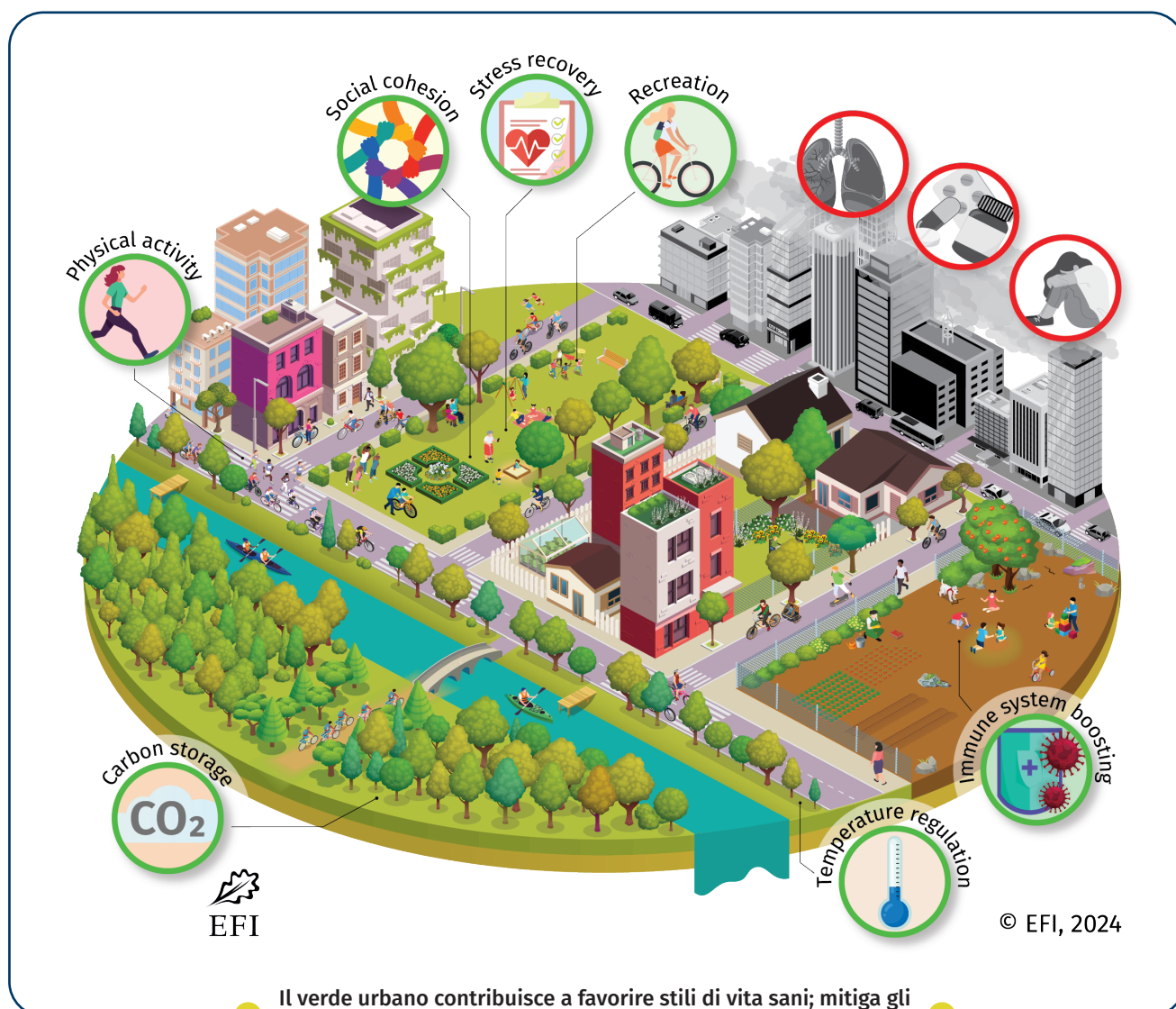




# Combattere problemi di salute con le foreste urbane

L'urbanizzazione sta rapidamente trasformando le nostre società, ponendo sfide legate al cambiamento climatico, alla perdita di biodiversità e al degrado ambientale, tutte principali minacce alla salute umana. Gli stili di vita urbani, caratterizzati da stress cronico, isolamento sociale e mancanza di attività fisica, hanno causato, a livello globale, un cambiamento delle patologie, con attuale dominanza di malattie non trasmissibili (MNT), come l'obesità, le malattie cardiache, il diabete e la depressione.

Queste sfide interconnesse possono essere in parte affrontate con soluzioni naturali, come le foreste urbane, che hanno il potenziale per migliorare sia l'ambiente urbano che la salute umana. Le foreste urbane possono essere definite in generale come qualsiasi albero e il suo relativo ecosistema all'interno e intorno alle città.



Il verde urbano contribuisce a favorire stili di vita sani; mitiga gli effetti nocivi del cambiamento climatico e stimola uno sviluppo sano del sistema immunitario.

## Le foreste urbane promuovono la salute e il benessere pubblico

Un vasto numero di studi di ricerca dimostra che vivere in quartieri urbani verdi incentiva l'attività fisica e le interazioni sociali tra le persone, con profondi benefici per la salute pubblica. La promozione di comportamenti sani riduce significativamente il numero di malattie non trasmissibili e consente alle persone di vivere una vita più lunga e più sana. Inoltre, studi sperimentali dimostrano l'impatto della natura sulla riduzione dello stress e sulla prevenzione della depressione e di altri disturbi mentali. È importante sottolineare che le foreste urbane possono attenuare le disuguaglianze sanitarie legate al contesto socioeconomico, contribuendo a una vita più lunga per tutti se il verde è pianificato e gestito correttamente.

## Le foreste urbane contribuiscono alle esigenze ricreative e affrontano il cambiamento climatico

Rispondono alle richieste ricreative dei cittadini mitigando allo stesso tempo parte del debito di carbonio delle grandi città. Un importante impatto sull'adattamento climatico è il raffreddamento delle temperature urbane, che previene direttamente le malattie legate al caldo nelle città e salva decine di migliaia di vite ogni anno.

## Gli ambienti ricchi di biodiversità potenziano il sistema immunitario

Le foreste urbane contribuiscono alla biodiversità fornendo habitat a diverse specie animali e vegetali. Aumentando le foreste urbane e mantenendo la copertura arborea, le città possono proteggere la biodiversità e sostenere i servizi ecosistemici essenziali per il benessere umano. Infatti il contatto con ambienti ricchi di biodiversità migliora il sistema immunitario dei bambini, riducendo potenzialmente la prevalenza di una serie di malattie "moderne", come le allergie e l'asma.

## Cosa possono fare i decisori politici?

- 1. Integrare gli alberi nella pianificazione urbana:** incorporare programmi di piantagione e gestione di alberi nei piani di sviluppo urbani e nei regolamenti di zona delle città per garantire la conservazione e l'espansione della copertura arborea, con benefici presenti e futuri per la biodiversità e i cittadini.
- 2. Condurre valutazioni sanitarie:** per quantificare i benefici e i risparmi sanitari derivanti dalle infrastrutture verdi e da progetti di ripristino di foreste urbane per giustificare investimenti in iniziative di protezione e piantagione di alberi, in particolare nelle aree meno privilegiate.
- 3. Educare e coinvolgere le comunità:** sensibilizzare sui benefici a lungo termine del verde urbano per la salute, attraverso campagne educative e iniziative che promuovano la partecipazione della comunità.
- 4. Collaborazioni multisettoriali:** promuovere partenariati tra diverse agenzie governative, organizzazioni no-profit, gruppi comunitari e privati, per coordinare gli sforzi e sfruttare le risorse per progetti di piantagione e gestione di alberi urbani, come parte integrante di azioni e impegno di sanità pubblica.

Van den Bosch, M.<sup>1,2</sup> Combattere problemi di salute con le foreste urbane. Policy Brief 9. European Forest Institute. <https://doi.org/10.36333/pb9it>

<sup>1</sup>European Forest Institute;

<sup>2</sup>Barcelona Institute for Global Health.

Avvertenza: le opinioni espresse in questa pubblicazione sono quelle degli autori e non rappresentano necessariamente quelle dell'Istituto Forestale Europeo o dei finanziatori.

ISBN 978-952-7426-89-0 (formato cartaceo)

ISBN 978-952-7426-88-3 (pdf)

ISSN 2814-8142 (formato cartaceo)

ISSN 2814-8150 (pdf)

