

II MANIFESTO della Medicina Forestale



A.I.Me.F., per avvicinare la comprensione e la divulgazione delle competenze che l'Esperto in Medicina Forestale E.M.F. può mettere a disposizione nella nostra società, ha patrocinato la realizzazione del "MANIFESTO della Medicina Forestale", pubblicato dalla Casa Editrice A.I.R.O.P.

Nel MANIFESTO gli Autori presentano l'approccio complementare di Promozione della Salute definito Medicina Forestale o "Forest Therapy". Come la ricerca scientifica ha già dimostrato abbondantemente, l'Immersione nella Natura, nella Foresta, nel Bosco (in giapponese "Shinrin-yoku") è in grado di apportare innumerevoli benefici alla salute dell'uomo, tanto da configurarsi come una vera e propria forma di Medicina Complementare.

La Medicina Forestale è stata attualmente riconosciuta in Giappone ed in Scozia, dove viene normalmente prescritta dai Medici. Il MANIFESTO ha l'obiettivo di favorire il riconoscimento e la divulgazione della Medicina Forestale anche in Italia rivalorizzando il patrimonio boschivo presente nelle nostre regioni.

Riportiamo alcuni passaggi dalla Prefazione:

In Italia lo sappiamo da sempre, anche se l'abbiamo chiamata in altri modi: la Scampagnata, la Gita fuori Porta, il Picnic sul prato, la Passeggiata in Montagna... Ognuno di noi ha vissuto almeno uno di questi momenti di svago, leggerezza, relax. Tutto questo noi Italiani lo sappiamo da sempre: ci fa bene e ci piace farlo. Ma non sapevamo spiegare perché.

Non eravamo consapevoli della portata di quella nostra esperienza. Non sapevamo descrivere il benessere che ci sembrava di ricevere. E non conoscevamo il reale e scientifico Potenziale Terapeutico del Tempo Trascorso nella Natura, quando ben guidati e motivati. Grazie ad alcuni Ricercatori Giapponesi, oggi tutte queste sensazioni individuali sono diventate una Scienza, una forma di Medicina "prescrivibile" dai Medici con una ricetta del tutto simile a quelle con cui si scrivono Farmaci, Psicofarmaci, Sonniferi e Integratori! Ma senza gli stessi effetti collaterali! Stiamo parlando dello Shinrin-yoku o Bagno nella Foresta, Immersione nella Natura, pratica nata in Giappone pochi decenni fa ed ora diffusa (troppo poco) in Europa ed in Italia (ancora pochissimo) sotto il nome di Medicina Forestale o Forest Therapy.

Questo Manifesto della Medicina Forestale vuole contribuire a divulgare la pratica dell'Immersione nella Foresta anche in Italia, proponendo questa metodica al rango di Disciplina di Medicina Complementare e Promozione di Salute, dato il potenziale ormai dimostrato scientificamente nel riequilibrio dei Meccanismi Fisiologici di Autoguarigione Individuali.

Seguici nel breve viaggio che ti proponiamo e poi chiudi appena possibile il libro e spegni il cellulare, togliti l'orologio dal polso e chiudi il tuo Computer... Esci di casa, cerca un Bosco, un Prato, una Foresta dove immergerti per sperimentare, sulla tua stessa Persona, le meraviglie che la Natura è pronta a regalarci!

Auspichiamo con forza che, presto, anche la nostra Nazione possa vedere la nascita ufficiale e regolamentata della Professione di Esperto in Medicina Forestale E.M.F. nell'ambito delle professioni T&CM (Benchmark OMS) e NOOC (Legge 4/2013).

ORDINA SUBITO la tua copia del MANIFESTO della Medicina Forestale! edizioni@airop.it

Costo: 19,90 € (+ spese di spedizione)