AbruzzoWeb
Tutte le notizie d'Abruzzo a portata di click

L'AQUILA, "PIU' AREE VERDI PER MIGLIORARE LA QUALITA' DELLA VITA"

8 Marzo 2021



L'AQUILA – Una petizione per il mantenimento e l'arricchimento di aree verdi, partendo dalla storica piazza Regina Margherita che sarà oggetto di un intervento di riqualificazione.

A lanciarla l'Associazione Archeoclub L'Aquila e a tal proposito la presidente Maria Rita Acone, in una nota, illustra le ragioni di tipo storico ed estetico riportate nelle motivazioni che sostengono le richieste di Archeoclub.

Di seguito il comunicato completo.

In questa sede, traendo spunto da questa particolare vicenda, vorrei richiamare l'attenzione sullo specifico rapporto – ormai acclarato da numerosi studi – tra la possibilità di vivere in aree ricche di vegetazione e il mantenimento dello stato di salute. Lo stato di salute va inteso, secondo la definizione dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, non come semplice assenza di malattia, ma come stato di benessere fisico e mentale fondamentale per poter esprimere al meglio le proprie potenzialità.

La salute di una persona e di una popolazione, e la loro qualità di vita, dipendono da una molteplicità di fattori: in parte insiti nell'individuo (genetici ed epigenetici), in parte legati agli ambienti di vita e quindi a fattori sociali e ambientali su cui è possibile agire. I determinanti sociali della salute sono i più vari e vanno dal livello d'istruzione alle disuguaglianze, dalla presenza di inquinanti ai cosiddetti stili di vita, dalle relazioni sociali alla solitudine – e altri ancora -. Tra questi determinanti assume rilevanza anche l'ambiente urbano che può essere fonte di stress, di inquinanti aerei, di rumore, e che dovrebbe invece raggiungere una qualità tale da consentire ai cittadini una salutare vita nell'ambiente esterno – con possibilità di spostarsi facilmente a piedi, di raggiungere aree verdi già nel proprio quartiere, di relazionarsi facilmente con gli altri, di praticare quell'attività fisica necessaria al mantenimento di uno stato di salute che sia il migliore possibile -.

Ma come il "Verde" di una città può aiutare a raggiungere tali obiettivi?

Alcuni benefici sono legati semplicemente alla capacità delle piante di assorbire l'anidride carbonica e di produrre ossigeno con miglioramento della qualità dell'aria; ma le piante sono anche in grado di ridurre la concentrazione delle famigerate polveri sottili – così dannose per la salute – e di rinfrescare l'ambiente circostante attenuando gli effetti del calore eccessivo, particolarmente gravoso nelle città per la massiccia presenza di costruzioni e fortemente dannoso per la salute (si sono osservati legami precisi tra le ondate di calore e le percentuali di decessi).

Vorrei tuttavia soffermarmi su due aspetti, forse meno evidenti ma fondamentali per perseguire come obiettivo nel

progettare gli spazi pubblici e l'organizzazione di una città la presenza di aree verdi diversificate e diffuse e percorsi nel verde.

Il primo riguarda il rapporto tra presenza di ambienti ricchi di vegetazione e attività fisica. Il legame tra attività fisica – intesa nell'accezione più ampia del termine – e salute, è noto ed è tale che la sedentarietà rappresenta ormai un rischio di mortalità prematura analogo o anche più elevato a seconda degli studi, di quello legato al fumo. Ma di tale rischio, o almeno della sua grande rilevanza, si ha una minore percezione e consapevolezza tra le persone. Necessario quindi promuovere strategie per combattere la scarsità di movimento dei cittadini informandoli del suo ruolo essenziale per la salute, educandoli sin dai primi anni di vita, ma anche rendendo più semplice, attrattivo e sicuro camminare, correre o pedalare negli spazi della città resi salutari dalla presenza di vegetazione soprattutto per coloro che per condizioni fisiche e/o sociali non sono in grado di allontanarsi dai luoghi di domicilio per godere del benessere fisico e psichico che un luogo verde e naturale può dare.

Un altro rilevante aspetto che lega la frequentazione di aree verdi alla salute, è la possibilità che si ha in tali ambienti di incrementare e coltivare relazioni sociali che, come oggi tutti sappiamo per l'esperienza ancora in atto legata alla pandemia, sono di fondamentale importanza per lo stato di salute e il benessere psichico – dato che l'Uomo è un animale sociale -. La solitudine o anche solo la percezione di essere soli – in base a numerosi studi – è oggi considerato un altro dei fondamentali determinanti della salute per cui, per tendere al miglioramento del benessere di una comunità, è importante anche facilitare le relazioni al suo interno.

Orti in città, adozioni di aiuole, pulizia e mantenimento del verde visto come bene comune, facilitano le relazioni tra le persone, la loro partecipazione alla vita della città, la coesione sociale e vanno quindi incrementate e sostenute perché – semplicemente – creano benessere.

Il Verde migliora il benessere psichico: questa affermazione appare ovvia in quanto facilmente sperimentata da ognuno di noi nel vivere momenti a contatto con la Natura; era ovvia anche più di cento anni fa quando si raccomandava di costruire i "manicomi" immersi in aree verdi e ricche di orti da coltivare. Il nostro ex ospedale psichiatrico ne è un tipico esempio e ancora oggi mette a disposizione della città un'ampia area verde – al momento, purtroppo, in abbandono ma certamente da recuperare e utilizzare per migliorare la salute delle persone come nella sua iniziale vocazione -. Con questi pur brevi cenni sul rapporto tra Verde e Salute, spero di aver fornito ulteriori argomenti per riflettere sul come le scelte che interessano gli spazi pubblici di una città possano essere fondamentali per facilitare una vita sana e di qualità dei suoi abitanti, e che anche la perdita di un solo albero dovrebbe essere considerata una sconfitta per tutti.

© 2026 Abruzzo Web Enfasi srl - Quotidiano digitale registrato presso il Tribunale dell'Aquila con decreto n°501 del 2 settembre 2003
Iscrizione al ROC n. 26362 - P.IVA 01812420667
Direttore responsabile Berardo Santilli