



NEWS FLASH

Les forêts, la santé humaine et la sécurité de l'environnement

Le 9^{ème} d'une série d'articles en relation avec le **XXIII^e Congrès Mondial IUFRO**
23-28 Août 2010, Séoul, République de Corée

GUÉRIR GRÂCE À LA FORÊT

(Vienne, 19 juillet 2010) – “Embrasser l'arbre”, l'idée ne manque pas de charme.

Selon le Dr. Eeva Karjalainen de l'Institut de recherche forestière de Finlande, Metla, il y a beaucoup de gens qui « se sentent bien et à l'aise quand ils sont dehors dans la nature. Toutefois, peu nombreux sont ceux qui se rendent compte qu'il existe des preuves scientifiques des effets thérapeutiques des forêts.”

Les forêts – et d'autres espaces naturels et verts – sont en mesure de réduire le stress, de réhausser notre moral, de réduire la colère et l'agressivité et d'améliorer tout simplement le bonheur de vivre. Les promenades en forêt contribuent au renforcement de notre système immunitaire tout en augmentant l'activité et le nombre des cellules naturelles tueuses qui détruisent les cellules cancéreuses.

Beaucoup d'études montrent qu'après des situations stressantes et exigeantes, les gens se remettent plus rapidement et mieux dans un environnement vert qu'en ville. La pression sanguine, le battement du cœur, la tension musculaire et le niveau des « hormones du stress » baissent plus vite dans la nature. La dépression, la colère et l'agressivité sont réduites dans des environnements dits verts et les symptômes associés au TDAH de l'enfant se réduisent lorsqu'il joue dans la nature.

Outre le bien-être mental et émotionnel, plus de la moitié des médicaments prescrits contiennent des composants naturels – ainsi, par exemple, le taxol, utilisé pour traiter le cancer du sein et des ovaires, est fabriqué à la base de l'arbre d'if tandis que le xylitol qui peut inhiber la carie est extrait de l'écorce de certains feuillus.

Lors du Congrès Mondial IUFRO à Séoul le Dr. Karjalainen coordonnera une séance sur les effets thérapeutiques des forêts. “Il est très important de préserver les espaces verts et les arbres dans les milieux urbains pour aider les gens à se remettre du stress, de garder la santé et de guérir les maladies, sans parler de la valeur monétaire sous forme de maintenance de la capacité de travail et de réduction des coûts économiques et sociaux des affections de longue durée », dit-elle.



L'Union Internationale des Instituts de Recherches Forestières (IUFRO) est un réseau international de chercheurs forestiers, non gouvernemental, sans but lucratif dont la mission est de promouvoir la coopération internationale en recherches forestières, y compris la sensibilisation du grand public pour les aspects écologiques, économiques et sociaux en matière d'arbres et de forêts.

Une partie importante de sa mission est de diffuser les résultats scientifiques aux parties prenantes et aux décideurs politiques, et de contribuer à la gestion forestière en matière de politique forestière et sur le terrain.

Les forêts soutenant la société et l'environnement à l'avenir

Pour plus d'informations, veuillez contacter: Dr. Eeva Karjalainen
par courriel: : eeva.karjalainen@metla.fi ou téléphone: (+358) 50-391-21-46