

# **Comportamenti e salute**

**Dott. Peppino NICOLUCCI**

**Direttore U.O.C. Neurologia**

**S.M.Goretti Latina**

**Sonnino 25-6-2016**

**“La SALUTE è uno STATO di  
COMPLETO BENESSERE FISICO,  
MENTALE e SOCIALE**

**NON CONSISTE SOLTANTO  
in un’ASSENZA di MALATTIA  
o di INFERMITÀ”**

**(O.M.S. 1948)**

**“La SALUTE è una CONDIZIONE di  
ARMONICO EQUILIBRIO  
FUNZIONALE, FISICO e PSICHICO  
dell’ INDIVIDUO, DINAMICAMENTE  
INTEGRATO nel SUO AMBIENTE  
NATURALE e SOCIALE”**

**(A. Seppilli, 1966)**

# **DAL GIURAMENTO MEDICO**

**Farò qualunque cosa mi sia possibile per aiutare il mio paziente e l'intera comunità a prevenire la malattia o il danno e mantenere un buono stato di salute.**

**Rispetterò la dignità di tutte le persone, servendole in conformità ai bisogni di salute, indipendentemente dal loro status sociale o dagli eventuali guadagni economici implicati**

**Prendendo coscienza dei maggiori problemi di salute dei poveri darò un contributo significativo per rispondere ai loro bisogni.**

**Consapevole che i costi dell'assistenza sanitaria sono sopportati dalla gente, non farò nulla che sprechi le risorse o sia dannoso**

**Indipendentemente dall'attrazione che possono esercitare certe località, servirò la gente dove vive e lavora, ovunque siano maggiormente necessarie le mie competenze**

## **Continua.....**

**Il mio servizio sarà in cooperazione con altri operatori della salute, nell'interesse di una efficace fornitura di servizi sanitari**

**Coopererò con le autorità pubbliche per lo sviluppo di una legislazione sanitaria che rifletta le decisioni democratiche della gente**

**Mi sforzerò il più possibile per mantenermi ben informato sui progressi della conoscenza medica**

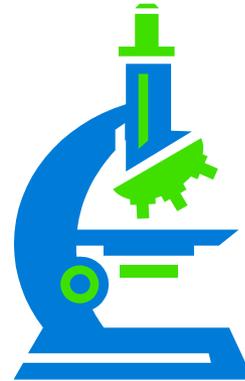
**In quanto cittadino socialmente consapevole, darò l'allarme sui danni alla salute prodotti nell'ambiente, mi unirò ad altri per eliminare questi pericoli farò tutto il possibile per migliorare il benessere di tutti i cittadini**



**IL MODO**  
**di CONSIDERARE**  
**la SALUTE**  
**è MOLTO CAMBIATO**  
**nel CORSO dei SECOLI**

**INFLUENZATO da**

**CULTURA**



**SCIENZA**



**ECONOMIA**



Carlo Magno

**ORGANIZZAZIONE POLITICA**

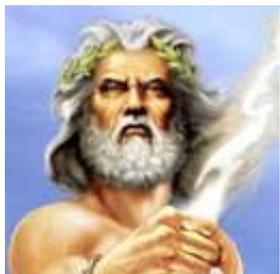
Sin dalle **ORIGINI** dell' **UOMO** e  
**TUTTORA** in **MOLTE** **CULTURE**  
la **SALUTE** e la **MALATTIA**  
**SONO** **CONSIDERATE**



**DONO**

o

**PUNIZIONE**



della **DIVINITÀ**

**PONTE** tra la **DIVINITÀ** ed il **MALATO** è il

**SACERDOTE / SCIAMANO**

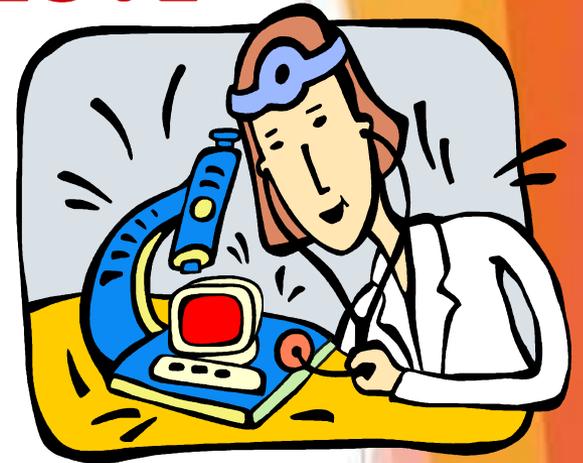


Nell' 800 la **SCIENZA**

SOSTITUISCE la DIVINITÀ la **SALUTE**

VIENE INTESA COME

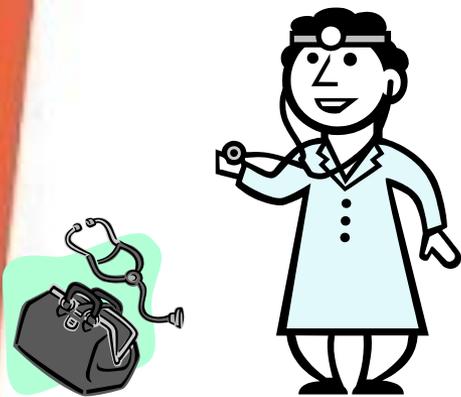
**ASSENZA di MALATTIA**



**PONTE** tra la **SCIENZA** ed  
il **MALATO** è il

**MEDICO**

## II MEDICO



è DIVENTATO

l'UNICO RESPONSABILE

della SALUTE

e ci siamo ABITUATI a

**DELEGARE**

la NOSTRA **SALUTE**

ai **MEDICI**

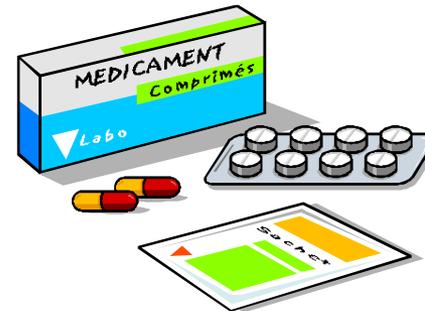


NON CI "OCCUPIAMO" della

**PROMOZIONE** della **SALUTE** del  
**SINGOLO** e della **COMUNITÀ**

ci "PREOCCUPIAMO"  
SOLO della

**CURA** delle **MALATTIE**



OGGI la **SALUTE** è DEFINITA come  
RISULTATO dell' **EQUILIBRIO**  
**FISICO, PSICHICO** e **SOCIALE**  
di una **PERSONA BEN INSERITA**

nella **FAMIGLIA** e nella **COMUNITÀ**





# SALUTE MENTALE

È IMPORTANTE PRESTARE MOLTA ATTENZIONE  
alla **DIMENSIONE SPIRITUALE** della **SALUTE**,  
INTESA come  
**ARMONIA INTERIORE**



# **SALUTE MENTALE**

**CAPACITÀ di INTERAGIRE e di  
AVERE PIACERE da questa INTERAZIONE**

**CAPACITÀ di AMARE e  
di ESSERE AMATI**



V. Hudolin, 1996

CIASCUNO HA il

**DIRITTO - DOVERE**

di **PROMUOVERE** e  
**TUTELARE LA**

**SALUTE**



Panacea



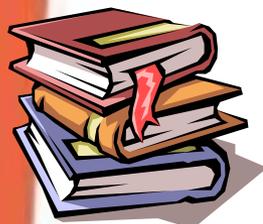
Igea

**PROPRIA** e della **COLLETTIVITÀ**

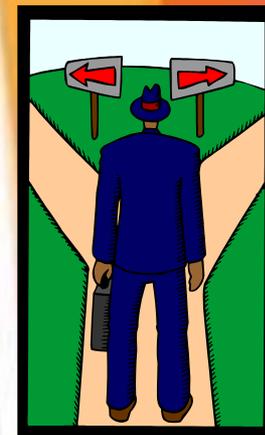
“La **SALUTE** VIVE e CRESCE nelle **PICCOLE COSE** di **TUTTI** i **GIORNI**, a **SCUOLA**, sul **LAVORO**, in **FAMIGLIA**, nel **GIOCO**, nell’**AMORE** ...

La **SALUTE** si CREA AVENDO **CURA** di **SÈ STESSI** e degli **ALTRI**, SAPENDO **CONTROLLARE** e **DECIDERE** i **PROPRI COMPORAMENTI**, FACENDO in MODO CHE la **COMUNITÀ** in cui si **VIVE** FAVORISCA la **CONQUISTA** della **SALUTE** per **TUTTI**”

**Carta di Ottawa OMS - 1986**



# **SALUTE COME AUTOPROTEZIONE**



**SAPERE:** INFORMASI e FORMARSI

**CAPIRE:** ASSUMERE CONSAPEVOLEZZA attraverso  
l'**AUTOCOSCIENZA** che GENERA RESPONSABILITÀ

**SCEGLIERE:** ACQUISIRE CAPACITÀ e STRUMENTI di  
CRITICA e di DECISIONE

**AGIRE:** CAMBIARE le ABITUDINI, ADOTTANDO un  
**NUOVO STILE** di VITA

# **AUTOPROTEZIONE:**

**EVITARE COMPORTAMENTI** che **ALTERINO**  
l'**EQUILIBRIO** della **PERSONA**,  
della **FAMIGLIA** e della **COLLETTIVITÀ**

**bere, fumare, drogarsi, guidare  
pericolosamente, giocare d'azzardo,  
mangiare troppo o troppo poco,  
assumere farmaci in eccesso ecc.**

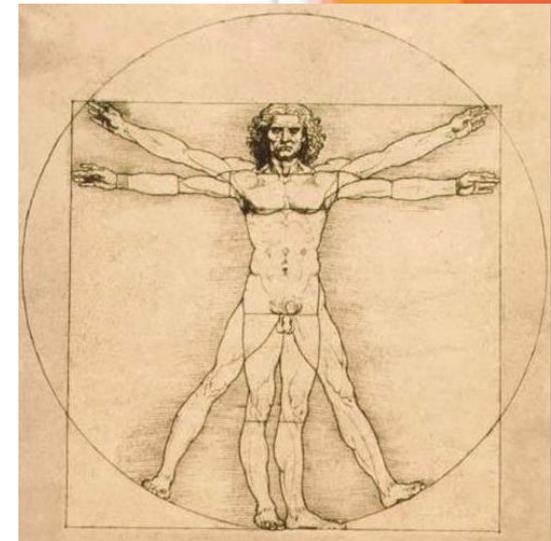


# **SALUTE** COME **AUTOPROMOZIONE**

**AGIRE** per **RISTABILIRE** l' **EQUILIBRIO PERDUTO**  
ed **AUMENTARE** l' **AUTOSTIMA** **assumere**

**coscienza**

**della propria situazione,  
renderne partecipi gli altri,  
non chiudersi in sé stessi,  
frequentare il Club  
essendone orgogliosi.**



**COMPORTAMENTI PERICOLOSI**  
che **POSSONO COMPROMETTERE**  
la **SALUTE**

**FATTORI di**  
**RISCHIO**

**INDIVIDUALI**

**AMBIENTALI**

**SOCIALI**



# FATTORI di RISCHIO INDIVIDUALI

FUMO

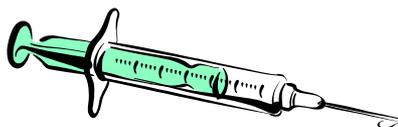


ALCOL



MEDICINALI

DROGA



GIOCO

ALIMENTAZIONE  
SCORRETTA



GUIDA  
PERICOLOSA



# FATTORI di RISCHIO AMBIENTALI



Sironi

**INQUINAMENTO**



Munch

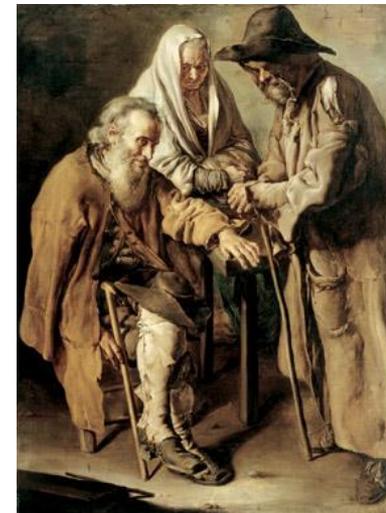
**STRESS**

# FATTORI di RISCHIO SOCIALI

**POVERTÀ**

**SCARSO SVILUPPO**

**SOCIO - CULTURALE**



Pitocchetto

# FATTORE di RISCHIO MONDIALE

## GUERRA

Dobbiamo trovare la  
**PACE**  
nel nostro interno,  
nel profondo del cuore,  
nelle nostre famiglie  
e comunità.  
Quando l'avremo  
potremo offrirla  
anche agli altri

Vladimir Hudolin



Dürer – Il Cavaliere, la Morte e il Diavolo

# **LA FAMIGLIA, LA PACE ED IL FUTURO**

## **(Hudolin-Grado 1966)**

- *L'impegno di tutti deve portare pace, benessere, salute, spiritualità evita migliore a molte comunità in tutto il paese.....*
- *La spiritualità antropologica attuale (o cultura sociale) nel mondo lascia molto a desiderare: basti vedere l'aumento dell'uso di sostanze psicoattive, dei problemi alcolcorrelati e complessi, del terrorismo, delle guerre continue, la mancanza di giustizia sociale e molti altri problemi. Noi, nei club degli alcolisti in trattamento, dobbiamo prendere parte a iniziative per migliorare la vita nelle nostre famiglie e comunità...)*

## Continua....

- ***...la salute non può essere protetta e promossa se non c'è pace....***
- ***....Bisogna sottolineare la necessità di lavorare per la pace, la pace interiore dell'uomo, la pace nel cuore che poi si trasmetterà a livello familiare, comunitario, nazionale e planetario. Per partecipare a questo processo di pace oggi, sarebbe bene introdurre nei programmi dei futuri convegni e congressi una discussione sulla pace....***
- ***.....la pace non può essere conquistata se prima di tutto non siamo in grado di averla dentro di noi: una pace nel cuore.....***

# **CHI PUO' FARE.....**

**Questa è la storia di quattro persone di nome:  
Ognuno,Qualcuno,Chiunque  
Nessuno**

**c'era da fare un lavoro importante e a Ognuno fu chiesto di farlo  
Chiunque era sicuro che Qualcuno lo avrebbe fatto,  
ma Nessuno lo fece.**

**Qualcuno si arrabiò a causa di ciò, perché era  
il lavoro di Ognuno.**

**Ognuno pensò che Chiunque potesse farlo, ma  
Nessuno si rese conto che Ognuno non lo avrebbe fatto.  
Andò a finire che**

**Ognuno biasimò Qualcuno quando Nessuno fece ciò che  
Chiunque avrebbe potuto fare**

**GRAZIE**