



Guarire in attesa: Arte nelle sale d'attesa negli ospedali

Attendere può essere a volte un'esperienza tremenda, soprattutto se ci si trova in ospedale, magari in pronto soccorso in attesa del proprio turno per un esame o per l'esito di un'operazione di un nostro caro. Questa attesa spesso si trasforma in una tempesta di emozioni e sensazioni che possono aggravare lo stato emotivo di chi già fa i conti con l'incertezza e il dolore, facendo sì che il tempo passato in sala di attesa sia percepito come lento e logorante.

Le sale d'attesa dei pronto soccorso divengono così spesso luoghi di sconforto, impazienza e agitazione per chi vi transita, in cui gli unici stimoli sono il lavoro a ritmi serrati del personale e le espressioni di disagio e sofferenza degli altri pazienti. Si viene così a creare sia per gli utenti che per il personale ospedaliero un clima deleterio, che tuttavia si può modificare o quanto meno arginare, con alcuni semplici accorgimenti, come l'aggiunta di raffigurazioni artistiche nelle sale d'attesa.

L'arte infatti, se correttamente impiegata, può essere uno strumento in grado apportare un cambiamento positivo, che va a riflettersi sulle emozioni, sensazioni e percezioni delle persone che la ammirano.

Questa scoperta potrebbe risultare nuova a molti lettori, tuttavia le prime testimonianze della necessità di introdurre l'arte negli ospedali risalgono al 1860, quando Florence Nightingale pubblicò il suo saggio "Notes for Nursing" nel quale veniva evidenziato il bisogno dei pazienti di essere esposti a "bellezza", sostenendo che ciò potesse provocare effetti benefici sia per la mente che il corpo.

Ad oggi si può riscontrare nella letteratura un ripercorrere della direzione presentata in precedenza da Florence Nightingale, con la peculiarità di una maggiore evidenza empirica.

Infatti, negli scorsi decenni sono stati compiuti diversi studi volti ad indagare gli effetti dell'arte sul comportamento dei pazienti nelle sale d'attesa degli ospedali, che dimostrano con chiarezza l'influenza positiva dell'arte sulle percezioni e sensazioni delle persone nelle sale d'attesa.

Nello specifico è stato riscontrato come in un ambiente ospedaliero, nel quale vengono inserite opere d'arte raffiguranti paesaggi ed elementi naturali positivi, si possa elicitare in chi li osserva sensazioni di tranquillità e fiducia, diminuendo quindi i vissuti di ansia, dolore e irrequietezza connessi all'esperienza di attesa in ospedale.

In aggiunta si sono osservati cambiamenti comportamentali di un certo rilievo, come la diminuzione del rumore e dell'utilizzo dei dispositivi elettronici, la minor tendenza a disturbare il personale ospedaliero, una minor tendenza a origliare e fissare gli altri pazienti e

un aumento della socialità positiva, ovvero delle interazioni amichevoli fra le persone in sala d'attesa.

La presenza di arte nei luoghi di cura risulta inoltre essere associata a livelli più elevati di soddisfazione, come riportato dai pazienti che segnalano maggiori sensazioni positive e un umore migliorato durante il periodo di permanenza nella struttura sanitaria. Da un punto di vista fisico i pazienti riportano anche una minore percezione del dolore che si accompagna a un generale miglioramento dei valori vitali e una diminuzione dei sintomi correlati alla patologia. Il miglioramento generale del quadro psicofisico porta di conseguenza a una riduzione del tempo di permanenza dell'utente nella struttura di cura.

Da quanto emerso finora sembrerebbe proprio che la presenza di opere d'arte sia in grado di fare la differenza sulla qualità dell'esperienza vissuta sala di attesa dai pazienti e non solo. Risulta infatti che gli effetti benefici dell'arte non si limitino esclusivamente ai pazienti, ma anche al personale ospedaliero. Quest'ultimo coinvolto in alcuni studi ha riportato, in seguito all'esposizione ad opere d'arte nell'ambiente lavorativo, minori livelli di stress e una ridotta predisposizione all'esaurimento.

Per ora abbiamo parlato di arte in senso lato, ma quali forme di arte e quali soggetti risultano essere i più adatti da inserire in un contesto come le sale d'attesa ospedaliere? Una risposta definitiva la scienza non è ancora in grado di darcela e forse non sarà mai in grado di farlo. In fin dei conti un'opera è più delle singole forme e dei singoli colori che la caratterizzano, essa trascende l'esperienza oggettiva e ognuno è chiamato ad attribuirgli un significato personale.

Tuttavia, a livello statistico sono emerse alcune preferenze per alcuni soggetti rispetto ad altri. I soggetti maggiormente indicati per trasmettere delle sensazioni positive in contesti di cura sono risultati essere raffigurazioni naturali come paesaggi in cui la natura domina incontrastata: vedute di valli, cascate o piccoli dettagli di fiori o nuvole sono alcuni esempi. In aggiunta, anche volti umani raffiguranti emozioni positive o più persone coinvolte in gesti di sostegno come un abbraccio, sembrano essere in grado di apportare sollievo e distrazione fra i pazienti. Per quanto riguarda invece le meno indicate, sembrerebbe che rappresentazioni astratte oppure ambigue siano da evitare in quanto più facilmente di altre possono condurre a interpretazioni negative e spiacevoli, soprattutto in un contesto come quello ospedaliero. Tuttavia, alcune recenti evidenze suggeriscono che vi sia da operare una differenza fra diversi tipi di rappresentazioni astratte e ambigue. Alcune di queste possono infatti costituire un invito che aiuta i pazienti a considerare la loro situazione sotto punti di vista diversi dal consueto.

Infine, prendendo in considerazione i diversi medium risulta che non vi siano effetti sostanzialmente differenti: installazioni di fotografie, video, dipinti, murali o adesivi sono tutti risultati dei mezzi molto efficaci per veicolare messaggi positivi.

Sembrirebbe dunque che il processo di guarigione inizi prima ancora di entrare in contatto con gli operatori ospedalieri, e che sia proprio in quei momenti di attesa che possiamo iniziare il processo di guarigione, lasciando scorrere in noi le opere d'arte che ci circondano, evitando così che le nostre o altrui preoccupazioni si impadroniscano di noi.

Francesca Gatta

Massimiliano Baiguini

Bibliografia

1. Nanda U, Chanaud C, Nelson M, Zhu X, Bajema R, Jansen BH. Impact of visual art on patient behavior in the emergency department waiting room. *J Emerg Med.* 2012 Jul;43(1):172-81. doi: 10.1016/j.jemermed.2011.06.138. Epub 2012 Feb 9. PMID: 22325555.
2. Hathorn, K. , Nanda,U. (2008). "Guide to Evidence-Based Art."
3. Karnik M, Printz B, Finkel J. A Hospital's Contemporary Art Collection: Effects on Patient Mood, Stress, Comfort, and Expectations. *HERD: Health Environments Research & Design Journal.* 2014;7(3):60-77. doi:10.1177/193758671400700305
4. Sherwin, H. N., McKeown, M., Evans, M. F., & Bhattacharyya, O. K. (2013). The waiting room "wait": from annoyance to opportunity. *Canadian family physician Medecin de famille canadien*, 59(5), 479–481.