

L'arte rafforza la salute mentale, con Palazzo Maffei e il Centro OMS dell'Univ. di Verona

Redazione · 25 Luglio 2024





Andare al museo rafforza la nostra salute mentale e può aiutare a ridurre l'ansia e la depressione; un'affermazione ormai condivisa, ma quanto consistente dal punto di vista scientifico? Quali i dati che la sostanziano?

Sono questi gli interrogativi alla base del progetto MINERVA – **tra le prime ricerche scientifiche che mirano a misurare il benessere psicologico dell'esperienza museale** – nato dalla collaborazione tra **Palazzo Maffei Casa Museo a Verona** con oltre 650 opere esposte della Fondazione Carlon e il **Centro OMS per la ricerca in salute mentale dell'Università di Verona, che vede impegnati psichiatri, medici specialistici e operatori museali.**

Il progetto MINERVA si propone di **creare un percorso culturale** all'interno di una realtà museale, e di **valutare l'impatto** che può avere l'esperienza artistica, in particolare l'esperienza museale, per **migliorare il benessere psicologico, la sintomatologia ansioso-depressiva e il funzionamento generale.**

Ora dopo la fase pilota avviata a Palazzo Maffei nel maggio scorso, **che ha confermato con dati statisticamente significativi un miglioramento nei partecipanti in tutte le aree di indagine**, si passa alla **fase esecutiva che prenderà il via il prossimo settembre, invitando la popolazione ad iscriversi gratuitamente per partecipare alla ricerca e alla raccolta di dati.**

Il progetto prevede un percorso culturale strutturato in **3 visite guidate a cadenza settimanale**, ciascuna di durata inferiore all'ora, durante i quali i partecipanti vengono guidati da uno storico dell'arte interno al Museo alla fruizione artistica dei capolavori esposti. Ogni intervento **si distingue dal precedente per le tematiche in esame**, focalizzando l'attenzione e la curiosità dei partecipanti sulle varieguate sfaccettature che compongono la straordinaria Collezione che attraversa i secoli, dall'arte greco-romana fino alla contemporaneità, con suggestivi quanto inattesi dialoghi tra arte antica e moderna.

Dopo la fase pilota, **si avvia la seconda fase con tre nuovi appuntamenti, il 6 il 13 e il 20 settembre sempre dalle 13.30 alle 14.30**, con le tematiche già definite: *“antico e moderno: un dialogo continuo”*, *“scienza nascosta nell'arte”*, *“arte e benessere psicologico: una connessione con le opere”*. La partecipazione è gratuita, aperta a un pubblico maggiorenne (per iscrizioni e informazioni inviare una mail a: giulia.turrini@univr.it): i partecipanti sono invitati a seguire tutte e tre le visite e a rispondere ai questionari posti dal *team* di ricercatori prima e dopo l'esperienza museale.

La fase pilota ha coinvolto un campione di 36 partecipanti, costituito da 82% di persone di genere femminile, con un'età media di 50 anni, con un range di età tra 21-80 anni. La maggior parte di

loro (48%) ha un titolo di laurea magistrale con equa distribuzione del restante campione per altri titoli di studio. Nel 42% del campione, si tratta di persone coniugate, con figli (63%) e con diverse situazioni lavorative. Nel complesso è stato quindi un campione eterogeneo, rappresentando diverse caratteristiche socio demografiche.

Da un punto di vista clinico e delle variabili psicologiche, il campione riportava in media prima dell'inizio del percorso museale **un disagio psicologico significativo nel 67% dei casi, con ansia lieve e sintomi depressivi di varia entità**. A seguito del completamento dei tre incontri programmati, **i partecipanti hanno evidenziato un miglioramento in tutte le aree di indagine**. In particolare, si è riscontrata una **riduzione statisticamente significativa dei sintomi ansiosi** (p-value < 0,022) e **depressivi** (p-value < 0,037), **nonché del disagio psicologico** (p-value < 0,001). È stato inoltre **osservato un incremento del benessere psicologico**. Da un punto di vista della valutazione dell'implementabilità e del gradimento dell'intervento, più del 90% dei partecipanti riferisce che il percorso museale è stato soddisfacente e interessante ed è risultato appropriato ai bisogni personali.

*“Pur consapevoli che il campione dei partecipanti alla fase pilota è numericamente limitato – spiega la professoressa **Michela Nosè**, docente di Psichiatria e presidente del Comitato unico di garanzia dell'Università di Verona, responsabile del progetto MINERVA insieme al professor **Corrado Barbui**, docente anch'egli di Psichiatria e Direttore del dipartimento di Neuroscienze, bio medicina e movimento, e a **Vanessa Carlon** Direttrice di Palazzo Maffei Casa Museo a Verona e vicepresidente della Fondazione Carlon – i risultati preliminari appaiono particolarmente promettenti. permettendoci di dare continuità al progetto e strutturando nuovi percorsi dopo l'estate per raggiungere un campione più significativo”.*

“Palazzo Maffei Casa Museo è nata per volontà di mio padre, il collezionista Luigi Carlon, anche nella convinzione dell'importanza della fruizione artistica nella vita delle persone e di quanto l'arte possa contribuire al benessere individuale e collettivo e alla crescita sociale” commenta Vanessa Carlon. “Ecco perché abbiamo voluto promuovere questo progetto con un'eccellenza come il Centro OMS per la Ricerca in Salute Mentale dell'Università di Verona. Abbiamo messo a disposizione la nostra collezione, le visite al museo, i nostri storici dell'arte e speriamo ci sia un grande partecipazione di tanti e differenti tipologie di popolazione. Le indagini condotte credo potranno contribuire a definire ulteriormente la funzione e il ruolo dei musei nella società”.