

Well Communities per comunità svantaggiate: una buona pratica dalla banca dati CARE

scritto da Luisella Gilardi | 14 Dicembre 2022

Nelle aree socioeconomicamente più svantaggiate, si riduce l'aspettativa di vita, aumentano le malattie croniche, la precaria salute mentale, la comorbidità di più patologie e la pressione sui servizi pubblici.

Iniziato nel 2007 Well Communities (prima conosciuto come Well London), disponibile nel database CARE, rappresenta uno dei tentativi più ambiziosi e radicali del Regno Unito, di sviluppare un modello di comunità che possa migliorare la salute delle comunità più disagiate, apportando nel contempo un cambiamento al sistema sociale.

A chi può essere utile?

Ai decisori politici, ai servizi sanitari, a tutta la popolazione e le organizzazioni attive a livello locale

Obiettivi e descrizione dell'intervento

Il programma Well Communities fornisce un modello perché le comunità e le organizzazioni locali possano lavorare insieme per migliorare salute e benessere, costruire resilienza e ridurre le disuguaglianze. Il modello è progettato per essere integrato come approccio convenzionale, un modo diverso di lavorare piuttosto che un intervento a scadenza. Consta di un set di interventi complessi in 31 aree deprivate di Londra e dintorni, interventi indirizzati a alimentazione sana, attività fisica, salute mentale e benessere, spazi aperti salutari e arti e cultura, progettati e realizzati con la partecipazione della comunità. Si sviluppa in tre fasi, la prima fase in cui è ancora conosciuto come Well London (2007-2011), la seconda fase (2012-2015), la terza fase (2017-).

Gli obiettivi di Well Communities sono:

1. Sviluppare un approccio di comunità a livello locale che possa migliorare la salute e il benessere della comunità e che sia efficace e sostenibile anche nei quartieri più poveri e deprivati.
2. Coinvolgere e sviluppare l'empowerment delle persone perché possano costruire e rafforzare le basi di una buona salute e benessere
 - Aumentando la partecipazione della comunità in attività che possano accrescere salute e benessere
 - Costruendo la fiducia a livello individuale e di comunità, la coesione, il senso di controllo e l'autostima
 - Stimolando lo sviluppo di reti sociali di comunità formali e informali
 - Integrando e valorizzando cosa già sta accadendo localmente

- Identificando, progettando e agendo rispetto a specifici problemi e bisogni di salute presenti nella comunità
- Costruendo nella comunità e nelle organizzazioni locali le abilità di implementare interventi e creare alleanze strategiche per garantire sostenibilità nel tempo ai miglioramenti di salute ottenuti

Misure adottate

Il programma Well Communities comprende due tipi di attività:

- attività e risorse per lo sviluppo delle capacità della comunità, per tutti i quartieri;
- azioni su specifiche esigenze e problematiche locali attraverso un portafoglio di attività e progetti a tema determinato dai bisogni e dai problemi identificati da ciascuna comunità.

Pertanto, alcune attività del programma e progetti affrontano outcome specifici di salute attraverso attività tradizionali di cambiamento del comportamento (ad es. esercizio fisico e lezioni di cucina e alimentazione), mentre altri incoraggiano la partecipazione, il volontariato, lo sviluppo di capacità, le reti comunitarie e la coesione della comunità. Sono anche messi in pratica processi che stimolano il costante coinvolgimento della comunità e permettono di incrementare e rimodulare i servizi per renderli più reattivi ed efficaci.

Valutazione

La valutazione riguarda la prima e la seconda fase: Per la prima fase è stato effettuato uno studio randomizzato controllato oltre ad alcune interviste a residenti delle aree di intervento. Per la fase due è stato effettuato uno studio di coorte dei partecipanti oltre ad uno studio qualitativo.

I risultati generali indicano che il programma genera un alto livello di interesse e partecipazione e che i partecipanti sperimentano una vasta gamma di benefici. Si registra, nei partecipanti, un cambiamento netto significativamente positivo su alcune misure di attività fisica (minuti MET totali di attività fisica a settimana), alimentazione sana (quantità totale di frutta e verdura nella dieta di ieri) e benessere mentale (punteggio della scala della speranza).

- **Attività fisica:** l'82% dei partecipanti ha fatto più attività fisica al follow-up (sulla base dei minuti MET totali alla settimana) rispetto al baseline. Il 54% ha fatto meno sedute (una misura del comportamento sedentario).
- **Mangiare sano:** Il 54% ha mangiato in modo più sano, di cui il 19% ha raggiunto l'obiettivo di "5 frutti o verdure al giorno".
- **Benessere mentale:** Il 54% ha riportato un miglioramento del benessere mentale sulla Warwick Edinburgh Mental Wellbeing Scale (WEMWBS). La proporzione era più alta quando si basava sulle altre misure MWB, cioè la scala Adult Hope e la scala General Health Questionnaire 12 item (GHQ 12). Con la scala Adult Hope (e le sue due sottoscale – Pathway e Agency), il livello di cambiamento era statisticamente significativo.

- Connessione sociale: Il cambiamento positivo medio tra tutti gli elementi della scala è stato del 31%.
- Volontariato: Il 60% dei partecipanti ha riferito di aver fatto più volontariato al follow-up rispetto al punto di partenza.

Altri risultati positivi illustrati attraverso gli studi di caso e nell'evidenza qualitativa includono: aumento delle reti e delle connessioni della comunità, aumento della capacità della comunità locale e delle organizzazioni di volontariato, aumento delle risorse nei quartieri svantaggiati.

[Accedi alla scheda CARE](#)

Sintesi a cura di Paola Capra, Centro di Documentazione per la Promozione della Salute – Dors

paola.capra@dors.it