

1. Titolo del progetto di ricerca

Green care e salute mentale: valutazione sperimentale, analisi territoriale e sviluppo di linee guida per l'equità in Italia

2. Stato dell'Arte

Le terapie basate sulla natura (Nature-Based Therapies, NBT) e gli interventi basati sulla natura (Nature-Based Interventions, NBI) rappresentano approcci emergenti e interdisciplinari per la promozione della salute mentale e del benessere. Tali pratiche comprendono attività strutturate e guidate in contesti verdi e blu (es. orticoltura terapeutica, forest therapy, programmi in spazi naturali urbani), con l'obiettivo di ridurre lo stress, favorire l'inclusione sociale e migliorare la qualità della vita.

Numerose evidenze scientifiche (Kamioka et al., 2014; Nicholas et al., 2019; Murroni et al., 2021; Zhao et al., 2022) hanno documentato i benefici delle NBT in termini di riduzione dello stress e incremento del benessere psicologico. Tuttavia, la ricerca presenta ancora limiti metodologici: molti studi si basano su campioni ridotti, approcci qualitativi o protocolli eterogenei, con conseguente difficoltà nel generalizzare i risultati. Studi più recenti (Mattson, 2011; Detweiler et al., 2015; Mussen et al., 2018) sottolineano la necessità di integrare misurazioni quantitative e parametri biomedici (ad es. cortisolo salivare, biofeedback) per validare i meccanismi causali che collegano l'esposizione alla natura agli esiti di salute.

Il progetto europeo GreenME – Advancing Greencare in Europe: an integrated multi-scalar approach for the expansion of nature-based therapies to improve Mental health Equity (Horizon Europe, GA No. 101084198), a cui partecipa l'Università di Bologna insieme a 19 partner di 7 paesi, nasce per colmare queste lacune. GreenME propone protocolli condivisi e comparabili a livello europeo, unendo la valutazione sperimentale degli interventi (WP3), l'analisi delle disuguaglianze territoriali e sociali (WP4) e la traduzione delle evidenze in strumenti operativi e raccomandazioni politiche (WP5).

Nel contesto italiano, la ricerca applicata sulle NBT rappresenta un'opportunità per consolidare le evidenze scientifiche attraverso l'integrazione di misure oggettive (indicatori fisiologici e psicologici) e, al contempo, per fornire un supporto conoscitivo alle politiche urbane e sanitarie, favorendo interventi mirati alla riduzione delle disuguaglianze e al miglioramento dell'accesso agli spazi verdi e blu da parte delle fasce di popolazione più vulnerabili.

3. Descrizione della ricerca

Il progetto di ricerca intende approfondire e applicare, nel contesto italiano, i protocolli sviluppati all'interno del progetto europeo GreenME – Advancing Greencare in Europe (Horizon Europe, GA No. 101084198). L'attività si focalizza su tre ambiti complementari: la valutazione sperimentale degli interventi di terapie basate sulla natura (WP3), l'analisi delle disuguaglianze territoriali e sociali nell'accesso agli spazi verdi e blu (WP4), e la traduzione delle evidenze scientifiche in strumenti operativi e raccomandazioni politiche per il contesto italiano (WP5).

Obiettivi specifici

Gli obiettivi della ricerca sono molteplici e integrati. In primo luogo, si intende valutare l'efficacia

e la trasferibilità in Italia del protocollo multicentrico europeo sulle NBT, con particolare attenzione agli interventi di orticoltura terapeutica. Un secondo obiettivo è quello di identificare barriere e opportunità per l'integrazione delle NBT nel sistema sanitario e sociale italiano, con riferimento sia alla dimensione organizzativa che a quella normativa e politica. Parallelamente, la ricerca si propone di analizzare le disuguaglianze territoriali e socioeconomiche nell'accesso agli spazi verdi e blu, utilizzando indicatori quantitativi e qualitativi, per evidenziare situazioni di vulnerabilità e disuguaglianza. Infine, l'obiettivo strategico è quello di coinvolgere attivamente gli stakeholder locali (cooperative sociali, enti sanitari, amministrazioni pubbliche) nella definizione di raccomandazioni e linee guida operative, affinché le evidenze scientifiche raccolte possano tradursi in pratiche e politiche sostenibili e realmente applicabili.

Attività principali

Per raggiungere tali obiettivi, il progetto prevede un insieme articolato di attività.

Nel quadro del WP3, sarà applicato il protocollo sperimentale europeo a interventi italiani di orticoltura terapeutica, in particolare presso Salus Space e Battirame, gestiti dalla Cooperativa Eta Beta, con la raccolta integrata di dati fisiologici, psicologici e qualitativi. Questo consentirà di misurare in modo multidimensionale gli effetti delle NBT su stress, benessere e qualità della vita, fornendo evidenze solide e confrontabili con quelle raccolte negli altri paesi partner.

Nel WP4, la ricerca prevede un'analisi territoriale delle disuguaglianze nell'accesso agli spazi verdi e blu. Attraverso attività di auditing e l'uso di sistemi informativi geografici (GIS), saranno mappati indicatori ambientali e socioeconomici, così da identificare aree a maggiore criticità e potenziale. Questa analisi consentirà di integrare la dimensione sperimentale con un quadro spaziale e sociale più ampio, capace di evidenziare disparità e opportunità in termini di salute e inclusione.

Infine, il WP5 sarà dedicato al coinvolgimento diretto degli stakeholder locali. Verranno organizzati workshop, tavoli di lavoro e focus group con cooperative sociali, enti locali, servizi sanitari e comunità di riferimento. Questi momenti avranno la duplice funzione di validare i risultati della ricerca e di co-produrre strumenti concreti, linee guida, raccomandazioni e buone pratiche per l'integrazione delle NBT nelle politiche urbane e sanitarie italiane.

Metodologia

L'approccio metodologico sarà di tipo integrato e interdisciplinare. Da un lato, saranno utilizzati strumenti quantitativi, tra cui misurazioni fisiologiche (cortisolo salivare, strumento biofeedback), dati psicometrici standardizzati e analisi GIS, così da garantire la robustezza scientifica dei risultati. Dall'altro, saranno applicati metodi qualitativi e partecipativi, come diari esperienziali, interviste, focus group e workshop, per garantire la rilevanza sociale e la trasferibilità delle evidenze.

La ricerca si avvarrà inoltre di un costante confronto internazionale con i partner di GreenME, che permetterà di allineare protocolli e procedure, di confrontare i dati raccolti in Italia con quelli degli altri paesi e di inserire i risultati nazionali in un quadro comparativo europeo. Questo aspetto garantirà non solo la comparabilità dei dati, ma anche la possibilità di trasferire le buone pratiche emerse in Italia in altri contesti europei.

Attraverso la combinazione di valutazione sperimentale, analisi territoriale e coinvolgimento degli stakeholder, la ricerca mira a rafforzare l'evidenza scientifica sulle terapie basate sulla natura e a fornire raccomandazioni operative per la loro integrazione nelle politiche sanitarie,

sociali e ambientali italiane, con un'attenzione prioritaria alla riduzione delle disuguaglianze e alla promozione dell'equità.

4. Risultati attesi

Il progetto produrrà risultati con valore sia scientifico sia applicativo, in linea con gli obiettivi di GreenME e con le esigenze del contesto italiano.

Dal punto di vista scientifico, verranno fornite evidenze solide e multidimensionali sull'efficacia delle terapie basate sulla natura in Italia, colmando le attuali lacune metodologiche grazie all'integrazione di misure fisiologiche, psicologiche e territoriali. Saranno inoltre sviluppati strumenti metodologici replicabili (protocolli sperimentali, questionari standardizzati, strumenti GIS e procedure di auditing) utili anche in altri contesti europei.

Sul piano applicativo, la ricerca permetterà di individuare barriere e opportunità per l'implementazione delle NBT nel sistema sanitario e sociale italiano, con particolare attenzione alla sostenibilità e all'equità di accesso. La produzione di linee guida e raccomandazioni, co-create con gli stakeholder locali, supporterà la diffusione e l'integrazione delle NBT nelle politiche urbane e sanitarie. Il progetto contribuirà inoltre a rafforzare la rete di attori locali, favorendo collaborazioni che potranno proseguire oltre la durata del progetto. Il progetto si propone quindi di contribuire in modo tangibile al rafforzamento delle politiche italiane di prevenzione e promozione della salute mentale, integrando le NBT come strumenti di equità e inclusione sociale.

5. Articolazione del progetto e tempi di realizzazione

Il progetto avrà inizio nel mese di dicembre 2025 e si colloca nella seconda metà di GreenME, focalizzandosi sul completamento e sul consolidamento delle attività già avviate. Nei prossimi mesi saranno completate le raccolte dati sperimentali e qualitativi negli interventi italiani di orticoltura terapeutica, mentre l'analisi territoriale continuerà con l'elaborazione dei dati GIS e di auditing per evidenziare le disuguaglianze nell'accesso agli spazi verdi e blu.

Parallelamente, sarà portato avanti il confronto con gli stakeholder locali attraverso workshop e focus group, così da trasformare le evidenze raccolte in raccomandazioni operative e linee guida per l'Italia. La fase finale sarà dedicata alla disseminazione e valorizzazione dei risultati, con la produzione di materiali scientifici e divulgativi e la partecipazione a eventi nazionali ed europei. Questo percorso permetterà di rafforzare l'impatto delle attività di GreenME in Italia, accelerando la traduzione delle evidenze in pratiche concrete e in politiche pubbliche a sostegno della salute mentale e dell'equità sociale.