



Congresso nazionale ISDE Italia 2024

“Chi pagherà per gli eccessi di malattie e mortalità dovuti alla crisi climatica e dei sistemi sanitari?”

San Sepolcro, 18-19-20 ottobre 2024

Prescrizioni Verdi: il futuro sostenibile della Sanità

Pierangela Fiammetta Piras, MD

Responsabile Centro Green Care Il Bosco di Puck

Referente CdP e GdL ISDE sulle Prescrizioni Verdi

Alice Stocco,

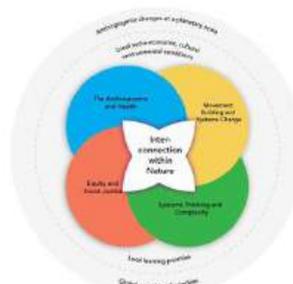
Ricercatrice in ecologia Università, Cà Foscari VE

GdL ISDE sulle Prescrizioni Verdi





Le Prescrizioni Verdi (e Blu)



sono trattamenti che mirano a mettere l'individuo a contatto con la Natura per migliorare il suo stato di salute senza il consumo di farmaci

sono progettate e prescritte per bisogni specifici dei singoli pazienti

fanno capo ai MMG e ai PLS, anche quando prescritte da altri operatori sanitari



Progettazione delle Prescrizioni Verdi

in prospettiva One Health/Planetary Health

Contrasto delle patologie croniche e complesse, e delle loro concause comuni

Stili di vita



Degrado ambientale

Opportunità e rischi disequamente distribuiti

Migliorare la salute ambientale, anche quale Natura vivente

Riferimento ad esperienze italiane e internazionali per individuare, selezionare e adattare

Interventi multi-soluzione
con co-benefici a cascata

Rongoā Kākāriki **GREEN** PRESCRIPTION

Nuova Zelanda fine degli anni '90

prescrizioni scritte per stili di vita

inserite nell'allora nascente concetto di Lifestyle Medicine



Lifestyle Medicine



- una specialità medica
- che utilizza interventi terapeutici sullo stile di vita, basati su prove, come modalità primaria per trattare condizioni croniche e spesso invertire tali condizioni.
- fornendo anche una prevenzione efficace per queste condizioni.
- coinvolgendo l'intera persona

American college of life style medicine

<https://lifestylemedicine.org/> Visitato il 11-10-2024

Ma...

Il deterioramento della salute del pianeta minaccia le fondamenta della Lifestyle Medicine, sulla quale si fa affidamento per prevenire e gestire le malattie croniche, limitando la nostra capacità di prescrizione...

chiamata urgente per realizzare la **salute planetaria**



Pathak, N., Pollard, K. J., & McKinney, A. (2022). *Lifestyle Medicine Interventions for Personal and Planetary Health: The Urgent Need for Action*. American Journal of Lifestyle Medicine, 16(5), 589-593.

WONCA: emendamento alla definizione europea di medicina generale/medicina di famiglia



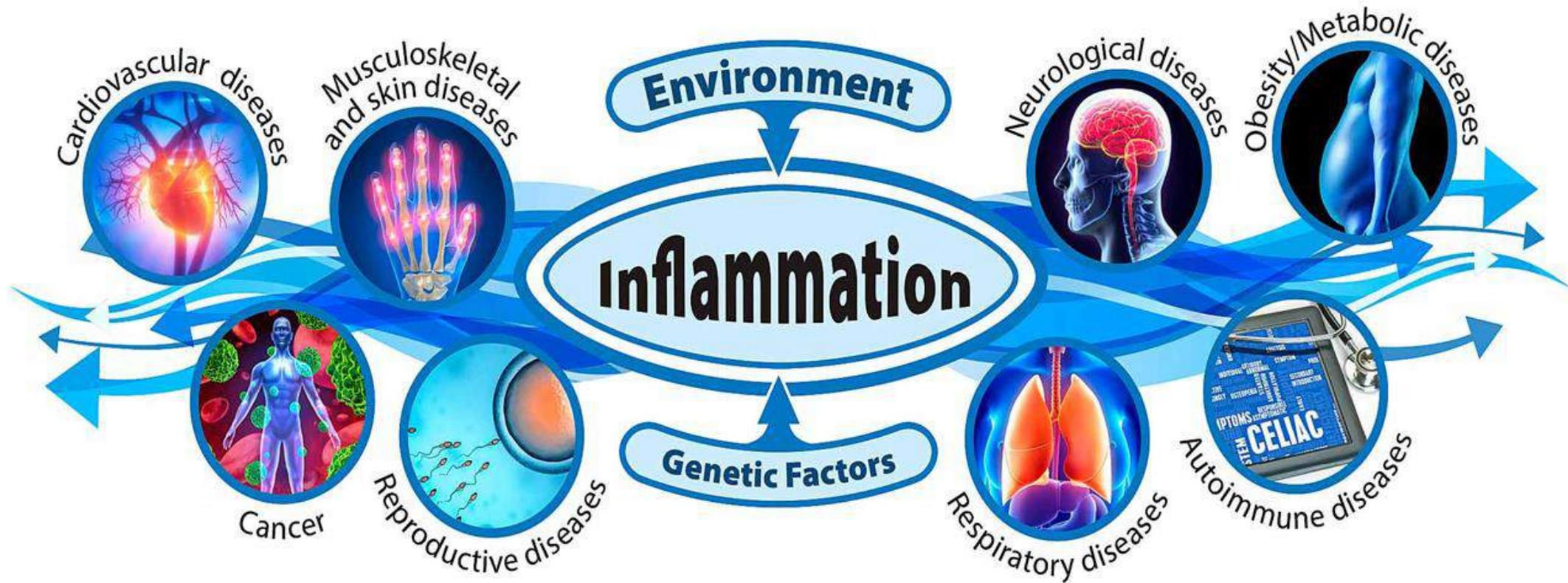
Nella sua riunione plenaria del giugno 2023 a Bruxelles, ha introdotto il ruolo fondamentale di

1. One Health
2. Planetary Health
3. Sostenibilità ambientale

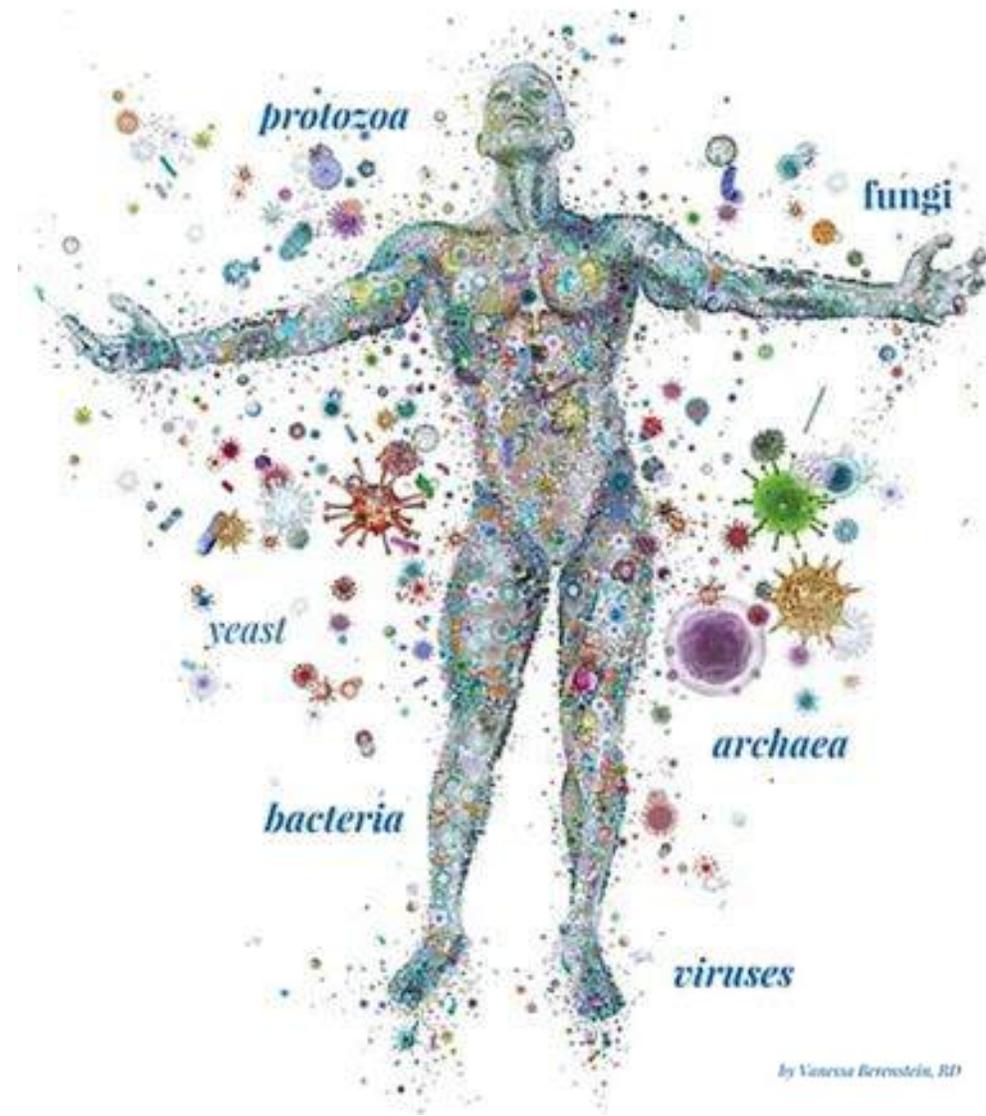
Perché aggiornare ora la definizione di MG?

Perché la crisi climatica e della biodiversità è una crisi sanitaria.

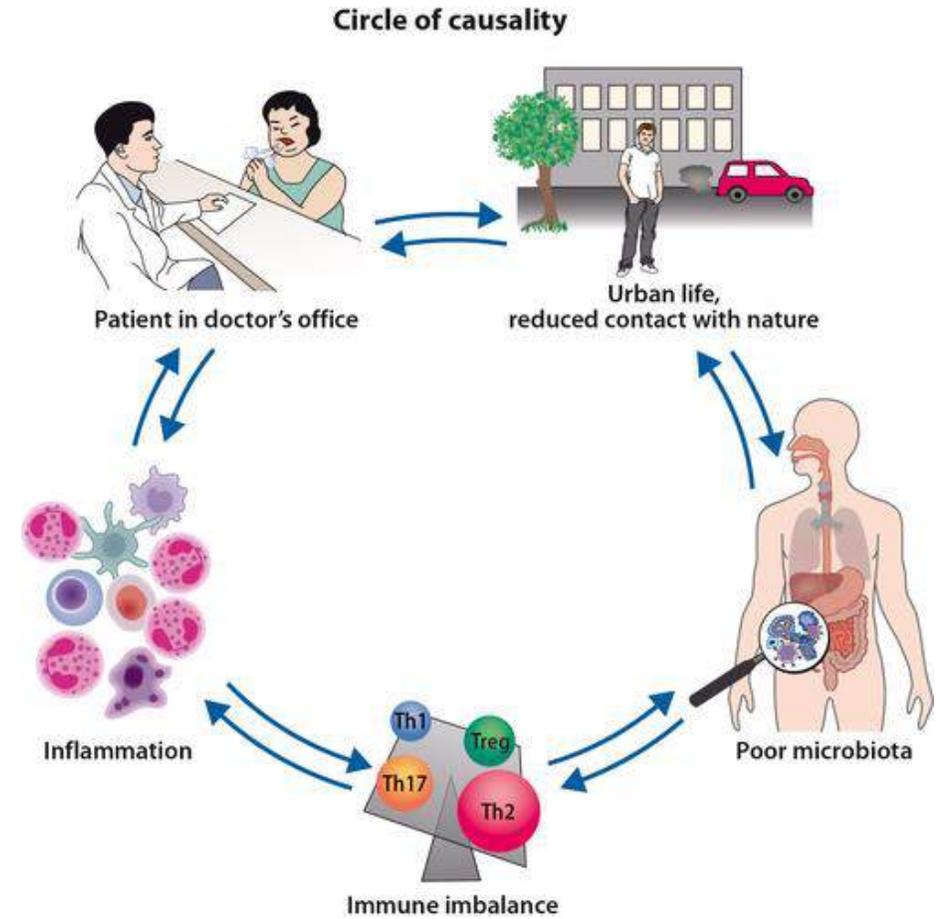
Il degrado ambientale e il cambiamento climatico sono concausa delle malattie croniche e degenerative



La perdita di contatto con la biodiversità agisce a sua volta sul sistema immunitario e su tutti gli organi



Ed è a sua volta concausa di malattie croniche



Ma come aumentare il contatto con la biodiversità?

Indirizzare una moltitudine di cittadini verso le sempre più rare aree naturali con queste caratteristiche non è una soluzione:

- minaccia la biodiversità
- mette a rischio l'integrità degli ecosistemi
- genera un circolo vizioso che diminuisce i benefici per le persone fragili



Inoltre, se spazi verdi semplicistici e altamente modificati diventano la nuova norma, ci saranno pochi incentivi a riportare gli spazi verdi a uno stato di maggiore biodiversità naturale e anche per proteggere dal degrado ciò che abbiamo attualmente

Considerare la Natura come una "pillola", separata dall'umanità e applicata secondo necessità, è miope (*e non inclusivo*)

Interventi basati sulla Natura

sono attività, strategie o programmi che si svolgono in contesti naturali con l'obiettivo di migliorare la salute e il benessere delle persone che completano tali attività



Se opportunamente progettati e realizzati possono influire anche sugli atteggiamenti e sui comportamenti

Ma necessitano di ulteriori ricerche per identificare i driver che ne influenzano l'efficacia, quando prescritti a scopo preventivo o terapeutico

Opportunità «multi-solutive»

Affidare ai pazienti (e alle loro comunità) attività terapeutiche:

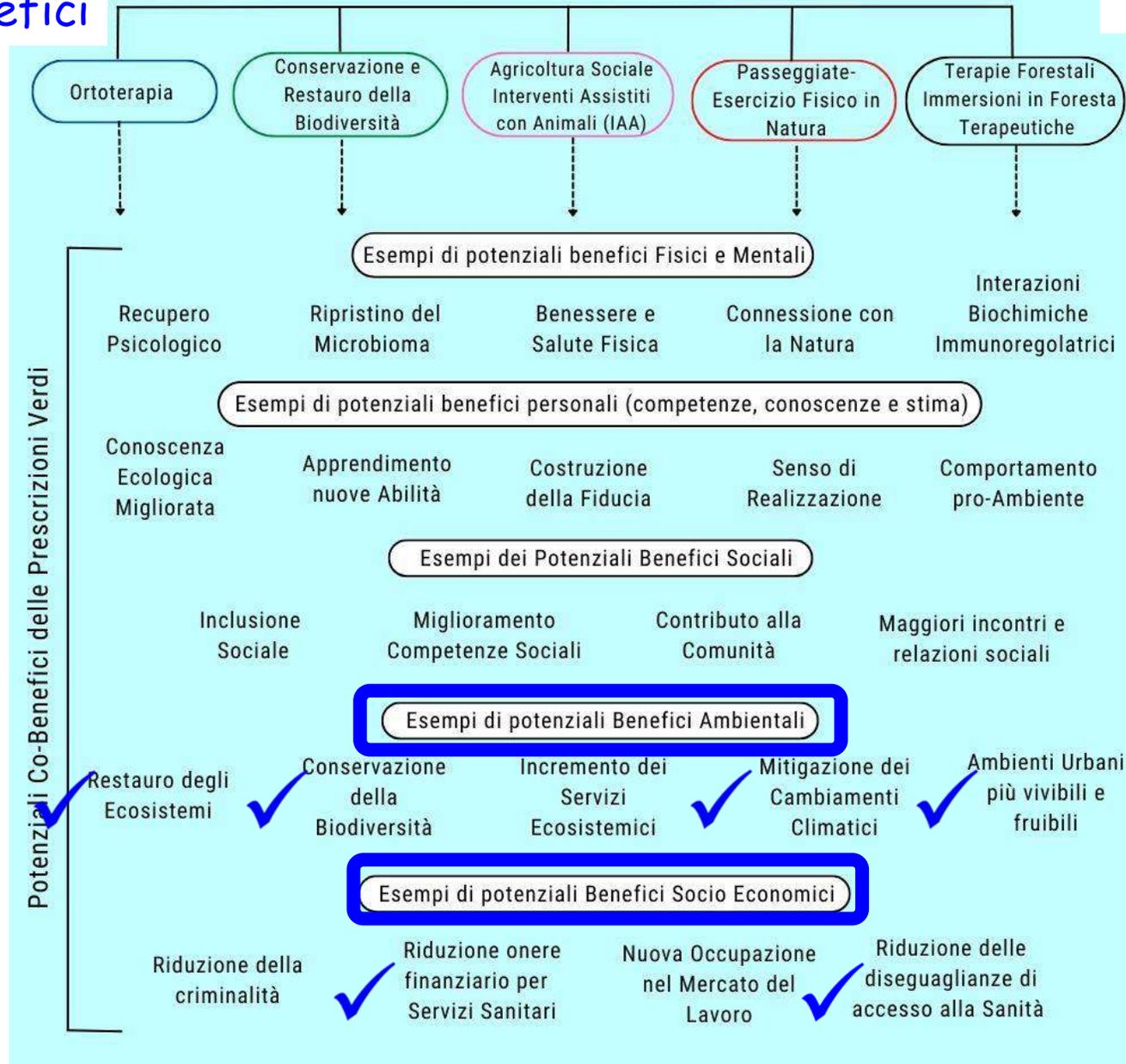
a sostegno del ripristino e
della tutela ambientale



Per identificazione, esplorazione,
e monitoraggio ambientale



Valorizzando *aree trascurate*: litorali, zone umide, foreste e altri ecosistemi planiziali, ...



Progetto "Prescrizioni Verdi in prospettiva One Health/Salute Planetaria"



Ref. Giuseppe Barbiero
Convenzione

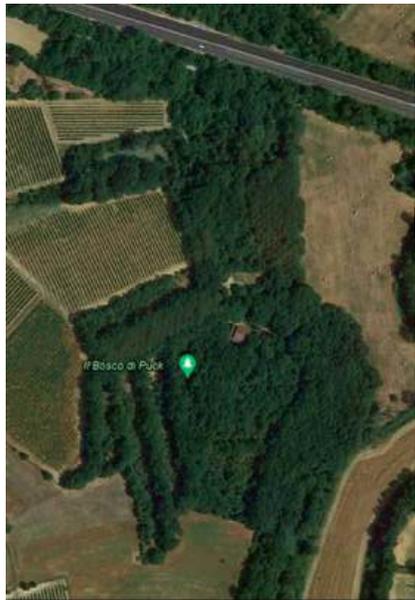
Avviato nel 2012 nel Centro Green Care "Il Bosco di Puck"

Pierangela Fiammetta Piras, MD, membro ISDE Arezzo

Trattati pazienti con patologie croniche e complesse



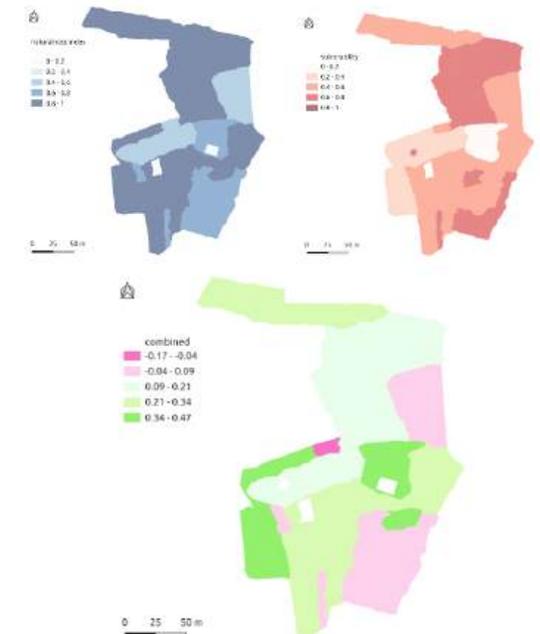
Pres. Roberto Romizi
Accordo quadro



Dati longitudinali attualmente elaborati e analizzati,
includendo le reciproche influenze umane e ambientali.

Alice Stocco, ricercatrice in Ecologia, membro ISDE Venezia

È stato già evidenziato come le diverse strutture interne
dell'ecosistema influenzino in modo specifico i sintomi di
pazienti con malattie croniche e complesse
(Stocco et al., in preparation)





Comunità di Pratica allargata
per il confronto multidisciplinare e laico
e l'implementazione di nuove progettazioni sul territorio nazionale

RICCARDO

SERVIZIO SANITARIO NAZIONALE
REGIONE

CODICE FISCALE: 102

BOZZA REGIONALE CODICE ASS.

NON ESENTE CODICE ESERZIONI REGISTRO FIRMA AUTODENFICANTE

(Si richiede un ciclo di attivita' fisica in Natura come da scheda allegata) 1

PRESCRIZIONE

Rivalutazione fra 2 settimane in paziente sedentario, BMI 30

NUMERO COFEZIONI PRESTAZIONI: 001 TIPO DI RICETTA

DATA: 300324

CARLUCCIO MIRIAM
CRLMRM80T50G751V

TIMBRO E FIRMA DEL MEDICO

👉 1° Visita 30 min

🕒 App. preso/modificato alle ore 11:31

📅 11/04/2024

🎧 App. preso/modificato da C. M.

🏠 Presenta sintomi covid: No

Nota del medico: colloquio per prescrizione verde



Prime prescrizioni in MG su ricettario nazionale
Dott.ssa Miriam Carluccio (ISDE Parma)

Risorse per medici e pazienti

QUALCOSA DI TE

CHI SEI? HAI DEI PROBLEMI? COSA TI PIACE FARE? VORRESTI CAMBIARE QUALCOSA? COSA TI PIACE FARE? COSA CONTA PER TE? COME È ANDATA IN NATURA?

Nelle ultime due settimane	sempre	la maggior parte del tempo	più della metà del tempo	meno della metà del tempo	a volte	mai
mi sono sentita allegria o di buon umore						
mi sono sentita calma e rilassata						
mi sono sentita attiva ed energica						
sentendomi fresca e riposata						
la mia vita di tutti i giorni è stata piena di cose che mi interessano						

WHO Collaborating Centre for Mental Health

Ritieni che la tua salute in generale sia:

- molto buona
- buona
- discreta
- cattiva
- molto cattiva

Considera la tua salute fisica, comprese malattie e conseguenze di incidenti. Negli ultimi 30 giorni, per quanti giorni non ti sei sentito/a bene? N° di giorni: _____

Adesso pensa agli aspetti psicologici, come problemi emotivi, ansia, depressione, stress. Negli ultimi 30 giorni, per quanti giorni non ti sei sentito/a bene? N° di giorni: _____

Ora considera le tue attività abituali. Negli ultimi 30 giorni, per quanti giorni non sei stato/a in grado di svolgerle a causa del cattivo stato di salute fisica o psicologica? N° di giorni: _____

Higiri-4 Healthy Days

	mai	raramente	qualche volta	spesso	sempre
Sento un legame con le piante e gli animali che mi circondano.					
Penso al mondo naturale come a una comunità alla quale appartengo.					
Riconosco e apprezco l'intelligenza di altri organismi viventi vegetali e animali.					
Penso che le mie azioni influenzino il mondo naturale.					

Short connection to nature scale adattata

Non dimenticate che la terra si diletta a sentire i vostri piedi nudi e i venti desiderano intensamente giocare con i vostri capelli.

Khalil Gibran

www.prescrizioniverdi.it

Prescrizioni Verdi

per la salute planetaria

COS'È UNA PRESCRIZIONE VERDE?

È una prescrizione scritta, compilata da una figura professionale sanitaria, che ti aiuta a migliorare la tua salute e a sentirti meglio senza ricorrere ai farmaci.

I vantaggi sono numerosi:

- ti senti più fiducioso/a, felice e rilassato/a
- hai più energie
- abbassi la pressione arteriosa
- migliori i tuoi livelli di colesterolo e glicemia
- migliori il tuo ciclo sonno/veglia
- mantieni un peso ottimale quando associ anche scelte alimentari salutari
- aumenti flessibilità, mobilità e riduci il dolore articolare
- rinforzi le ossa
- riduci il rischio di cadute
- affronti meglio asma e altri problemi respiratori
- riduci il rischio di alcuni tipi di tumore

AREE NATURALI E PERCORSI A SORBOLINO E DINTORNI

Parchi attrezzati "Sorbolo in Salute"

- NATURALITÀ URBANA
- Lungo torrente Enza
- NATURALITÀ RURALE
- Riserva naturale orientata "Parma Morta"
- NATURALITÀ MEDIO ALTA

PUOI TROVARE ALTRE INFORMAZIONI E RISORSE SUL SITO WWW.PRESCRIZIONIVERDI.IT

Contatti: e-mail isdeparma@gmail.com

IRVING L. HENNING

ISDE

MEDICI PER L'AMBIENTE

Tutti i diritti riservati Comunità di Pratica Prescrizioni Verdi in prospettiva One Health / Salute Planetaria

LO SAPEVI CHE

nella Natura non inquinata ci sono miriadi di microbi che rinforzano il tuo sistema immunitario?

QUALCHE CONSIGLIO PER COMINCIARE

CERCA DI FARE ALMENO 10 PASSI AL GIORNO

Riesci a farne almeno la metà sotto gli alberi o sull'erba?

Evita le strade lungo aree molto trafficate. Controlla la qualità dell'aria sui siti dedicati

CERCA DI STARE ALL'APERTO ALMENO 20 MINUTI AL GIORNO

In inverno evita di fare attività fisica nel momento della giornata in cui fa molto freddo e in estate quando fa molto caldo.

CERCA DI SCEGLIERE LUOGHI DOVE C'È PIÙ NATURA

Corsi d'acqua, parchi della città, sentieri nei boschi,

Puoi seguire i circuiti dei parchi di 'Sorbolo in salute'

LA NATURA SI PRENDE CURA DI TE: TU PRENDITI CURA DI LEI

Lascia pulita la Natura dove vai

Rispetta gli animali

Puoi anche creare rifugi per la fauna e rinaturalizzare qualche piccola area

RIEMPI DI NATURA LA TUA VITA

- portala in casa, in ufficio, a scuola
- osservala dalla finestra
- coltivala sul balcone, nell'orto, in giardino
- cercala intorno a casa
- esplorala nei dintorni
- contemplala
- lasciati stupire
- disegnalala o fotografala
- aiutala
- proteggila

- frequentalala con gli amici
- godine in silenzio e solitudine
- passeggia con il tuo cane
- gioca con i tuoi bambini

MA NON DEPRERDARLA!!!

LO SAPEVI CHE

per la tua salute e per quella del Pianeta,

- ### ANCHE LA TUA ALIMENTAZIONE CONTA?
- PUOI
- comprare a km zero
 - scegliere cibi freschi e non lavorati
 - scegliere frutta e verdura di stagione
 - mangiare meno carne
 - acquistare la quantità giusta e riutilizzare gli avanzi
 - evitare le confezioni non riciclabili
 - preferire fornitori che usano metodi biologici e sostenibili

CHIEDI SUGGERIMENTI AL TUO MEDICO

PERCHÈ NON TENERE UN DIARIO ?

registra i tuoi progressi nella salute

scrivi i tuoi pensieri sulla Natura

attacca i tuoi disegni, dipinti, fotografie

annota le tue scoperte

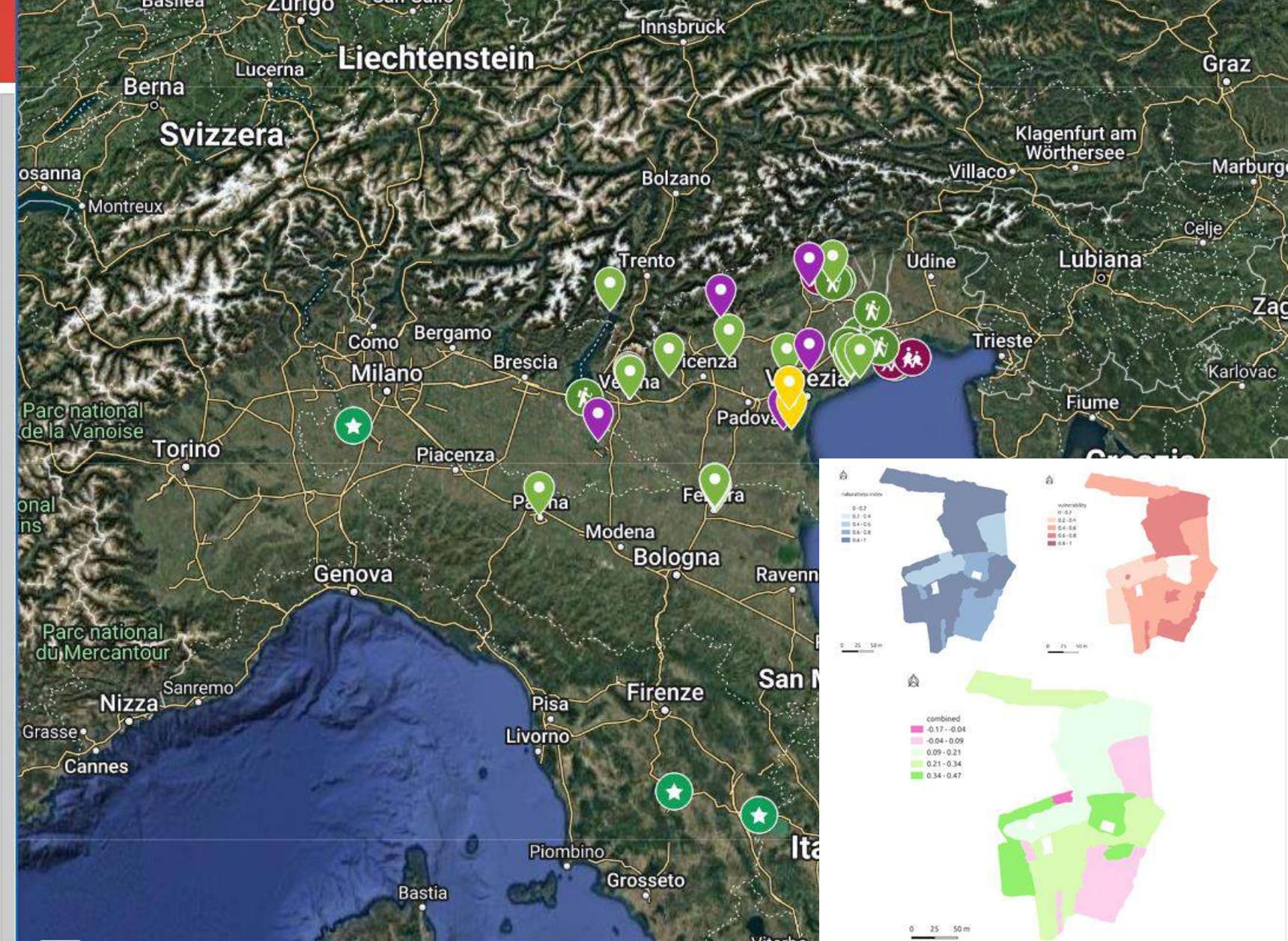
Tutti i diritti riservati Comunità di Pratica Prescrizioni Verdi in prospettiva One Health / Salute Planetaria

Compendenti indicazioni / controindicazioni per aree e attività e raccomandazioni per One Health e Salute Planetaria

Gaia Maps - Tier 1: Na...
Alice STOCO

Arre naturali e semi-naturali visitabili per attività ricreative e terapeutiche in contesto outdoor, individuate nel contesto del progetto 269 visualizzazioni
Pubblicato il giorno 21 settembre
[CONDIVIDI](#)

- Aree forestate e boschive**
 - categoria: aree per attività ricreative
 - categoria: aree per attività ricreative categor...
 - categoria: PV - aree interventi clinici (Prescri...
- Parchi pubblici**
 - Tutti gli elementi
- Aree di interesse naturalistico visitabili s...**
 - Tutti gli elementi
- Aree costiere**
 - Tutti gli elementi



Sviluppo di ulteriori metodologie ad alta tecnologia e competenza, anche per il coinvolgimento inclusivo dei pazienti nel monitoraggio e nella tutela ambientale

Progetti sperimentali per target specifici



- Anziani
- Dolore cronico
- Oncologia
- Depressione
- Ipovedenti
- Cure palliative
-
-

Ricerca scientifica

Protocolli

Linee Guida (comprese indicazioni e controindicazioni precise)

Testi didattici

Programmi di formazione teorico pratica

Varie sezioni provinciali ISDE

webinar

**Eventi
territoriali**

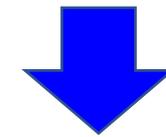
Diffusione dei concetti di OH, PH, e di giustizia sociale/inclusione soggetti malati e fragili attraverso le PV per l'attivazione dei territori

**Partecipazione ad eventi
scientifici e divulgativi**

VIDEO CLIP

Le Prescrizioni Verdi così impostate

- Trattano senza farmaci le MC (diminuzione sintomi, regressione)
- Prevengono e/o ritardano complicanze, co-morbilità, disabilità, ...
- Cambiano la percezione della Natura e ne aumentano la frequentazione salutare, sempre più rispettosa
- Azione efficace sui comportamenti pro-ambiente
- Azione diretta e indiretta sulle cause ambientali delle MC
- Azione efficace sugli stili di vita (resi anche accessibili e inclusivi)



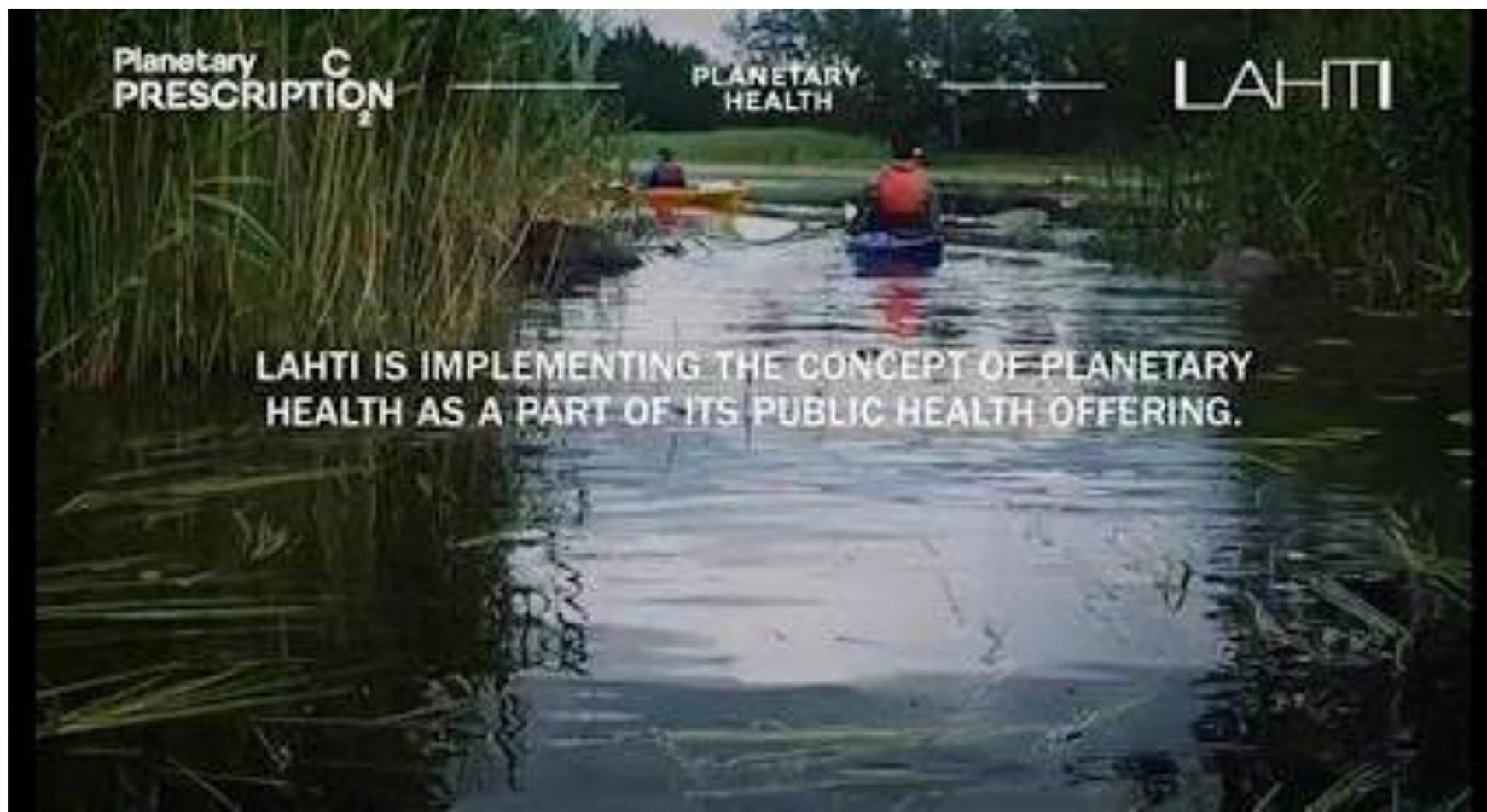
Diminuzione carico dell'AS e del suo
impatto ambientale

Prevenzione efficace

Nostra ispirazione e obiettivo

PRESCRIZIONI PER LA SALUTE PLANETARIA

preventive, sostenibili, inclusive e giuste





<https://www.prescrizioniverdi.it/>

Per informazioni:
prescrizioniverdi@gmail.com

Grazie per
l'attenzione

Pierangela Fiammetta Piras e Alice Stocco