



"IN SCENA NELL'ETÀ DELL'ORO: TEATRO PER UN INVECCHIAMENTO SANO"

Modulo 3

Teatro e attività teatrali come prevenzione e promozione della salute
nei disturbi cognitivi legati all'invecchiamento





Panoramica del modulo

Obiettivi e risultati di apprendimento

Finalità:

- *Comprendere l'uso del teatro come metodo alternativo di prevenzione e promozione della salute nei disturbi cognitivi legati all'invecchiamento.*
- Fornire le **competenze per implementare le attività teatrali con le persone anziane**, nei loro rispettivi contesti.

Al termine del percorso formativo, ci aspettiamo che i partecipanti **comprendano l'uso del teatro come metodo alternativo di prevenzione e promozione della salute e del benessere psicosociale.**



Contenuto

- Parte I.** Approcci teorici e concetti chiave
- Parte II.** L'uso del teatro in relazione all'invecchiamento: impatto, benefici e principi etici
- Parte III.** Tipi di teatro e attività teatrali per prevenire problemi di salute mentale in età avanzata



Introduzione

- Il teatro è una **forma d'arte**. È stato dimostrato che **giova a tutti gli anziani**, indipendentemente dal loro background o stato di salute.
- Una delle **arti performative più antiche e significative**;
- Incoraggia la **partecipazione attiva e l'interazione**;
- Ha il potenziale per **migliorare la salute e il benessere**, promuovendo al contempo **l'istruzione e il cambiamento sociale**.
- Il valore terapeutico del teatro come **componente di promozione della salute** risale a tempi antichi, con radici nelle cerimonie di guarigione e negli spettacoli teatrali che si trovano in diverse culture.
- **Gli anziani** sono spesso motivati a partecipare ad attività creative e teatrali per una serie di motivi, come **migliorare la loro salute, promuovere la loro istruzione, cercare svago e utilizzare le attività per la terapia e la guarigione**.



PARTE I

Approcci teorici e concetti chiave





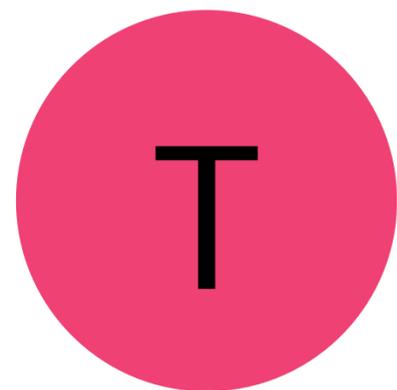
Teatro

Il termine "teatro" racchiude una varietà di significati, tra cui sia un **luogo fisico** che una **forma di arte performativa**.

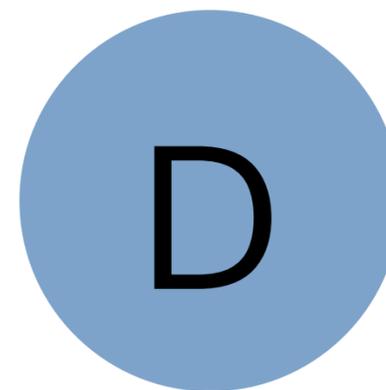
- ✓ Il **luogo fisico** indica un edificio – di solito con un palco – in cui si svolgono spettacoli e performance.
- ✓ Come **forma d'arte performativa**, il teatro è definito come una forma d'arte collaborativa in cui gli artisti dal vivo ritraggono l'esperienza di un evento reale o immaginario davanti a un pubblico in un luogo specifico.



Teatro e dramma



- Il teatro è un'entità fisica
- Il teatro è la riproduzione sul palco di un'opera teatrale.
- Non c'è interazione diretta tra il pubblico e il drammaturgo
- L'interpretazione dell'opera dipende dal lettore



- Il dramma è un'entità astratta
- Il dramma è il copione di un'opera teatrale
- C'è un'interazione diretta tra il lettore e il drammaturgo
- L'interpretazione dell'opera dipende dagli artisti

Fonte: PEDIAA, 2016

Salute mentale

“La salute mentale è uno stato di benessere mentale che consente alle persone di affrontare lo stress della vita, realizzare le proprie capacità, imparare e lavorare bene e contribuire alla propria comunità. Ha valori intrinseci e strumentali ed è parte integrante del nostro benessere”.

OMS,2022

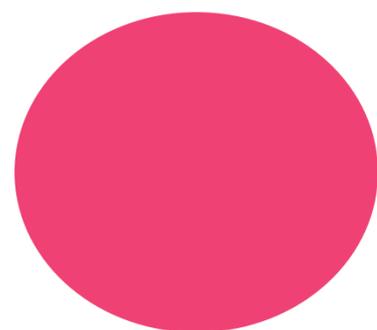


- La salute mentale è più dell'assenza di disturbi mentali. Esiste su un continuum complesso, che viene vissuto in modo diverso da una persona all'altra, con vari gradi di difficoltà e disagio ed esiti sociali e clinici potenzialmente molto diversi.
- Le condizioni di salute mentale includono disturbi mentali e disabilità psicosociali, nonché altri stati mentali associati a disagio significativo, compromissione del funzionamento o rischio di autolesionismo.



Invecchiamento e salute mentale

- La **popolazione anziana globale** è in continuo **aumento**, con le persone che ora vivono più a lungo delle generazioni precedenti.
- Si stima che il numero di **individui di età pari o superiore a 65 anni** in tutto il mondo sia più che raddoppiato, passando **da 761 milioni nel 2021 a 1,6 miliardi nel 2050**.
- Tuttavia, con l'avanzare dell'età, gli individui possono diventare **più vulnerabili** a vari **problemi di salute**, tra cui malattie croniche, disturbi di salute mentale, morbo di Alzheimer o altre forme di demenza.
- **I tassi di demenza e decadimento cognitivo lieve aumentano notevolmente con l'età** in tutti i Paesi.
- Circa il 14% degli adulti di età pari o superiore a 60 anni vive con disturbi di salute mentale (GHDx, 2021).
- Le condizioni di salute mentale più comuni per gli anziani sono la depressione e l'ansia (OMS, 2023).



Sfide per la salute mentale che gli anziani devono affrontare (1/2)



In età avanzata, la salute mentale è modellata non solo dagli ambienti fisici e sociali, ma anche dagli **impatti cumulativi delle esperienze di vita precedenti e dai fattori di stress specifici legati all'invecchiamento. Esposizione alle avversità, la perdita o il declino di alcune abilità possono provocare disagio psicologico.**

In particolare, le **sfide chiave** per la salute mentale degli anziani sono:

- **L'isolamento sociale e la solitudine possono esacerbare i problemi di salute mentale.** Colpiscono circa un quarto delle persone anziane (Teo et al., 2023) e sono un importante fattore di rischio per il morbo di Alzheimer, la depressione e il disturbo d'ansia generalizzato, nonché per le malattie cardiovascolari e metaboliche (Domènech-Abella et al., 2019; Kuiper et al., 2015; Valtorta et al. 2016).
- **Il declino cognitivo dovuto all'invecchiamento può portare a depressione o ansia.** Gli anziani con depressione o demenza hanno esigenze mediche complesse che richiedono un coordinamento preciso tra i fornitori di assistenza primaria e mentale. È necessario affrontare le interazioni terapeutiche, la gestione dei farmaci e le comorbilità, che possono diventare difficili da gestire.



Sfide per la salute mentale che gli anziani devono affrontare (2/2)

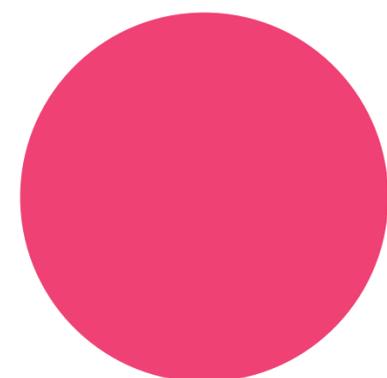
- **I problemi di salute fisica possono limitare la partecipazione alle terapie convenzionali.** Alcuni anziani sono a maggior rischio di depressione e ansia, a causa di una cattiva salute fisica o della mancanza di accesso a supporto e servizi di qualità. Ciò include gli anziani che vivono con malattie croniche (come malattie cardiache, cancro o ictus) o condizioni neurologiche (come la demenza).
- **Ageismo e stigmatizzazione contro i disturbi mentali.** L'invecchiamento e gli anziani sono spesso discussi dal grande pubblico e dai media utilizzando stereotipi negativi, come un declino delle funzioni mentali e cognitive. Sfortunatamente, questo tipo di visione peggiorativa può essere interiorizzata dagli stessi individui più anziani e messa in atto, creando un circolo vizioso con conseguente cattiva salute mentale. L'ageismo causa disuguaglianze e ha effetti dannosi sull'individuo, sulla comunità e sulla società (Nguyten & Jeste, 2021). Lo stigma può portare a ritardare la diagnosi e il trattamento perché gli individui più anziani potrebbero non voler cercare aiuto a causa della loro mancanza di conoscenza dei disturbi mentali. Potrebbero anche temere il giudizio degli altri, inducendoli a non affrontare la questione e a soffrire in silenzio.



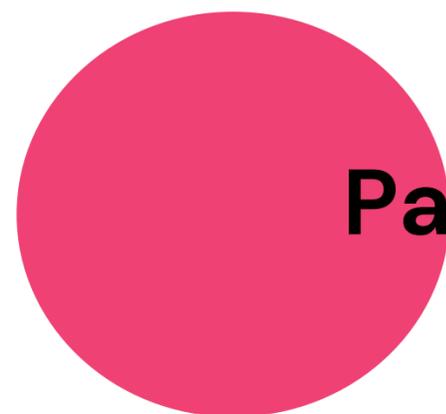
PARTE II

L'uso del teatro in relazione all'invecchiamento: impatto, benefici e principi etici





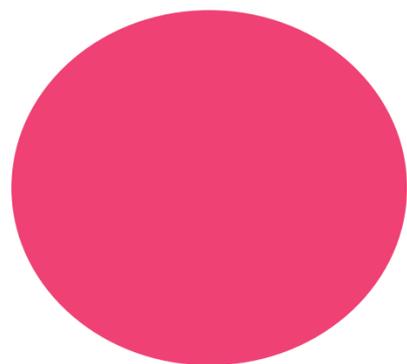
- La creatività è ampiamente riconosciuta come un percorso verso un invecchiamento attivo e in buona salute (Cristini & Cesa-Bianchi, 2019; O'Neill, 2019). La ricerca indica che l'integrazione di attività teatrali negli interventi creativi può migliorare significativamente la salute fisica e mentale, nonché il benessere psicosociale degli anziani.
- L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS, 2023) e la Commissione Europea hanno fortemente sostenuto l'invecchiamento attivo e in buona salute, proponendo **interventi basati sull'arte** che collegano i benefici della creatività alla salute fisica e mentale.
- In particolare, l'OMS (2019) ha fornito prove evidenti che le arti aiutano a promuovere una buona salute, prevenire vari problemi di salute mentale e fisica e trattare o gestire le condizioni acute e croniche.



Panoramica: Vantaggi del teatro per gli anziani



- Le ricerche esistenti mostrano che gli anziani, compresi quelli con demenza-Alzheimer, possono trarre beneficio dalla partecipazione a programmi e attività teatrali che portano gioia, rompono l'isolamento, aumentano la forma fisica, riconfigurano le relazioni, stimolano l'immaginazione e migliorano le capacità cognitive.
- Gli studi sulle persone anziane con demenza e morbo di Alzheimer hanno dimostrato che possono partecipare pienamente a pratiche teatrali appropriate per le loro capacità e che l'uso di tecniche teatrali specifiche per migliorare la loro salute e il benessere generale li avvantaggerà maggiormente.
- Nonostante la ricerca limitata sugli interventi teatrali e teatrali per le persone anziane in cura per la demenza in tutto il mondo (Keisari et al., 2020), ci sono prove che i programmi esistenti possono migliorare le emozioni positive, l'apprendimento, le abilità sociali, la comunicazione e l'autostima, riducendo anche i sintomi depressivi (vedi, ad esempio, Zeisel et al., 2018; Stevens, 2012).



Vantaggi del teatro per gli anziani

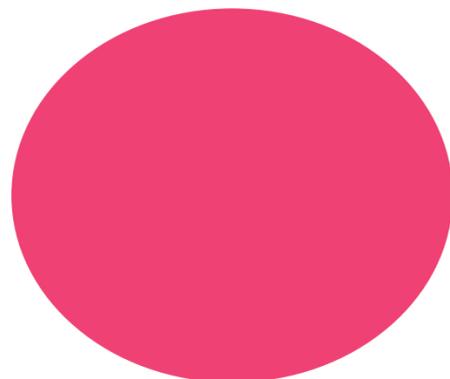


I benefici per gli anziani, in particolare, possono essere suddivisi in 4 domini principali:

Benefici emotivi e sociali

Salute e cognizione

- Miglioramenti nel funzionamento cognitivo, nella memoria, nella generazione e comprensione delle parole e nella risoluzione dei problemi
 - Riduzione dello stress
- Diminuire l'ansia e la depressione
- Sviluppo di nuove relazioni e amicizie
- Promozione della fiducia intergenerazionale e dell'empatia
- Aumento della fiducia in sé stessi e dell'affermazione di sé
- Costruire relazioni positive con i coetanei, i *caregiver*, le famiglie e gli operatori sanitari e sociali
 - Sentimenti di eccitazione, divertimento, felicità e liberazione dell'immaginazione
 - Rafforzare le capacità comunicative e le relazioni interpersonali



Creatività e apprendimento

- Sviluppo di nuove competenze, essere sfidati e correre rischi in età avanzata
- Espressione di sé, gioco e divertimento
 - Abbattere gli stereotipi sull'età e incoraggiare una società inclusiva
 - Coltivare il sé creativo
 - Acquisire competenze teatrali e di recitazione

Forma fisica

- Migliorare la mobilità, la flessibilità, la forza, l'equilibrio e la salute cardiovascolare
 - Consapevolezza del corpo
- Migliorare il benessere fisico generale

Prevenzione dei disturbi mentali tra gli anziani utilizzando le arti

- **Partecipazione artistica e salute mentale:**

- L'impegno frequente nelle arti e nella cultura migliora la salute mentale, riducendo l'angoscia e promuovendo un senso di soddisfazione della vita (Wang et al., 2020).
- Le attività artistiche supportano la gestione dei problemi di salute mentale nella vita quotidiana.

- **Regolazione delle emozioni attraverso le arti:**

- Evitamento: le arti offrono uno spazio sicuro, reindirizzando e spostando l'attenzione dai pensieri negativi.
- Approccio: aiuta a elaborare le emozioni, a sfogare la negatività e a pianificare la risoluzione dei problemi.
- Sviluppo personale: migliora l'identità personale, l'autostima e l'agency (Fancourt et al., 2019)

- **Partecipazione di gruppo e benessere:**

- Cori, gruppi di danza e teatro migliorano un senso di soddisfazione della vita e riducono la solitudine (Bone et al., 2022)
- Collegato a migliori risultati di salute: meno malattie croniche, migliore funzione immunitaria e salute mentale (Steptoe & Fancourt, 2020)

- **Decadimento cognitivo e arte:**

- L'impegno attivo nelle arti rallenta il decadimento cognitivo e migliora la qualità della vita (Fancourt & Steptoe, 2018)



PARTE III

Tipi di teatro e attività teatrali per prevenire i problemi di salute mentale in età avanzata





Tipi di teatro e attività teatrali per prevenire problemi di salute mentale in età avanzata

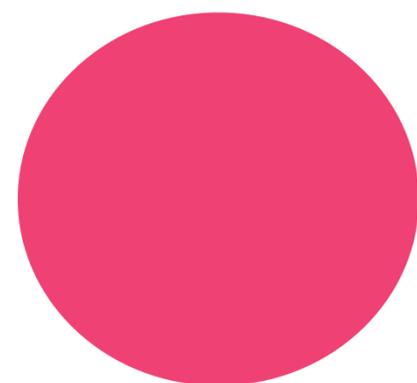
Esistenza di un'ampia gamma di programmi di intervento teatrale rivolti agli anziani.

- Tipi specifici di teatro, come il *Playback Theatre*, il Teatro delle Reminiscenza e il Readers' Theatre sono notevoli per i loro benefici per la salute e l'indipendenza degli anziani.
- Altri programmi includono una varietà di attività sensoriali, drammatiche ed estetiche, nonché esercizi esperienziali basati sulla musica ispirati e basati sul teatro e sul dramma per suscitare ricordi o incoraggiare le persone anziane a usare la loro immaginazione e creatività.



Tipi di teatro e attività teatrali per prevenire problemi di salute mentale in età avanzata

- Gli interventi teatrali per gli anziani possono incorporare approcci terapeutici creativi, come la drammaterapia, e impiegare varie tecniche come giochi teatrali, narrazione, scrittura di storie, fotografia, marionette e poesia per stimolare la memoria e facilitare la riflessione sulla propria vita.
- Le attività di memoria e i giochi sono scelte comuni nei programmi creativi per gli anziani, in particolare quelli con demenza, in quanto possono aiutare a migliorare la salute del cervello e rallentare il decadimento cognitivo.



Tipi di teatro e attività teatrali per prevenire problemi di salute mentale in età avanzata

- Le attività teatrali, siano esse utilizzate per l'intrattenimento, la guarigione o l'insegnamento, devono essere sempre piacevoli, facili da usare e ben progettate per soddisfare le esigenze fisiche, emotive e psicosociali delle persone anziane.
- Non tutte le persone anziane hanno gli stessi bisogni psicosociali a causa delle differenze individuali e culturali. Non esiste dunque un intervento teatrale "**taglia unica**", ma piuttosto una varietà di approcci che possono essere adattati alle esigenze e ai contesti di ogni persona per essere efficaci.
- Questo approccio su misura non solo garantisce che le persone anziane ricevano un'adeguata assistenza creativa, ma migliora anche il loro benessere generale e la qualità della vita.



Dramma creativo

Il dramma (improvvisato) creativo è un'attività basata sull'arte che ha dimostrato di avere un significativo valore personale e sociale per gli anziani come effetto collaterale o risultato immediato della partecipazione a una serie di tali attività. Si riferisce ad attività drammatiche progettate per aiutare i partecipanti a sviluppare le loro capacità di pensiero cognitivo, affettivo, estetico e morale, compresi quelli con demenza-Alzheimer.

Teatro della Reminiscenza

Il Teatro della Reminiscenza è una forma di dramma interattivo in cui gli anziani condividono ricordi ed esperienze attraverso il dialogo, la narrazione e le attività creative. Si tratta di vedere e realizzare il potenziale drammatico delle storie di vita reale. Si prendono le memorie scritte come base per i copioni teatrali, utilizzando le esperienze delle persone anziane come fonte di produzione artistica e creatività terapeutica (ad esempio, Kosti, 2018; Schweitzer, 2007).



Il Playback Theatre è un tipo di teatro di improvvisazione in cui i membri del pubblico si offrono volontari per raccontare storie della loro vita e guardarle rappresentate sul palco. Keisari e i suoi colleghi (2020) hanno utilizzato il Playback Theatre in un intervento di gruppo strutturato di 12 settimane e hanno riscontrato miglioramenti significativi nell'autostima, nell'affetto, nel significato e nella qualità della vita, nonché una significativa diminuzione dei disturbi depressivi. .

**Teatro di
riproduzione**

Teatro d'Improvvisazione (o Improvvisazione Teatrale)

È un modo stimolante e fantasioso per gli anziani di mantenere le proprie capacità cognitive, le capacità interpersonali e la partecipazione attiva. Le tecniche teatrali d'improvvisazione possono anche rivelarsi vantaggiose per i caregiver come mezzo per affrontare le sfide che incontrano (ad esempio, Bassis, Rybko e Maor, 2023).



Metodo Veder

Si tratta di un metodo di comunicazione basato sul teatro che utilizza stimoli teatrali (ad esempio, canzoni, poesie) in combinazione con approcci centrati sulla persona per incoraggiare le persone vulnerabili a entrare in contatto. Questo non è solo per la persona che ha difficoltà a stabilire un contatto, ma anche per coloro che la circondano, come i familiari e i caregiver. Il Metodo Veder è stato sviluppato per le persone con demenza e i loro caregiver, ma può essere applicato a un'ampia gamma di disturbi cognitivi e psichiatrici (ad esempio, van Haeften-van Dijk, van Weert e Dröes, 2015).

Metodo di contatto Veder

Si tratta di una versione modificata del Metodo Veder originale, realizzata appositamente per le strutture di cura quotidiana. Enfatizza l'integrazione della comunicazione teatrale, poetica e musicale nelle attività di cura di routine piuttosto che fare affidamento su spettacoli strutturati. L'obiettivo è quello di migliorare le interazioni quotidiane tra i caregiver e i residenti utilizzando elementi del Metodo Veder durante le attività di cura della persona. Implica la formazione dei caregiver per incorporare elementi di comunicazione teatrale nelle loro pratiche di cura senza bisogno di ampie capacità di performance (Boersma et al., 2017).



Readers Theatre

Il *Readers Theatre* è una forma di dramma che richiede ai partecipanti di leggere ad alta voce una narrazione sceneggiata al pubblico. I partecipanti hanno in mano i loro copioni e recitano senza la necessità di memorizzare le battute. Readers Theatre può anche non utilizzare spettacoli, scenografie, oggetti di scena o costumi; le opere rappresentate sono atti unici o brevi adattamenti di produzioni più lunghe. Non è necessaria alcuna esperienza di recitazione (ad esempio, Khanlou et al., 2022).

Dramma ricreativo

Si avvale di una varietà di attività drammatiche per fornire alle persone anziane opportunità ricreative (ad esempio, Sextou & Smith, 2017).



Si tratta di un metodo di revisione attiva della vita che utilizza ricordi autobiografici, esperienze o periodi di vita accuratamente selezionati che hanno plasmato un partecipante. I partecipanti possono facilmente esplorare l'identità, il significato e le relazioni con l'ambiente circostante condividendo e dando vita a storie di incroci di vita (ad esempio, Keisari & Palgi, 2017).

Life-crossroads

TimeSlips

È un metodo creativo di narrazione di gruppo per le persone con malattia di Alzheimer e disturbi correlati. Il metodo utilizza la narrazione per coinvolgere le persone con demenza in modi significativi. Riconosce l'importanza della narrazione creativa per le persone con demenza, spostando l'enfasi dalla memoria all'immaginazione (Basting, 2013).

Principi etici per il teatro e il lavoro teatrale con gli anziani



I programmi teatrali e gli interventi che coinvolgono gli anziani devono dare priorità all'**inclusività**, alla **diversità** e all'**integrità etica** dei professionisti, come per qualsiasi sforzo creativo che coinvolga e stimoli il potenziale umano.

Inclusività deve essere una priorità assoluta, il che significa che il programma dovrebbe essere progettato per soddisfare individui di ogni provenienza e con ogni abilità. Questo approccio garantisce che gli anziani possano partecipare e beneficiare del programma, indipendentemente dalle loro differenze sociali, culturali o fisiche.

Diversità si riferisce alla gamma di esperienze, prospettive e idee che vengono portate al programma. Incorporando la diversità nel programma, è possibile creare esperienze più dinamiche e coinvolgenti che si rivolgono a una gamma più ampia di partecipanti

Deve essere considerata anche l'**integrità etica** dei professionisti. Ciò significa che i professionisti coinvolti nel programma devono essere affidabili, competenti ed esperti. Devono operare con onestà, trasparenza e rispetto per i partecipanti, garantendo che il programma sia sicuro, efficace e vantaggioso per tutti i soggetti coinvolti.



Bibliografia (1/3)

- Bassis, D., Rybko, J., & Maor, R. (2023). It's never too late to improvise: The impact of theatre improvisation on elderly population. *Experimental aging research*, 49(2), 83–99. <https://doi.org/10.1080/0361073X.2022.2059208>
- Basting, A. (2013). TimeSlips: Creativity for People with Dementia. *Age in Action*, 28(4), 1–5.
- Boersma, P., van Weert, J. C., van Meijel, B., & Dröes, R. M. (2017). Implementation of the Veder contact method in daily nursing home care for people with dementia: a process analysis according to the RE-AIM framework. *Journal of clinical nursing*, 26(3–4), 436–455. <https://doi.org/10.1111/jocn.13432>
- Bone, J. K., Fancourt, D., Fluharty, M. E., Paul, E., Sonke, J. K., & Bu, F. (2023). Associations between participation in community arts groups and aspects of wellbeing in older adults in the United States: a propensity score matching analysis. *Aging & mental health*, 27(6), 1163–1172. <https://doi.org/10.1080/13607863.2022.2068129>
- Cristini, C., Cesa-Bianchi, M. (2019). Culture, Creativity and Quality of Life in Old Age. In: Bianco, A., Conigliaro, P., Gnaldi, M. (eds) *Italian Studies on Quality of Life*. Social Indicators Research Series, vol 77. Springer, Cham. [://doi.org/10.1007/978-3-030-06022-0_16](https://doi.org/10.1007/978-3-030-06022-0_16)
- Domènech-Abella, J., Mundó, J., Haro, J. M., & Rubio-Valera, M. (2019). Anxiety, depression, loneliness and social network in the elderly: Longitudinal associations from The Irish Longitudinal Study on Ageing (TILDA). *Journal of affective disorders*, 246, 82–88. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.12.043>
- Institute of Health Metrics and Evaluation. Global Health Data Exchange (GHDx). Retrieved from <https://vizhub.healthdata.org/gbd-results/>
- Fancourt D, Garnett C, Spiro N, West R, Müllensiefen D. (2019). How do artistic creative activities regulate our emotions? Validation of the Emotion Regulation Strategies for Artistic Creative Activities Scale (ERS-ACA). *PLOS ONE*
- Keisari, S., & Palgi, Y. (2017). Life-crossroads on stage: integrating life review and drama therapy for older adults. *Aging & Mental Health*, 21(10), 1079–1089.
- Keisari, S., Gesser-Edelsburg, A., Yaniv, D., & Palgi, Y. (2020). Playback theatre in adult day centers: A creative group intervention for community-dwelling older adults. *PLoS ONE*.
- Khanlou, N, Vazquez, L.M, Khan, A, Oraziatti, B, & Ross, G. (2022). Readers Theatre as an arts-based approach to education: A scoping review on experiences of adult learners and educators. *Nurse Education Today*, 116. 10544. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2022.105440>



Bibliografia (2/3)

- Kosti, K. (2019). Reminiscence Drama in an Ageing World. Illinois: Critical Stages. Retrieved from: <http://www.critical-stages.org/20/reminiscencedrama-in-an-ageing-world/> (07.21.2020)
- Kuiper, J. S., Zuidersma, M., Zuidema, S. U., Burgerhof, J. G., Stolk, R. P., Oude Voshaar, R. C., & Smidt, N. (2016). Social relationships and cognitive decline: a systematic review and meta-analysis of longitudinal cohort studies. *International journal of epidemiology*, 45(4), 1169–1206. <https://doi.org/10.1093/ije/dyw089>
- Nguyen, T. T., & Jeste, D. V. (2021). Ageism: The Brain Strikes Back. *Cerebrum : the Dana forum on brain science*, 2021, cer-05-21.
- PEDIAA (2015). Difference Between Drama and Theatre. Retrieved from <https://pediaa.com/difference-between-drama-and-theater>
- Schweitzer, P. (2007). *Reminiscence Theatre: Making Theatre from Memories*. Jessica Kingsley, London.
- Sextou, P. & Smith, C. (2017). Recreational drama activities for the elderly in UK care homes' *Text Matters: A Journal of Literature, Theory and Culture*. University of Lodz, Poland.
- Steptoe, A., & Fancourt, D. (2020). An outcome-wide analysis of bidirectional associations between changes in meaningfulness of life and health, emotional, behavioural, and social factors. *Scientific Reports*.
- Stevens, J. (2012). Stand up for dementia: Performance, improvisation and stand-up comedy as therapy for people with dementia; a qualitative study. *Dementia*, 11(1), 61–73. doi:10.1177/1471301211418160
- Teo, R. H., Cheng, W. H., Cheng, L. J., Lau, Y., & Lau, S. T. (2023). Global prevalence of social isolation among community-dwelling older adults: A systematic review and meta-analysis. *Archives of gerontology and geriatrics*, 107, 104904. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2022.104904>

Bibliografia (3/3)



- Valtorta, N. K., Kanaan, M., Gilbody, S., Ronzi, S., & Hanratty, B. (2016). Loneliness and social isolation as risk factors for coronary heart disease and stroke: systematic review and meta-analysis of longitudinal observational studies. *Heart (British Cardiac Society)*, 102(13), 1009–1016. <https://doi.org/10.1136/heartjnl-2015-308790>
- van Haeften-van Dijk, A. M., van Weert, J. C., & Dröes, R. M. (2015). Implementing living room theatre activities for people with dementia on nursing home wards: a process evaluation study. *Aging & mental health*, 19(6), 536–547. <https://doi.org/10.1080/13607863.2014.955459>
- Wang S, Mak HW, Fancourt D. (2020). Arts, mental distress, mental health functioning & life satisfaction: fixed-effects analyses of a nationally representative panel study. *BMC Public Health*.
- WHO (2019). Health evidence network synthesis report: What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/329834/9789289054553-eng.pdf>
- WHO (2022). Mental Health. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>.
- WHO (2023). Dementia. Key facts. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/dementia>.
- WHO (2023). Mental Health of Older Adults. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults>
- Zeisel, J., Skrajner, M. J., Zeisel, E. B., Wilson, M. N., & Gage, C. (2018). Scripted-IMPROV: Interactive Improvisational Drama With Persons With Dementia-Effects on Engagement, Affect, Depression, and Quality of Life. *American journal of Alzheimer's disease and other dementias*, 33(4), 232–241. <https://doi.org/10.1177/1533317518755994>



Grazie!