

PROGRAMMA

EVENTO RES

“LA GESTIONE DEI DISTURBI DEL COMPORTAMENTO IN AMBITO GERIATRICO E PSICHIATRICO - MEDICINA FORESTALE E TERAPIA DELLA NATURA APPLICATE ALLA CURA”

ANNO FORMATIVO 2026

Sede degli incontri	RSA Fondazione Martino Zanchi - Via Guido Paglia, 23, 24022 Alzano Lombardo (BG)
Obiettivo formativo	22. Fragilità e cronicità (minori, anziani, dipendenze da stupefacenti, alcool e ludopatia, salute mentale), nuove povertà, tutela degli aspetti assistenziali, sociosanitari e socio-assistenziali
Responsabile scientifico	Dott.ssa Emma Sala
Periodo (data di inizio e fine)	Dall'11/05/2026 al 25/05/2026
Numero ore effettive	12
Professioni	Infermiere - Tecnico della riabilitazione psichiatrica - Medico chirurgo (Psichiatria; Geriatria)

DESCRIZIONE

La Medicina Forestale — nota anche come Forest Medicine — è una disciplina scientifica che studia e documenta gli effetti benefici dell'esposizione agli ambienti naturali sulla salute fisica e psichica dell'essere umano. Nata in Giappone negli anni Ottanta con il concetto di Shinrin-yoku (letteralmente "bagno nella foresta"), è oggi riconosciuta da un crescente corpo di evidenze come una forma di intervento terapeutico complementare con ricadute misurabili su parametri fisiologici, cognitivi e comportamentali.

Nel contesto delle Residenze Sanitarie Assistenziali, la rilevanza clinica della Medicina Forestale si declina in modo particolarmente significativo. Gli ospiti delle RSA sono soggetti ad elevata fragilità psicofisica, spesso affetti da demenza e dai relativi Disturbi Comportamentali e Psicologici (BPSD), e trascorrono la quasi totalità del loro tempo in ambienti chiusi e artificialmente costruiti, con scarso accesso agli stimoli naturali. La letteratura scientifica più recente ha dimostrato che l'esposizione controllata ad ambienti naturali — o anche alla sola presenza di elementi biofili (piante, luce naturale, suoni della natura, profumi di erbe e bosco) — produce effetti statisticamente significativi sulla riduzione dell'agitazione, dell'ansia, della depressione e dei comportamenti problematici nell'anziano istituzionalizzato.

Il presente corso nasce dall'esigenza di dotare il personale sanitario operante in RSA di una solida base conoscitiva sulla Medicina Forestale e di strumenti pratici per integrarne i principi nella routine assistenziale, contribuendo al miglioramento della qualità di vita degli ospiti e alla riduzione del ricorso a presidi farmacologici per la gestione dei disturbi comportamentali.

Il corso si configura come un percorso formativo a carattere professionalizzante, articolato in tre incontri residenziali, rivolto al personale sanitario operante in RSA. Il percorso accompagna i partecipanti dalla comprensione delle basi neurobiologiche e fisiopatologiche degli effetti terapeutici della natura sull'organismo umano, fino alla progettazione e all'implementazione concreta di interventi nature-based personalizzati per l'ospite anziano istituzionalizzato.

PROGRAMMA DETTAGLIATO

Il corso si articola in 6 incontri da 4 ore l'uno. Di seguito le specifiche:

- 11/05/2026 (9:00-11:00) – Docente Formenti – Tema: Basi neurobiologiche e fisiopatologiche
- 11/05/2026 (11:00-13:00) – Docente Nothomb – Tema: Laboratorio pratico con sperimentazione guidata di una sessione di Forest Bathing
- 18/05/2026 (9:00-11:00) – Docente Formenti – Tema: Evidenze scientifiche sugli effetti nella riduzione dell'agitazione, dell'ansia e dei BPSD nell'anziano istituzionalizzato
- 18/05/2026 (11:00-13:00) – Docente Nothomb – Tema: Laboratorio pratico di progettazione di un percorso nature-based
- 25/05/2026 (9:00-11:00) – Docente Formenti – Tema: Come integrare gli interventi di Medicina Forestale nel Piano Assistenziale Individualizzato (PAI)
- 25/05/2026 (11:00-13:00) – Docente Nothomb – Tema: Laboratorio pratico sugli strumenti di valutazione degli effetti:

DOCENTI

DOTT.SSA ANNA MARIA FORMENTI, CF FRMNMR85E58I628P

Specialista in Endocrinologia e Malattie Metaboliche. Lecturer in Endocrinologia presso la Facoltà di Medicina dell'Università Vita e Salute San Raffaele di Milano. Già Consultant in Endocrinologia presso l'IRCCS Ospedale San Raffaele di Milano e Responsabile dell'Ambulatorio delle Ecografie Tiroidee e Paratiroidee, U.O. Endocrinologia, IRCCS San Raffaele. Titolare di insegnamento nel Master di II livello in "Osteoporosi e Malattie del Metabolismo Osseo", Università Vita e Salute San Raffaele. Attività libero-professionale in qualità di Medico Endocrinologo con ambulatori a Bergamo e Brescia. Oltre 2.500 citazioni, Impact Factor cumulativo: 150.

DOTT.SSA GHISLAINE NOTHOMB, CF NTHGSL83A61H501E

Educatrice Professionale, laureata presso l'Università degli Studi Roma Tre. Guida certificata di Bagni di Foresta (CSEN, 2022-2023) e formatrice di primo livello con metodo Mindwoodness – Forest Soul (dal 2024). Ha maturato oltre sei anni di esperienza come accompagnatrice nel bosco e coordinatrice del progetto di educazione in natura per bambini e famiglie "Come tetto il cielo" (Bergamo, 2017-2023), di cui è stata anche Presidente. Attualmente svolge consulenze pedagogiche indoor e outdoor con pratiche olistiche di immersione forestale e conduce il progetto "Pillole di immersione urbana" nei parchi cittadini di Bergamo, in collaborazione con il Comune di Bergamo e Legambiente. Formatrice per docenti e équipe educative in outdoor education e benefici forestali. Esperta in pratiche di biofilia, forest bathing e approccio ecoterapico con gruppi di adulti.