

CENTRO DI FITOTERAPIA

AOU Careggi Lo Smart Garden del CERFIT

Careggi amplia la sua attività dedicata alla fitoterapia con maggiori professionalità e una nuova sede che ospiterà anche un giardino della salute, dedicato al recupero del benessere e al miglioramento della qualità della vita di pazienti, familiari e cittadini

Gia sede della struttura di riferimento regionale per la fitoterapia, il CERFIT è stato di recente istituito formalmente, con Atto n° 36400200020000 6760 /03.10.18 della Direzione Generale, come “Centro di ricerca e innovazione in Fitoterapia e Medicina integrata”.

Non solo, dal momento che siamo cresciuti numericamente di professionalità, abbiamo trasferito la nostra sede in un'area di Careggi più grande, Padiglione 28a di Careggi, Ponte Nuovo “Mario Fiori” in Via delle Oblate, 4, che risponde meglio alle esigenze nostre e dei pazienti. La nuova sede, inserita in un grande spazio verde, ha consentito di elaborare un progetto di adeguamento per la realizzazione di un “Giardino della Salute” che è stato denominato Smart Garden. È una grande opportunità, perché consente la riqualificazione dello spazio verde; uno spazio dedicato al recupero del benessere e miglioramento della qualità della vita di pazienti, familiari e cittadini nonché la progettazione di percorsi specifici: alimentare, cinque sensi, della mente, delle insidie, per cittadini, pazienti e studenti.

Il progetto del giardino

Viene proposto uno spazio completamente nuovo che, oltre a rappresentare un valore estetico e ornamentale, rende possibile un approccio interdisciplinare alla salute e all'informazione dei cittadini. Il giardino è ben definito dalla parola “smart”, intelligente: la sua



La nuova sede

pianificazione parte infatti dall'ottimizzazione di uno spazio pubblico, mettendo in relazione le infrastrutture ospedaliere con il capitale umano, intellettuale e sociale di chi ne usufruisce per migliorare la qualità della vita e soddisfare le esigenze di conoscenza sulle piante, medicinali e non, di cittadini, imprese e istituzioni.

Il giardino è progettato con finalità terapeutica (ad esempio, per la riduzione dello stress) e per migliorare il benessere e la qualità di vita dei pazienti, dei familiari in visita, del personale medico e paramedico e dei cittadini in quanto sarà aperto al pubblico con spazi anche ricreativi e di relax per adulti o di stimolo per anziani). È noto, infatti, che il benessere offerto dal contatto con uno spazio verde è immediato e un giardino terapeutico nasce in prima istanza per usufruire di questo contatto benefico, in grado di rilassare, calmare, stimolare il sistema immunitario e aumentare la disponibilità delle persone a comunicare tra loro.

È previsto anche uno spazio dedicato alle piante ornamentali e ad uso alimentare, ad esempio per predisporre percorsi di

Centro di Fitoterapia AOU Careggi

Padiglione 28a di Careggi, Ponte Nuovo
“Mario Fiori” in Via delle Oblate, 4
50141 Firenze
frenzuolif@aou-careggi.toscana.it
fabio.frenzuoli@unifi.it
www.cerfit.org
Centralino Careggi: tel. 055 794 111
URP Careggi: tel. 055 794 7790

Attività

FITOTERAPIA CLINICA	CONTROLLO QUALITÀ
PREVENZIONE E CURA	ERBORISTERIA SALUTARE
CANNABIS MEDICINALE	ETNOMEDICINA
FITOVIGILANZA	EDUCAZIONE ED ATTIVITÀ DIVULGATIVA
ATTIVITÀ DIDATTICA E FORMAZIONE	CONSULENZE
MASTER FITOTERAPIA GEN. E CLINICA	TAVOLI TECNICI ISTITUZIONALI
TIROCINI PRE- E POST-LAUREA	PUBBLICAZIONI
RICERCA PRE-CLINICA E CLINICA	CONTROLLO QUALITÀ
INNOVAZIONE BIO-TECNOLOGICA	ERBORISTERIA SALUTARE
GALENICA FITOTERAPICA	ETNOMEDICINA

ortoterapia e garden-therapy in grado di migliorare lo stato di salute delle persone mentre contribuiscono alla cura delle piante. La persona è quindi al centro del giardino anche con esperienze pratiche; aiuole rialzate consentiranno ai pazienti in carrozzina di interagire facilmente con le piante. Il progetto prevede anche la figura dell'erborista e di un formatore che contribuiscono a realizzare e a fruire i percorsi didattici di approfondimento sulle piante medicinali, ad uso salutistico, tintorie, profumate per aromaterapia. L'idea è di creare una biblioteca virtuale a partire dal giardino, per ricostruire il percorso della pianta, la sua storia, i suoi usi.

Infine, sarà realizzata una serra che ospiterà un laboratorio per i lavori di coltivazione nelle stagioni fredde e uno spazio per le lezioni pratiche di lavorazione sulle piante in vaso, oltre a spazi innovativi dedicati alla ricerca sulle piante medicinali. Uno degli obiettivi del progetto è anche quello di diventare parte della Rete europea dei giardini della salute. Sarà allestita nel giardino una tisaneria, dove l'erborista potrà preparare e somministrare tisane a scopo salutistico, anche per illustrare e spiegare le funzioni di queste preparazioni. L'educatore potrà invece predisporre piani educazionali per l'uso corretto delle erbe, l'utilizzo nella medicina popolare e per guidare i pazienti nei vari sentieri. Entrambi saranno a disposizione di chi vorrà avere informazioni specifiche sulle erbe del giardino. La nuova struttura del CERFIT, dunque, all'inizio del 2019 consentirà, oltre quelle di struttura di riferimento regionale, un ampliamento delle sue strutture, professionalità, funzioni ed attività specifiche.



Chi siamo

Professionista	Qualifica	Funzione
Fabio FIRENZUOLI	Medico	Direttore
Eugenia GALLO	Biologa	Fitovigilanza, Didattica
Valentina MAGGINI	Biologa	Ricerca e Sviluppo
Francesco SIVELLI	Medico	Attività clinica
Angela BECORPI	Medico	Attività clinica ginecologica
Tania RE	Formatore	Educazione, Etnomedicina

Il verde che cura

La funzione "estetica" del verde in una città è importante perché piante e aree verdi formano, insieme a piazze e strade, spazi aperti che contribuiscono al quadro paesaggistico urbano. Oltre ad avere valore estetico, ricreativo, identitario e culturale, le piante inserite nel contesto urbano hanno anche la capacità di regolare l'atmosfera e la qualità dell'aria (protezione UV, assorbimento di inquinanti e polveri), regolare il clima, proteggere il suolo dall'erosione e dagli eventi distruttivi naturali, diminuire l'inquinamento acustico.

È inoltre dimostrato che stare nella natura aiuta a migliorare la salute cardiovascolare e metabolica, stimola la

concentrazione e la memoria, riduce la pressione sanguigna, potenzia il sistema immunitario, riduce i livelli di zuccheri nel sangue, infonde energia e allevia di conseguenza lo stress. Il concetto è noto da sempre, ma solo di recente la ricerca internazionale sta esplorando in modo sistematico la relazione tra benessere psicologico individuale e sociale e paesaggio naturale, arrivando al concetto di "paesaggi terapeutici". Si sta diffondendo sempre più l'espressione "giardino terapeutico", che racchiude in sé diverse interpretazioni, riguardanti il giardino di casa, il verde pubblico e gli spazi verdi di comunità compresi in istituti di cura. Il giardino terapeutico fornisce l'opportunità

di riscoprire e valorizzare se stessi attraverso l'attività fisica, il rilassamento della mente e l'esperienza di nuove emozioni positive. La vista o la fruizione di elementi naturali rende l'esperienza in ospedali e ambienti di cura in generale più piacevole e aiuta quindi a migliorare il tasso di recupero del paziente. Oggi l'inserimento del verde terapeutico nelle strutture sanitarie è considerato di notevole importanza e i giardini terapeutici costituiscono un percorso sensoriale innovativo destinato a pazienti, familiari e a chi quotidianamente vive l'ospedale, la struttura di cura o la degenza.