

TERAPIA FORESTALE: VALUTAZIONE DI EFFICACIA TERAPEUTICA ED ECONOMICA DELLA GUIDA CLINICA

Francesco Meneguzzo



Giovedì 19 febbraio 2026

Riserva Naturale Regionale Selva del Lamone

Evento del Progetto CR 05.10

TERAPIA FORESTALE: VALUTAZIONE DI EFFICACIA TERAPEUTICA ED ECONOMICA DELLA GUIDA CLINICA

Francesco Meneguzzo

Giovedì 19 febbraio 2026

Riserva Naturale Regionale Selva del Lamone

Evento del Progetto CR 05.10



TOPICS

1. Terapia implica competenza clinica: psicoterapeuta guida, tutela, personalizza, gestisce rischio.
2. La guida clinica amplifica e stabilizza i benefici su ansia e umore.
3. Il valore economico della guida clinica supera i costi: più QALY.



PIANO STRATEGICO
DELLA **PAC**
IL FUTURO DELL'AGRICOLTURA SOSTENIBILE



1 TERAPIA E NECESSITÀ DELLA GUIDA CLINICA

Se parliamo di “terapia” (non di escursionismo salutistico), servono **responsabilità cliniche**: inquadramento del bisogno, obiettivi, gestione di vulnerabilità (ansia anticipatoria, rischio vasovagale, allergie), consenso informato, privacy e possibilmente follow-up. La guida dello psicoterapeuta rende l’esperienza intenzionale e sicura, e consente integrazione in percorsi sanitari con protocolli standardizzati (STAI, POMS, misure fisiologiche) e siti validati.

2 GUIDA CLINICA → BENEFICI MAGGIORI E PIÙ STABILI

Nei dataset multicentrici 2021–2025, a parità di percorso, giorno e istruzioni, le **sessioni guidate (TG)** migliorano più delle auto-condotte (SG) gli esiti a breve termine: riduzione di ansia (STAI-S), miglioramento dell'umore (POMS-TMD) e dell'autostima (POMS-EST), con minore dispersione individuale. Anche nei percorsi di Monte Cimino / Fogliano (Lago di Vico), le sessioni condotte da psicoterapeuta risultano superiori a quelle auto-condotte, e anche rispetto alla guida non clinica.

3 IL VALORE ECONOMICO SUPERA I COSTI

Traducendo gli esiti in QALY e monetizzandoli con soglie sanitarie (es. 20–50 mila €/QALY), la guida clinica “paga” da sola: programmi annuali da ~25 sessioni mostrano **valori medi per persona dell’ordine di 4–10 mila €/anno**, contro un costo stimato della conduzione professionale ~500 €/anno.

Il valore stimato della guida clinica supera di ~1.7 volte l’autoconduzione.

Nei siti di Monte Cimino/Fogliano le stime convergono intorno a ~10 mila €/persona/anno, con ritorni $\approx 10\text{--}20\times$ il costo.

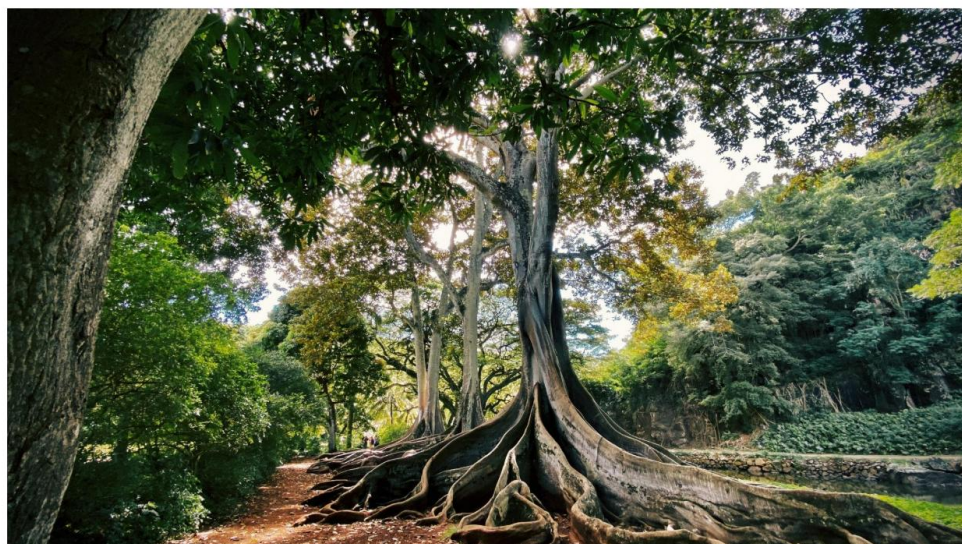
ARTICOLO SCIENTIFICO E STAMPA

Fondazione Leonardo
LEARNING THE FUTURE



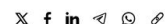
 RICERCA
19.12.2025 | MICHELA DELL'AMICO

Terapia forestale assistita, Cnr: “Risparmio in spesa pubblica pari a 20 volte”



Topics
RICERCA
NATURA
PSICOLOGIA

Condividi



Vivere nella natura fa bene alla salute come una medicina, e questo lo sapevamo. Stare **nei boschi e farlo mentre si segue una terapia specifica, con l'ausilio di specialisti, si mostra ora una miniera d'ora: in salute, e denaro pubblico**



PIANO STRATEGICO
DELLA **PAC**
IL FUTURO DELL'AGRICOLTURA SOSTENIBILE



Finanziato
dall'Unione europea



behavioral sciences



Article

Therapist-Guided Versus Self-Guided Forest Immersion: Comparative Efficacy on Short-Term Mental Health and Economic Value

Rosa Riviaccio ^{1,†} , Francesco Meneguzzo ^{2,3,*,†} , Giovanni Margheritini ³, Tania Re ⁴, Ubaldo Riccucci ⁵ and Federica Zabini ² 



gennaio 2026
rivista semestrale di sanità
n. 1

eCampuSanità

Terapia Forestale: da pratica di benessere a risorsa per la sanità



Tania Re
Antropologa e Psicoterapeuta; Cattedra UNESCO Università di Genova



Francesco Meneguzzo
Consiglio Nazionale delle Ricerche, Istituto per la BioEconomia



Federica Zabini
Consiglio Nazionale delle Ricerche, Istituto per la BioEconomia

VALORE AGGIUNTO DELLA CONDUZIONE CLINICA

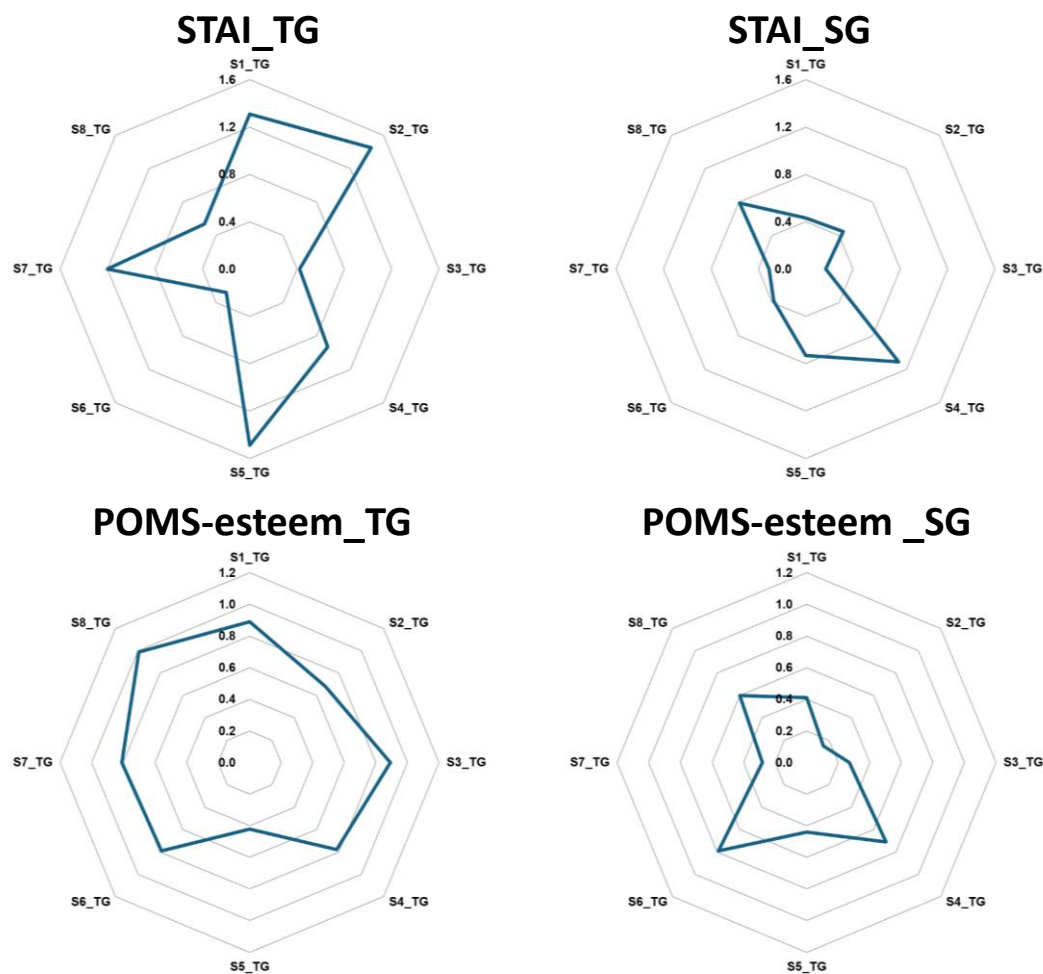
Table 3. Homogeneity scores across TG and SG groups. * *p*-based significant difference; + relatively large effect size based on Cramer's V or Cohen's d.

Sessions	Gender		Age Class		STAI-T		Assessment ^a
	<i>p</i>	Cramer's V	<i>p</i>	Cramer's V	<i>p</i>	Cohen's d	
S1_TG S1_SG	0.10	0.25	0.31	0.32	0.43	0.27	H
S2_TG S2_SG	0.11	0.32	0.08	0.52 +	0.75	0.49	SI
S3_TG S3_SG	0.96	0.01	0.60	0.28	0.17	0.60 +	SI
S4_TG S4_SG	0.13	0.31	0.75	0.27	0.05	0.70 +	SI
S5_TG S5_SG	0.03 *	0.49	0.74	0.23	0.98	0.07	SI
S6_TG S6_SG	0.44	0.17	0.96	0.05	0.34	0.36	H
S7_TG S7_SG	0.55	0.11	0.10	0.47	0.11	0.53 +	SI
S8_TG S8_SG	0.24	0.17	0.66	0.18	0.77	0.04	H

^a H = homogenous; SI = small imbalance.

- 282 partecipanti in 8 sessioni accoppiate guidate (TG) /auto-condotte (SG).
- 8 siti diversi, dalle vallate alpine al parco periurbano, alla bassa e media montagna appenninica
- Gruppi omogenei per genere/età/ansia di tratto

VALORE AGGIUNTO DELLA CONDUZIONE CLINICA



- **Significatività delle differenze campionarie (medie/cambiamenti):** per ogni coppia TG–SG, test non parametrico di Wilcoxon–Mann–Whitney.
- **Dimensione dell'effetto:** indice d di Cohen.
- **Significatività delle differenze di varianza:** Brown–Forsythe (robusto, basato sulla mediana) e Welch (robusto, in presenza di eteroschedasticità).

<https://www.parchilazio.it/vico-schede-34400-le-foreste-dei-monti-cimini-luogo-d-elezione-per-il-benessere-forestale>



NATURA E/E' BENESSERE QUANDO LA NATURA CURA

ATTIVITA' REALIZZATE CON IL CONTRIBUTO DELLA REGIONE LAZIO
ED IL SUPPORTO SCIENTIFICO DEL



INFORMAZIONI
Info@riservavico.it

www.monticimini.it



- Progetto di valorizzazione e animazione promosso e coordinato da **Ente Monti Cimini – Riserva Naturale Lago di Vico**
- Due percorsi qualificati – Monte Cimino e Monte Fogliano

Funzionalità psicologica diretta

Tabella 3. Sintesi degli esiti delle sessioni di Terapia Forestale.

ID sessione	Sito	Data	Condizioni meteorologiche	Conduttore	Partecipanti	STAI-S		POMS-TMD		POMS-EST	
						p ^a	d ^b	p	d	p	d
MC1	Monte Cimino	26.07.2025	Cielo sereno o poco nuvoloso. Temperatura: 20-23°C. Vento debole.	Tania Re	20 (in prevalenza corsisti psicologi)	*	+	*	+		+
MC2	Monte Cimino	16.08.2025	Cielo sereno/velato. Temperatura: 24-28°C. Vento debole.	GAE	19 (corsisti, esterni)	**	++	*	+	*	++
MC3	Monte Cimino	20.09.2025	Cielo sereno/velato. Temperatura: 17-22°C. Vento debole.	Tania Re	26 (in prevalenza corsisti non psicologi)	**	++	*	++	***	+++
MC4	Monte Cimino	20.09.2025	Cielo sereno. Temperatura: 17-23°C. Vento debole.	Auto-condotta	26 (in prevalenza corsisti non psicologi)	***	++		+	**	++
MF1	Monte Fogliano	10.08.2025	Cielo sereno. Temperatura: 24-28°C. Vento debole.	GAE	19 (corsisti, esterni)	**	+			*	+
MF2	Monte Fogliano	15.08.2025	Cielo quasi sereno/velato. Temperatura: 24-27°C. Vento debole.	GAE	16 (corsisti, esterni)	**	++	*	++	*	++
MF3	Monte Fogliano	21.09.2025	Cielo sereno. Temperatura: 18-24 °C. Vento debole.	Tania Re	15 (corsisti, esterni)	***	++	***	++	***	++

• Partecipanti psicologi

• Cimino 2 – conduzione GAE

• Cimino 3 – psicoterapeuta

• Cimino 3 – autoconduzione

• Fogliano 1 – conduzione GAE

• Fogliano 2 – conduzione GAE

• Fogliano 3 – psicoterapeuta

^a p = significatività statistica: * ≥ 95% ** ≥ 99%; *** ≥ 99.9% ^b d = indice d di Cohen (dimensione dell'effetto): + ≥ 0.2 (piccolo); ++ ≥ 0.5 (medio); +++ ≥ 0.8 (grande).



Stima del valore economico

NATURA E/E' BENESSERE

QUANDO LA NATURA CURA

ATTIVITA' REALIZZATE CON IL CONTRIBUTO DELLA REGIONE LAZIO
ED IL SUPPORTO SCIENTIFICO DEL



CNR IBE
Istituto per lo Studio e la Conservazione delle Risorse Ambientali

INFORMAZIONI
Info@riservavico.it

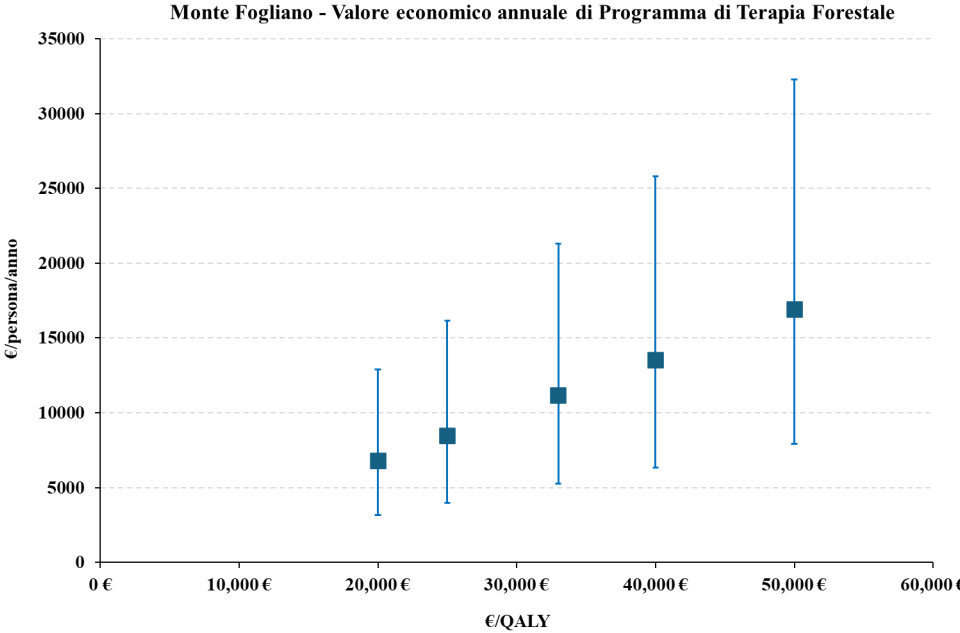
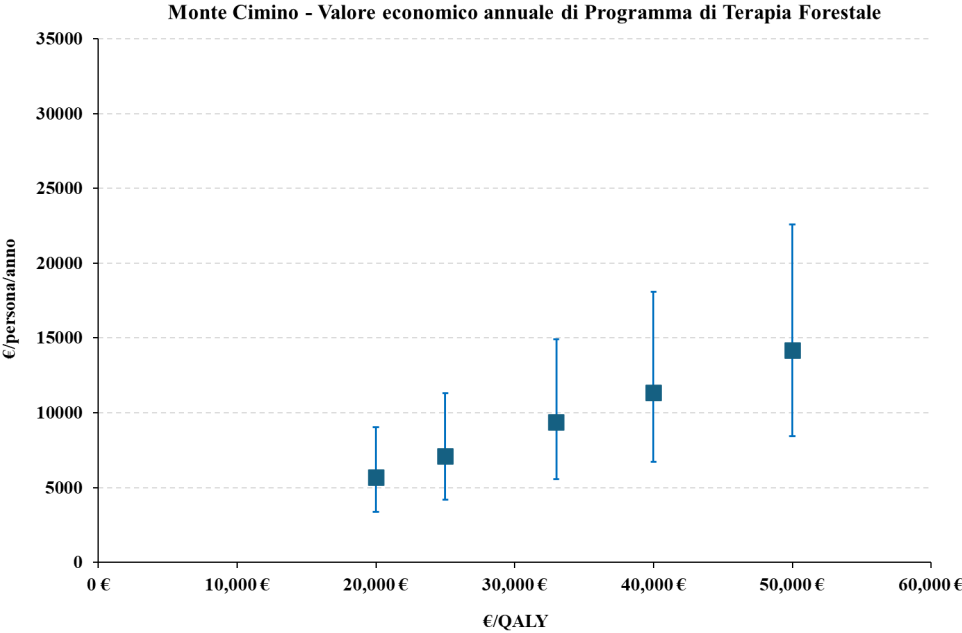
www.monticimini.it



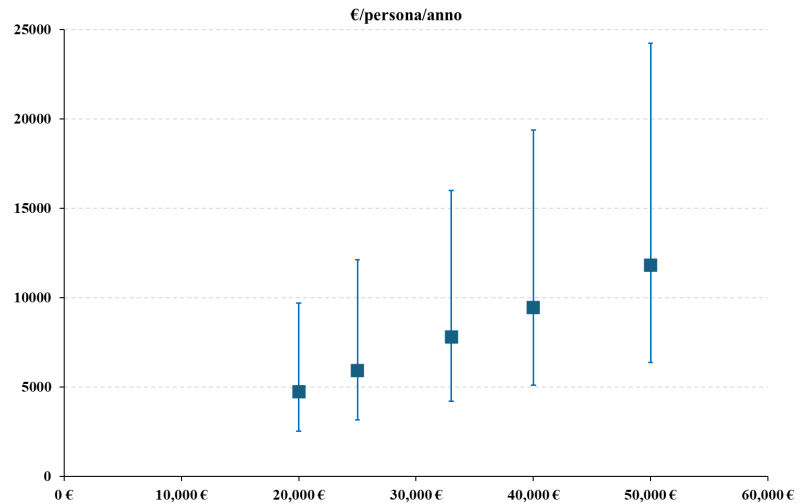
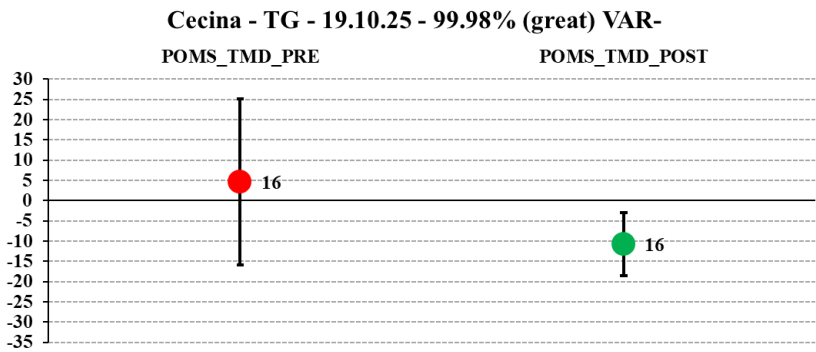
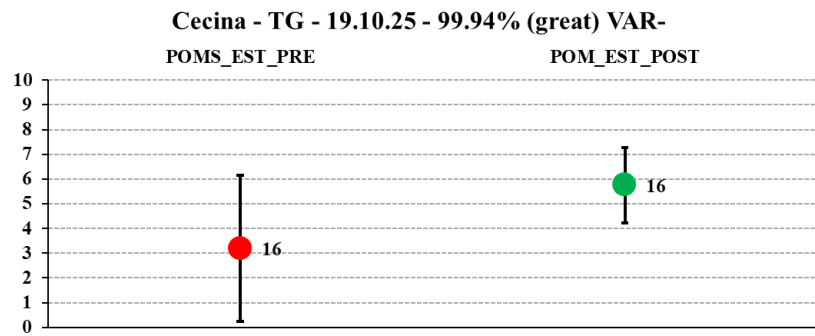
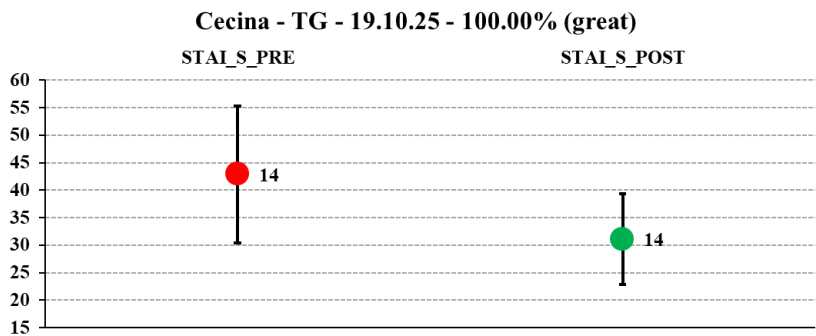
REGIONE
LAZIO



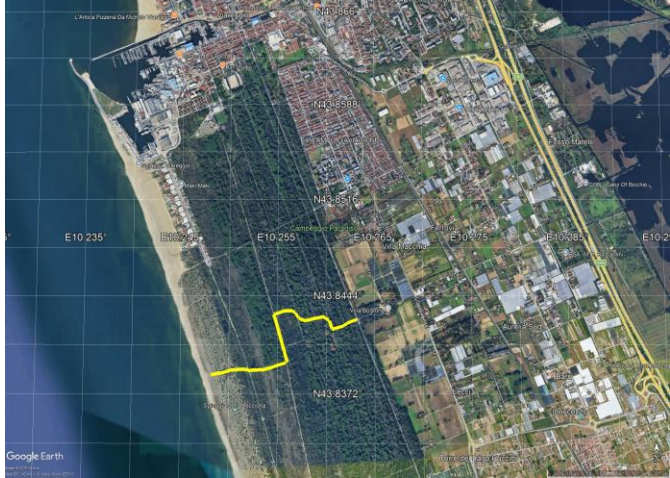
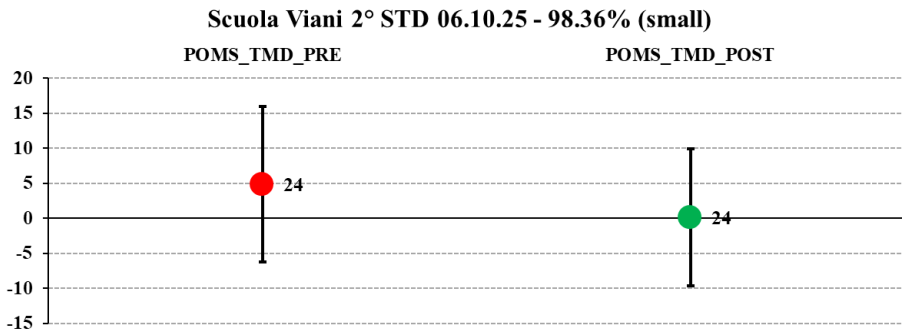
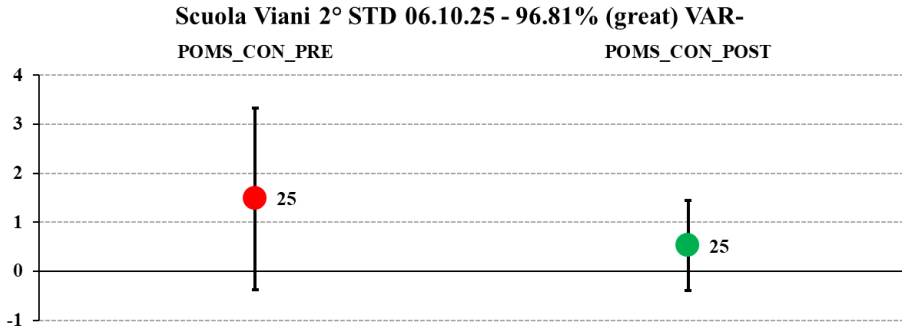
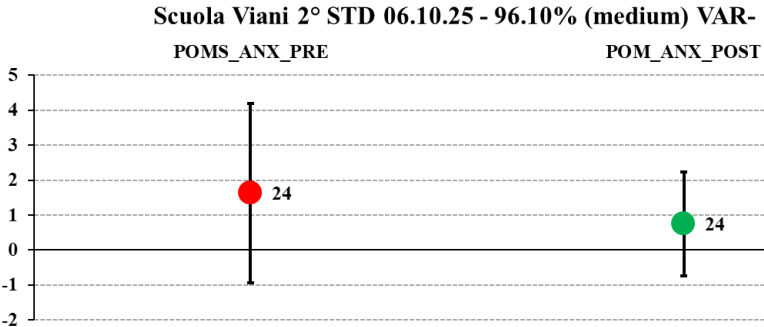
Monte Mario Cima
- RISERVA NATURALE
LAGO DI YICO



Pineta costiera – funzionalità psicologica diretta (adulti)



Pineta costiera – funzionalità psicologica diretta (bambini 12 anni)



“Quando è **terapia**, la guida clinica fa la differenza: più riduzione dell’ansia, benefici più stabili, valore economico superiore.”