

**What is the evidence on the role of the arts
in improving health and well-being?
A scoping review (2019)**

Lyhyt kooste suomeksi

Taikusydän-yhteyspiste, 2019
(päivitetty 2023)



HEALTH EVIDENCE NETWORK SYNTHESIS REPORT 67

What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being?

A scoping review

Daisy Fancourt | Saoirse Finn

Sairauksien ennaltaehkäisy ja terveyden edistäminen

Terveyden sosiaaliset määrittäjät

Sosiaalinen koheesio
Sosiaalinen eriarvoisuus

Lapsen kehityksen tukeminen

Äidin ja lapsen suhde
Kieli ja puhe
Koulutustaso

Hoito ja hoiva

Terveyden ymmärtäminen
Kliiniset taidot
Hoitajien hyvinvointi

Terveysongelmien ennaltaehkäiseminen

Hyvinvointi
Mielenterveys & traumat
Kognitiivinen rappeutuminen
Heikkous
Ennenaikainen kuolleisuus

Terveyttä edistävät elintavat

Terveellinen elämä
Terveydenhuoltoon sitoutuminen
Terveysviestintä
Terveydentilaan liittyvä stigma
Vaikeasti tavoitettavien ryhmien sitoutuminen

Sairauksien hoito ja hallinta

Mielen sairaudet

Perinataalit mielen sairaudet
Lievät ja keskivaikkeat mielen sairaudet
Vakavat mielen sairaudet
Trauma ja hyväksikäyttö

Akuutit sairaudet ja akuuttihoito

Keskoset
Potilashoito
Leikkaushoito ja invasiiviset toimenpiteet
Tehohoito

Neurologiset kehityshäiriöt ja muut neurologiset häiriöt

Autismi
CP-vamma
Aivoinfarkti ja aivovammat
Rappeuttavat neurologiset häiriöt
Dementia

Tarttumattomat taudit

Syöpä
Keuhkosairaudet
Diabetes & sydän- ja verisuonitaudit

Elämän loppuvaiheen hoito

Palliatiivinen hoito & menetys

Raportissa esiteltyjen tutkimustulosten jaottelu kahden teeman alle:

1. Sairauksien ennaltaehkäisy ja terveyden edistäminen
2. Sairauksien hoito ja hallinta

Kuva: Fancourt & Finn, 2019, p. 8 mukaan, suomennokset Taikusydän.

EDISTÄMINEN JA ENNALTAEHKÄISY



Kuva: Pexels.

- terveyden sosiaaliset määrittäjät
- lapsen kehitys
- hoiva ja hoito
- terveysongelmien ehkäisy
- terveyttä edistävät elintavat

A close-up photograph of a person's eye, which is a striking blue color. The person's face is covered in vibrant, multi-colored body paint in shades of red, orange, yellow, green, and blue. The eye is looking directly at the camera. The background is a solid teal color.

Terveyden sosiaaliset määrittäjät

- vaikuttaa terveyden sosiaalisiin määrittäjiin (esim. kehittämällä sosiaalista yhteenkuuluvuutta ja vähentämällä sosiaalista eriarvoisuutta)

Esimerkkejä:

- taidetoiminta voi vähentää yksinäisyyttä, edistää sosiaalista sitoutumista ja lisätä sosiaalista pääomaa
- taide voi edistää konfliktien ratkaisemista tukemalla empatiaa, luottamusta ja yhteistyötä
- taide voi vähentää etnisiä jännitteitä ja parantaa etnisten ryhmien välisiä suhteita

Kuva: Pexels.

Lapsen kehitys



Kuva: Itä-Suomen Hyvinvointivoimala.

- taide voi tukea lapsen kehitystä

Esimerkkejä:

- laulaminen voi vahvistaa vanhemman ja vauvan välistä suhdetta
- musiikin on havaittu edistävän kielen oppimista ja kehittymistä jo hyvin varhaisessa vaiheessa
- taiteeseen osallistuminen lapsuudessa voi ennustaa akateemista suoriutumiskykyä

Terveyttä edistävät elämäntavat

- taide voi rohkaista terveyttä edistäviin toimintatapoihin (esimerkiksi edistämällä terveellisiä elintapoja tai rohkaisemalla sitoutumaan terveydenhuoltoon)

Esimerkkejä:

- taiteisiin osallistuvat ihmiset syövät terveellisemmin ja liikkuvat enemmän kuin taiteisiin osallistumattomat huolimatta sosioekonomisesta asemasta tai sosiaalisesta pääomasta
- taiteet ovat myös tehokkaita terveysviestinnässä, esimerkiksi auttaa tavoittamaan marginalisoituneita tai vaikeasti tavoitettavia kohderyhmiä
- taidetta on hyödynnetty paljon myös terveyden tilaan, esimerkiksi mielenterveysongelmiin liittyvien stigmojen käsittelyssä ja vähentämisessä.

Terveysongelmien ennaltaehkäisy

- taiteisiin osallistuminen voi vahvistaa moniulotteista subjektiivista hyvinvointia

Esimerkkejä:

- taideosallistuminen on yhdistetty vähäisempään päivittäiseen stressiin
- ikääntyneillä kulttuuriosallistumisen on havaittu vähentävän riskiä masennuksen kehittymiseen
- taiteiden on myös havaittu voivan suojata dementian kehittymiseltä
- tanssi voi vähentää fyysistä heikkoutta: se kehittää kaikenikäisten tasapainoa, ryhtiä ja joustavuutta. Ikääntyneillä tanssiminen voi vähentää kaatumisen pelkoa.

Hoito ja hoiva



- taide voi tukea hoitotyötä (esimerkiksi parantamalla kliinisiä taitoja ja ymmärtämme terveydestä ja sairauksista)

Esimerkkejä:

- visuaalisten taiteiden opiskelu parantaa lääkäreiden visuaalisen diagnostiikan taitoja
- draamatoiminta parantavat potilas-hoitaja -suhdetta, empatiakykyä ja kommunikaatiota.

Kuva: Itä-Suomen Hyvinvointivoimala.

SAIRAUKSIEN HOITO JA HALLINTA



- mielen sairaudet
- akuutit sairaudet ja akuuttihoito
- neurologiset häiriöt
- tarttumattomat taudit
- elämän loppuvaiheen hoito

Kuva: Teijo-hanke / Kulttuurikeskus PiiPoo.

Mielen sairaudet



- taide voi auttaa mielenterveyshäiriöistä kärsiviä ihmisiä kaikissa elämänvaiheissa

Esimerkkejä:

- raskauden aikana musiikin kuuntelu vähentää stressiä, parantaa unta ja vähentää sikiön reaktiivisuutta
- äidin laulaminen syntymän jälkeen parantaa synnytyksen jälkeisen masennuksen oireita

Kuva: Pexels.

Akuutit sairaudet ja akuutti hoito

- taide voi tukea akuuteista sairauksista kärsivien ihmisten hoitoa (esim. parantamalla sairaalapotilaiden ja tehohoidossa olevien ihmisten hoitokokemusta ja -tuloksia)

Esimerkkejä:

- musiikin kuuntelu lapsilla leikkauksen tai lääketieteellisten toimenpiteiden jälkeen vähentää ahdistusta, kipua ja kipulääkkeiden käyttöä
- musiikin käyttö hoitotoimenpiteiden aikana parantaa potilastyytyväisyyttä, lisää motivaatiota tulla uudelleen toimenpiteeseen
- Ensiapu/päivystys/akuuttiosastoilla taiteen ja värisuunnittelun on osoitettu vähentävän aggressiivista käyttäytymistä henkilöstöä kohtaan

Tarttumattomat taudit

- taide voi auttaa tarttumattomien tautien (esimerkiksi syöpä, keuhkosairaudet, diabetes sekä sydän- ja verisuonitaudit) hoidossa ja hallinnassa

Esimerkkejä:

- taide-esitysten tuominen sairaaloihin sekä taidetoimintaan osallistuminen voi vähentää ahdistusta, antaa toivoa, vähentää väsymystä ja rentouttaa, auttaa parantamaan suhdetta omaan kehoon sekä vähentää kipua ja sivuvaikutuksia syöpähoitojen aikana
- musiikin kuuntelu voi auttaa kävelemään pidempiä matkoja, tehostaa kuntoharjoittelua, ja lisätä motivaatiota harjoitella useammin ja pidempään sydänkuntoutuksessa

Neurologiset häiriöt



Kuva: Teijo-hanke / Kulttuurikeskus PiiPoo.

- taide voi tukea ihmisiä, joilla on neurologisia häiriöitä (kuten autismi, CP-oireyhtymä, aivohalvaus, rappeuttavat neurologiset häiriöt ja dementia)

Esimerkkejä:

- tanssi voi parantaa motoriikkaa Parkinsonin tautia sairastavilla
- musiikin käyttö voi vähentää dementiaan liittyviä käyttäytymishäiriöitä kuten aggressiivisuutta

Elämän loppuvaiheen hoito

- taide voi tukea saattohoitoa, auttaa käsittelemään surua ja menetyksiä

Esimerkkejä:

- taiteet voivat tarjota surulle ilmaisukeinoin
- taiteet voivat tukea selviytymistä ja antaa sosiaalista tukea
- taide voi tukea vuorovaikutusta potilaiden omaisten ja hlökunnan välillä
- musiikki voi vähentää hengitysvaikeuksia, rauhoittaa sydämen sykettä ja vähentää kipua

Kuva: Pexels.

WHO:n raportin politiikkasuositukset jäsenmaille

- Raportti sisältää useita suosituksia sekä kulttuuri-, terveys- että sosiaalsektorille. Suositukset jakautuvat kolmen suuremman kokonaisuuden alle:
 - 1) Tunnustetaan kasvava näyttö taiteen ja kulttuurin merkityksestä terveyden ja hyvinvoinnin edistämisessä.
 - 2) Tunnustetaan, että taiteisiin osallistumisella on lisäarvoa ja merkitystä terveydelle ja hyvinvoinnille.
 - 3) Huomioidaan, että kulttuurihyvinvoinnin kenttä on luonteeltaan sektorirajat ylittävä.

1. Tunnustetaan kasvava näyttö taiteen ja kulttuurin merkityksestä terveyden ja hyvinvoinnin edistämisessä.

- Tuetaan merkittävään tutkimusnäyttöön perustuvien toimenpiteiden käyttöönottoa, kuten musiikin käyttöä sairaaloissa ennen leikkaustoimenpidettä, taidetoiminnan sisällyttämistä muistihäiriöistä kärsivien henkilöiden arkeen ja yhteisöllisten taideohjelmien toteuttamista mielenterveyden tukemiseksi.
- Tuetaan sellaista tutkimusta, joka keskittyy etenkin politiikan kannalta merkityksellisiin alueisiin, kuten tutkimusta, jossa tutkitaan taideinterventioiden käytön laajentumista suuremmalle väestölle tai uusien interventioiden toteutettavuutta ja soveltuvuutta.
- Jaetaan tietoa ja kokemuksia eri maiden tehokkaiksi havaitsemista toimintamalleista, joilla edistetään terveyttä, parannetaan terveyskäyttäytymistä tai tartutaan terveyteen liittyvään epätasa-arvoon tai epäoikeudenmukaisuuteen.

2. Tunnustetaan, että taiteisiin osallistumisella on lisäarvoa ja merkitystä terveydelle ja hyvinvoinnille.

- Varmistetaan monipuolisten taide- ja kulttuuripalveluiden saatavuus ja saavutettavuus kaikille väestö- ja ikäryhmille, erityisesti vähemmistöille.
- Rohkaistaan taide- ja kulttuuriorganisaatioita ottamaan terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen strategiseksi osaksi työtään.
- Edistetään aktiivisesti yleistä tietoisuutta taideosallistumisen potentiaalisista terveyshyödyistä.
- Kehitetään toimenpiteitä, jotka rohkaisevat taiteeseen osallistumista tukemaan terveellisiä elämäntapoja.



Kuva: Pixabay.

3. Huomioidaan, että kulttuurihyvinvoinnin kenttä on luonteeltaan sektorirajat ylittävä.



- Vahvistetaan kulttuuri-, sosiaali- ja terveysalojen yhteistyörakenteita ja -mekanismeja, esimerkiksi perustamalla ohjelmia, joita rahoitetaan poikkisektorisesti.
- Otetaan käyttöön ja vahvistetaan sote-sektorin lähetekäytäntöjä taideohjelmiin osallistumiseen, kuten esim. sosiaalisen reseptin ohjelmat (kulttuurilähete, kulttuuriresepti).
- Tuetaan taiteiden ja humanististen tieteiden sisällyttämistä terveydenhuollon ammattilaisten koulutukseen kliinisten, henkilökohtaisten ja vuorovaikutustaitojen parantamiseksi.

Kuva: Turun AMK / Jenni Laaksonen.

Linkkejä:

- Lataa raportti [täältä](#).
- [Fact sheet - What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being in the WHO European Region?](#)
- [Intersectoral action between the arts, health and well-being](#)
- [Koosteartikkeli raportista suomeksi](#)

TAIKU SYDÄN

JOKAISILLA ON OIKEUS
TAITEESEEN JA KULTTUURIIN
OSANA HYVÄÄ ELÄMÄÄ.



Taiteen edistämiskeskus
Centret för konstfrämjande
Arts Promotion Centre Finland

TURKU AMK
TURKU UNIVERSITY OF
APPLIED SCIENCES



Turun yliopisto
University of Turku