



COMUNICATO STAMPA

ENPAP: «Per salvare il Pianeta possiamo farci aiutare anche dalla Psicologia e dalle Neuroscienze»

Roma, 9 novembre 2021 – Per il benessere del Pianeta e dei suoi abitanti c'è ancora tanto da fare: è stato detto anche all'ultimo Cop26. Servono fatti, presto, e la messa in pratica delle conoscenze acquisite fino a questo momento. Anche perché, stando al report del 2019 *Healthy environment, healthy lives: how the environment influences health and well-being in Europe* dell'Agenzia europea per l'ambiente (AEA), ogni anno muoiono circa 400.000 europei prematuramente a causa degli inquinanti atmosferici, 12.000 per lo stress da rumore e 218.000 per l'impatto sulla salute di eventi legati al cambiamento climatico, come ondate di calore e di gelo o alluvioni, per un totale di 630.000 decessi da degrado ambientale all'anno. Il degrado ambientale, inoltre, causa anche una minore qualità di vita oltretutto una riduzione dell'aspettativa di vita, in particolare quella di chi abita nei Paesi meno sviluppati. A titolo di esempio, se continuiamo a non prenderci cura dell'ambiente, i dati stimano che si riducano del 9% gli anni di vita dei norvegesi e del 27% quelli dei bosniaci.

«I contributi che la psicologia può dare per migliorare l'ambiente e il rapporto tra esso e gli esseri umani sono di fondamentale importanza. Sempre più studi e ricerche si concentrano sia sull'impatto che le situazioni ambientali hanno sulla psiche e sul benessere sia sul migliorare le interazioni umane con il mondo, soprattutto in termini di protezione, conservazione e incoraggiamento a comportamenti virtuosi per la salvaguardia del nostro pianeta. L'ambito della psicologia ambientale è vastissimo e abbraccia tutti i nostri contesti, da quello più individuale alla dimensione collettiva. La psicologia è la scienza che studia come funzionano la mente e i comportamenti, e attraverso la loro comprensione offre soluzioni ai problemi per promuovere il benessere attraverso il cambiamento», afferma Stefania Vecchia, Consigliera di amministrazione e Coordinatrice della Commissione Welfare e Servizi di ENPAP.

Ma cosa possono fare in concreto la Psicologia e le Neuroscienze per il Pianeta? «Il contributo che possiamo dare sul tema della sostenibilità consiste nel continuare a comprendere quali sono i processi che legano gli esseri umani all'ambiente e come ristabilire un equilibrio armonico. Gli strumenti tecnologici a nostra disposizione e l'intelligenza artificiale ci facilitano il compito e riprogettare, ridisegnare, gli spazi che stiamo abitando diventa ancora più funzionale al benessere dell'ambiente e di chi lo abita», premette Andrea Bariselli, psicologo, neuroscienziato e CEO di Strobilo, che sarà protagonista alla live divulgativa “Neuroscienze applicate e futuro del pianeta: strumenti, tecniche e idee per comprendere la complessità che ci circonda” organizzata da ENPAP, Ente Nazionale di Previdenza ed Assistenza per gli Psicologi, aperta a tutti e trasmessa in streaming il 10 novembre a partire dalle 18:00 sui canali social, Facebook e YouTube, dell'Ente. «Con questo evento si conclude il ciclo “ENPAP Più Innovazione e Sviluppo” avviato nel 2017, dedicato agli ambiti innovativi della Psicologia e allo sviluppo di nuove competenze per la professione. Questo webinar fa da collegamento a un nuovo progetto di ENPAP che partirà nel 2022 e aperto a tutta la popolazione su come la Psicologia può cambiare il mondo. Con ospiti illustri, toccheremo temi di fondamentale importanza per scoprire come la nostra scienza può offrire enormi contributi per migliorare la condizione umana e del nostro pianeta», aggiunge Stefania Vecchia.

Un ambiente più sano vuole dire una migliore qualità di vita per tutti, in tutti gli ambiti. Ridurre le emissioni di CO2 per esempio, aiuterebbe anche a velocizzare le scelte delle persone. I dati stimano che a 1400 ppm, le concentrazioni di CO2 possono ridurre la nostra capacità decisionale di base del 25%, e il pensiero strategico complesso di circa il 50%. L’OMS, l’Organizzazione mondiale della sanità, ha stimato che i fattori di stress ambientali sono responsabili del 12-18% dei decessi che avvengono in 53 Paesi europei. I livelli di rumore causati dal traffico stradale nelle grandi città sono in crescita oltre i limiti raccomandati: sempre l’OMS allerta che un’esposizione prolungata a livelli superiori ai 55 decibel può aumentare la pressione sanguigna e provocare infarti. Nelle aree urbane, già quasi 50 milioni di persone sono esposti a livelli di rumore che eccedono i limiti raccomandati durante le ore notturne: questo può causare fastidi, disturbi del sonno e conseguentemente aumenti del rischio di ipertensione e di malattie cardiovascolari.

Dati, di certo, non incoraggianti. Ma, continua Andrea Bariselli, si può invertire la rotta: «Gli studi da noi condotti vertono sulla percezione degli elementi verdi nell’ambiente, che dal punto di vista neurochimico vanno a stimolare anche alcuni nostri processi. Sappiamo per esempio che le piante emettono dei composti chiamati biogenici, composti chimici della famiglia dei terpeni, flavonoidi, e oli essenziali che inalati danno agli esseri umani dei benefici su larghissima scala sia a livello fisico che psicologico. Le domanda di fondo che guidano le nostre ricerche sono state: questi elementi possono davvero dare benefici? È qualcosa che si può replicare? È qualcosa che possiamo comprendere e dominare, nel senso di riuscire a farlo nostro e a riutilizzare nella progettazione? Sì, tanto che diversi comuni stanno riprogettando gli spazi con l’obiettivo non solo di migliorare la qualità dell’aria e l’aspetto delle città, ma anche per avere dei ritorni in termini di investimento a beneficio del welfare e del sistema sanitario oltre che del benessere pubblico percepito. Siamo però ancora all’inizio della comprensione di questo sistema complesso che impatta sul benessere psicofisico delle persone, serve un’educazione alla tutela dell’ambiente. Serve sensibilizzare».

«Lo psicologo, fondamentalmente, opera per ristabilire gli equilibri che sono stati turbati. Con l’eterno impegno a bilanciare emozioni e razionalità, autonomia e dipendenza, vincoli e opportunità, la nostra professione si occupa di ristabilire e mantenere l’armonia tra gli esseri umani e l’ambiente in cui vivono. Negli ultimi anni, gli sviluppi scientifici della psicologia si coordinano sempre di più con le scoperte di altre scienze per aiutarci a rigenerare l’interazione tra le persone e il loro mondo complesso. Con questo webinar ENPAP avvia un percorso che ci porterà, nei prossimi mesi, a esplorare le qualità emergenti nelle interazioni tra la psicologia e le altre branche della scienza e a cogliere nuove e più adeguate chiavi di lettura che ci aiutino ad affrontare in maniera più evoluta le sfide e gli squilibri che la nostra epoca ci mette davanti», conclude Felice Damiano Torricelli, Presidente ENPAP.

Contatti: Addetta Stampa ENPAP

Antonella De Minico

Tel. 339.8971255

Email: ufficiostampa@enpap.it - deminicoanto@gmail.com