



Comunicare Bene  
fa stare Bene

**Elisa Crotti**

*Consulente  
Comunicazione e  
Relazioni Pubbliche*



# Comunicazione e salute

Non sempre un connubio facile ...



Il mondo della salute come mondo del  
NO ... in un mondo di SÌ



**Quick.**



**Slow.**

**WANT HELP? PHONE THE SMOKELINE ON 0800 84 84 84.**

**YOU CAN DO IT.  
WE CAN HELP.**

Titolo presentazione



Every 15 cigarettes you smoke  
cause a mutation that can become cancer.

Search 'Smokefree'  
for free quitting support.

The Costa Cruises logo, featuring a stylized sun icon above the word "Costa" in a white serif font on a blue background.

# A confronto con il mondo del sì

Perchè fare un *breakfast* quando puoi fare una  
[colazione]?



**QUANDO MANGI SANO,  
TI PRENDI CURA DI TE.**



Anche tu puoi fare qualcosa per la tua salute. Mangia in modo equilibrato senza rinunciare al gusto, variando le tue scelte, con molta frutta e verdura, poco sale e un uso di alcol moderato e responsabile. Mangiare sano e con gusto è una raccomandazione di "Guadagnare Salute", che promuove una serie di iniziative per favorire uno stile di vita sano. **Perché prenderti cura di te è la scelta migliore che puoi fare.**

[guadagnaresalute.it](http://guadagnaresalute.it)



Il programma "Guadagnare Salute" è promosso dal Ministero della Salute, con il sostegno dell'Istituto Superiore di Sanità, delle Regioni e Province autonome.

**QUANDO FAI ATTIVITÀ FISICA,  
TI PRENDI CURA DI TE.**



Anche tu puoi fare qualcosa per la tua salute. Fare movimento ogni giorno ti aiuta a mantenere il peso nella norma, migliora l'umore e contribuisce al tuo benessere. Usare ogni occasione per essere attivi è una raccomandazione di "Guadagnare Salute", che promuove iniziative per facilitare uno stile di vita attivo. **Perché prenderti cura di te è la scelta migliore che puoi fare.**

[guadagnaresalute.it](http://guadagnaresalute.it)

Il programma "Guadagnare Salute" è promosso dal Ministero della Salute, con il sostegno dell'Istituto Superiore di Sanità, delle Regioni e Province autonome.

 **guadagnare salute**  
rendere facili le scelte salutari



02/11/2021

# Volere o dovere?



Comunicazione e salute ... un  
effetto intossicante?

La sensazione schiacciante del NO

## L'infodemia



Comunicazione per  
trasmettere salute:  
sono state fatte molte  
riflessioni



*A mirror or a shaper?*

wrinkled?

wonderful?

Will society ever accept 'old' can be beautiful? Join the beaut

[campaignforrealbeauty.co.uk](http://campaignforrealbeauty.co.uk) 



La comunicazione come  
«generatore» di salute



Si è partiti al  
contrario:

**BURN-OUT**  
e relazioni

# L'effetto intossicante della cattiva comunicazione



*Amanita muscaria*



*Amanita phalloides*





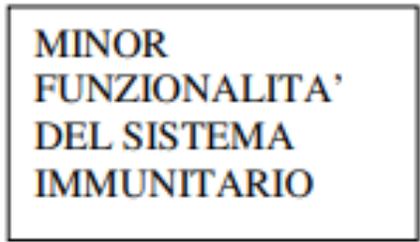
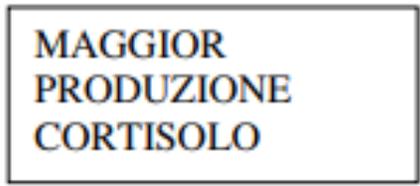
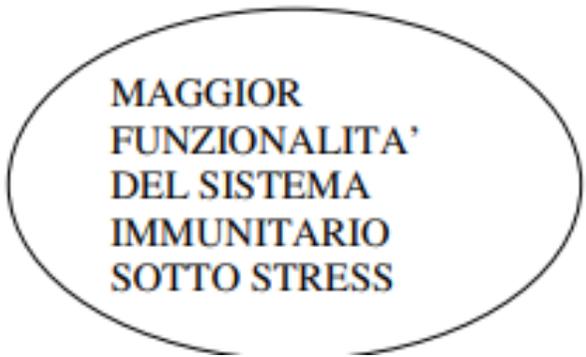
Se la cattiva comunicazione è tossica,  
la «buona» comunicazione fa bene?



La comunicazione è relazione

# Numerosi studi confermano che i rapporti sociali positivi fanno bene alla salute (longevità)





# Costruire le relazioni attraverso la comunicazione





Renato è il depositario  
della mia comunicazione

# Fondamentale

Parole  
(contenuto)

**7%**

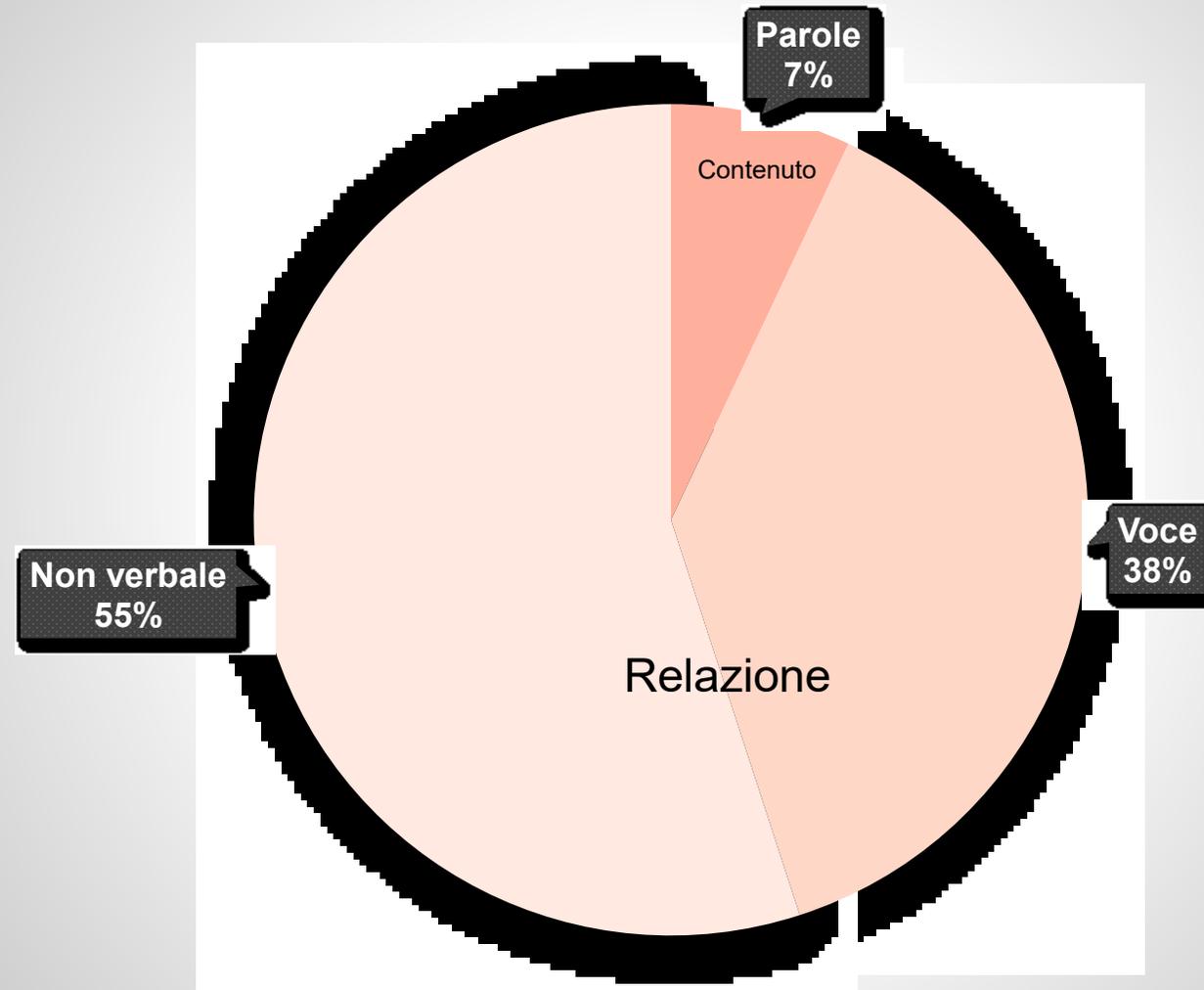
Voce

**38%**

Non verbale

**55%**

## Il "peso" della comunicazione



# Per costruire relazioni positive

Come lo dici  
(il come è quasi tutto)

Ciò che dici  
(può andare sempre bene)

Life is better  
with friends :)



Le beautiful people: il  
più potente antistress  
naturale

# Riconoscere l'effetto intossicante e «lasciare scivolare» - MAI prendersela



# Comunicare bene attraverso l'INTENZIONE



A hand-drawn rainbow with six colors (red, orange, yellow, green, blue, purple) is drawn on lined paper. Below the rainbow is a simple smiley face drawn with three black curved lines. Two silver microphones are positioned on either side of the drawing. The text "A chi fa bene comunicare bene?" is written in the center of the image.

*A chi fa bene  
comunicare bene?*



L'aspetto delle cose varia secondo le emozioni. E così noi vediamo magia e bellezza in loro ma, in realtà, magia e bellezza sono in noi.

Kahlil Gibran