposta alla crescenti critiche nei confronti dei sistemi di prevenzione a orientamento medico e dell'educazione classica alla salute, orientata prevalentemente verso comportamenti a rischio individuali.

Comunità

Comunità: "Un gruppo di persone specifico, che spesso vive in un'area geografica definita, condivide una cultura, dei valori e delle norme comuni, si è dato una struttura sociale organizzata sulla base di rapporti che la comunità ha sviluppato nel corso del tempo. I membri di una comunità acquistano la propria identità personale e sociale mediante la condivisione di credenze, valori e norme che la comunità ha sviluppato in passato e potranno essere modificati in futuro. Essi inoltre manifestano una certa consapevolezza della loro identità in quanto gruppo e condividono le esigenze, nonché l'impegno a soddisfarle."
(OMS, 1998, p. 9)

In molte società, in particolare quelle dei paesi sviluppati, gli individui non appartengono ad un'unica comunità distinta, ma a più comunità in funzione di alcune variabili come la posizione geografica, il tipo di lavoro, gli interessi sociali e il modo di trascorrere il tempo libero. La promozione della salute desidera sostenere le comunità nel loro processo di autodeterminazione, onde rafforzare la loro autonomia e il controllo sul proprio stato di salute. Iniziativa personale, [empowerment](#) e sostegno sociale nonché possibilità flessibili di più ampia partecipazione alle questioni inerenti alla salute vanno pertanto promossi e rielaborati.

Comportamento benefico per la salute

"Qualunque attività intrapresa da un individuo ...allo scopo di promuovere, tutelare o preservare la salute..."

(OMS, 1998, p. 16)

Un comportamento benefico per la salute è l'espressione di un modello comportamentale complesso, su cui incidono numerosi fattori quali conoscenza, motivazione, atteggiamento, competenze, ecc. Esso è il risultato di un processo di socializzazione personale e collettivo. A partire dalle istanze primarie di socializzazione quali la famiglia o la scuola, il comportamento benefico per la salute dipende anche dalle condizioni professionali e abitative, dalle reti sociali, dal tempo disponibile e dalla disponibilità di offerte assistenziali favorevoli alla salute. Per modificare questo comportamento, è necessario intervenire nel contesto. I suddetti fattori devono pertanto essere contemplati e considerati.

Comportamento e circostanze (interazione)

Il comportamento di un individuo si situa in stretta correlazione con le circostanze in cui egli vive. Attraverso determinati comportamenti le persone possono modificare le circostanze e, vice versa, le circostanze determinano e influiscono sul comportamento individuale. Ad ogni modo, sia il comportamento degli individui, sia le circostanze in cui essi vivono vengono contemplati nell'ambito della promozione della salute. Quest'ultima desidera infatti creare circostanze sociali ([condizioni di vita](#)) che mettano in grado gruppi e individui di organizzare uno stile di vita proprio, benefico per la loro salute e il loro benessere e che conduca a una migliore qualità di vita.

Condizioni di vita

"Le condizioni di vita sono la quotidianità delle persone, l'ambiente in cui vivono, lavorano e si divertono. Esse sono il frutto delle circostanze socio-economiche e dell'ambiente fisico - tutti fattori che possono ripercuotersi sulla salute - e sono ampiamente al di fuori del controllo diretto da parte del singolo."

(OMS, 1998, p. 19)

Nell'ambito della promozione della salute, la considerazione delle condizioni di vita e delle circostanze in cui vivono le persone, rappresenta una risposta ai moderati successi dell'educazione alla salute intesa in senso classico. Quest'ultima mira, infatti, a modificare prima di tutto i singoli comportamenti importanti ai fini della salute, senza però tener conto delle condizioni e delle circostanze di vita. La promozione della salute si concentra invece sia sulle condizioni e sulle circostanze in cui vivono le persone, sia sul comportamento e sullo stile di vita degli individui (cfr. [Circostanze – Comportamento](#)).

Continuità salute-malattia

"Nell'ambito della promozione della salute, salute e malattia non vengono considerate come stati alterni ed esclusivi, bensì come punti terminali ponderati di un filo conduttore comune (continuità salute-malattia)."

(Franzkowiak & Lehmann, 1999, p. 53)

I due poli estremi della continuità (condizione di piena salute e condizione di piena malattia) non devono essere raggiunti dagli organismi viventi. Ognuno, pur sentendosi prevalentemente sano, possiede parti malate e, finché vive, parti sane. Non si tratta quindi di stabilire se una persona è sana o malata, bensì in che misura essa si allontana o si avvicina ai punti estremi di salute e di malattia. La posizione di una persona sulla linea di continuità salute-malattia è il risultato di un'interazione tra fattori personali e fattori ambientali favorevoli o sfavorevoli alla salute nell'affrontare situazioni gravose in relazione al contesto sociale e al vissuto personale. La linea di continuità salute-malattia serve da un lato a interpretare la salute quale processo dinamico, dall'altro a individuare peggioramenti totali o parziali nell'equilibrio instabile tra parti sane e parti malate.

Educazione alla salute

"L'educazione alla salute comprende le opportunità di apprendimento costruite consapevolmente che coinvolgono alcune forme di comunicazione, ideate per conoscere meglio la salute, per migliorare le cognizioni, e per sviluppare quelle capacità di vita che contribuiscono alla salute del singolo e della comunità."

(OMS, 1998, p. 5)

L'educazione alla salute si occupa da un lato di trasmettere informazioni in merito ai fattori sociali, economici e ambientali che possono incidere sulla salute (cfr. [Fattori determinanti della salute](#)), a stili e comportamenti di vita benefici per la salute, incluso il ricorso ai servizi sanitari, dall'altro si impegna a sviluppare e a rafforzare le capacità di vita. L'educazione alla salute rappresenta uno dei principali approcci d'intervento della promozione della salute.

Empowerment (Acquisire maggiore autorevolezza nella salute)

"Nel contesto della promozione della salute, l'acquisizione di maggior autorevolezza è un processo grazie al quale le persone conquistano un maggior controllo sulle decisioni e le iniziative che riguardano la propria salute."

(OMS, 1998, p. 6)

Viene fatta una distinzione tra l'acquisizione di maggiore autorevolezza da parte della comunità e da parte del singolo (empowerment comunitario ed empowerment individuale):

- **l'empowerment individuale** si riferisce alla capacità del singolo di decidere e di esercitare un controllo sulla propria vita.
- **l'empowerment comunitario** coinvolge gli individui che agiscono collettivamente per riuscire a influenzare e a controllare maggiormente i fattori determinanti della salute e la qualità di vita della loro comunità.

L'acquisizione di maggiore autorevolezza riconosce e stimola le competenze e l'emancipazione dell'individuo. I processi di empowerment non vengono messi in atto né controllati da specialisti. Generalmente si verificano nella vita quotidiana, con le persone, i gruppi e le strutture più disparate. Gli addetti ai lavori possono tuttavia indurre, accompagnare e sostenere detti processi. Un esempio consiste nella [partecipazione](#) o in una relazione paritaria e rispettosa tra professionisti e clienti. L'empowerment occupa una posizione centrale nella Carta di Ottawa: nella strategia d'intervento "mettere in grado e consentire" (dall'inglese to enable), la [Carta di Ottawa](#) mira a che tutte le persone vengano messe in grado di sfruttare appieno il proprio potenziale di salute.

Equità nella salute

"Equità nella salute significa che le esigenze delle persone guidano la distribuzione delle opportunità di benessere."
(OMS, 1986)

Relativamente alla salute, equità significa che tutte le persone dovrebbero avere pari opportunità di migliorare e preservare la propria salute, in virtù di un accesso equo e giusto alle risorse per la salute. Se individui o gruppi, per motivi di sesso, di etnia, di estrazione sociale vengono avvantaggiati o discriminati nell'accesso alle risorse in termini di salute, si parla di iniquità sociale. Il programma dell'OMS "La Salute per tutti" e la [Carta di Ottawa](#) mirano, riducendo ed eliminando le disparità sociali, a raggiungere una maggiore equità nella salute.

Fattori determinanti della salute

"La gamma di fattori personali, socioeconomici e ambientali che determinano lo stato di salute delle singole persone o delle popolazioni."
(OMS, 1998, p. 7)

I fattori che influiscono sulla salute sono molteplici e interattivi. Fondamentalmente la promozione della salute si occupa di agire e di perorare la causa per individuare tutti quei fattori determinanti della salute potenzialmente modificabili. Dalle ricerche è stato dimostrato che i seguenti fattori incidono notevolmente sulla salute:

- sostegno e reti sociali
- lavoro e condizioni di lavoro
- reddito e status sociale
- ambiente fisico, servizi sanitari
- sviluppo infantile sano e formazione
(cfr. [Condizioni di vita](#))
- comportamento benefico per la salute e stile di vita
- capacità di affrontare la vita e i conflitti

Health Impact Assessment (Valutazione delle ripercussioni sulla salute)

"Una combinazione di procedure, metodi e strumenti, con i quali una strategia, un programma o un progetto possono essere valutati in un'ottica di possibili conseguenze sulla salute della popolazione nonché di suddivisione delle stesse tra la popolazione in termini di salute."

(Ritsatakis et al. 1999, citato secondo l'OMS, 2001, p. 10)

L'introduzione di una valutazione delle ripercussioni sulla salute viene caldeggiata quale successiva valutazione delle ripercussioni per l'ambiente. Oggi in numerosi paesi si applicano procedure per valutare la sostenibilità ambientale. Da alcuni anni, l'OMS promuove inoltre il ricorso a valutazioni delle ripercussioni sulla salute, valutazioni orientate ai principi di equità nella salute, economicità e sostenibilità. Nella maggior parte dei paesi, tra cui anche la Svizzera, non si è tuttavia ancora giunti a un consenso in merito a procedure e direttive per la valutazione di dette ripercussioni.

Attualmente, la Svizzera sta vagliando la questione. In questo senso il Canton Ticino svolge un ruolo di primo piano.

Healthy Public Policy (Politica globale di promozione della salute)

"Una sana politica pubblica è caratterizzata da un'evidente attenzione per la salute e l'equità in tutti i settori della politica e da una responsabilità per le ripercussioni sulla salute. L'obiettivo principale di una sana politica pubblica è la creazione di ambienti favorevoli che consentano alla gente di condurre una vita sana."

(OMS, 1988)

Una sana politica pubblica deve essere all'ordine del giorno dell'attività politica in tutti i settori e a tutti i livelli sociali. Essa si prefigge di valutare le singole decisioni politiche in termini di ripercussioni sulla salute della popolazione e del singolo e di trasporle in un contesto globale (cfr. [Valutazione delle ripercussioni sulla salute](#)). Una sana politica pubblica consente o facilita alle persone la scelta tra alternative sane, rendendo inoltre gli ambienti sociali e fisici favorevoli alla salute. La [Carta di Ottawa](#) promuove lo sviluppo di una sana politica pubblica quale uno dei suoi cinque campi d'azione.

Mediazione

"Per mediazione s'intende un processo mediante il quale interessi diversi (personali, sociali, economici) delle persone e delle comunità, dei diversi settori (pubblico e privato) vengono conciliati secondo modalità che promuovano e tutelino la salute".

(OMS, 1998, p. 25)

Il settore della salute non è né l'unico responsabile, né l'unico in grado di creare condizioni di vita sane e benessere per le persone. La promozione della salute richiede un intervento coordinato dei responsabili di governi, del settore sanitario, sociale ed economico, di associazioni non statali e auto organizzate, di istituzioni locali, industria e mass media. Agli operatori sanitari spetta la responsabilità maggiore, quella cioè di agire nella società da difensori della salute a tutti i livelli (cfr. [Perorare la causa della salute](#)). "La mediazione" rappresenta una delle tre strategie fondamentali della [Carta di Ottawa](#).

Modo di vivere

Vedi [Stile di vita](#)

Obiettivi della salute dell'OMS

Gli obiettivi dell'OMS in termini di salute si riferiscono all'obiettivo globale, che dovrebbe altresì corrispondere all'obiettivo principe di governi e OMS stessa per i prossimi decenni, ossia che entro l'anno 2000 tutte le persone abbiano raggiunto un livello di salute che consenta loro di condurre una vita produttiva sotto il profilo economico e sociale. Sulla base di questo obiettivo globale formulato nel 1977, un anno più tardi è nato il programma fondamentale dell'OMS "Salute per tutti entro l'anno 2000" che definisce priorità globali e dieci obiettivi, premesse per il raggiungimento del traguardo globale nonché basi per interventi programmatici specifici a livello regionale. Il programma fondamentale è stato aggiornato nel 1998 e rinominato "La Salute per tutti nel 21° secolo".

Dal canto suo, la regione europea dell'OMS ha varato il programma "Salute 21 – i principi della salute per la regione europea dell'OMS – 21 obiettivi per il 21° secolo". L'obiettivo è quello di raggiungere un completo potenziale di salute per tutti, facendo capo a cinque valori fondamentali:

- la salute quale diritto fondamentale della persona
- equità nella salute
- solidarietà
- partecipazione
- responsabilità e obbligo di rendiconto

I 21 obiettivi costituiscono i fondamenti per la definizione della politica sanitaria in Europa. Essi fungono inoltre da unità di misura per valutare i progressi in termini di miglioramenti nella salute, protezione della salute e riduzione dei rischi per la salute.

Per quanto riguarda la Svizzera, la Società svizzera per la prevenzione e la sanità (SGPG), in collaborazione con l'Ufficio federale della sanità pubblica e il Progetto politica sanitaria svizzera, hanno adeguato il concetto programmatico europeo "Salute 21". La pubblicazione "Obiettivi di salute per la Svizzera" (Società svizzera per la prevenzione e la salute, 2002) funge da documento orientativo per i responsabili di Confederazione e Cantoni nonché per le cerchie di addetti ai lavori e le istituzioni specializzate del settore sanitario.

Partecipazione

"Per partecipazione s'intende il coinvolgimento attivo delle persone che vivono in qualunque forma dell'organizzazione sociale nella pianificazione coerente, nella realizzazione e nel controllo dell'assistenza sanitaria primaria (e di progetti e programmi di promozione della salute), avvalendosi delle risorse locali, nazionali e d'altro genere."
(OMS, 1999, p. 256)

Partecipazione è intesa come "avere una parte" o "prendere parte". Infatti la partecipazione non avviene unicamente attraverso singoli individui o istituzioni socialmente riconosciute (partiti, associazioni), bensì anche attraverso gruppi auto organizzati che difendono i loro interessi „dal basso“ e nella fattispecie sviluppano e offrono personalmente offerte proprie favorevoli alla salute. Nel promuovere la partecipazione, gli operatori sanitari hanno il compito di considerare e di

sviluppare con la dovuta serietà le singole idee, creando nel contempo la possibilità di partecipare (ad es. officine futuristiche o istanze ponte). L'impegno partecipativo si ripercuote positivamente sulla salute soprattutto se inteso come [empowerment](#), in quanto rafforza la consapevolezza di poter incidere organizzativamente sulle proprie condizioni di vita, scoprendo e promuovendo nuove capacità

Politica di promozione della salute (policy)

"Una politica (nazionale) di promozione della salute è la strategia comune basata su obiettivi primari su cui devono concordare tutte le persone e gli enti coinvolti nella promozione della salute - una solida base ideale con priorità e competenze chiaramente definite."
(Promozione Salute Svizzera, 2000)

Il concetto di policy o di politica nazionale non va confuso con quello di politica in senso lato. Una policy formula il corso e la strategia di un settore, di un tema, di un'istituzione o di un paese. Essa definisce i contenuti dell'azione politica. La politica si occupa invece di seguire e di realizzare i suddetti corsi e strategie. Una policy nazionale di promozione della salute costituisce un fondamento contestuale e a orientamento specifico per interventi e decisioni favorevoli alla salute. Promozione Salute Svizzera opera attualmente allo sviluppo di una policy nazionale di promozione della salute. Il fronte politico va pertanto stimolato a condurre una sana politica pubblica e a creare condizioni favorevoli per un'azione promotrice della salute.

A livello di politica sanitaria, è attualmente in corso il progetto Politica sanitaria svizzera: avviato da Confederazione e Cantoni, esso si propone di sviluppare una strategia di politica sanitaria portata avanti da Cantoni e Confederazione, volta ad affrontare le complesse problematiche del futuro in questo ambito.

Prevenzione

"La prevenzione delle malattie comprende le misure per prevenire l'insorgenza della malattia, ad esempio la riduzione del fattore di rischio, ma anche per fermarne l'evoluzione riducendone le conseguenze una volta insorta."
(OMS, 1998, p. 4)

Il termine di prevenzione viene spesso utilizzato per indicare interventi di protezione della salute. In genere la prevenzione si distingue in prevenzione primaria, secondaria e terziaria.

La **prevenzione primaria** dovrebbe intervenire ancor prima dell'insorgere di malattie o infortuni, il suo scopo è quindi quello di eliminare uno o più fattori causali, di accrescere la resistenza fisica degli individui e di modificare i fattori ambientali.

La **prevenzione secondaria** contempla invece tutte le misure volte a individuare stadi di malattia privi di sintomi.

Per **prevenzione terziaria** s'intende la prevenzione di effetti dannosi di una patologia in atto e la profilassi anti recidive.

(Franzkowiak, 1999a; Gutzwiller & Jeanneret, 1999; Schwartz & Walter, 1998)

Resilienza

"La resilienza è considerata l'opposto della vulnerabilità. Per resilienza s'intende sia il processo di adeguamento biopsicologico, sia il suo risultato... Nella ricerche sulla resilienza ci si chiede per quale motivo alcune persone, nonostante i notevoli carichi e rischi che devono sopportare, rimangono in buona salute o si riprendano relativamente facilmente da disturbi e malattie, mentre altre, in condizioni analoghe, risultino di salute particolarmente cagionevole."
(Bender & Lösel, 1998, p.119)

La resilienza si muove parallelamente alla [salutogenesi](#): entrambe indagano sulle condizioni di sviluppo e di conservazione della salute, dando tuttavia risposte diverse. La resilienza deriva da ripetuti risultati di coping e di superamento. Dato un carico inizialmente ridotto e progressivamente crescente, in genere s'impara a sostenere lo stesso. Le persone resilienti hanno la capacità di reagire a un danno con uno sviluppo positivo. La resilienza è una risorsa interna che dipende da condizioni esterne.

Reti sociali

"Rapporti e legami sociali tra gli individui che possono far accedere al sostegno sociale alla salute o mobilitarlo."
(OMS, 1998, p. 23)

Per reti sociali s'intendono soprattutto strutture relazionali informali tra individui e gruppi. L'importanza delle reti sociali consiste nel fatto che, a seconda delle necessità, esse offrono un appoggio sociale ai singoli individui e da esse possono scaturire delle azioni sociali. Le reti sociali sono fattori determinanti essenziali per la salute. Esse sono significative per la promozione della salute a livello individuale, in contesti locali e per il superamento di malattie.

Riorientare i servizi sanitari

"Il fatto di dare un nuovo orientamento ai servizi sanitari si caratterizza per un più esplicito interesse a raggiungere dei risultati di salute per la popolazione secondo le modalità con cui è organizzato e strutturato il sistema sanitario. Tutto ciò deve condurre a un cambiamento nell'atteggiamento e nell'organizzazione dei servizi sanitari, che deve incentrarsi sulle esigenze dell'individuo in quanto persona nella sua interezza, bilanciate rispetto ai bisogni di gruppi di popolazione."
(OMS, 1998, p. 21)

Servizi sanitari e governi devono impegnarsi a sviluppare un sistema curativo orientato verso una maggiore promozione della salute, che vada ben oltre le prestazioni di assistenza medico-curative. Inoltre, è necessario promuovere il coordinamento e la collaborazione tra i servizi sanitari e altri attori sociali, politici ed economici, rilevanti ai fini della salute. Un riorientamento dei servizi sanitari richiede contemporaneamente una maggiore attenzione verso la ricerca e un mutamento nella formazione e nella specializzazione professionale. La [Carta di Ottawa](#) promuove il riorientamento dei servizi sanitari quale uno dei suoi cinque campi d'azione.

Risorse della salute

Nell'ambito della promozione della salute "...è possibile distinguere tra risorse personali (interne) e risorse ambientali e sociali (esterne)... Per risorse personali o interne s'intendono le capacità di vita individuali e altri fattori di protezione... Per risorse dell'ambiente o esterne s'intendono invece fattori di protezione intrinseci all'ambiente socio-ecologico di un individuo."
(Frankzowiak, 1999b, p. 90)

La promozione della salute si occupa di questioni inerenti a condizioni di vita e stili di vita che conservino e promuovano la salute, nonché a risorse sociali e personali. Le risorse aiutano a superare le diverse situazioni della vita: situazioni analoghe generalmente vengono meglio superate da persone con molte risorse che non da individui poveri di risorse. Esempi di risorse interne:

- un sistema immunitario stabile e resistente
- una buona autostima
- capacità di affrontare attivamente la vita e i suoi problemi

Esempi di risorse esterne:

- la presenza di una rete sociale
- la garanzia di condizioni di vita e di lavoro
- un'assistenza sanitaria di base
- l'accesso ai servizi sanitari

I concetti di risorse per la salute e di [fattori determinanti della salute](#) si accavallano. Inoltre vi sono strette correlazioni anche tra risorse interne e [senso di coerenza](#).

Salute

"Uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale e non la semplice assenza dello stato di malattia o di infermità."
(OMS, 1948)

Dal 1948 questa è la definizione di salute adottata dall'Organizzazione mondiale per la sanità (OMS). La [Carta di Ottawa](#) per la Promozione della salute vede nella salute una risorsa per la vita quotidiana, e non lo scopo dell'esistenza. È un concetto positivo che mette in evidenza le risorse individuali e sociali, come pure le capacità fisiche.

Così intesa, la salute rappresenta uno stato di equilibrio tra fattori dannosi e fattori benefici per la salute. La salute si raggiunge allorché gli individui sviluppano e mobilitano al meglio le proprie risorse, in modo da soddisfare prerogative sia personali (fisiche e mentali), sia esterne (sociali e materiali). Salute e malattia non sono pertanto condizioni che si escludono a vicenda, bensì punti terminali di una comune continuità (cfr. [continuità salute-malattia](#)).

Salute pubblica

"La salute pubblica è un concetto socio-politico volto al miglioramento della salute, al prolungamento della vita e al miglioramento della qualità di vita di intere popolazioni, attraverso la promozione della salute, la prevenzione delle malattie e altre forme di interventi sanitari."
(OMS, 1998, p. 3)

La salute pubblica crea le condizioni sociali (condizioni ambientali e di assistenza sanitaria) nelle quali le persone possono vivere in modo sano. La salute pubblica include tutti gli interventi estesi soprattutto all'intera popolazione o a gruppi di popolazione, tenendo comunque conto di interessi e di esigenze individuali. La salute pubblica è una disciplina trasversale che considera situazioni somatiche, psichiche, sociali ed ecologiche per la conservazione e per la promozione della salute nonché per evitare l'insorgenza di malattie.

In Svizzera la salute pubblica si concentra soprattutto sul sistema di assistenza sanitaria, lasciando per il momento poco spazio alla promozione della salute.

Salutogenesi

"La salutogenesi non rappresenta unicamente il rovescio della medaglia di un approccio a orientamento patogenetico. Pensare in maniera patogenetica significa occuparsi dell'insorgenza e della cura delle malattie. La salutogenesi parte invece dal presupposto che tutte le persone siano più o meno sane e contemporaneamente più o meno malate; si tratta quindi di sapere in che modo un individuo può diventare più sano e meno malato."

(Bengel, Strittmacher & Willmann, 1998, p. 24)

Il fondatore della salutogenesi è Aron Antonovsky (1924-1994), il quale si interrogò sulle condizioni personali e contestuali di insorgenza e di conservazione della salute. In un'ottica salutogenetica, salute e malattia vengono intese come i poli di un filo conduttore comune (cfr. [continuità salute-malattia](#)). Antonovsky espresse l'importanza della salutogenesi per la salute e per la promozione della salute attraverso una metafora: da una prospettiva salutogenetica, la vita è come un fiume più o meno pericoloso. Tutte le persone si muovono costantemente dentro questo fiume in posti diversi. Per la promozione della salute, si tratta di sapere in quale posto del fiume si trova una persona e in che modo è in grado di nuotare. Le abilità natatorie individuali corrispondono alle singole risorse interne, mentre il fiume simboleggia le condizioni di vita. La promozione della salute s'impegna a organizzare il fiume in modo adeguato e a promuovere le capacità natatorie individuali, affinché sia possibile nuotare in questo fiume.

Senso di coerenza

Il senso di coerenza è un orientamento globale, " ...che esprime che il limite di ognuno nell'avere un dinamico sentimento di confidenza nei confronti del proprio ambiente interno ed esterno è prevedibile e che c'è un alto grado di probabilità che le cose funzionino bene come ci si possa ragionevolmente aspettare."

(Antonovsky, 1997, p.16)

Il senso di coerenza rappresenta una delle tanto dibattute risorse interne per la salute. Secondo Antonovsky, il sentimento di coerenza rappresenta il costrutto centrale della [salutogenesi](#). Il senso di coerenza descrive un atteggiamento generale cognitivo ed affettivo-emotivo di un individuo nei confronti del mondo e della propria vita. Il senso di coerenza si compone di tre elementi:

- risorse cognitive
- risorse di tolleranza e resistenza necessarie ad affrontare i problemi
- risorse di adeguatezza e di significatività

La profondità del senso di coerenza incide sulle capacità delle persone di utilizzare le risorse disponibili per conservare salute e benessere. Le persone con un marcato senso di coerenza reagiscono in maniera flessibile alle sollecitazioni e possono attivare risorse adeguate alla situazione.

Setting (ambienti organizzativi) per la salute

"Il luogo o il contesto sociale nel quale le persone si impegnano nelle attività quotidiane nelle quali i fattori ambientali, organizzativi e personali interagiscono per ripercuotersi sulla salute e sul benessere."

(OMS, 1998, p. 23)

Un setting è più di un luogo, esso funge sia da strumento che da risultato dell'interazione sociale. Gli individui appartengono a setting diversi e vengono influenzati da setting diversi. Nell'ambito della promozione della salute per setting o ambiente organizzativo s'intende un sistema sociale delimitato, analizzato e definito a fini d'interventi favorevoli alla salute e nel quale vengono prese le decisioni e le misure tecniche necessarie per provvedimenti concreti volti a promuovere la salute. Il concetto di setting generalmente ha una connotazione locale. Esempi di setting sono:

- scuole
- aziende
- comuni
- quartieri
- famiglie
- punti d'incontro del tempo libero
- centri commerciali

La creazione di ambienti organizzativi per la salute fa parte dei 21 obiettivi del programma dell'OMS "Salute21". Nella regione europea, entro il 2015 le persone dovrebbero beneficiare di migliori possibilità a casa, a scuola, sul posto di lavoro o nel Comune di residenza di vivere entro un contesto naturale e sociale sano. Detto obiettivo è stato adeguato alla Svizzera nel quadro della pubblicazione "Obiettivi di salute per la Svizzera" (cfr. [Obiettivi di salute dell'OMS](#)). Reti esistenti quali ad esempio "Città sane", "Le scuole orientate alla promozione della salute", "Ospedali per la promozione della salute" e "Aziende per la promozione della salute", forniscono già oggi un contributo notevole alla creazione di ambienti organizzativi per la salute.

Stile di vita

"Lo stile di vita consiste in un modo di vivere impostato secondo modelli di comportamento identificabili, che sono frutto dell'azione reciproca delle caratteristiche proprie di un individuo, delle interazioni sociali con le condizioni di vita di carattere socio-economico e ambientale."

(OMS, 1998, p. 19)

Gli stili di vita contemplano tutti i settori della conduzione della vita quotidiana, quali comportamento al consumo, stile di comunicazione, alimentazione, partecipazione politica, approccio con le emozioni, ricorso ad aiuti laici e professionali, ecc. Si tratta di azioni quotidiane confermate, al riparo da mutamenti, in quanto infondono fiducia e sicurezza. Azioni radicate in

valori, norme, forme d'espressione e rituali interattivi comunemente condivisi. Generalmente, gli stili di vita non cambiano completamente, pur non essendo sistemi chiusi. Se si tratta di migliorare la salute mettendo in grado i singoli di modificare il proprio stile di vita, allora l'intervento non deve essere diretto esclusivamente verso l'individuo bensì anche verso le sue condizioni di vita.

Valutazione

"Per valutazione s'intende l'interpretazione critica e analitica delle informazioni ottenute, la derivazione di conclusioni e infine la stima e/o l'apprezzamento di un progetto o di una situazione di fatto, nell'intento di migliorarli."

(OFSP, 1997, p. 18)

La valutazione è un processo a cui è possibile ricorrere già in fase di pianificazione di un progetto, per accompagnare lo stesso per tutta la sua durata oppure verso la fine o a conclusione dello stesso. La valutazione può evidenziare i processi e/o i risultati di un progetto. Nell'ambito della promozione della salute, è importante considerare i processi durante la realizzazione del progetto (ad es., ottenimento di una maggiore autorevolezza nella salute o partecipazione) tanto quanto i risultati al termine dello stesso. Unendo valutazione dei processi e valutazione dei risultati si ottiene pertanto il maggior vantaggio.