

La natura nel progetto

Il ruolo degli healing gardens

Incorporare la natura all'interno del progetto della struttura ospedaliera può avere una funzione terapeutica, in particolare nei confronti di anziani, disabili, malati di Alzheimer e anche bambini

▣ **Stefano Capolongo**

Architetto, Politecnico di Milano, Dipartimento BEST

Il bisogno dell'uomo per la natura non è legato solo al soddisfacimento di esigenze di tipo ricreativo, ma anche all'influenza che l'ambiente naturale esercita sullo sviluppo emotivo e cognitivo degli individui (Wilson, 1984), nonché sul loro stato di salute. La stessa ben nota definizione di salute messa a punto dall'Oms identifica nell'ambiente, quindi anche in quello naturale, uno dei fattori cruciali per il raggiungimento di una condizione di benessere e sottolinea l'inscindibilità del legame tra qualità della vita delle comunità e condizioni dei luoghi dove esse vivono, lavorano e trascorrono il tempo libero. L'attuale separazione tra uomo e natura, rilevabile con maggior intensità nelle aree urbane, influisce negativamente sul benessere come dimostrato da diverse patologie fisiche e del comportamento rispetto alle quali l'ambiente artificiale gioca un ruolo negativo, mentre il

contatto con la natura sembra presentare a livello sia di prevenzione sia di terapia. Numerosi studi di carattere epidemiologico (Shafer and Mietz, 1969; Ulrich, 1984; Frumkin, 2004) mettono in luce gli effetti positivi dell'esposizione all'ambiente naturale in termini di riduzione dello stress e di condizioni emotive negative, che al contrario sembrano aggravarsi nei contesti urbani. Questa duplice relazione tra ambiente costruito/comportamento e ambiente naturale/comportamento che emerge dai risultati degli studi prima citati ha implicazioni rilevanti sia per la pianificazione sia per la progettazione. L'analisi delle patologie di carattere ambientale e delle cause che le generano può indirizzare tali attività verso una maggiore attenzione alle abitudini di vita che si consolidano nei diversi ambienti. A livello urbano, anzitutto, è evidente la rilevanza di includere nelle città delle aree destinate a ver-

de che consentano di recuperare un contatto vitale con la natura senza però richiedere un allontanamento dai luoghi della vita quotidiana. Questo criterio assume particolare importanza nell'ambito delle scelte localizzative e progettuali riguardanti particolari strutture e luoghi di lavoro, come per esempio gli ospedali e, più in generale, i luoghi destinati alla cura.

Healing gardens: indicazioni progettuali

La funzione terapeutica e rigeneratrice dei giardini come supporto alle cure di tipo farmacologico è riconosciuta fin dall'antichità, ma si è definitivamente persa con il diffondersi, nella seconda metà del XX secolo, del ricorso a strutture a blocchi pluripiano per ospedali e case di cura. Questa tipologia, da un lato, contribuisce ad aumentare l'efficienza funzionale rispetto alle configurazioni planimetriche a padiglioni, dall'altro, invece, porta alla perdita degli spazi aperti verdi e delle potenzialità terapeutiche che essi offrono. Con il progressivo spostamento dell'attenzione dalla cura della malattia alla cura della persona - verificatosi di recente e di cui sono testimonianza diverse esperienze di umanizzazione delle strutture ospedaliere -, si è assistito alla diffusione, dapprima in Usa e Inghilterra e negli ultimi anni anche in Italia, degli Healing gardens. Più nel-

Percorso di fisioterapia (foto Monica Botta)



lo specifico, per Healing gardens s'intendono spazi aperti e verdi facenti parte di ospedali e strutture socio-assistenziali progettati sia per finalità terapeutiche (come strumenti di cura complementari a quelli tradizionali) sia per migliorare il benessere e la qualità di vita non solo dei pazienti ma anche dei parenti in visita e del personale medico e paramedico. Benché negli Healing gardens la fruizione del verde sia di tipo passivo a differenza dell'ortoterapia e dell'ecoterapia, la loro funzione terapeutica si esercita attraverso due differenti meccanismi: un meccanismo d'interazione, stimolato dall'atmosfera distensiva creata dalle piante e volta ad aumentare la disponibilità dei pazienti a comunicare tra loro e con gli altri, e un meccanismo di reazione legato al riflesso di natura emotiva generato nell'inconscio del fruitore. Esistono non solo diversi tipi di Healing gardens in base alla patologia da curare (in prevalenza per la cura dei disturbi mentali, per l'Alzheimer, per le dipendenze da droghe e sostanze alcoliche, per i bambini, per gli anziani), ma anche diversi orientamenti progettuali (approccio tradizionale, approccio ecologico, approccio incentrato sul paziente). Senza entrare nel merito delle specificità di ogni singolo giardino, si descrivono di seguito in sintesi i principali elementi che li caratterizzano. L'accessibilità è il pre-requisito perché gli Healing



Percorso storico-sensoriale (foto Monica Botta)

gardens possano essere fruiti in tutte le loro potenzialità. La facilità d'accesso non riguarda solo i pazienti, ma anche medici e personale paramedico, nonché i visitatori esterni. L'accesso al giardino dall'interno delle strutture ospedaliere e di assistenza deve avvenire in totale sicurezza. La segnaletica assume un ruolo strategico per indicare sia dove si trova il giardino sia le modalità per raggiungerlo. Le informazioni devono essere fornite nella considerazione dei diversi deficit sensoriali che ne compromettono la comprensione: con caratteri tali da consentire la lettura a distanza anche ad anziani e ipovedenti, con messaggi acustici o con caratteri braille e a rilievo per i disabili visivi. L'accesso al giardino deve essere incoraggiato fin dalla struttura interna, che

dovrebbe prevedere visuali verso l'esterno così da incuriosire e, in qualche modo, anticipare l'esperienza effettiva del contatto con la natura. Il percorso deve essere semplice e preferibilmente curvilineo e in piano perché possa essere fruito anche senza l'aiuto di un accompagnatore. Oltre ad avere una larghezza tale da consentire il passaggio con la sedia a rotelle, i sentieri devono presentare superfici compatte, prive di ostacoli, resistenti a intemperie e usura. Esiste una particolare declinazione del percorso che prende il nome di percorso storico, usato in prevalenza nelle Rsa in quanto costituisce un significativo esercizio per la memoria degli anziani. Le aree di sosta vanno progettate per favorire la meditazione, l'osservazione della natura ma anche la socializzazione. Devono prevedere lo spazio per l'affiancamento degli utenti in carrozzina. Anche le panchine devono essere ben fissate a terra ed essere tali da facilitare la manovra di seduta e alzata dell'utente. Ai fini di una sosta confortevole è consigliabile studiare il movimento del sole durante la giornata ed eventualmente prevedere, oltre all'alberatura, strutture aggiuntive per creare zone d'ombra. Sono preferibili alberi ad alto fusto, per permettere a tutti i pazienti di godere di questi elementi naturali. Oltre agli alberi la scelta di arbusti, cespugli e fiori deve essere effettuata con attenzione, in riferimento agli effetti sensoriali da essi generati in termini di profumo, colore, gusto, texture e suono. A tal proposito, anche l'acqua che scorre può produrre suoni piacevoli. Questi rappresentano



i principali aspetti che il progetto di un Healing garden deve prendere in considerazione, a partire indubbiamente dalla preliminare analisi del rapporto tra edificio e spazio esterno, e di quest'ultimo l'orientamento, il microclima e l'accessibilità.

Esperienze significative

L'Healing garden dello Scripps Memorial Hospital a La Jolla (California), progettato dallo studio Aesthetics, è un esempio significativo di come un campo da basket in cemento, sottoutilizzato e indubbiamente poco attrattivo, possa essere trasformato in un giardino per la cura e la riabilitazione di pazienti in trattamento per abuso di droghe e alcolici. Il giardino rappresenta l'esito di una stretta collaborazione tra medici, architetti e paesaggisti che ha orientato il progetto verso l'interpretazione delle dodici fasi del programma di riabilitazione degli abusi alcolici. L'ingresso nel giardino avviene attraverso un ponte che conduce a dodici spazi di meditazione, ognuno dei quali rappresenta una fase specifica del programma. Le fasi sono scolpite in una pietra posta nella pavimenta-

zione che circonda un labirinto. Ogni spazio si caratterizza per la presenza di elementi quali fontane, sedute e opere d'arte commissionate a vari artisti. Il contributo di artisti caratterizza anche l'Healing garden dell'Imaging Center del Ridgeview Medical Center a Waconia (Minnesota) e del Good Samaritan Hospital a Phoenix (Arizona). Nel primo caso si tratta di una struttura dedicata alla salute della donna. La configurazione del giardino è un omaggio al luogo in cui è localizzato l'ospedale: le sculture, le aree di meditazione, gli elementi architettonici e paesaggistici raccontano metaforicamente la storia delle popolazioni che anticamente hanno abitato questo territorio. Nel giardino si ritrova quindi una connessione simbolica tra l'ospedale e il suo intorno, nonché tra l'antica cultura nativa americana e quella attuale. Aree di sosta sono state create lungo un sentiero che si sviluppa tra alberi e siepi, al fine di creare un percorso con diversi livelli di significato. L'Healing garden del Good Samaritan Hospital è il risultato di un progetto di riqualificazione di una corte interna originariamente in cemento posta al centro dell'ospedale. Il progetto è stato

definito dallo studio Ten Eyck con la collaborazione di Orcutt Winslow Partnership e dell'artista Joan Baron. Il progetto della corte prevede una serie di giardini terrazzati che ripropongono l'andamento curvilineo della torre dell'ospedale, creando al tempo stesso diverse tipologie di aree per la sosta destinate sia ai pazienti sia allo staff medico. Parte del giardino è in ombra grazie alla presenza degli alberi Palo Verde. Un corso d'acqua attraversa il giardino fino a una vasca posta in un angolo tranquillo dedicato a una fruizione di tipo riflessivo. Tra le numerose esperienze internazionali, infine, l'Healing garden del Whitby Mental Health Center (Canada) è un interessante esempio di declinazione progettuale del tema del giardino terapeutico. La struttura ospedaliera, localizzata nei pressi del lago Ontario, è specializzata nell'assistenza, nel trattamento e nella riabilitazione di pazienti con gravi problemi mentali, il cui tasso di reinserimento è molto elevato. L'ospedale, inaugurato nel 1996, è costituito da otto edifici tra loro connessi da corridoi che formano uno dei lati delle corti all'interno delle quali trovano posto i giardini. Essendo spazi esterni ma in stretta connessione con quelli interni, i giardini del Whitby Center si presentano come luoghi di socializzazione e cura controllati ma al contempo non separati dall'esterno. Questa continuità tra interno ed esterno è rafforzata anche dalle ampie visuali ottenute da grandi finestre poste a una ridotta altezza dal pavimento. La configurazione planimetrica dell'edificio ha reso possibile la realizzazione di diversi giardini, ognuno con caratteristiche diverse in funzione della patologia curata. L'accessibilità effettiva al giardino dipende dalla gravità della patologia: in alcuni casi i giardini sono completamente chiusi, mentre sono aperti addirittura al pubblico quando sono destinati a pazienti meno gravi. I degenti con patologie lievi hanno la possibilità di spostarsi autonomamente da un padiglione all'altro, utilizzando i corridoi che in alcuni casi sono concepiti come veri e propri percorsi sensoriali che conducono alla scoperta di ambienti diversi. Gli spazi esterni sono attrezzati per lo svolgimento di diverse attività,



L'orto dei semplici consiste in una serra e letti di coltura rialzati per consentire di praticare specifici programmi terapeutico-riabilitativi basati sull'ortoterapia (foto Monica Botta)

tra le quali l'ortoterapia. Tra le più recenti realizzazioni in Italia va segnalato il giardino terapeutico di una Rsa nel Comune di Bellinzago Novarese progettato dall'arch. Monica Botta e inaugurato nel giugno del 2008.

Un esempio italiano

La struttura ospita 42 anziani con patologie medio gravi e con un limitato grado di autosufficienza. Fino al 2006, anno in cui hanno avuto inizio i lavori di riqualificazione, il parco di oltre 7mila m² che circonda la struttura sanitaria era fruito solo in parte da anziani e disabili in carrozzina, al punto che la maggior parte degli ospiti della struttura sanitaria preferiva soggiornare all'interno dell'edificio godendo poco o nulla di questa importante risorsa. Coerentemente con l'idea che gli stimoli di carattere sensoriale, visivo, olfattivo e tattile possano svolgere funzioni terapeutiche complementari alle terapie convenzionali, l'area verde intorno alla struttura sanitaria è stata articolata in un percorso storico-sensoriale, uno spazio dedicato all'ortoterapia, nonché un percorso fisioterapico. Il progetto è stato sviluppato partendo dalla riqualificazione dello spazio verde esistente mediante l'introduzione di aiuole con fioriture, tappezzanti, sempreverdi, cespugli di erbe aromatiche, alberi a foglia caduca. In particolare, il percorso sensoriale è stato dimensionato per il passaggio delle carrozzine con aree di sosta attrezzate con panchine e un sistema d'illuminazione che consente di riconoscere i punti d'accesso all'area. Tutte le porzioni del giardino destinate alle fioriture sono state progettate in riferimento a colori, stagioni e profumi per caratterizzare la fruizione del giardino in ogni momento dell'anno in rapporto alle sue diverse colorazioni e alle profumazioni delle sue essenze. Sul percorso sono stati posti alcuni antichi attrezzi appartenenti alla storia agricola del territorio della provincia novarese. Oltre alla ricerca di stimoli sensoriali, pertanto, questa parte del giardino ha una funzione di tipo ludico e ricreativo incentrata sul ricordo. Offrire agli anziani ospitati nella struttura sanitaria la possibilità di ritrovarsi attraverso attrezzi agricoli che fanno parte della storia



Ortoterapia (foto Monica Botta)

è uno stimolo al racconto e alla memoria di un passato comune. L'Orto dei semplici, realizzato nel 2009, si configura come un luogo tranquillo costituito da una serra e letti di coltura rialzati, in modo da consentire di praticare specifici programmi terapeutico-riabilitativi basati sull'ortoterapia, aperti anche ad associazioni, istituti scolastici e, più in generale, enti interessati a questo tipo di attività e all'educazione ambientale. Il Percorso Fisioterapico, infine, prevede l'uso di attrezzature per un'attività fisica dolce, per migliorare e mantenere le attività motorie residue di anziani e disabili. A tal fine sono state poste diverse attrezzature in un percorso fruibile anche da utenti in carrozzina, con aree di sosta ed esercizio, con corrimani ombreggiati da una pineta in modo da stimolare i pazienti dal punto di vista fisico e motorio e anche psi-

chico. A questi spazi dettagliatamente progettati si aggiunge un'ulteriore area destinata a verde (Terrazza verde) praticabile direttamente dalla zona a giorno della Rsa, con l'obiettivo di permettere agli ospiti di recuperare la propria autonomia attraverso passeggiate su un prato all'ombra di alberature esistenti con l'aiuto di un parapetto-corrimano, che è al contempo un elemento di protezione e delimitazione dell'area. A fronte della molteplice valenza fruitiva di questo luogo, è previsto che l'uso dell'Healing garden sia esteso alle diverse associazioni socio-assistenziali operanti sul territorio, così da mettere il giardino a disposizione di un numero maggiore di fruitori: non solo anziani, ma anche disabili, persone con handicap, non vedenti, malati di Alzheimer, bambini.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Bibliografia

- Frumkin H. et al, *Urban sprawl and public health*, Island Press, Washington
- Gerlach-Spriggs N., Kaufman R., Warner S., *Restorative gardens: the Healing landscape*, Yale University Press, Londra, 2004
- Ghersi A., *Paesaggi terapeutici: come conservare la diversità per il "Ben-Essere" dell'uomo*, 2007, Alinea, Firenze
- Marcus C.C., Barnes M., *Healing gardens: therapeutic benefits and design recommendations*, Wiley, New York
- Shafer E.L., Mietz J., *Aesthetic*

and emotional experiences rate high with northeast wilderness hikers, *Environment and behavior*, 1, 187-197

- Ulrich R.S., *Human experiences with architecture*, Science
- Botta. M., *Healing garden: un giardino terapeutico in Italia*, <http://www.centromaderna.it>
- Tesi di laurea, *Healing Gardens: il ricongiungimento dell'uomo con il proprio contesto naturale alla ricerca del benessere fisico*, relatore: prof. S. Capolongo, studente: K. Colucci, Politecnico di Milano, aa 2009-2010