

# Abbiamo sempre qualcosa da imparare dai Cacciatori-Raccoglitori



Stefania Manetti

Pediatra di famiglia, Piano di Sorrento (Napoli)

Un libro pubblicato nel 2009, *The Spirit Level*, scritto da Kate Pickett e Richard Wilkinson, due professori, epidemiologi ed economisti, sottolinea come le persone che vivono nelle nazioni con il maggiore divario in termini economici presentino maggiori problemi in termini di salute, traducibili in minore aspettativa di vita, maggiori tassi di mortalità infantile, di problemi mentali, di devianze e obesità rispetto a coloro che vivono in società più egualitarie. Dopo circa dieci anni gli stessi autori hanno pubblicato *The Inner Level* sottolineando come le disuguaglianze influenzano a loro volta lo sviluppo dei bambini con meno benessere, maggiori problemi di apprendimento e ridotta mobilità sociale.

*La domanda che viene spontanea è: ma non è forse questo lo scotto da pagare per vivere in pieno benessere economico?*

Una serie di ricercatori a livello internazionale hanno esplorato e evidenziato come queste disuguaglianze pervadono le menti delle persone aumentando il livello di ansia e di stress e come tutto ciò modifichi il nostro modo di pensare, il nostro livello di benessere e la relazione con gli altri.

L'Indice dei problemi di salute e sociali (Index of Health and Social Problems) è una misurazione che riguarda l'aspettativa di vita, la fiducia, le malattie mentali (tra cui la dipendenza da alcol e droghe), l'obesità, la mortalità infantile, il livelli di literacy e le abilità numeriche, il numero di carcerati e di omicidi, le gravidanze nelle adolescenti e la mobilità sociale.

Gli USA presentano il maggiore divario tra ricchi e poveri rispetto a nazioni ugualmente ricche, e hanno il maggiore tasso di omicidi, di malattie mentali, di gravidanze in adolescenza, il minore tasso di aspettativa di vita, di literacy e di abilità numeriche. Lo stesso Regno Unito e il Portogallo all'epoca della rilevazione si posizionano subito prima degli USA e mostrano scarsi risultati sugli stessi outcome. Tra i Paesi ricchi le nazioni del Nord Europa e il Giappone, nazioni con minori disuguaglianze, mostrano risultati migliori su tutti gli outcome.

Questi studi hanno preso avvio dagli anni '70 e, a oggi, le evidenze accumulate e provenienti da settori di ricerca multidisciplinari permettono di affermare come le correlazioni tra divari economici ampi e problemi di salute e sociali siano causali. *In base a quali criteri possiamo affermare questo con un consistente margine di precisione?*

Da un punto di vista epidemiologico partendo dal presupposto che le cause debbano precedere gli effetti, se analizziamo l'effetto dose-risposta le evidenze mostrano come laddove le disuguaglianze sono maggiori gli outcome peggiorano. Karl Popper, filosofo della scienza, ci ricorda come un buon modo per capire la reale bontà di una teoria è verificare se essa viene confermata da successive ricerche.

Le ricerche dei due autori evidenziano, durante la stesura del testo, un effetto inaspettato, ossia che le disuguaglianze influiscono su tutta la popolazione: perfino la fetta di popolazione maggiormente istruita, ricca e con buone relazioni sociali subisce anch'essa, seppur con effetti meno devastanti, gli effetti del vivere in una nazione con disuguaglianze maggiori.

È ben noto ai lettori di *Quaderni* di quanto negli ultimi decenni la conoscenza della

plasticità del nostro cervello abbia ampliato le conoscenze scientifiche e consolidato le evidenze riguardanti la possibilità di intervenire precocemente per cambiare le traiettorie di sviluppo dei bambini.

Se esercitiamo i "muscoli" della nostra mente configuriamo la struttura e la funzionalità del nostro cervello impalcandone bene le fondamenta. Questo succede fin da piccoli, e in particolar modo nei primissimi anni di vita di un bambino e ancor prima, durante la gravidanza; le ricerche dimostrano come questa plasticità continui per tutta la vita con intensità diversa.

Uno studio molto conosciuto, pubblicato su *Current Biology* nel 2011, mostra il consistente aumento di una specifica area cerebrale dei tassisti londinesi, quella degli ippocampi, che oltre alla memoria viene usata per navigare in spazi tridimensionali, quando essi acquisiscono una specifica licenza per guidare, conosciuta come "The Knowledge" (La conoscenza). Per acquisire questa licenza devono superare un test che prevede la memorizzazione di 25.000 strade e 320 percorsi principali attraverso la città di Londra senza usare mappe cartacee o satellitari o aiuti ulteriori via radio. Esempi come questi sono numerosi e

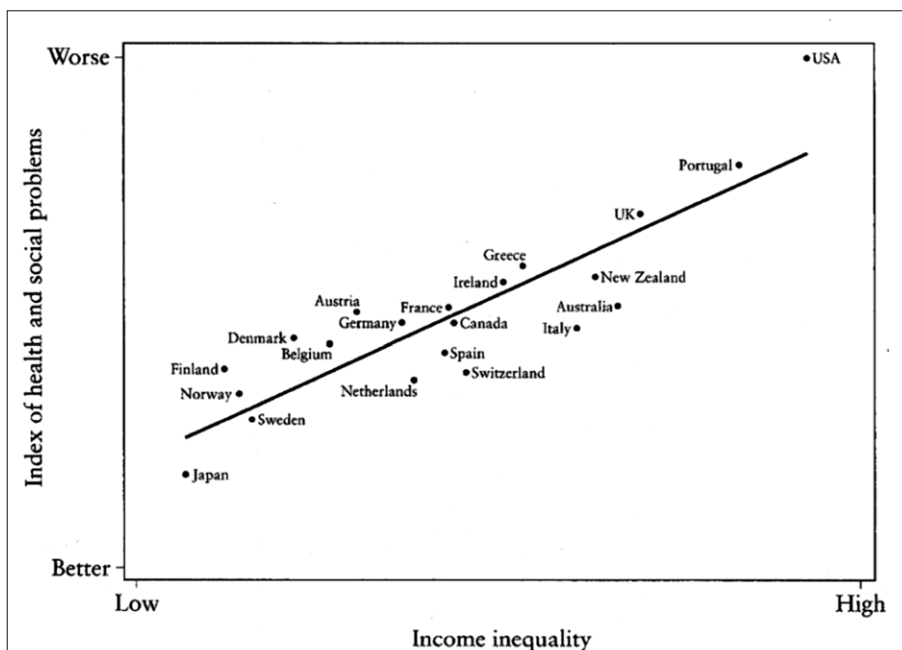


Figura 1. I problemi di salute e sociali sono fortemente correlati alla inequità nelle nazioni ricche (Kate Pickett, Richard Wilkinson, *The Spirit Level*, 2009).

riguardano i musicisti professionali, i bilingue, gli studenti di medicina che devono inglobare molte informazioni astratte con conseguenti modifiche della materia grigia. Anche negli anziani esercitando la mente la plasticità continua, specie se il contesto di vita è gratificante.

La vita spesso ci obbliga a un cambio di percorso e il nostro cervello risponde: siamo alla fine geneticamente programmati a non essere geneticamente programmati. Così come gli effetti positivi descritti possono influire sulla plasticità, gli effetti negativi di un contesto poco stimolante e gratificante, lo stress tossico e pervasivo nei bambini e nelle mamme può influire negativamente condizionando l'architettura cerebrale con danni persistenti.

I dati del *Millennium Cohort Study* nel Regno Unito hanno dimostrato come i bambini che vivono in contesti poveri hanno uno sviluppo cognitivo più basso a 3, 5 e 7 anni; e inoltre, maggiore è il periodo in cui vivono in situazioni di povertà maggiori sono gli effetti sullo sviluppo. Il livello di reddito di una famiglia, da numerose ricerche degli ultimi 20 anni, pare essere il maggiore determinante dello sviluppo cognitivo dei bambini a 3 anni, anche rispetto alla depressione materna o alla presenza di una famiglia monoparentale. Tutto questo pare essere mediato dallo stress e dalla presenza di contesti poco stimolanti. Le differenze osservate nello sviluppo cognitivo di bambini nati e vissuti in contesti poveri sono la conseguenza delle disuguaglianze e non la loro causa. Diversi studi prodotti nel Regno Unito mostrano questi esiti; tra i più recenti uno pubblicato nel 2017 paragona i livelli di apprendimento raggiunti nel tempo da bambini provenienti da contesti più o meno deprivati. Il grafico elaborato mostra i loro progressi a partire dai 7, 11, 14, 16, e 18 anni fino a coprire gli anni universitari. Indipendentemente dai punteggi iniziali il divario nelle performance aumenta con l'età: i bambini provenienti da contesti meno deprivati mantengono il loro livelli o li migliorano attraverso l'istruzione; mentre i bambini che provengono da contesti deprivati pur partendo con livelli alti mostrano un declino nel tempo.

Le disuguaglianze influenzano notevolmente la qualità di vita e le relazioni sociali ostacolando la capacità dei genitori di costruire un contesto ottimale allo sviluppo dei bambini e al loro benessere. In società dove le disuguaglianze sono maggiori una percentuale più elevata di genitori presenta problemi di ansia, depressione, dipendenze da alcol e droghe, tutti fattori di rischio per lo sviluppo dei bambini.

#### *Dove andiamo?*

Per aggiungere un tassello a questa estrema sintesi di un argomento complesso dobbiamo andare molto indietro nel tempo e capire da dove veniamo e cosa abbiamo forse perso.

Da tempo generazioni di antropologi ci hanno mostrato come nel 95% degli ultimi 250.000 anni, a parità di dimensioni cerebrali, le società sono state egualitarie, contrariamente a quanto si continua a credere, e ancora di più oggi ad affermare, ossia che la natura umana sia per natura competitiva e concentrata su se stessa.

Uno studio che ingloba un centinaio di studi e osservazioni relative a 24 società recenti di cacciatori-raccoglitori conclude: *“Non esiste una gerarchia tra i cacciatori-raccoglitori. Nessun individuo ha priorità di accesso al cibo che [...] è condiviso. Nonostante una marginale preferenza delle donne nei confronti di amanti maschi con maggiore abilità nel cacciare, l'accesso a partner sessualmente correlata alla scala gerarchica semplicemente perché questa non c'è. Il livello gerarchico non è discernibile in questa società. Questo è un universale interculturale, che risuona inconfondibile dalla letteratura etnografica, a volte nei termini più forti”*.

Ricercatori di diverse discipline affermano che misure relative alla qualità di vita mostrano come maggiori livelli di standard materiali non migliorano ulteriormente il benessere. Dato che finora “più” ha sempre significato “meglio” possiamo affermare che siamo arrivati a un punto di svolta nello sviluppo degli esseri umani. Essenzialmente i dati ci dicono che mentre nei Paesi in via di sviluppo, dove molti non hanno ancora accesso alle necessità basilari, lo sviluppo economico e l'aumento dei beni materiali rimangono importanti outcome per il benessere, questo non è più vero per i Paesi ricchi, dove un aumento dei beni materiali sembrerebbe non fare più la differenza. Il benessere economico in queste nazioni non produce un incremento della crescita economica come dimostrato scientificamente dalla misurazione del GPI (Genuine Progress Indicator), indice di misurazione del benessere economico piuttosto che il GDP (PIL).

#### *Per massimizzare il benessere quale livello di riduzione di divario bisognerebbe raggiungere?*

Al momento l'unica risposta che gli studiosi ci danno è che, sia l'Index of Health and Social Problems sia l'Index of Child WellBeing elaborato dall'UNICEF mostrano un progressivo aumento del benessere andando dai Paesi con maggiori disuguaglianze verso quelli con minori disuguaglianze. Questo suggerirebbe che i livelli di equità raggiunti dai Paesi scandi-

navi possono al momento essere quelli in grado di dare i maggiori benefici in termini di benessere. Ma quale sia il livello auspicabile di equità pare difficile da quantificare perché esso differisce da contesto a contesto. Studi economici ci dicono tuttavia che, se per esempio il Regno Unito riducesse le sue disuguaglianze riportandole alla media dei Paesi dell'OECD risparmierebbe 39 bilioni di sterline all'anno dal miglioramento delle salute fisica e mentale e dalla riduzione dei tassi di violenza e di carcerazione.

#### *In conclusione dove andremo?*

Quello che si può affermare è che attraverso una maggiore equità avremo un mondo con meno gerarchie, meno ansie sociali, che a loro volta possono inibire le relazioni sociali. Studi economici della New Economic Foundation mostrano che l'obiettivo per raggiungere il benessere degli individui e delle società dovrebbe essere quello di ridurre gli orari settimanali di lavoro a 21 ore, e che nel futuro gli aumenti della produttività dovrebbero essere tradotti in riduzione degli orari di lavoro piuttosto che in aumento del reddito e del profitto. Grandi differenze internazionali degli orari di lavoro sembrano non incidere sul PIL pro capite.

Con un aumento del 2% annui in produttività del lavoro a lungo termine, in 10 anni potremo raggiungere gli stessi standard economici odierni ma con un giorno in più libero alla settimana. Considerando un gap di circa 30 anni tra genitori e figli possiamo capire come potrebbero trasformarsi le vite dei nostri figli.

Tutto questo pare non essere, secondo gli studiosi, idealistico o impraticabile, ma una risposta necessaria e urgente per sanare i danni delle disuguaglianze e per il futuro sostenibile del nostro mondo, considerando anche i cambiamenti climatici e tutto ciò che questo comporterà per il benessere individuale e comunitario.

✉ [doc.manetti@gmail.com](mailto:doc.manetti@gmail.com)

<https://developingchild.harvard.edu/>

<https://neweconomics.org/>

Pickett K, Wilkinson R. La misura dell'anima.

Perché le disuguaglianze rendono le società più infelici. Feltrinelli 2012 (ed. or. The Spirit Level: Why More Equal Societies Almost Always Do Better. Bloomsbury Press 2009).

Pickett K, Wilkinson R. The Inner Level: How More Equal Societies Reduce Stress, Restore Sanity and Improve Everyone's Well-being. Penguin Books 2018.

Woollett K, Maguire EA. Acquiring “the Knowledge” of London's Layout Drives Structural Brain Changes. *Curr Biol* 2011 Dec 20;21(24-2): 2109-2114.