

Kultur – viktigt för folkhälsa och hälsofrämjande vård och omsorg

*Kulturen ger oss musiken och konsten.
Filosofin, idéerna och idealen.
Lagen och rätten, biblioteken, teatrarna.
Skaparglädjen och skönheten, fantasin och
andakten,
drömmarna vid lägerelden, dikten, sagan
och sången.*

Ur en dikt av Bengt Bratt

Jag citerade hela dikten i artikeln "Att återvända till livet. Några tankar om en hälsofrämjande hälso- och sjukvård" (Nr 2/2010) som jag skrev efter att ha genomgått en cancerbehandling på Radiumhemmet i Stockholm 2006 och rehabiliterats på dagvårdsavdelningen på Stockholm sjukhem. Skapande verksamhet, i mitt fall akvarellmålning, bidrar enligt en rad studier till att inge patienter hopp och skapar möjligheter till nya strategier för framtiden. Verksamhet som inkluderar kreativa eller meningsskapande aktiviteter med fokus på det friska, utifrån ett s.k. salutogent perspektiv gav mig möjligheter att återvända till livet.

Töres Theorell¹ har under många år varit en förespråkare för kulturens betydelse för vår hälsa och välmående. Han säger:

"Musik, dans och bildkonst kan betraktas som sociala redskap som människor förmodligen använt under hela mänsklighetens historia för att förstärka processer som kan ha haft överlevnadsvärde. Det finns rimliga skäl att anta att konstnärliga verksamheter väldigt tidigt blivit kraftfulla redskap för social och politisk sammanhållning och manipulation." (s. 168).

De senaste tio åren har kunskapen om relationen mellan olika kulturella aktiviteter och hälsa ökat påtagligt. I artikeln "Kulturens betydelse för patientens hälsa" (s. 167-176) beskriver Theorell exempel från olika specialiteter som neurologi, kirurgi, psykiatri, rehabilitering och äldreomsorg.

I en annan artikel i detta nummer, "Fiolen blev min bästa medicin", av Eva Clementi (s. 264-265) presenteras patientens upplevelse av den förbättring av Parkinsons sjukdom som redovisas under rubriken Neurologi i Theorells artikel. Clementi beskriver hur hon ordinerats spela Vivaldis *Våren* med dosering 30 minuter per dag. Artikeln inkom till redaktionen långt tidigare som ett inlägg i debatten om att ta kultur/musik mer på allvar i behandling av olika sjukdomstillstånd. Den figur Clementi hänvisar till är figur 1 i Theorells artikel.

Forskning om kulturella upplevelsers betydelse för vår hälsa har ökat under senare år. *Kultur & Folkhälsa – antologi om forskning och praktik* är en ambitiös översikt av aktuellt kunskapsläge². Boken försöker ge ett nordiskt perspektiv och innehåller bidrag under tre avdelningar. Den första presenterar översikter om kunskapsläget om vetenskapliga samband mellan kultur av olika slag och hälsa och redovisar både epidemiologiska- och psykofysiologiska studier. D.v.s. både hur det ser ut på befolkningsnivå och detaljerade beskrivningar av vad som händer i hjärnan när man aktivt eller

passivt utsätts för kulturell påverkan. En fördjupad beskrivning av specifikt musikens roll och vad som händer i hjärnan beskrivs också i Jan Fagius översiktbok *Hemisfärernas musik. Om musikhanteringen i hjärnan*³.

I den andra delen av antologin, under rubriken bild, film och teater, beskriver olika författare ämnen som t.ex.. *"Konst och välmående i vårdmiljö"*⁴ och *"Hälsofrämjande processer och mekanismer i bild-terapeutiska grupper"*⁵. Redovisningen bygger främst på finska erfarenheter.

Den tredje delen, musik och dans, ger exempel på hur nära knutna upplevelser av musik och dans är. *"I aften dans – om ett folkekärt socialt kapital och hälsosamt nöje"*⁶ av Bengt Starrin är ett exempel i denna del.

I antologin skriver Theorell och Ullén ett avsnitt om *"Kultur och folkhälsa- vilka samband ser vi?"*⁷. Författarna hävdar att gränserna mellan aktivt deltagande i kulturaktiviteter och passivt inte är så stort. Detta kan bl.a. hänföras till de relativt nyligen upptäckta spegelneuronerna där även passiva upplevelser utlöser samma aktiviteter i hjärnan.

Kulturkonsumtionen har ökat dramatiskt de senaste 30 åren. År 1976 hade 37% av svenskarna, enligt undersökningen om levnadsförhållanden (ULF), varit på konsert eller teaterföreställning under det senaste året. År 2006 hade andelen ökat till 65%. Ökningar kunde också ses vad gällde museibesök, biblioteksbesök, biobesök och rapporter om "läst åtminstone en bok sista året". Kulturkonsumtionsmönstret varierade efter socioekonomiska grupper i samhället med högre konsumtion i högre tjänstemanna-

grupper än bland specialiserade arbetare. Likaså konsumerade kvinnor mer kultur än män.

Aktivt deltagande i kultur har redovisats i ULF studierna från 1982-83. Här ser man t.ex. en minskning av de som har spelat instrument under det senaste året, 17% 1982 mot 14% 2006. Körsång minskade däremot inte utan var 5-6% minst en gång senaste året och ca 4% en gång i veckan både 1982-83 och 2006. Men det motsatta gällde för de yngsta (16-19 år) både vad gällde instrumentspelande och körsång. 33% spelade musikinstrument någon gång under året år 1982-83 och 20% spelade varje vecka. År 2006 hade det gått ned till 20% respektive 11%. 18% av deltagarna uppgav att de hade målat, ritat eller skulpterat under fritiden minst en gång under det senaste året.

Theorell och Ullén har också gjort en fördjupningsstudie av musikutövandet för de yngre⁸. Man noterade att ju äldre barnet var vid start (av musicerandet) desto lägre sannolikhet att fortsätta musicerandet som vuxen. Den kommunala kulturskolan ökade också vuxenmusicerandet något med en oddskvot 1,33, och 67% hade deltagit i sådan undervisning.

Författarnas allmänna slutsats utifrån ULF studierna är att kulturkonsumtionen är hög i det svenska samhället men att mönstret ändrats genom framförallt minskning av aktiva i de yngsta åldersgrupperna.

Bygren o.a.⁹ har i en annan studie, också baserat på ULF-material, visat på en förhöjd dödlighet hos deltagarna som sällan gick på bio, teater, konserter, museer och utställningar.

Kan då en ökad satsning på kultur-

skolan vara ett verksamt folkhälsoinstrument för bättre hälsa hos den yngre generationen (och på sikt den äldre)? Theorell diskuterar detta och redovisar egna och andras studier som visar att det sannolikt är så. Gunnar Bjursell ansluter sig till detta i antologin¹⁰. Han är numer ansvarig för webbsidan Den kulturella hjärnan vid Karolinska Institutet (<http://www.kulturellahjarnan.se>). Aktivt musicerande i barnåren har ett positivt samband med prestationer både vad gäller musikaliska och icke-musikaliska uppgifter t.ex. matematik. Extra musik i skolan utvecklar, i tillägg till den kognitiva utvecklingen, både känslomässiga och sociala kompetenser och utgör en sammanhållande faktor i skolklasser genom att stärka gruppsammanhållningen, d.v.s. socialt kapital.

Konsekvensen, om barnperspektivet är utgångspunkten, är att kulturskolan måste förstärkas i Sverige. En ny studie från Sifo visar på ett starkt stöd för en statlig politik för kulturskolan oavsett partisympatier. 69 procent av de tillfrågade menar att det är en bra eller mycket bra idé att staten tar ansvar för att alla barn får en likvärdig möjlighet att gå i musik- och kulturskola. Ytterligare satsning från regeringens sida i syfte att skapa denna likvärdighet är angeläget i ett folkhälsooperspektiv. Men det får också konsekvenser för musikhögskoleutbildningen i Sverige. Även den måste förstärkas om kompetenta lärare skall kunna bemanna kulturskolorna i Sverige.

Bo J A Haglund
Chefredaktör och professor

Referenser

1. Theorell T. Noter om musik och hälsa. Karolinska Institutet, University Press, Stockholm: 2009.
2. Bojner Horwitz E., Hogstedt C., Wistén P., Theorell T. Kultur&Folkhälsa. Antologi om forskning och praktik. Tolvnittön förlag AB, Hägersten, 2015.
3. Fagius J. Hemisfärernas musik. Om musikhanteringenihjärnan.BoEjebylförlag,Göteborg,2015.
4. Westerlund E. Konst och välmående i vårdmiljö. I Bojner Horwitz E., Hogstedt C., Wistén P., Theorell T. Kultur&Folkhälsa. Antologi om forskning och praktik. Tolvnittön förlag AB, Hägersten, 2015.
5. Rankanen M. Hälsofrämjande processer och mekanismer i bildterapeutiska grupper. I Bojner Horwitz E., Hogstedt C., Wistén P., Theorell T. Kultur&Folkhälsa. Antologi om forskning och praktik. Tolvnittön förlag AB, Hägersten, 2015.
6. Starrin B. I afton dans – om ett folkkärt socialt kapital och hälsosamt nöje. I: Bojner Horwitz E., Hogstedt C., Wistén P., Theorell T. Kultur&Folkhälsa. Antologi om forskning och praktik. Tolvnittön förlag AB, Hägersten, 2015
7. Theorell T., Ullén F. Kultur och folkhälsa – vilka samband ser vi? I: Bojner Horwitz E., Hogstedt C., Wistén P., Theorell T. Kultur&Folkhälsa. Antologi om forskning och praktik. Tolvnittön förlag AB, Hägersten, 2015
8. Theorell T., Lennartsson A.K., Madison G., Mosing M.A., Ullén F. Predictors of continued playing and singing – from childhood and adolescence to adult years. *Acta Paediatrica*. 2015; 104: 274-84.
9. Bygren L.O., Konlaan B.B., Johansson S.E. Attendance at cultural events, reading books and periodicals, and making music or singing in a choir as determinants for survival: Swedish interview survey of living conditions. *Br.Med.J.* 1996;313 (7072): 1577-80.
10. Bjursell G. Kulturens biologiska effekter. I: Bojner Horwitz E., Hogstedt C., Wistén P., Theorell T. Kultur&Folkhälsa. Antologi om forskning och praktik. Tolvnittön förlag AB, Hägersten, 2015