

La terra E' rinnovabile

Dialogo tra ecotecnologie, filosofie e religioni.



Un weekend dedicato alle innovazioni, alle esperienze e alle idee che stanno già costruendo un futuro più sostenibile.

19 | 20 SETTEMBRE

Monastero di Cellole (SI) Località Cellole, 01
53037 San Gimignano (SI)



Professionisti e di Esperti per la Salvaguardia e la Cultura dell'Ambiente e della Salute

Medicina integrata, Forest Therapy e salute One Health

dr.ssa Sonia Baccetti

**Monastero di Cellole
San Gimignano -Siena**

Anche il concetto di salute va incontro a un grande cambiamento a partire dal secolo scorso

- **si afferma il diritto a un Servizio Sanitario Nazionale (L. del 23.12.1978 n. 833) che sia idoneo, universale, uguale, equo e sostenibile tramite la fiscalità pubblica**
- **il nuovo concetto di salute sposta l'attenzione dalla semplice fornitura di prestazioni mediche al benessere globale della persona**



1948

WHO-OMS
nasce a Ginevra come
organo delle Nazioni
Unite per stabilire
competenze e
responsabilità di *sanità*
pubblica

1948

Obiettivo:
salute inteso come
totale benessere
fisico, mentale e
sociale e non solo
assenza di malattie
o infermità

Definizione salute



WHO-OMS
Salute e
Benessere

dichiarazione Alma-Ata..

1978

...dal modello biomedico (cura singole
malattie) al *modello bio-psico-sociale*

....la *salute* è un fondamentale *diritto umano*,
...deve essere garantita l' *uguaglianza fra i*
popoli nella prevenzione, terapia, continuità
delle cure, contributo dei pazienti alla
gestione malattie, come strategia per ottenere
un miglior livello di salute possibile

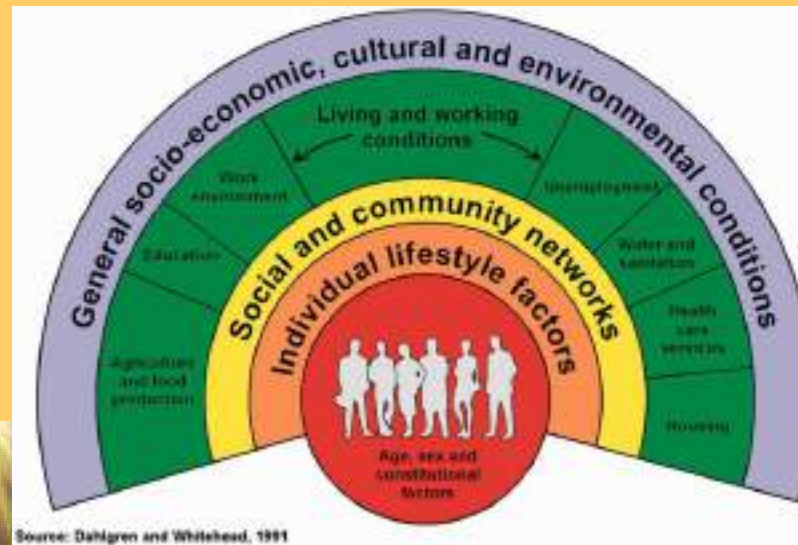
BEN-ESSERE:
Legato ai
Determinanti
di salute

Modello 1 USA:

**la responsabilità
della salute è
individuale;
la salute è
dovuta a:**

**-50%
comportamenti
e stili di vita
-20% fattori
ambientali
-20% fattori
genetici
-10% assistenza
sanitaria e
accesso alle cure**

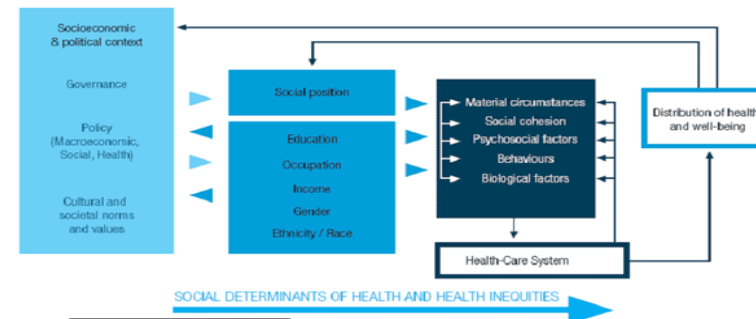
Modello 2 Scuole di Sanità Pubblica Nord Europa



Determinanti di salute sono:
a) Non modificabili
età, sesso, genetica
b) Modificabili
stili di vita
ambiente vita-lavoro
ambiente di cura
reti sociali,
comunitarie,
contesto politico,

Modello 3 Commissione OMS

Slide 3. Determinanti sociali della salute e delle
disuguaglianze nella salute



Source

**WHO-OMS
2008**

**Analizza i determinanti
disalute (fattori che
influenzano la salute di
individui e comunità)
ma anche i
determinanti delle
disuguaglianze della
salute**

2004: One Health, modello di salute olistico basato sull'integrazione delle discipline e sul riconoscimento che la salute umana, quella animale e la salute dell'ecosistema sono legate indissolubilmente. Unire ciò che la medicina tradizionalmente ha tenuto separato è la sfida dell'approccio One Health

Anziani più sensibili al caldo, aumento patologie cardiache e infettive



Antibiotici e altri antimicrobici

Intensivo allevamento

Disease vectors

Population movements

Climate change

Water pollution

Air pollution

Deforestation

Biodiversity loss

Commissione europea
Global Health,
Salute Planetaria

Antibiotico resistenza causa migliaia di morti ..
Serbatoi = allevamenti intensivi, suini , polli, bovini
Cambiamento climatico

La medicina ufficiale, medicina allopatrica o medicina convenzionale si basa fundamentalmente sui farmaci e si contrappone alla medicina alternativa, medicina dolce, che ha un approccio olistico alla salute: Agopuntura, fitoterapia, omeopatia, omotossicologia, medicina ayurvedica.... non sono riconosciute dal SSN

- **aa 80-90 medicina complementare, tecniche complementari, terapie complementari.. Usate insieme ai trattamenti standard per migliorarne l'efficacia o ridurre gli effetti collaterali**
- **1992 l'NHI istituisce l'Office of alternative medicine presso l'NIH diventato poi National center for complementary and alternative medicine (NCCAM): si parla di CAM Complementary and alternative medicine**

Cronologia degli stanziamenti (in milioni di USD), metà per ricerca

2024 - 2025: \$170,3

2023: \$170,3

2022: \$159,3.....

- **Anni 2000 l'OMS ufficializza il termine complementare (a supporto della terapia). La Toscana nel 1995 istituisce nel SSR il Centro di medicina tradizionale cinese Fior di Prugna e, poco dopo, quello di Fitoterapia e omeopatia**
- **In Europa si utilizza il termine medicine non convenzionali**
- **Successivamente si introduce la definizione di Medicina integrata (GB) o integrativa (USA): le diverse tecniche terapeutiche possono essere usate in modo coordinato, basato sulle prove di sicurezza e efficacia**
- **Nel 2015 cambia la denominazione ufficiale del centro di ricerca statunitense: da NCCAM (National center for complementary and alternative medicine) passa a NCCIH (National center for complementary and integrative Health) per rispecchiare l'inclusione della medicina integrativa –integrata nei protocolli clinici tradizionali**

Medicina integrativa o integrata: definizione OMS

2026



...approccio alla salute e al benessere basato sulla interdisciplinarietà e sulla evidenza scientifica, che utilizza una combinazione di conoscenze, competenze e pratiche biomediche e di medicina tradizionale e/o complementare

Medicina complementare

.....pratiche sanitarie aggiuntive alla medicina convenzionale di un paese... basata sull'evidenza ... per supportare la medicina convenzionale e rispondere in modo più completo alle esigenze di salute e benessere delle persone

**OMS 2025: nuova strategia 2025-2034 per la Medicina Tradizionale, Complementare e Integrativa: rafforzare le prove di efficacia, promuovere sicurezza e efficacia attraverso meccanismi di regolamentazione;
integrare le TCIM sicure ed efficaci all'interno dei Sistemi Sanitari Nazionali;
ottimizzare la multidisciplinarietà e l'intersectorialità di queste medicine e pratiche, e rafforzare la consapevolezza delle comunità coinvolte**

Quali sono gli ambiti delle medicine integrate piu' studiate?

Complementary, Alternative, or Integrative Health: What's In a Name? Avril 2021
<https://www.nccih.nih.gov/>

"complementare", "alternativo" e "integrativo", cosa significano realmente?
Si riporta una scheda informativa e breve definizione ruolo del National Center for Complementary and Integrative Health (NCCIH)

I termini "complementare", "alternativo" e "integrativo" sono in continua evoluzione,

Ambiti di utilizzo di queste tecniche

Nutrizionali: diete speciali, integratori alimentari, erbe e probiotici

Psicologico: consapevolezza, stress, insonnia..

Fisico: massaggio, manipolazione spinale

Combinazioni fra tecniche (psicologica e fisica)yoga, tai qi, agopuntura, danza o arteterapia, mindfulness, qigong, ipnoterapia, metodo Feldenkrais, tecnica Alexander, Pilates, integrazione strutturale Rolfing e integrazione psicofisica Trager...)

la medicina integrata diffusa in **oncologia**:

Attività della Regione Toscana e di altre



Acupuncture Programs in Major Medical Centers

Memorial Sloan-Kettering Cancer Center	Oscher Center UC San Francisco
MD Anderson Cancer Center	Univ of California Los Angeles
Dana Farber Cancer Institute	Stanford Cancer Center
Columbia University	Moffitt Cancer Center & Research Institute
Yale Cancer Center	Jefferson University Hospital
Abramson Cancer Center	UPMC Center for Integrative Medicine
Duke Cancer Institute	Abbott Northwestern Hospital
University of Wisconsin	Northwestern Integrative Medicine
Chao Family Cancer Center UC Irvine	St. Francis Hartford
University of Iowa Holden Comprehensive Cancer Center	Huntsman Cancer Institute
Masonic Cancer Center	VSU Massey Cancer Center
The University of Arizona	Rush University Medical Center
Mayo Clinic	University of Colorado
Griffin Hospital	University of Michigan Comp Cancer Care
	University of New Mexico Cancer Center

-PSR 1996–1998 la Toscana, prima in Italia ha inserito le medicine complementari nella propria programmazione, continuando la scelta negli anni successivi

-Il PSSIR 2024-2026 individua tre assi prioritari di sviluppo: oncologia, salute delle donne e cronicità/ pazienti fragili ...

-L'oncologia è il settore con maggior sviluppo dell'integrazione fra saperi

-2021: approvato (in fase di aggiornamento) il PDTA regionale 'Medicina integrata nei malati oncologici' per coordinare gli oltre 20 ambulatori presenti in tutte le AUSL toscane, mettendo al centro il paziente nella sua globalità,Il nuovo PSSIR punta ad ampliare la rete degli ambulatori pubblici di medicina integrata, sviluppare protocolli terapeutici basati su evidenze scientifiche e linee guida, rafforzare il coordinamento con la Rete oncologica regionale e con ISPRO (Istituto per lo Studio e la prevenzione in oncologia

22.1.26: gli USA annunciano il ritiro dall'OMS ...cessano i finanziamenti statunitensi e la partecipazione del personale USA alle attività dell'OMS

Quale il futuro della cooperazione internazionale in ambito di salute pubblica?

Quale la situazione di salute nel mondo?

quotidiano *sanità*.it

18 settembre

2026

Oms. È crisi senza i fondi Usa. Il Dg: riduciamo il budget del 21% e tagliamo spese salariali del 25%

Comunicazione Ufficiale dell'Ufficio del Portavoce:

-Impegno USA...strettamente finalizzato alla *salvaguardia della salute e della sicurezza del popolo americano* ...continueranno a guidare il mondo nella sanità pubblica, salvando milioni di vite e proteggendo gli americani nel loro Paese..*impedendo alle minacce di malattie infettive di raggiungere le nostre coste*...promuovendo la sicurezza sanitaria globale attraverso *partnership dirette, bilaterali e orientate ai risultati*... Continueremo a collaborare con altri Paesi e istituzioni sanitarie di fiducia, per condividere le buone pratiche, rafforzare la formazione e proteggere le nostre comunità attraverso un modello più mirato, trasparente ed efficace che fornisca risultati concreti...

Urbanizzazione e lavoro sedentario



Il 50% della popolazione mondiale vive nei centri urbani, in USA quasi l'80%; l'Africa ha una urbanizzazione pari al 40%. Nel 2040 nelle città vivrà oltre il 60% popolazione mondiale. Le città africane nel 2100 saranno le più popolate al mondo

Circa 20 milioni di italiani, il 32.5% della popolazione, conduce una vita sedentaria e non pratica alcuna attività fisica!!!

Crescono le malattie degenerative croniche, ansia, depressione, tumori



Federazione degli oncologi, cardiologi e ematologi (Foce) e Federazione Italiana Pallacanestro (Fip) 2023

Dagli anni '80 si afferma che la permanenza in foresta agisce su:

Forest bathing/bagno in foresta/ immersione in foresta (shinrin-yoku) pratica di consapevolezza e benessere in foresta percependo l'atmosfera con i cinque sensi

Forest therapy, intervento formalizzato scientifico, con protocolli specifici per prevenire o curare le patologie

verde nei giardini, parchi... per il benessere...

- **PRESSIONE ARTERIOSA**
- **STRESS**
- **SALUTE CARDIOVASCOLARE, infarto, ictus**
- **DIABETE E OBESITA'**
- **CONCENTRAZIONE E MEMORIA**
- **DEPRESSIONE – UMORE-STRESS**
- **DOLORE**
- **ENERGIA**
- **SISTEMA IMMUNITARIO**
- **SISTEMA NERVOSO AUTONOMO PARASIMPATICO**
- **PROTEINE ANTITUMORALI**
- **QUALITÀ DEL SONNO**

2018



2024



2000: si studia il ruolo della foresta sulla salute dell'uomo e dell'ambiente

- Migliorano il clima
- Ombra e risparmio energetico
- Controllo acque e erosione
- Riduzione del rumore
- Protezione e aumento biodiversità
- Miglioramento qualità dell'aria
- Riduzione inquinamento (ozono, biossido di zolfo o anidride solforosa, ossidi di azoto, polveri sottili, monossido di carbonio, anidride carbonica)

...Riduzione della mortalità di 54 persone l'anno se la copertura arborea a Firenze fosse il 30%:
obiettivo Comune di Firenze 3-30-300 (tre alberi visibili da ogni finestra, il 30% di copertura verde e un'area verde a 300 metri da ogni abitazione)



"regola del 3-30-300", un modello scientifico internazionale di forestazione urbana ideato dall'urbanista olandese Cecil Konijnendijk. Questa formula è stata adottata ufficialmente da Palazzo Vecchio all'interno del Piano Iris (*il Piano del Verde e degli Spazi Aperti*) per contrastare i cambiamenti climatici e migliorare la salute dei cittadini



**TRASCORRIAMO IL 90% DEL NOSTRO
TEMPO IN AMBIENTE INDOOR**



**La NOSTRA salute DIPENDE quindi anche
DALL'AMBIENTE IN CUI VIVIAMO**

Inquinamento INDOOR maggiore
di quello Outdoor

STRESS

CALO DI
CONCENTRAZION
E

BURNOUT
T
SCARSA
QUALITÀ
DEL SONNO

fattori di rischio mortali

Secondo l'OMS: «l'inquinamento dell'aria indoor e outdoor è associato a circa 7 milioni di morti premature ogni anno nel mondo, mentre il solo inquinamento indoor domestico causa oltre 3 milioni di morti premature.»

PROGETTARE AMBIENTI CHE RIDUCONO IL CARICO SUL CORPO

— Verso un habitat terapeutico e rigenerativo —



1. QUALITÀ DELL'ARIA INDOOR

- riduzione VOC e formaldeide
- controllo umidità e muffe
- ventilazione naturale o VMC



2. LUCE NATURALE E RITMI CIRCADIANI

- miglioramento della qualità del sonno
- regolazione del cortisolo
- supporto a energia e umore



3. MATERIALI NATURALI E BIOCOMPATIBILI

- legno, calce naturale, fibre naturali
- materiali traspiranti
- comfort igrometrico e termico



4. BIOFILIA E RIDUZIONE DELLO STRESS

- presenza di verde e natura
- colori e forme armoniche
- connessione sensoriale positiva



5. AMBIENTE COME SUPPORTO TERAPEUTICO

- meno stress, più recupero
- migliore percezione del benessere
- supporto alle terapie integrate



Non sempre possiamo eliminare la malattia.
Ma possiamo progettare ambienti che smettano di ostacolare il processo di guarigione.



Vivere il presente tra schegge di paura.

Ecco l'Alfabeto di Massini 8.9.26

L'Alfabeto delle nostre paure

Q come QUANTO

Che stiamo abusando del pianeta è un fatto oggettivo. Ne deprediamo le risorse, ne violentiamo la bellezza, ne sfruttiamo ogni singolo centimetro alla ricerca di ricavi, e dopo l'epopea del petrolio sta esplodendo la caccia alle Terre rare. Quanto potrà continuare, senza che l'ecosistema ci respinga come un parassita sgradito? A scrivere il *the end* sarà un virus preistorico ibernato nel permafrost e da noi scongelato in cerca di ittrio o di lantanio? È una seria paura, quella di essere già dentro il *countdown*.

La Società internazionale di Psicoanalisi ha denunciato che sempre più spesso gli attacchi di panico nascono dall'assenza di linea nei device. Se non c'è campo, sono fuori gioco. Se non c'è campo sono isolato e condannato all'irrilevanza perché ormai io sono i miei post, io sono i miei like, io sono le mie stories, ed esisto in quanto attivo nella grande agorà che nel frattempo si è fatta arena. Un tempo si aveva paura di scoprirsi "appesi a un filo", adesso quel filo è una linea, o meglio una tacca di segnale.



«La vita ha due regole:
la prima è non
arrendersi mai.
La seconda è non
dimenticarsi mai della
prima»

Anonimo Cinese



Max Lavarion