

la rete nazionale borghi del respiro | aria sana
in territorio sano

RASSEGNA STAMPA

A cura di Micaela Conterio
- Ufficio Stampa CREA

LA RETE NAZIONALE BORGHI DEL RESPIRO | ARIA SANA IN TERRITORIO SANO

Cari amici e amiche viaggiatrici, oggi una tripla intervista sul nostro blog per presentarvi l'**Associazione Nazionale Borghi del Respiro** che promuove una rete composta da 15 borghi del centro Italia situati in distretti di buona qualità dell'aria, attestati da parametri nazionali definiti in attuazione del Piano Europeo per l'aria pulita. I Comuni che aderiscono all'Associazione hanno siglato un "**Patto del Respiro**" con il quale si sono impegnati formalmente ad offrire a residenti e turisti servizi dedicati alla salute respiratoria, ma non solo.

Per spiegare meglio quello che è questo importante progetto, molto affine ai valori del nostro festival, lo facciamo tramite il racconto di tre anime fondatrici del movimento: **Salvatore D'Antonio**, **Vincenzo Colorizio** (entrambi *Pneumologi membri dell'Associazione Italiana Pazienti BPCO onlus, c/o Unità Operativa Complessa di Pneumologia – Azienda Complesso Ospedaliero S. Filippo Neri*) e **Francesca Marinangeli** (CREA, Consiglio per la Ricerca in Agricoltura e l'Analisi dell'Economia Agraria, Centro di Ricerca Politiche e Bio-economia).



Salvatore D'Antonio



Vincenzo Colorizio



Francesca Marinangeli

La vostra, come la nostra, intenzione principale è certamente tutela dell'ambiente e sviluppo turistico sostenibile, ma qual'è stata l'idea chiave che ha dato via al progetto con il coinvolgimento di alcuni borghi italiani?

Salvatore D'Antonio: Individuare zone di pregio dove poter trascorrere periodi di riposo in tranquillità e soprattutto in località che assicurino una salubrità ambientale. Questa necessità deriva da una costante richiesta fatta da pazienti affetti da patologie respiratorie a medici e nello specifico soprattutto a specialisti pneumologi.

Vincenzo Colorizio: i nostri Borghi fanno parte quasi tutti di Parchi nazionali o regionali da decenni , ma ciononostante si sono spopolati (anche quelli dotati di impianti scioviari) e il turismo non è decollato come nelle zone marine. Per questo molti Comuni del Parco Sirente-Velino in Abruzzo vogliono uscire dall'area protetta. IDEA CHIAVE : aggiungere alla tutela dell'ambiente , la TUTELA della SALUTE sia dei residenti che dei turisti , partendo dai benefici naturali della QUALITÀ dell'ARIA per arrivare a proporre (ed imporre almeno per il fumo di tabacco) corretti STILI di VITA tra i quali attività motoria nei boschi balsamici.

Francesca Marinangeli: la qualità dell'aria buona, frizzante e fresca respirata in media montagna, sugli Appennini, ci ha suscitato l'idea che molti non sanno cosa perdono restando nelle città.... Se ne accorgono solo uscendo. Allora...la spinta a portarci più gente possibile. E se un tempo era difficile vincere la pigrizia delle persone che il fine settimana si riposano sul divano di casa, ad oggi non è più difficile convincere le persone che respirare bene è un grande valore.

Tutti iniziamo da qualcosa, il vostro lancio è stato con Città della Acque che rappresenta il comune pilota della prima oasi del Respiro, adesso ben 15 comuni hanno siglato il patto con il vostro manifesto. Quali sono gli obiettivi che vi siete imposti per il futuro?

Salvatore D'Antonio: lo scopo che ci prefiggiamo è quello di mantenere e potenziare le peculiari caratteristiche di centri che da tempo avevano fatto della tutela ambientale una prerogativa per uno sviluppo turistico moderno. Poniamo quindi attenzione sia all'aspetto recettivo ed alberghiero, ma anche e soprattutto ad un rispetto ambientale che garantisca l'abbattimento dell'inquinamento ambientale.

Vincenzo Colorizio: gli inizi: il DNA è duplice. 50% maschile abruzzese pneumologico perché dal 1995 sono state organizzate in Aquila dal Centro Prevenzione Malattie Respiratorie (CPMR) diretto da me

medesimo le **GIORNATE nazionali del RESPIRO** promosse dall'AIPO (nel 2000 AQ è stata nominata Città nazionale del Respiro sempre dall'AIPO). 50% di DNA femminile umbro botanico poiché dal 2015 la sede di Perugia del CREA su coordinamento della dott.ssa **Francesca Marinangeli** ha organizzato in Nocera Umbra l'**OASI del RESPIRO** coinvolgendo l'assessore Nocerino avv. Luciano Morini. Nell'estate del 2019 ecco la fecondazione in vitro (telefonate e messaggi tra AQ e PG) e il parto eutocico il 20 maggio 2020 in piena pandemia.

Francesca Marinangeli: lavorare sulla festa del Respiro: perché molta gente possa sensibilizzarsi a questi valori; lavorare sull'ospitalità accogliente per le esigenze (elevate) di disabili respiratori, e di soggetti sensibili ad allergeni ambientali di origine animale e vegetale; strutturare un buon pool di esperti a disposizione di progetti che i diversi borghi vorranno realizzare: balconi fioriti; boschi balsamici; far coltivare porzioni di terreni incolte con orti familiari; dare lavoro nel campo ambientale; favorire lo sviluppo ecologicamente sostenibile. I borghi devono diventare esempi virtuosi dove si fa bene, si sta bene, in vacanza e tutto l'anno. Attendiamo candidature da borghi siti sui promontori marini (es Gargano, Conero, Costiera Amalfitana ecc) che completerebbero l'offerta turistica a cui abbiamo pensato.



Altopiano delle Rocche – Foto di F. Marinangeli

La vostra associazione si basa su una forte componente scientifica, difatti questo progetto non può prescindere dalla valutazione della qualità dell'aria che respiriamo. Qual è la situazione italiana sotto questo punto di vista? Che ruolo ha la componente scientifica in questo processo?

Salvatore D'Antonio: la situazione Italiana è piuttosto disomogenea: si passa da zone fortemente inquinate ad altre che ancora conservano caratteristiche d'eccellenza ambientale che dobbiamo difendere, ma anche cercare di allargare. L'approccio scientifico, la conoscenza dei danni causati dall'inquinamento, l'educazione sanitaria, la diffusione delle conoscenze di quelle che sono le patologie polmonari correlate ad un'esposizione a fattori nocivi, devono offrire le argomentazioni per promuovere e supportare questo progetto.

Vincenzo Colorizio: tutto merito di Francesca Marinangeli la componente scientifica e la composizione del Comitato scientifico multidisciplinare.

Francesca Marinangeli: mio pallino è stato coinvolgere nell'impalcatura iniziale del progetto altissime professionalità nazionali nei 5 settori che inquadrano la qualità ambientale di un territorio, e la cosa bella è stata che non avevo (e ancora non ho) risorse finanziate da mettere a disposizione, pertanto il valore di questi esperti viene aumentato dalla gratuità della loro prestazione. Eppure mi hanno detto sì: per la qualità dell'aria e monitoraggio (ISPRA), **Silvia Brini** e **Alessandro Di Menno di Bucchianico**; per la protezione della natura e biopolitiche (CREA Centro Politiche e Bio-economia), me medesima; per la salute respiratoria e sani stili di vita (AIPO-ITS), **Marco Dottorini**, ora avvicendato dal collega pneumologo **Roberto Tazza**; per il turismo sostenibile (ISTO Organizzazione internazionale del Turismo sociale) **Gabriele Desiderio**, di UNPLI; per il coinvolgimento del pubblico e la formazione (Associazione BPCO), **Salvatore D'Antonio** e **Vincenzo Colorizio**, pneumologi che ringrazio tutti per la squisita disponibilità.

Questo comitato supporta il consiglio direttivo dell'Associazione nelle sue funzioni. Mi preme ricordare sia il presidente, **Avv Luciano Morini** (Assessore al Comune di Nocera Umbra) quando nel 2015 il progetto pilota fu avviato, sia il Presidente onorario **Monsignore Orlando Antonini** (ex Nunzio Apostolico), il quale propose il coinvolgimento anche dell'Alto Lazio tra i primi comuni firmatari, andando a strutturare una proposta di rinascita anche per i borghi terremotati degli ultimi 20 anni in Centro Italia.

Come vedete ci sono ben 3 pneumologi, tre esperti ambientali e un esperto nel turismo sociale e sostenibile, a completare il comitato scientifico che si è occupato di stilare il regolamento e dare così una valenza ad un nome molto semplice: i Borghi del respiro. Oggi il comitato sta effettuando le valutazioni sui nuovi candidati, perché non basta essere volenterosi per ottenere questo titolo, bisogna che la qualità dell'aria sia eccellente, evitando sforamenti dei limiti di legge (decreto Legislativo n. 155 del 2010) imputabili ad inquinanti, compatibilmente con i valori rilevati dalle agenzie regionali. Bisogna precisare che per l'ozono gli sforamenti annuali nella stagione estiva non sono evitabili in tutto il territorio nazionale, tuttavia, essendo questo inquinante prodotto di una reazione chimica che coinvolge anche la presenza di un determinato tipo di vegetazione arborea (specialmente querce) che produce VOC in presenza di irraggiamento solare, esso non è necessariamente legato ad un tasso di inquinamento, pur risultando dannoso all'apparato respiratorio. Questo per fare un esempio di come siano complessi i fattori ambientali, che possono influire sul beneficio respiratorio.

Nei borghi del respiro c'è un'aria buona che però non si può definire, come da nessun'altra parte del resto, ipoallergenica: i pollini sono comunque presenti e bisogna conoscere, tramite ad esempio le sentinelle locali delle fioriture, i periodi specifici di pollinazione delle specie più allergeniche (es graminacee), per evitare i soggiorni in quei periodi, e poter beneficiare dell'aria di montagna quando i pollini si sono ridotti o annullati. C'è da dire comunque che come provato da lavori scientifici, l'inquinamento fa esprimere (per reazione della cuticola esterna ad agenti ossidanti) l'allergenicità ad alcuni pollini che in ambiente pulito non viene espressa. I borghi del respiro sono ad esempio coloro che si impegnano a fornire questo tipo di informazioni ai loro cittadini e ai loro turisti.

Da considerare che in montagna gli allergici alla parietaria o al cipresso potranno evitare del tutto questi pollini, poiché il clima più fresco non consente a queste piante di vivere o pollinare. Inoltre abbiamo tra i borghi Rocca di Cambio, il comune più alto degli Appennini, 1434 metri sul livello del mare, ci avviciniamo quindi al limite di vita del dannoso acaro della polvere. Agli allergici quindi suggeriremo un soggiorno in quel borgo abruzzese, e così via, ogni borgo ha la sua specificità.



Borgo di Leonessa – Foto di F. Marinangeli

Abbiamo notato che la partecipazione dei comuni è siglata con il “Patto per il respiro” e il tema nazionale della nostra 13° edizione è proprio il “Diritto di respirare”, potreste condividere con noi un pensiero a riguardo considerando anche il momento storico che stiamo vivendo?

Salvatore D’Antonio: L’aria è vita. L’aria è come la libertà: te ne accorgi solo quando ti manca!

Vincenzo Colorizio: le popolazioni dei Borghi dei Parchi sono in maggioranza passive. Per una loro attiva PARTECIPAZIONE si è pensato alla firma di un PATTO al fine di mettere in atto AZIONI POSITIVE su un ventaglio di ben 33 proposte. Il PENSIERO da condividere è quello di far comprendere alle depresse popolazioni delle aree interne (soprattutto dell’Appennino) che hanno le stesse chances di quelle Alpine, che possiedono già un tesoro purtroppo ignorato, l’ARIA PURA curativa come le acque termali.

Francesca Marinangeli: Riporto una frase di Marco Aurelio regalatami dal mio pneumologo e che tengo sulla mia bacheca di lavoro: “Quando ti alzi al mattino, pensa quale prezioso privilegio è esser vivi: respirare, pensare, provare gioia ed amare”.



Percorsi escursionistici Trasimeno – Foto di F. Marinangeli

La pandemia ha di certo avuto un impatto sulle nostre vite, ma anche e soprattutto sul nostro ambiente, sulle nostre abitudini e di conseguenza anche sul tipo di turismo che si dovrà promuovere/realizzare. Si può parlare di un futuro dove **cura** e **turismo** potranno essere due elementi importanti nell'economia turistica del nostro paese? Con quali criteri si dovrà cercare di unire questi due filoni?

Salvatore D'Antonio: la pandemia ci ha riportato a situazioni di cui avevamo contezza solo dalla lettura di romanzi storici o da terribili pagine della storia dei secoli passati. Purtroppo la globalizzazione, la facilità di spostamento da un continente ad un altro in poche ore, rende sempre probabile la trasmissione di malattie che si diffondono per via aerea. Sicuramente supereremo questo momento, ma in futuro l'attenzione dovrà sempre rimanere alta. L'attuale pandemia, ma soprattutto l'isolamento forzato, ha evidenziato come poter vivere in spazi aperti dove poter gestirsi in sicurezza "a pieni polmoni" consenta di meglio sopportare questi difficili circostanze. Infine va segnalato che l'opportunità di poter lavorare a distanza, il miglioramento della viabilità, la rapidità dei nuovi mezzi di trasporto pubblico, renderanno appetibile l'idea di lasciare i grandi centri urbani a favore di zone più salubri, dove poter vivere non solo per brevi periodi di vacanza.

Vincenzo Colorizio: ovvii i vantaggi in questo periodo di PANDEMIA da quanto esposto.

Francesca Marinangeli: il distanziamento ha allargato gli spazi e reso meno affollati gli ambienti; gli sport sono ammessi in forma individuale; i viaggi all'estero attualmente vietati o limitati; gli spostamenti tra regioni limitati; è possibile frequentare le seconde case. Credo che in tutto

questo – dal punto di vista pratico e non filosofico – ci sarà un impulso da dare perché sia riconosciuto che:

- Riprendere fiducia sul fatto che prendere una boccata d'aria in montagna fa bene al sistema immunitario, all'umore, e se ci andiamo con conviventi non è necessario l'uso della mascherina, perché non vi è un aumentato rischio di contrarre covid-19. Farei in tal senso (parlo a livello personale) un appello ai nostri governanti per rendere la passeggiata in montagna con conviventi e portandosi il vitto nello zaino (per evitare assembramenti ai bar e punti ristoro) libera da tutte le restrizioni;
- Avere luoghi in cui poter respirare a pieni polmoni senza paura;
- Organizzare il turismo in forma diffusa, nelle seconde case, recuperando quelle abbandonate da anni;
- Favorire lo sviluppo e la frequenza di sport individuali o in piccoli gruppi all'aria aperta;
- Favorire il recupero di chi ha avuto conseguenze da covid con una attività respiratoria all'aperto che prosegua le sedute di riabilitazione effettuate in ambito medico, come continuità territoriale: frutto del primo progetto pilota Oasi del respiro è la realizzazione di una palestra all'aperto a [Monte Alago](#) di [Nocera Umbra](#), a 900 m di altitudine, in area protetta della rete Natura2000, adatta a tutti, (anche disabili respiratori) con un semplice e bellissimo percorso ad anello di 1-2 km con cartelli che propongono esercizi respiratori realizzati da CREA, DSA3, Amar Associazione malattie respiratorie, e dal Centro di Prevenzione e Riabilitazione Tisio-pneumologica Centro Seppilli USL Umbria 1 di Perugia.

Vincenzo Colorizio: domanda aggiuntiva: c'è un ulteriore elemento ispiratore dei Borghi del Respiro? Sì, e lo definirei sovranaturale, oserei dire MISTICO, dovuto a un territorio interno abruzzese-umbro-laziale ricco di abbazie, monasteri, conventi, cammini antichi percorsi da talmente tanti Santi e Beati le cui impronte, a distanza di secoli, si intravedono e si respirano anche da parte di agnostici.

Ringraziamo i nostri ospiti che ci hanno raccontato questa importante esperienza che mette al centro cura e bellezza dei territori; per le info specifiche vi consigliamo di visitare il loro sito: [Borghi del respiro!](#)

Buon viaggio come sempre