

## L'arte di camminare

**Antonella Bena**, Servizio di Epidemiologia ASL TO - Regione Piemonte



Ebbene sì! Anche io, come migliaia di altri, sono stata a fine giugno al lago d'Iseo a camminare su The Floating Piers di Christo Vladimirov Yavachev, artista di fama internazionale che ha progettato e costruito un percorso pedonale provvisorio sulle acque del Lago d'Iseo.

"I visitatori potranno accedere gratuitamente all'opera e camminare ammirando tutti gli angoli più nascosti dalle montagne intorno al lago, cullati dal movimento dell'acqua sotto i propri piedi". "Vi farò camminare sulle acque, meglio se verrete senza scarpe; sarà una passeggiata dove sentirete le onde sotto i vostri piedi". Questi alcuni degli slogan che pubblicizzavano l'evento che sono risultati molto più convincenti delle raccomandazioni delle associazioni di promozione della salute e di noi operatori di sanità pubblica. Già, perché, come tutti sanno, l'evento ha fatto overbooking tanto che la prefettura lo ha chiuso per alcune ore durante la notte.

E già ha dell'incredibile che nei 15 giorni dell'evento un milione e mezzo di persone si sia messa in cammino sui 5 km di percorso, dopo lunghe ed estenuanti code sotto il solleone. Ma il vero e proprio "evento" si è realizzato prima della coda. Sentendo le cronache che parlavano di un'affluenza andata oltre le aspettative con **file e traffico** sostenuto per le strade, io mi sono iscritta ad un viaggio organizzato con l'autobus. Alle 8,30 sono scesa a Clusane, 10 Km prima della passerella, con la prospettiva di dover trasbordare su due diverse navette prima di raggiungere la fila. Ho però scoperto che **l'opera** aveva già raggiunto la capienza massima (8000 persone) e tutti i servizi erano stati sospesi. Tra la delusione e lo scoramento generale mi sono incamminata a piedi insieme ad alcuni altri coraggiosi, pur sconsigliati dalla polizia. E qui si è realizzato un vero e proprio miracolo: man mano che procedevo, la fila di camminatori si ingrossava diventando un vero e proprio fiume tra Pilzone e Sulzano. Bambini, signore con le infradito, ragazze col tacchetto, uomini in mocassini e ragazzi in ciabatte da spiaggia: tutti determinati a...camminare!!! Insomma una vera e propria gigantesca performance di attività fisica collettiva. E posso immaginare che il fenomeno si sia ripetuto nei giorni prima e in quelli successivi.

Complimenti a Christo dunque perché, seppur involontariamente, ha realizzato quello che suggerisce la Teoria del divertimento. Ispirata agli **studi sugli stimoli sociali** raccontati dagli economisti Thaler e Sunstein nel libro "*Nudge*", la teoria dimostra come **le persone riescano a modificare/mettere in atto comportamenti salutaris e a modificare/abbandonare comportamenti dannosi per la salute e/o l'ambiente, se il cambiamento è stimolato attraverso modalità ludiche e esperienziali** (sul tema è disponibile un approfondimento di Dors)

Peccato che la sua concezione dell'opera d'arte sia temporanea e l'obiettivo che ha stimolato al movimento così tante persone sia ormai solo più in fotografia e nei bozzetti.

Buone vacanze e, ovunque le trascorriate, spero che il ricordo dell'eccezionalità dell'evento stimoli ognuno di voi a ....camminare, camminare, camminare.