



CGLU – VILLE DE MEXICO – CULTURE 21

5^{ème} ÉDITION - PRIX INTERNATIONAL

DAISY FANCOURT



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO



CGLU

Cités et Gouvernements
Locaux Unis



culture 21

Commission de CGLU



5^{ème} PRIX INTERNATIONAL

CGLU – VILLE DE MEXICO – CULTURE 21



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO



culture 21
Commission de CGLU



L'investissement dans les arts peut améliorer la santé de la population

PAR LA DRE DAISY FANCOURT ET ALEXANDRA BRADBURY

Face à l'énorme pression exercée pour trouver de véritables solutions aux services de santé dans le monde, il n'y a pas de meilleur moment pour explorer des approches « radicalement » nouvelles en matière de soins de santé. Le Groupe de recherche sur le biocomportement social que je dirige au sein de l'University College London a des solutions à proposer, mais ce que nous apportons n'est pas radical au sens traditionnel du terme. Nous ne proposons pas d'applications clinquantes ou de procédés high-tech. Nous offrons des ressources qui existent déjà au sein de nos communautés, mais qui sont rarement exploitées pour leur potentiel de prévention et de traitement des problèmes de santé : les **biens artistiques et culturels**. Malheureusement, ils ne font pas traditionnellement partie des soins habituels que vous recevez lorsque vous consultez votre médecin généraliste. Mais tout cela a commencé à changer ces dernières années, avec des projets pilotes innovants dans l'ensemble du pays, qui ont ouvert la voie au déploiement national de la prescription sociale. La **prescription sociale** (orientation des personnes vers un soutien communautaire

non médical, tel que les arts et la culture, ainsi que les programmes axés sur la nature, les groupes sociaux et les programmes de bénévolat) fait partie du plan à long terme du système national de santé visant à développer la médecine personnalisée et est de plus en plus reconnue pour sa valeur dans la résolution des problèmes sociaux qui affectent la santé physique et mentale de nombreuses personnes.

Une grande partie des preuves de la prescription sociale provient de recherches qui examinent les effets des interventions artistiques sur la santé mentale et physique. Par exemple, il existe désormais de nombreuses preuves de l'utilité des activités artistiques, comme le chant, pour traiter la dépression. Cependant, une critique de longue date de ces études est qu'elles portent généralement sur des échantillons de petite taille (des dizaines ou des centaines de personnes seulement), qu'elles ne sont pas représentatives (les personnes qui acceptent de participer peuvent être différentes du reste de la population) et qu'elles ne suivent les



5^{ème} PRIX INTERNATIONAL

CGLU – VILLE DE MEXICO – CULTURE 21



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MEXICO



culture 21
Commission de CGLU

gens que pendant une courte période (quelques semaines ou quelques mois généralement). Pour pallier ces faiblesses méthodologiques, nous avons donc adopté une autre approche, en examinant la manière dont l'engagement artistique et culturel peut affecter la santé de dizaines de milliers d'individus sur des années, voire des décennies. Pour ce faire, nous utilisons de grandes études de cohorte longitudinales : des joyaux de l'infrastructure de recherche du Royaume-Uni qui suivent des échantillons représentatifs de la population tout au long de leur vie, avec des évaluations incroyablement rigoureuses de tous les aspects de leur vie. Ignorées jusqu'à ce que nous commencions notre travail, de nombreuses études de cohorte de premier plan au Royaume-Uni contiennent des dizaines de questions sur l'engagement artistique et culturel, enfouies parmi les milliers d'autres variables. Nous utilisons donc ces questions, ainsi que des techniques statistiques de pointe, pour rechercher des associations entre les activités artistiques et culturelles et les résultats en matière de santé au niveau sociétal, en considérant l'impact final sur la santé de la population et les implications pour des programmes tels que la prescription sociale.

Au cours des cinq dernières années, nous avons examiné les effets de la fréquentation de concerts, de musées, de galeries, de cinémas et de théâtres, de la participation à des activités musicales, de danse, d'artisanat et de théâtre, de l'écoute de musique, de la lecture et de nombreuses autres activités créatives. Nous avons ensuite analysé les liens avec les maladies mentales, la santé mentale, la santé physique, les symptômes somatiques et les

mesures physiologiques, cardiovasculaires, cognitives et psychosociales. Nous avons examiné les associations à travers différents âges, positions socio-économiques, ethnies, niveaux d'éducation et autres facteurs socio-démographiques. Toutes nos recherches sont détaillées dans plus de **70 articles** que nous avons publiés depuis 2017.

Certains de nos résultats ont immédiatement corroboré les conclusions des études d'intervention, mais avec en plus la démonstration d'effets similaires dans de grands échantillons représentatifs sur de longues périodes. Par exemple, lorsque nous avons examiné spécifiquement les personnes qui souffraient déjà de dépression et qui ont adopté de nouveaux passe-temps tels que la musique, le dessin, l'artisanat, la menuiserie, la collection ou le modélisme, elles avaient près de trois fois plus de chances de se remettre de leur dépression au cours des 12 années suivantes¹. Mais les cohortes nous ont également permis d'explorer des questions qui n'avaient jamais été correctement examinées, comme celle de savoir si l'engagement artistique pouvait contribuer à prévenir l'incidence de la dépression. Dans une petite étude de cohorte que nous avons menée, nous avons constaté que les femmes qui écoutaient de la musique pendant leur grossesse étaient moins susceptibles de souffrir de dépression postnatale pendant les trois mois suivant la naissance². Nous

1 Fancourt D, Opher S, de Oliveira C. Fixed-Effects Analyses of Time-Varying Associations between Hobbies and Depression in a Longitudinal Cohort Study: Support for Social Prescribing? *Psychosom.* 2020;89(2):111-3.

2 Fancourt D, Perkins R. Could listening to music during pregnancy be protective against postnatal depression



5^{ème} PRIX INTERNATIONAL

CGLU – VILLE DE MEXICO – CULTURE 21



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MEXICO



avons ensuite examiné les personnes âgées en Angleterre (50 ans et plus) qui fréquentent régulièrement le théâtre, le cinéma, les galeries et autres lieux culturels. Le risque de développer une dépression au cours de la décennie suivante était près de la moitié (48 %) de celui des personnes qui ne s'engageaient pas dans la culture³. Plus important encore, dans toutes ces analyses, nous avons reconnu que les personnes qui s'engagent dans les arts et la culture pouvaient être « différentes » du reste de la population : peut-être en meilleure santé, plus riches, mieux éduquées, vivant dans des zones plus aisées, retraitées, ayant plus de temps libre, etc. Mais nous avons pu utiliser nos techniques statistiques pour tenir compte de tous ces facteurs. Bien que ces détails démographiques, sanitaires, sociaux et comportementaux expliquent en partie certaines des associations que nous avons trouvées, ils n'expliquent pas tout : une relation indépendante entre les arts, la culture et la santé a été maintenue même après avoir pris en compte ces facteurs.

Nos résultats étaient similaires lorsque nous avons examiné d'autres conditions chez les personnes âgées, tant physiques que mentales. Par exemple, les personnes âgées qui participaient régulièrement à des activités culturelles (même en tenant compte d'autres facteurs de la vie) étaient plus susceptibles d'avoir un niveau de bien-être plus élevé⁴, un

and poor wellbeing post birth? Longitudinal associations from a preliminary prospective cohort study. *BMJ Open*. 2018;8(7):e021251.

3 Fancourt D, Tymozzuk U. Cultural engagement and incident depression in older adults: evidence from the English Longitudinal Study of Ageing. *Br J Psychiatry*. 2019;214(4):225-9.

4 Tymozzuk U, Perkins R, Spiro N, Williamon A, Fancourt D. Longitudinal Associations Between Short-Term,

risque moindre de solitude⁵, un risque plus faible de développer des douleurs chroniques⁶ et moins de risques de devenir fragiles⁸. Les adultes de plus de 50 ans qui visitaient des musées tous les deux mois ou plus étaient moins susceptibles de développer une démence⁹. Nous avons également trouvé des associations positives avec la mémoire et la fluidité sémantique au fur et à mesure que les gens vieillissent¹⁰.

À l'autre extrémité du spectre des âges, nous avons constaté que l'engagement artistique et culturel peut avoir des effets durables de l'enfance à l'adolescence. Plus précisément, les enfants âgés de sept ans qui participaient à des activités créatives telles que l'écriture libre, la narration d'histoires, le bricolage,

Repeated, and Sustained Arts Engagement and Well-Being Outcomes in Older Adults. *J Gerontol Ser B*. 2020;75(7):1609-19.

- 5 Tymozzuk U, Perkins R, Fancourt D, Williamon A. Cross-sectional and longitudinal associations between receptive arts engagement and loneliness among older adults. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*. 2020;55(7):891-900.
- 6 Fancourt D, Steptoe A. Physical and Psychosocial Factors in the Prevention of Chronic Pain in Older Age. *J Pain*. 2018;19(12):1385-91.
- 7 Fancourt D, Steptoe A. Physical activity and social and cultural engagement as risk-reducing factors in the prevention of chronic pain in older age: findings from a longitudinal cohort study. *The Lancet*. 2018;392:S34.
- 8 Rogers NT, Fancourt D. Cultural Engagement Is a Risk-Reducing Factor for Frailty Incidence and Progression. *J Gerontol Ser B*. 2020;75(3):571-6.
- 9 Fancourt D, Steptoe A, Cadar D. Cultural engagement and cognitive reserve: museum attendance and dementia incidence over a 10-year period. *Br J Psychiatry*. 2018;213(5):661-3.
- 10 Fancourt D, Steptoe A, Cadar D. Cultural engagement predicts changes in cognitive function in older adults over a 10 year period: findings from the English Longitudinal Study of Ageing. *Sci Rep [Internet]*. [cité le 22 juin 2022];8(1):10226. Disponible sur : <https://www.nature.com/articles/s41598-018-28591-8>



5^{ème} PRIX INTERNATIONAL

CGLU – VILLE DE MEXICO – CULTURE 21



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MEXICO



la peinture, le dessin ou le théâtre avaient moins de risques de développer des problèmes de comportement au début de l'adolescence¹¹. Si les enfants ont tendance à lire pour le plaisir, ils sont moins susceptibles de consommer des cigarettes et de l'alcool à l'âge de 14 ans, et ils présentent également des niveaux plus faibles d'hyperactivité et d'inattention, ainsi qu'un meilleur comportement prosocial¹². L'engagement pendant l'adolescence a également eu une association positive ; les adolescents étaient moins antisociaux, moins susceptibles de se comporter de manière criminelle, moins susceptibles de percevoir un tel comportement de manière positive et plus susceptibles d'avoir une meilleure maîtrise de soi¹⁴. La consommation d'alcool, de marijuana et de tabac est également moins fréquente chez les adolescents qui participent à des groupes artistiques¹⁵.

Bien sûr, avec des données d'observation, nous n'avons jamais la même certitude sur

la causalité que celle que nous avons en menant des essais où les gens peuvent être randomisés en groupes « intervention » et « non-intervention ». Il s'agit du même défi auquel est confronté tout travail sur des données de cohorte, y compris la recherche sur des questions telles que les causes du cancer, de la démence et de l'obésité, ainsi que les effets des facteurs liés au mode de vie tels que la solitude, la consommation d'alcool et le tabagisme. Mais nous avons utilisé les dernières méthodes statistiques pour « déduire » la causalité, notamment en tirant le meilleur parti des riches données longitudinales pour suivre les trajectoires de changement dans le temps et déterminer si l'art précède la santé ou vice versa. Nous avons également utilisé diverses techniques, y compris certaines qui tentent d'imiter les essais contrôlés randomisés en associant les personnes qui s'engagent dans les arts à des « jumeaux » dans le même ensemble de données, qui leur ressemblent sur tous les facteurs de style de vie importants identifiables, mais qui ne sont pas engagés dans les arts. Naturellement, chaque technique statistique a ses forces et ses faiblesses. Ainsi, nous avons parfois exploré la même question de recherche avec plusieurs techniques différentes à la fois pour permettre à ces forces et faiblesses de s'équilibrer et pour vérifier que les analyses convergent vers le même résultat. Nous avons même reproduit certains de nos résultats dans des études de cohorte de plusieurs pays, avec des modèles différents d'engagement artistique et des problèmes de santé différents, afin de vérifier qu'il n'y a pas d'effets contextuels parasites conduisant à des associations parasites.

11 Fancourt D, Steptoe A. Effects of creativity on social and behavioral adjustment in 7- to 11-year-old children. Ann N Y Acad Sci. 2019;1438(1):30-9.

12 Mak HW, Fancourt D. Reading for pleasure in childhood and adolescent healthy behaviours: Longitudinal associations using the Millennium Cohort Study. Prev Med. 2020;130:105889.

13 Mak HW, Fancourt D. Longitudinal associations between reading for pleasure and child maladjustment: Results from a propensity score matching analysis. Soc Sci Med. 2020;253:112971.

14 Bone JK, Bu F, Fluharty ME, Paul E, Sonke JK, Fancourt D. Arts and Cultural Engagement, Reportedly Antisocial or Criminalized Behaviors, and Potential Mediators in Two Longitudinal Cohorts of Adolescents. J Youth Adolesc. 2022;51(8):1463-82.

15 Fluharty M, Bu F, Bone J, Sonke JK, Fancourt D, Paul E. Associations of arts and cultural engagement with substance use trajectories in adolescence and early adulthood: a latent growth curve analysis of the Add Health cohort [Internet]. PsyArXiv ; 2022 [cité le 30 juin 2022]. Disponible sur : <https://psyarxiv.com/nz7ps/>



5^{ème} PRIX INTERNATIONAL

CGLU – VILLE DE MEXICO – CULTURE 21



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MEXICO



culture 21
Commission de CGLU

En tant que scientifiques, nous interrogeons constamment nos résultats, en cherchant les faiblesses et les explications manquantes. Mais il est important que nous établissions également un lien entre nos recherches observationnelles et les études d'intervention : si nos analyses à long terme à grande échelle révèlent les mêmes schémas que ceux des essais causaux rigoureux, nous pouvons commencer à avoir de plus en plus confiance dans ce que nous découvrons.

Ces dernières années, une grande partie de notre travail a porté sur la question du « pourquoi » : en quoi les arts ont-ils la capacité d'affecter notre santé et comment ce processus se déroule-t-il ? Nos travaux ont permis d'identifier plus de 130 « ingrédients actifs » dans les activités artistiques, tous susceptibles d'avoir un effet sur la santé, et plus de 600 « mécanismes d'action » qui relient ces ingrédients à des résultats spécifiques en matière de santé mentale et physique. Ces ingrédients comprennent des aspects relatifs aux activités artistiques elles-mêmes ainsi que les composantes sociales qui peuvent être impliquées dans l'engagement et la participation, et le contexte dans lequel les activités sont dispensées, tandis que les mécanismes peuvent être psychologiques, biologiques, sociaux et comportementaux. Dans nos articles scientifiques, nous proposons de nouveaux modèles théoriques complexes qui expliquent l'interrelation entre ces ingrédients, mécanismes et résultats. Ces modèles revêtent une importance considérable pour la conception des programmes de santé visant à prévenir, gérer et traiter les problèmes de santé physique et mentale.

Malheureusement, de nombreuses personnes se heurtent à des obstacles pour accéder aux ressources culturelles. C'est pourquoi les arts doivent être intégrés aux services de santé. L'une des principales raisons est que les personnes issues de milieux moins favorisés ont moins de chances d'accéder aux activités artistiques et culturelles et sont davantage susceptibles d'être en mauvaise santé que les personnes plus aisées¹⁶. Les personnes souffrant de problèmes de santé mentale¹⁷ avec de faibles niveaux de bonheur¹⁸ qui sont en mauvaise santé et qui vivent dans des zones défavorisées sont moins susceptibles de s'engager. Il s'agit là d'un défi de taille, car cela signifie que les personnes les plus susceptibles d'être en mauvaise santé sont également plus susceptibles de ne pas bénéficier des avantages de l'engagement artistique pour la santé. Heureusement, nous avons également constaté que, quel que soit leur lieu de résidence, qu'il s'agisse de zones défavorisées ou riches, les gens retirent les mêmes avantages en termes de santé mentale et de bien-être de l'engagement culturel et communautaire.¹⁹ La question est donc de

16 Elsdén E, Bu F, Fancourt D, Mak HW. Frequency of leisure activity engagement and health functioning over a 4-year period: a population-based study amongst middle-aged adults. *BMC Public Health*. 2022;22(1):1275.

17 Fancourt D, Steptoe A, Cadar D. Community engagement and dementia risk: time-to-event analyses from a national cohort study. *J Epidemiol Community Health*. 2020;74(1):71-7.

18 Hackett RA, Steptoe A, Cadar D, Fancourt D. Social engagement before and after dementia diagnosis in the English Longitudinal Study of Ageing | *PLOS ONE* [Internet]. [cité le 22 juin 2022];14(8):e0220195. Disponible sur : <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0220195#sec018>

19 Fancourt D, Steptoe A. Community group membership and multidimensional subjective well-being in older age. *J Epidemiol Community Health*. 2018;72(5):376-82.



5^{ème} PRIX INTERNATIONAL

CGLU – VILLE DE MEXICO – CULTURE 21



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO



savoir comment aider les gens à entrer en contact avec les arts, surtout lorsqu'ils en ont le plus besoin et qu'ils se heurtent à des obstacles.

Cela nous ramène à la prescription sociale. Les programmes de prescription sociale sont essentiels pour égaliser l'accès aux arts et à la culture afin de lutter contre les inégalités en matière de santé, mais ils sont loin de répondre aux demandes actuelles en matière de santé. Pourtant, les besoins du Royaume-Uni en matière de soins de santé vont inévitablement augmenter, tant à court qu'à long terme, en raison des conséquences de la pandémie qui continue d'affecter la vie des gens, de la crise du coût de la vie, du vieillissement de la population, des tensions géopolitiques croissantes et de leurs répercussions, de la charge croissante de la santé mentale, des années de sous-financement de notre système national de santé, de la charge croissante des maladies chroniques, de la surmédicalisation coûteuse de nombreux problèmes de santé et de multiples autres défis.

Il s'agit également de problèmes mondiaux et l'Organisation mondiale de la santé travaille déjà avec nous pour explorer le potentiel des arts et de programmes tels que la prescription sociale pour améliorer la santé dans les communautés du monde entier. Le domaine des arts dans la santé offre des possibilités illimitées en matière de recherche et d'interventions sanitaires pour résoudre ces problèmes. Mais il faut que les gouvernements, les systèmes de santé et les investisseurs donnent la priorité aux arts pour la santé de la population. Nous avons besoin d'une injection

massive de capitaux dans le secteur des arts et de la culture afin de disposer des actifs culturels dynamiques nécessaires pour prescrire aux gens. Et nous devons réunir des bénévoles, des groupes communautaires, des organisations artistiques, des services de santé et d'autres partenaires pour révolutionner notre approche de la prestation des soins de santé.

*Le site **Groupe de recherche sur le biocomportement social** basé à l'University College London, se concentre sur le rôle des facteurs sociaux sur la santé et est dirigé par la Dre Daisy Fancourt. Le groupe a été désigné comme le **premier Centre de collaboration de l'OMS sur les arts et la santé** dans le monde.*
