

## Piante ornamentali, paesaggi e multifunzionalità

### Orticultura urbana amatoriale e benefici per la salute: il caso studio degli orti sociali di Prato

**Baldi A., Gallo N.L., Lenzi A.**

ada.baldi@unifi.it

*Dipartimento di Scienze e Tecnologie Agrarie, Alimentari, Ambientali e Forestali (DAGRI), Università degli Studi di Firenze, Piazzale delle Cascine, 18 - 50144, Firenze*

L'orticultura amatoriale può contribuire a migliorare la salute umana, sia direttamente che indirettamente. Il consumo di ortaggi autoprodotti, infatti, non apporta solo benefici in termini economici, consentendo un risparmio sulla spesa alimentare, ma anche in termini psicologici, legati alla soddisfazione di averli "fatti da sé", e salutistici. Coltivare un orto favorisce la socialità, consente di svolgere attività fisica all'aperto e aumenta il consumo di verdure fresche. È soprattutto per questo che un numero sempre maggiore di Amministrazioni Comunali promuovono l'orticultura amatoriale attraverso gli "orti sociali".

A Prato, in Toscana, sono presenti tre orti sociali, attrezzati e dati in concessione dal Comune tramite bando pubblico a pensionati, esodati e disoccupati. Tali orti sono organizzati in lotti di 50 m<sup>2</sup> ciascuno, assegnati ognuno ad una persona, per un totale di 105 lotti su una superficie di circa 5000 m<sup>2</sup>. Il nostro lavoro si è basato su 45 interviste (15 per orto) condotte utilizzando un questionario appositamente predisposto. Gli ortisti hanno risposto a 22 domande, volte ad indagare aspetti produttivi e agronomici (specie coltivate, superfici investite per ciascuna specie, tecniche colturali adottate), sociali (età, sesso, livello di istruzione, tempo medio settimanale dedicato all'orto, motivazioni e livello di soddisfazione) ed economici (destinazione del prodotto, percentuale di copertura del consumo di ortaggi del nucleo familiare e costo dell'orto). Sulla base delle specie coltivate e delle superfici ad esse destinate è stata calcolata la produzione totale di ortaggi media per lotto (superficie media investita moltiplicata per le rese delle varie specie riportate dall'ISTAT). Quindi, è stato calcolato l'apporto in minerali (Na, K, Mg, Ca, P, e Fe) e vitamine (A, C, B1, B2 e PP) delle varie specie moltiplicando le produzioni ottenute per la composizione nutrizionale dell'ortaggio, e i valori ottenuti sono stati confrontati con i fabbisogni dei vari micronutrienti indicati dalla Società Italiana di Nutrizione Umana.

Dall'analisi dei dati raccolti è emerso che la maggior parte degli ortisti ha un'età compresa tra i 70 e gli 80 anni, un livello di istruzione Elementare e impiega almeno 20 ore settimanali alla cura del proprio lotto. Secondo quanto dichiarato dagli ortisti, la produzione ottenuta copre almeno la metà del loro consumo familiare. La specie di gran lunga più coltivata, sia per numero di lotti che per superficie investita, è il pomodoro, che di conseguenza contribuisce anche maggiormente all'apporto di micronutrienti, in particolare potassio e Vitamina C. Nel complesso gli ortisti hanno espresso grande soddisfazione per la loro esperienza, di cui hanno dichiarato di apprezzare gli aspetti sia salutistici che sociali.

**Parole chiave:** agricoltura urbana, orti amatoriali, ortaggi freschi, micronutrienti, sicurezza alimentare.