

Opinione Salute

🕒 Questo articolo ha più di **7 anni**

La città che ha trovato una potente cura per la malattia - comunità

Giorgio Monbiot



Frome, nel Somerset, ha registrato un drastico calo dei ricoveri ospedalieri d'urgenza da quando ha avviato un progetto collettivo per combattere l'isolamento. Da qui si possono trarre insegnamenti per il resto del Paese.

Mer 21 Feb 2018 06.59 CET



📷 Frome è una città piena di vita sociale, con un senso di appartenenza a un gruppo sociale e un'atmosfera creativa ed entusiasmante che la rendono molto diversa da molte città mercato inglesi. Fotografia: Jim Wileman

IO Potrebbe, se i risultati saranno confermati, essere una delle più grandi scoperte mediche degli ultimi decenni. Potrebbe trasformare i regimi di trattamento, salvare vite umane e far risparmiare una fortuna ai servizi sanitari. È un farmaco? Un dispositivo? Una procedura chirurgica? No, è un intervento innovativo chiamato comunità. Questa settimana i risultati di una sperimentazione nella città di Frome, nel Somerset, vengono pubblicati informalmente sulla rivista **Resurgence & Ecologist**. (Un articolo scientifico è stato inviato a una rivista medica ed è in attesa di revisione paritaria). Dovremmo essere cauti nell'accettare i dati prima che vengano pubblicati sulla stampa accademica, ed evitare sempre di trattare la correlazione come causalità. Ma questo non dovrebbe impedirci di provare un brivido di eccitazione per le implicazioni, se i dati si rivelassero robusti e l'esperimento potesse essere replicato.

Ciò che questi dati provvisori sembrano dimostrare è che quando le persone isolate con problemi di salute vengono supportate da gruppi comunitari e volontari, il numero di ricoveri d'urgenza in ospedale diminuisce drasticamente. Mentre in tutto il Somerset i ricoveri d'urgenza sono aumentati del 29% durante i tre anni dello studio, a Frome sono diminuiti del 17%. Julian Abel, medico consulente in cure palliative e autore principale della bozza del documento, osserva: "Nessun altro intervento registrato ha ridotto i ricoveri d'urgenza in una popolazione".

Frome è un posto straordinario, gestito da un consiglio comunale indipendente, **famoso per la sua innovazione democratica**. C'è un fermento di socialità, un senso di appartenenza e un'atmosfera creativa ed

entusiasmante che la rendono molto diversa da molte città mercato inglesi e, a dire il vero, molto diversa dal luogo abbottonato e tetro che ho trovato quando l'ho visitata per la prima volta, 30 anni fa.

Il [progetto Compassionate Frome](#) è stato lanciato nel 2013 da Helen Kingston, medico di base di Frome. Continuava a incontrare pazienti che sembravano sconfitti dalla medicalizzazione delle loro vite: trattati come se fossero un insieme di sintomi piuttosto che un essere umano affetto da problemi di salute. Il personale del suo studio era stressato e scoraggiato da quello che lei chiama "lavoro a compartimenti stagni".

Così, con l'aiuto del gruppo del Servizio Sanitario Nazionale [Health Connections Mendip](#) e del consiglio comunale, il suo studio ha creato un elenco di agenzie e gruppi comunitari. Questo ha permesso loro di individuare le lacune, che poi hanno colmato creando nuovi gruppi per persone con patologie specifiche. Hanno impiegato "connettori sanitari" per aiutare le persone a pianificare le proprie cure e, cosa ancora più interessante, hanno formato "connettori comunitari" volontari per aiutare i loro pazienti a trovare il supporto di cui avevano bisogno.

A volte questo significava gestire debiti o problemi abitativi, a volte unirsi a cori, circoli di aggregazione sociale, gruppi di ginnastica, laboratori di scrittura o [capannoni per uomini](#) (dove gli uomini creano e riparano oggetti insieme). L'obiettivo era spezzare un circolo vizioso di sofferenza: la malattia riduce la capacità delle persone di socializzare, il che a sua volta porta all'isolamento e alla solitudine, che a loro volta aggravano la malattia.

Questo ciclo è spiegato da una scienza affascinante, riassunta in [un recente articolo sulla rivista Neuropsychopharmacology](#). Le sostanze chimiche chiamate citochine, che funzionano come messaggeri nel sistema immunitario e causano infiammazione, modificano anche il nostro comportamento, incoraggiandoci a ritirarci dai contatti sociali generali. Questo, sostiene l'articolo, perché la malattia, durante i periodi più pericolosi in cui si è evoluta la nostra specie ancestrale, ci ha reso vulnerabili agli attacchi. Ora si ritiene che l'infiammazione contribuisca alla depressione. Le persone depresse tendono ad avere livelli di citochine più elevati.

Ma, mentre ci separa dalla società nel suo complesso, l'infiammazione ci fa anche stringere di più a coloro che amiamo. Il che va bene, a meno che, come troppe persone [in quest'epoca di solitudine](#), non abbiate una persona del genere. Uno studio suggerisce che il numero di americani che affermano di non avere confidenti [è quasi triplicato in due decenni](#). A loro volta, continua lo studio, le persone senza forti legami sociali, o che soffrono di stress sociale (come il rifiuto e le relazioni interrotte), sono più inclini all'infiammazione. Nel passato evolutivo, l'isolamento sociale ci ha esposto a un rischio maggiore di predazione e malattia. Quindi il sistema immunitario sembra essersi evoluto per ascoltare l'ambiente sociale, aumentando l'infiammazione quando ci isoliamo, nella speranza di proteggerci da ferite e

