

A Orpea la terapia si chiama orto

Redazione 31.Maggio.2022 Terza età

La Giornata Mondiale dell'Ambiente è il più grande evento annuale delle Nazioni Unite per promuovere un'azione ambientale positiva, volta a sensibilizzare il mondo per la tutela del nostro pianeta. Ogni piccolo gesto, ogni azione quotidiana può essere importante. Con questo spirito le residenze per anziani di **Orpea Italia** festeggiano la ricorrenza ritornando alle origini e permettendo agli anziani di riconnettersi all'ambiente mettendo letteralmente "le mani nella terra".



Orto in cassetta, coltivazioni di piante aromatiche, giardini fioriti di cui gli ospiti delle case di riposo si prendono cura sono solo alcune delle iniziative "green" attivate dalle residenze, e non solo a giugno ma durante tutto l'anno. Perché prendendosi cura dell'ambiente ci si prende cura di sé... e la natura restituisce tantissimo in cambio!

"Si chiama orticoltura terapeutica, ed è una pratica integrativa alle cure mediche" spiega l'equipe multidisciplinare di Orpea Italia. "Esiste un'ampia letteratura scientifica che mostra l'efficacia del lavoro della terra nel ridurre i disturbi comportamentali e gli ottimi benefici che si possono riscontrare anche nei pazienti anziani e nelle persone affette da Alzheimer. La stimolazione sensoriale attraverso i colori e i profumi è in grado di riaprire dei "cassetti" nascosti nella mente offuscata. Per questo è fondamentale che i nostri giardini contengano anche piante autoctone, che fanno parte della cultura di chi vive in una zona e quindi possano rievocare ricordi felici della giovinezza. Il lavoro della terra inoltre gioca un ruolo importante nel ridurre l'irritabilità, nell'aumento della resistenza allo stress, nella regolarizzazione della pressione sanguigna, del battito cardiaco, del respiro e nel controllo degli stati d'ansia."

Altri obiettivi delle attività sono: stimolazione della motricità degli arti superiori e della coordinazione oculo-manuale; stimolazione delle abilità esecutive; stimolazione della memoria procedurale; stimolazione dell'orientamento temporale; stimolazione della cooperazione, della condivisione e della socializzazione tra gli ospiti.