

Laboratorio di Ecologia della Salute

Il **Laboratorio di Ecologia della Salute** (L.E.S.) nasce nel contesto delle attività dell'Associazione Italiana di Epistemologia e Metodologia Sistemiche (AIEMS) ed è formato da un Gruppo di Coordinamento interdisciplinare operante a Roma, e da numerosi Consulenti scientifici. Il suo scopo è favorire i processi di promozione della salute facendo riferimento al pensiero sistemico, e cogliendo gli aspetti sia scientifici che politici di un tale impegno.

MANIFESTO 2018

La salute non è semplicemente assenza di malattia, né il suo contrario, e in quanto oggetto di studio ed intervento non appartiene solo alle scienze biomediche. La salute è innanzitutto un'esperienza, e riguarda il corpo, ma non solo. Ha inoltre a che vedere con la coerenza interna di un sistema (una persona, una società, l'ambiente), e con la costruzione di senso: perché queste possano essere mantenute nel tempo bisogna che il sistema sia sufficientemente flessibile.

La salute è sempre situata e definita in un contesto culturale e sociale. Si sviluppa, inoltre, in situazioni che permettono di esprimere le proprie capacità e potenzialità, e dove è possibile percepire un senso di equità sia nei diritti che nelle opportunità concretamente offerte e accessibili.

La salute è generata da apprendimento, creatività, progettualità, evolutività, e bellezza, e circolarmente li genera.

Inoltre l'esperienza della salute è favorita dal riconoscimento e dall'accettazione dell'incertezza e del limite quali aspetti costitutivi e ineliminabili della vita umana, così come la malattia e la morte.

La salute è un ritmo particolare tra il dentro e il fuori, tra l'individuo e l'ambiente. Si tratta in tal senso di prendersi cura di sé e insieme delle proprie appartenenze, delle relazioni interpersonali e delle connessioni con il più vasto ambiente in tutte le sue forme.

Un essere umano ha esperienza di salute sentendosi un organismo vivo in un mondo vivo.

Peraltro, non si genera salute se non si superano le condizioni di contesto che la ostacolano.

1 - Disoccupazione e cattiva qualità del lavoro, disuguaglianze sociali e povertà. Frammentazione e isolamento sociale, conflittualità e risentimento crescenti in ambito micro e macro sociale.

2 - Globalizzazione selvaggia, cinismo dei mercati finanziari, corruzione diffusa e scarsa cura dei beni comuni, progressiva erosione del senso di responsabilità individuale e collettiva.

3 - Povertà culturale (intesa come mancanza di strumenti per comprendere e operare nel proprio contesto di vita), alienazione dai propri bisogni, mercificazione della vita, inquinamento commerciale della comunicazione, consumismo.

4 - Disconnessione dalla natura, politiche energetiche non ecosostenibili, riscaldamento globale e inquinamento ambientale, abbandono delle aree rurali con perdita delle tradizioni, progressiva soppressione della biodiversità e sofferenza animale

5 - Produzione di cibi non sani provenienti da coltivazioni e allevamenti intensivi a grande impatto ambientale. Alimentazione eccessiva, o insufficiente, o sbilanciata.

6 - Deriva tecnologica e cambiamenti nella comunicazione con sovraccarico di messaggi e iperstimolazione (essere connessi non equivale a comunicare). Alienazione dall'esperienza corporea, dal contatto con le emozioni, e dal *qui ed ora*.

7 - Smantellamento progressivo del sistema di welfare a livello sanitario e socio-assistenziale, a fronte di una deriva socio-culturale alimentata da forti interessi economici e orientata alla medicalizzazione della vita. Crisi delle istituzioni e delle pratiche educative con sopravvalutazione dell'aspetto concettuale a discapito sia dell'educazione sentimentale, che delle dimensioni intuitiva, emotiva e collaborativa caratterizzanti un approccio non omologante all'apprendimento.

Secondo un'ottica sistemica i 7 punti suddetti sono tra loro collegati, e anche azioni apparentemente di piccola portata possono produrre cambiamenti significativi, ampi, e generativi di salute. Ciò è possibile a partire da contesti di vario tipo (lavorativi, scolastici, familiari, ambientali, alimentari, produttivi, etc.)

Inoltre, sempre secondo un'ottica sistemica, la salute di tutti è legata alla salute di ognuno e viceversa.

La vita del L.E.S.

Il Laboratorio di Ecologia della Salute si riunisce a Roma almeno due volte al mese, per svolgere una serie di attività condotte dai membri del Gruppo di Coordinamento o dai Consulenti Scientifici.

Valori

Quelli che seguono sono alcuni dei valori intorno ai quali si organizzano le attività del L.E.S.

Pensiero sistemico, interdisciplinarietà, pensiero critico, pragmatismo, gratuità, convivialità, cura, partecipazione, indipendenza, pazienza, curiosità, nonché la ricerca, il riconoscimento e la valorizzazione delle differenze (biologiche, psicologiche, culturali, etc.).

Questo stesso Manifesto è stato da noi costruito attraverso una pratica di messa in comune, partecipazione trasparente, co-costruzione e riflessività, cercando di mantenerci costantemente coerenti con i suddetti valori.

Metodo

Alcuni dispositivi e aspetti di metodo finora utilizzati nel L.E.S. sono:

- 1 - Promuovere relazioni interpersonali in presenza (incontri faccia a faccia di gruppo)
- 2 - Studiare i molti specifici ambiti disciplinari implicati nella salute
- 3 - Condividere conoscenze che aiutano a sviluppare uno sguardo interdisciplinare e a riconoscere le connessioni
- 4 - Valorizzare la soggettività (ricerca di esperienze di salute esplorando le proprie biografie, e individuazione di elementi ricorrenti-ridondanti)
- 5 - Valorizzare il corpo come mezzo di conoscenza
- 6 - Integrare saperi soggettivi (impliciti) e conoscenze disciplinari (esplicite) riguardanti la salute
- 7 - Individuare, valorizzare e promuovere pratiche orientate alla salute
- 8 - Costruire in modo condiviso e partecipato saperi e conoscenze
- 9 - Costruire e prendersi cura di una rete di professionisti, studiosi, consulenti e appassionati, in grado di favorire un approccio complesso alla salute.

In riferimento ai suddetti dispositivi e aspetti di metodo, abbiamo già cominciato a sperimentare che dall'agire in tal senso può svilupparsi nel tempo un benessere relazionale ricco di fiducia reciproca, familiarità, convivialità e amicizia.

Prospettive

Il Laboratorio di Ecologia della Salute intende studiare, conoscere e promuovere la salute coerentemente con l'approccio sistemico, e quindi interdisciplinare, a cui si ispira questo Manifesto 2018. Nella descrizione in esso contenuta la salute risulta come un'esperienza positiva che dipende da dinamiche complesse, non del tutto prevedibili e controllabili, e in parte ancora sconosciute. In ogni caso, ciò che il manifesto vuole evidenziare, è il concetto che la salute si realizza quale proprietà di una rete interattiva di processi che si dispiegano a più livelli (biologico, psicologico, sociale, culturale, economico, ambientale). Questo diverso posizionamento teorico ha delle evidenti conseguenze sul piano pratico.

In ambito biomedico si tratta, ad esempio, di ripensare in senso sistemico le conoscenze e le pratiche della prevenzione medica, integrandole con quelle della salutogenesi, e connettendole con i molti altri campi disciplinari e d'intervento implicati nella salute. Si tratta quindi di costruire un nuovo e più efficace modello di promozione della salute che sia non medico-centrico. Il Laboratorio intende infine allestire con il tempo una lista di Indicatori Sistemici di Salute.

Le nostre attività si rivolgono sia a specifici interlocutori che alla cittadinanza, aprendo dialoghi per attivare cammini verso un'ecologia della salute. Questi dialoghi potranno assumere varie forme che il Laboratorio svilupperà. Le attività pratiche, oltre a quelle già sperimentate all'interno del Gruppo di Coordinamento (pratiche autobiografiche, pratiche filosofiche, pratiche di meditazione - intesa come consapevolezza delle proprie azioni e contributo allo sviluppo personale - , visite ad aziende agroecologiche, passeggiate naturalistiche, giornate di studio a tema, cura dello spazio radiofonico *Verso un'ecologia della salute* presso la webradio RADIO32, etc.) potranno essere le seguenti: progetti di ricerca, creazione di percorsi di promozione della salute, sostegno in ottica sistemica di progetti già in essere e rivolti al benessere, costruzione di documenti d'indirizzo e di report, vacanze-studio, pubblicazioni, convegni, e la creazione di un Centro Documentazione.

Inoltre il L.E.S. sta costituendo la *Scuola Popolare di Ecologia della Salute* (S.P.E.S.) attraverso la quale si aprirà al territorio con attività di formazione e di sensibilizzazione partecipate.

Questo Manifesto è da considerarsi come un documento *in progress* o per così dire "in cammino", che verrà aggiornato e sviluppato di anno in anno in base all'evoluzione del L.E.S.

Viandante, non esiste sentiero: si fa la strada nell'andare...

Antonio Machado

dalla raccolta "*Campos de Castilla*,
Extracto de Proverbios y Cantares", 1912

Roma, 3 luglio 2018

Quella che segue è la lista dei componenti del *Gruppo di Coordinamento* del Laboratorio di Ecologia della Salute che hanno partecipato in vario modo alla preparazione di questo Manifesto 2018.

Diego Abbenante - Medico chirurgo, esperto di approcci sistemici alla salute e medicina delle migrazioni, Socio Ordinario AIEMS

Sergio Boria - Medico, psichiatra, psicoterapeuta sistemico-costruttivista, Presidente AIEMS

Sista Bramini - Regista, narratrice e formatrice teatrale. Fondatrice e direttrice artistica del progetto/compagnia O Thiasos Teatro Natura

Cristiana Buscarini - Professore associato di economia aziendale-governance e sostenibilità, Università di Roma "Foro Italico".

Anna Cappelletti - Antropologa, esperta in metodologie auto-biografiche, Socio Ordinario AIEMS

Marcella Cavallo - Psicologa, psicoterapeuta interazionista-sistemica, esperta in processi migratori

Giancarlo Chirico - Filosofo, consulente filosofico in formazione, autore e cantafiabe

Carla De Benedictis - Medica veterinaria, omeopata, esperta in etologia animale.

Serena Dinelli - Psicologa sistemica, esperta della dimensione mente /corpo, e del rapporto fra tecnologie e relazioni sociali, Direttivo AIEMS

Simona Gasparetti - Filosofa, formatrice in pratiche filosofiche comunitarie e Medical humanities, Università Roma Tre, Socio Ordinario AIEMS

Francesca Marchiori - Laureata in Lettere e in Psicologia clinica, formatrice in ambito aziendale e psicoterapeuta in formazione

Franca Mora - Psicologa, psicoterapeuta sistemico-relazionale, esperta in sviluppo risorse umane e costruzione di reti di welfare

Giorgio Narducci - Docente di Scuole Superiori, naturalista appassionato di biologia evoluzionistica, Direttivo AIEMS

Alessandro Rinaldi - Medico specialista in Sanità pubblica, counselor ad approccio pluralistico integrato.

Erica Rizziato - Ricercatrice e esperta di sviluppo organizzativo e personale in ottica sistemica, Ircres-CNR, IMO Italia

Laura Scarino – Biologa, Ricercatrice presso il Centro di Ricerca Alimenti e Nutrizione del CREA, Circolo Bateson di Roma

Maria Sfirro - Psicologa, specializzanda in Psicologia della Salute

Isabella Tancorre - Psicologa, psicoterapeuta, psiconcologa ed esperta in violenza di genere

Roberto Tecchio - Focusing trainer, formatore professionista esperto di metodologia del consenso e trasformazione nonviolenta dei conflitti

Mario Thanavaro - Maestro di meditazione. Presidente dell'Associazione Amita Luce Infinita

Luca Tramontana - Medico cardiologo ospedaliero