LE PRESCRIZIONI VERDI E BLU

Laura Mancini, Angela Nardin, Aurora Mancini, Luca Avellis, Ornella Punzo
Istituto Superiore di Sanità

Leonardo Villani, Gaia Surya Lombardi, Doris Zjalic
Università Cattolica del Sacro Cuore

L'individuo/le comunità a contatto con la Natura per migliorare il suo/il loro stato di salute e benessere

Le prescrizioni verdi e blu sono un insieme di pratiche che utilizzano la natura/ecosistemi e i suoi elementi per promuovere la salute e il benessere delle persone.
Queste pratiche hanno molteplici applicazioni includendo sia iniziative volte al miglioramento della salute fisica e mentale, sia azioni con fini educativi e di inclusione sociale
e/o di prevenzione attraverso la prescrizione di una ricetta

- Dal 1997 si introduce tale formula in riferimento ad una prescrizione scritta fornita da un operatore sanitario ad un paziente nella quale viene indicato un cambiamento dello stile di vita, più comunemente si riferisce allo svolgimento di attività fisica.
- Dal 2020 emergono evidenze anche per i benefici del blu sulla salute e il benessere.
- Prescrizione verde e blu (GRx) sottintende il consiglio scritto di un professionista sanitario a un paziente di essere fisicamente attivo, come parte della gestione sanitaria del paziente.
- Dal 2014 la locuzione è stata utilizzata per indicare in senso lato l'esposizione alla natura. Nonostante l'emergere di questo nuovo significato, la "prescrizione verde" rimane, nella letteratura sanitaria e medica di tutti i continenti, più comunemente usata per descrivere una prescrizione per l'attività fisica e/o dieta.
- Dal 2023 è suggerito l'uso dell'espressine più appropriata "prescrizioni naturalistiche" (Stanhope et al., 2023) come indicazione di trascorrere del tempo nella natura.
- **VeBS ha l'obiettivo di raccogliere evidenze e promuovere la prescrizione verde e blu nel nostro Paese (GBRx)**

Stanhope J, Weinstein P. What are green prescriptions? A scoping review. J Prim Health Care. 2023 Jun;15(2):155-161. doi: 10.1071/HC23007. PMID: 37390033.

Canada stanno prescrivendo ai loro pazienti di trascorrere del tempo nei parchi e nella natura

Gran Bretagna 2020 un programma di 4 milioni di sterline per la prescrizione di spazi verdi

Scozia ha un programma ufficiale di prescrizione della natura

Stati Uniti in oltre 35 stati.

Italia

- **VeBS**
- "Prescrizioni Verdi in prospettiva One Health/Salute Planetaria"
- NeB

Australia- Green prescriptions - Australian Medical Association (NSW)

EU H2020 BlueHealth

ESEMPIO BENEFICI

Effetti salutari sono stati rilevati nei confronti di patologie:

- ❑ Cardiovascolari
- ❑ Muscoloscheletriche
- ❑ Mentali
- ❑ Respiratorie
- ❑ Neurologiche
- ❑ Digestive
- ❑ Cognitive
- ❑ ecc

challenges
MDPI

Perspective

Green Prescriptions and Their Co-Benefits: Integrative Strategies for Public and Environmental Health

Jake M. Robinson [1,2,3,4,*] and Martin F. Breed [4,5]

Benefici includerebbero:

- ❑ Riduzione della pressione arteriosa
- ❑ Riduzione del battito cardiaco
- ❑ Riduzione dei livelli di cortisolo – noto anche come "ormone dello stress"
- ❑ Riduzione dell'obesità
- ❑ Riduzione della glicemia
- ❑ Miglioramento delle difese immunitarie
- ➢ ecc

Nature is Good Medicine

CALL TO ACTION

Arising from the Nature is Good Medicine Workshop on 5 September 2021, we call on IUCN and its Members to recognise the irreplaceable potential of nature-derived health services to individuals and society and to actively promote and support partnerships with the health sector and other key partners to make access to nature and its benefits available to all.

Context

- Resolution 64 from the 2016 IUCN World Conservation Congress titled - ***Strengthening cross-sector partnerships to recognise the contributions of nature to health, well-being and quality of life*** - welcomed IUCN's leadership in recognising and communicating the initiatives and co-benefits from connecting nature and human health and well-being and integrating these initiatives as part of national and international policies regarding public health and 'Nature-based Solutions'
  - Resolution 64 specifically calls on IUCN Members to develop stronger partnerships and alliances with the health sector, further recognise and quantify the benefits to human health and well-being and to parks and protected areas, and recognise and communicate the initiatives and co-benefits from connecting nature and human health and well-being.
- The 2030 Agenda for Sustainable Development includes targets to address non- communicable diseases (NCDs) and mental health, and to provide safe, inclusive and accessible green and public spaces, and recognises in **Sustainable Development Goal** (SDG) 3 the importance of ensuring healthy lives and promoting well-being for all at all ages.
- The **VISION** of the **First Draft** of the **United Nations** (UN) **Convention on Biological Diversity** (CBD) Post-2020 Global Biodiversity Framework currently states: *"By 2050, biodiversity is valued, conserved, restored and wisely used, maintaining ecosystem services, sustaining a healthy planet and delivering benefits essential for all people."*
  - **Target 12** of the draft Global Biodiversity Framework specifically calls on Parties to the CBD to *"increase the area of, access to, and benefits from green and blue spaces, for human health and well-being in urban areas and other densely populated areas."*

Audience

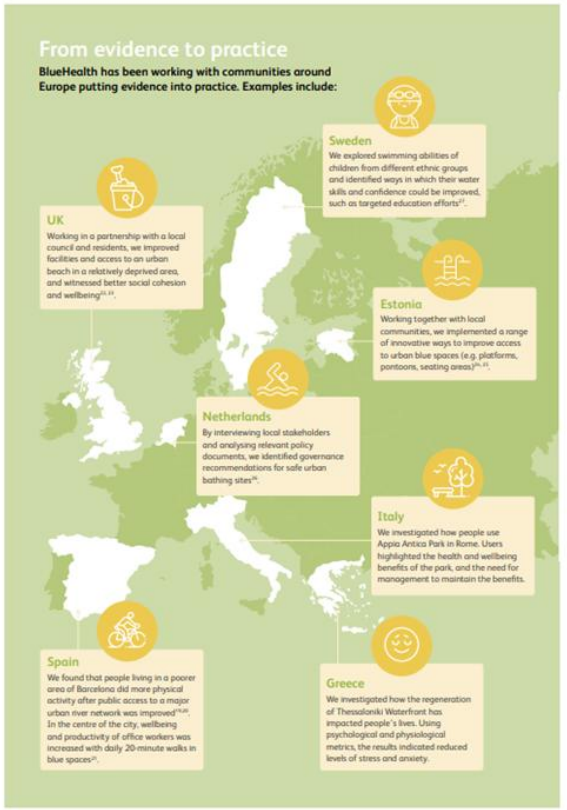
- Park and protected area professionals, practitioners across policy, research, and practices
- Professionals and practitioners from aligned sectors particularly health, education, transport, recreation and tourism and social policy
- Government, non-government, and community-based organisations from the above areas

RICETTA VERDE

ESEMPIO BENEFICI

What potential benefits can good quality blue spaces bring us?

- Greater opportunities for exercise
- Reduction of stress
- Safe, appealing places for us to meet and socialise
- Cognitive 're-setting' helping us restore our tired minds
- Greater biodiversity
- Safe bathing and recreation
- Development of practical life skills, e.g. swimming
- Cleaner drinking water
- Better regulated urban temperatures



RICETTA BLU

https://bluehealth2020.eu/wp/wp-content/uploads/2020/11/Read-about-the-benefits-of-blue-spaces_BlueHealth-Project_Horizon-2020.pdf

Healthy Renaissance: Proximity networks

Proximity networks

blue and green area

RICETTA VERDE e BLU

Ambiente e salute relazione in evoluzione

Articolo 9: "La Repubblica promuove lo sviluppo della cultura e la ricerca scientifica e tecnica. Tutela il paesaggio e il patrimonio storico artistico della Nazione. Tutela l'AMBIENTE, la BIODIVERSITA' e gli ECOSISTEMI, anche nell'interesse delle future generazioni…"
8 FEBBRAIO 2022

Decreto 30 aprile 2022, n. 36, istituzione della rete SNPS
Sistema ha lo scopo di migliorare le politiche e le strategie del Servizio Sanitario Nazionale per la prevenzione e la cura delle malattie associate a rischi ambientali, climatici e della biodiversità .

investimenti per la salute e il benessere : lo sviluppo sostenibile

GRAZIE

"Time in nature is not leisure time; it's an essential investment in our children's health." Richard Louv