

Educare alla salute un'impresa possibile

Quali sono i contenuti di un'educazione realmente adatta alle persone che vivono oggi in una società complessa, già bombardate da mille messaggi? Com'è possibile creare una credibilità dell'informazione? In quali ambienti e con quali mezzi deve essere diffusa?

L'educazione alla salute è impresa doverosa, da chiunque venga impartita, perché è un modo per far comprendere ai cittadini l'esigenza di rispettare loro stessi. Nell'epoca – com'è stato ripetutamente scritto – della crisi dei valori, per cui la persona del tempo postmoderno ha perso i tradizionali riferimenti per condurre una vita equilibrata, l'educazione alla salute acquista una rilevante importanza, perché permette di assumere com-

Quindi, non può essere impositiva, bensì deve costruire conoscenze mature; per questo non promette risultati eclatanti, immediati, come sono talvolta le ambigue promesse pubblicitarie o quelle ingannevoli (quasi magiche) di certi persuasori.

Ma quali sono i contenuti di un'educazione realmente adatta alle persone che vivono oggi in una società complessa, già bombardate da mille messaggi? Com'è possibile creare una credibilità dell'informazione? In quali ambienti e con quali mezzi deve essere diffusa?

possono conoscere mediazioni. Vi sono, invece, messaggi meno definitivi nei loro passaggi intermedi, ma che vanno ugualmente diffusi: si pensi all'educazione alimentare, al controllo del peso, all'attività fisica. La diffusione di diete "magiche" non ha mai portato a risultati, che invece sono stati ottenuti quando, da parte del cittadino, si è raggiunta una serena coscienza su cosa fosse il suo bene. Un'attenzione particolare nel formulare i messaggi deve essere riservata alle categorie più deboli, per motivi diversi, come sono gli anziani e i migranti. Si tratta, ormai, di una porzione della popolazione che raggiunge oltre il 30%. Alle persone dalla terza età va spiegato che l'educazione sanitaria è uno strumento per difendere la loro autonomia anche da vecchi; ai migranti, invece, si devono trasmettere messaggi comprensibili, che non ledano tradizioni e costumi o che possano sembrare un'invasione della nostra cultura nel loro modo di vivere. Come si vede, l'impresa di educare alla salute non è facile, ma è irrinunciabile, perché è fondamento di qualsiasi intervento seriamente preventivo. D'altra parte, siamo consci che l'educazione mirante a contenuti tecnici nell'ambito di una cultura di libertà è obiettivo molto alto!

Vi sono aspetti indiscutibili, come l'educazione a non fumare, che non possono conoscere mediazioni. Vi sono, invece, messaggi meno definitivi nei loro passaggi intermedi, ma che vanno ugualmente diffusi: si pensi all'educazione alimentare, al controllo del peso, all'attività fisica. La diffusione di diete magiche non ha mai portato a risultati, che invece sono stati ottenuti quando, da parte del cittadino, si è raggiunta una serena coscienza su cosa fosse il suo bene

portamenti opportuni e mirati a raggiungere una condizione di benessere. Perché ciò avvenga, però, è necessario che l'educazione alla salute sia condotta in modo sereno, non coercitivo; deve educare prima di tutto alla libertà, cioè alla capacità di scelta tra modelli diversi, alcuni dei quali pesantemente diffusi dalle mode.



Un'educazione aperta e critica deve indurre a non essere mai perentori e definitivi. È un errore ritenere che l'apparente indiscutibilità di un messaggio sia un mezzo per la sua applicazione; anzi, è molto più utile diffondere un'atmosfera che induca a certe scelte, descrivendone i chiaroscuri. Nell'epoca dell'informazione di massa, molte categorie sociali hanno informazioni dirette, anche se non sempre precise; modificarle non è semplice, ma il metodo più efficace va ricercato con costanza, prudenza, serenità. Ovviamente, vi sono aspetti indiscutibili, come l'educazione a non fumare, che non