



Progetto Oasi in ospedale: La natura si fa cura

Premessa: i benefici psicofisici del rapporto quotidiano con la natura nelle nostre città per i bambini.

La biodiversità in città, intesa come la rete di ambiti non edificati, quali parchi, giardini pubblici e privati, aree a uso agricolo, ma anche elementi più frammentati e puntuali, come viale alberati, aiuole, orti, terrazze e balconi, costituisce un “filtro” alle pressioni antropiche e possiede un inestimabile valore nel garantire e accrescere il benessere della città,

rendendole più abitabili.

Oltre all’aspetto estetico e ricreativo, la natura in città è un “generatore” di molte funzioni importanti: le piante filtrano le polveri fini prodotte dalle nostre attività inquinanti, depurano l’aria, creano ombra e contribuiscono alla regolazione della temperatura, all’assorbimento dei gas serra (responsabili dei devastanti cambiamenti climatici), alla riduzione del rumore, alla regimazione delle acque meteoriche spesso causa di allagamenti e frane. Ci fornisce cibo, energia, materie prime, elementi che ci consentono di vivere e che sono il motore delle nostre economie. L’insieme di questi “benefici” che la natura ci offre prende il nome di “servizi ecosistemici” a cui è ormai riconosciuto un notevole valore economico e sociale.

Tra i molti effetti benefici offerti dalla natura in città c’è il benessere psico-fisico umano e, in particolare, dei più giovani.

L’OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità) stima che i fattori di stress ambientali siano responsabili del 15-20% delle morti in Europa. Abitare vicino a uno spazio verde riduce la percezione dello stress e invoglia a una maggiore attività fisica, contribuendo così a diminuire le possibilità di malattie cardiovascolari, patologie articolari, ansia, depressione, infezioni respiratorie e obesità. Ad oggi il verde attrezzato allo sport e al gioco rappresenta però solo il 14% del verde urbano. La fruibilità dei nostri parchi, il tipo di infrastrutture e la loro accessibilità influenzano, assieme ad aspetti culturali e sociali, la presenza dei bambini e degli adolescenti all’aperto.

Rispetto ad altri paesi europei, sono pochi i bambini italiani che giocano all’aperto, nonostante il clima sicuramente favorevole, il che determina ripercussioni psicologiche negative che derivano dalla privazione della possibilità di movimento libero e di esperienze collettive e che nel futuro potrebbe determinarne il disinteresse per il mondo che li circonda.

La perdita progressiva di superfici verdi a causa della urbanizzazione ingravescente rappresenta oggi in Italia un rischio concreto per la popolazione e per i soggetti più fragili come i bambini in particolare, ma anche le donne in gravidanza e gli anziani. Contrastare questo fenomeno aumentando le aree verdi all’interno delle città è quindi una strategia di mitigazione fondamentale, di costo accettabile e relativamente accessibile nel breve periodo, per cercare di ridurre la concentrazione di CO₂ responsabile del cambiamento climatico.

Lo stare all'aria aperta in luoghi verdi permette quell'attività fisica quotidiana raccomandata per un armonioso sviluppo muscolare e per prevenire malattie cardiorespiratorie, metaboliche, muscoloscheletriche, tumorali e disturbi depressivi (WHO 2010).

Questa disponibilità inoltre favorirebbe l'autonomia dei bambini e dei ragazzi, ne stimolerebbe la curiosità e l'intelligenza, li aiuterebbe a imparare a gestire e a contenere lo stress, aumentando la loro autostima e migliorando quindi anche la loro salute mentale (Hüttenmoser, 2011).

Il benessere psichico e relazionale di bambini e adolescenti è un altro aspetto, non meno importante di quello fisico, che sembra risentire in modo favorevole della frequentazione di spazi verdi e/o alberati. Il contatto con ambienti naturali infatti comporta una minore esposizione agli eventi stressanti tipici della vita in città, favorendo la rigenerazione fisica e psichica e migliorando di conseguenza la salute mentale e lo sviluppo cognitivo dei bambini.

Anche per questo motivo il WWF ha intrapreso una serie di azioni per aumentare il verde e la sua qualità negli ambienti urbani e, in modo particolare, negli spazi più frequentati dai più giovani: le scuole. Intervenire nelle scuole garantisce il contatto con la natura in modo equo anche a bambini in condizioni sociali di svantaggio, ad esempio sviluppando e diffondendo il modello delle Aule Natura, ovvero riqualificando i giardini scolastici frequentati dai bambini dai 3 ai 14 anni in decine di istituti comprensivi italiani con elementi che consentano l'apprendimento e la socializzazione in natura.

L'importanza di portare la natura in ospedale

Ma della natura hanno bisogno ancora di più i bambini ospedalizzati, in particolare se per lunghi periodi e quelli che necessitano di terapie anche al di fuori delle strutture ospedaliere.

Il mondo naturale è complesso, molto di più di qualsiasi ambiente costruito dall'uomo, ed evolve nel tempo: giorno dopo giorno, di stagione in stagione, negli anni, con tempi che in genere vengono percepiti come estremamente lenti, e per questo vissuti come "attesa", permanenza, che rispecchia. L'incisività delle esperienze dirette non riguardano mai solo la sfera cognitiva, ma coinvolgono tutto l'individuo nella sua fisicità e affettività. Attività di osservazione e di cura della natura sono oramai una pratica diffusa negli ospedali pediatrici e nelle terapie dei minori, dalla pet therapy all'allevamento delle farfalle, così importante anche per l'osservazione del fenomeno delle metamorfosi.

Per questo motivo il WWF ha regalato una prima Aula Natura all'ospedale Pediatrico Bambin Gesù di Palidoro, aula frequentata non solo dai bambini con gli insegnanti della scuola e gli educatori della ludoteca. Già dai primi mesi, sono stati riscontrati grandi benefici a livello ortopedico, cardiaco e psicologico. Anche la scuola dell'ospedale infantile Burlo Garofolo di Trieste ha richiesto un'aula natura e altri interventi per i giovani degenti.

Il progetto: Oasi in Ospedale, la natura come cura

Sulla scia di questi risultati incoraggianti, il WWF Italia ha deciso di sviluppare un progetto di raccolta fondi per offrire interventi volti ad aumentare la presenza di natura nei giardini degli ospedali pediatrici italiani e non solo, creando vere e proprie "Oasi in Ospedale".

Esse verranno regalate a 10 strutture ospedaliere interamente dedicate alle cure pediatriche, a reparti pediatrici qualificati e ad altre strutture terapeutiche presenti sul territorio italiano, che verranno individuati in base a criteri di fattibilità e interesse con la collaborazione di partner selezionati.



Le aree, che avranno una superficie di circa 200 mq ricavata nei giardini degli ospedali, saranno realizzate con alberi, bordure fiorite per le farfalle, siepi e stagni didattici in terra o in cassoni rialzati, con un primario riguardo all'accessibilità e alla fruizione da parte dei bambini ricoverati e delle loro famiglie, sia per momenti di rilassamento che favoriscano il recupero fisico-psichico, sia per svolgere vere e proprie attività terapeutiche. Alle Oasi in Ospedale saranno inoltre affiancati piccoli giardini portatili su carrelli di cui potranno godere anche i bambini ancora allettati. Inoltre, il progetto fornirà ai 1.000 piccoli pazienti degli ospedali pediatrici e delle strutture territoriali coinvolte una pianta (felci) che verrà loro affidata al termine delle cure per portarla a casa e prendersene cura, facilitando così il completamento del percorso terapeutico, anche grazie al loro ruolo nel contrastare l'inquinamento indoor.