

Educare i bambini alla salute aiuta tutta la famiglia a vivere meglio. I consigli dei pediatri

Cibo e musica: la dolce pedagogia

di Alessandra Turrisi

Chi ascolta la musica fin dal grembo materno e dai primissimi giorni di vita potenzia la sua capacità di apprendimento. Chi mette l'origano nel pomodoro all'insalata è come se mangiasse un'aspirinetta. Ma chi mangia cibi inquinati da pesticidi, quali conseguenze avrà sulla sua salute? Consigli e interrogativi importanti, su cui i pediatri di tutta Italia si confrontano per tre giorni a Palermo, consapevoli che prevenire malattie, ansie, deficit oggi è possibile, basta intervenire "fin da piccoli". Questa è la parola d'ordine del XXII Congresso nazionale dell'Associazione culturale pediatri, che fino a domani riunisce circa 200 pediatri di famiglia, di comunità e ospedalieri alla Casena dei Colli, nel capoluogo siciliano. "Bambini... in mente" è il filo conduttore dell'incontro, che si articola in varie sessioni per affrontare i bisogni dei bambini e delle loro famiglie e promuovere modalità di intervento a volte semplici, ma con enormi possibili ricadute in termini di salute e di prevenzione di malattie dell'adulto e anche dei benefici per tutta la società.

«Supportare lo sviluppo precoce del bambino significa guardare non solo al presente, ma anche al futuro delle nuove generazioni», commenta Paolo Siani, presidente nazionale dell'Acp e primario di Pediatria al Cardarelli di Napoli. Bambini in mente, ma anche famiglie in mente. È complicato far cambiare stili di vita a una famiglia – sottolineano gli esperti –, se questi non vengono percepiti come dannosi per la salute. I pediatri dell'Acp sono consapevoli di questa difficoltà e auspicano l'alleanza, il coinvolgimento attivo della famiglia, che deve essere aiutata a prendere coscienza del problema per arrivare al cambiamento. Proprio tenendo bene in mente i bisogni dei piccoli e dei grandi, gran parte delle relazioni in programma sono rivolte a interventi precoci di promozione della salute.

Un ampio spazio è dedicato all'educazione alimentare per nutrire il

corpo in modo sano, riscoprendo sapori e saperi tradizionali nel rispetto dell'ambiente, che l'uomo sta modificando irreversibilmente nel giro di pochi decenni. Quali sono, infatti, le possibili conseguenze di un ambiente "malato" di inquinanti sulla salute del bambino, in particolare sullo sviluppo di malattie tumorali già in età pediatrica? In Italia la situazione è preoccupante: negli ultimi vent'anni si è osservato un aumento del 2 per cento annuo dei tumori infantili. Ernesto Burgio, coordinatore nazionale del comitato scientifico di Isde (International Society of Doctors for Environment), è convinto che nella lista delle sostanze che minano la stabilità del genoma trovano posto molecole chimiche (benzene, diossine, idrocarburi poliaromatici, pesticidi), metalli pesanti, campi elettromagnetici. «Tutti questi agenti che l'attuale modello di sviluppo ha moltiplicato e diffuso nell'ambiente

possono agire sulle nostre cellule e, in particolare, sul genoma dell'embrione e del feto, rendendolo instabile e aprendo la strada alle mutazioni e, in particolare, alle traslocazioni tipiche di molti tumori infantili», spiega Burgio.

Allarmi, ma soprattutto suggerimenti utili, possono agire sulle nostre cellule e, in particolare, sul genoma dell'embrione e del feto, rendendolo instabile e aprendo la strada alle mutazioni e, in particolare, alle traslocazioni tipiche di molti tumori infantili», spiega Burgio.

Allarmi, ma soprattutto suggerimenti utili, possono agire sulle nostre cellule e, in particolare, sul genoma dell'embrione e del feto, rendendolo instabile e aprendo la strada alle mutazioni e, in particolare, alle traslocazioni tipiche di molti tumori infantili», spiega Burgio.



La sfida



FRATELLI E SORELLE DI DISABILI: SERVONO STRATEGIE MIRATE

Dare voce ai fratelli dei bambini disabili. Quelli su cui ricadono le tensioni della famiglia, spesso messi in un angolo per dedicarsi a chi ha più bisogno e che si ritrovano soli a gestire violenti conflitti interni. Lo dice l'esperienza dei pediatri, che i fratelli e le sorelle dei piccoli pazienti disabili occupano spesso una posizione secondaria, sia agli occhi dei genitori sia a quelli delle altre figure che contribuiscono a dare un sostegno alla famiglia. Questa "invisibilità" può segnare profondamente la loro crescita psico-fisica e richiede un'attenzione particolare. L'Associazione culturale pediatri propone di condurre uno studio italiano su questo tema. «Gli interventi di supporto, centrati sul disabile, quasi mai rispondono ai bisogni della famiglia, e non considerano quelli dei fratelli – spiega Tommaso Montini dell'Acp della Campania –. È più che mai necessario individuare "fattori di protezione" che siano mirati anche ai fratelli: operatori che supportino la famiglia, interventi che permettano ai fratelli di creare relazioni amicali con coetanei esterni». (Ale. Tu.)

L'intervista

«Difficoltà e ansie? I genitori sbagliano a correre dal medico»

«**P**er decenni abbiamo, spesso inconsapevolmente, medicalizzato tutto, dalla gravidanza all'alimentazione, è tempo che i genitori si riappropri del loro ruolo». Giuseppe Primavera, pediatra di base e componente del direttivo Acp di Palermo, sintetizza l'obiettivo che da anni persegue l'associazione: responsabilizzare le famiglie. Dalle vostre ricerche emerge che, oltre alle malattie, i bambini soffrono di ansie, depressioni, deficit dell'apprendimento. Da cosa dipende? Non ci sono solo le malattie, spesso sono le condizioni economiche e sociali a essere patologiche. Noi cerchiamo di dare input ai nostri governanti, perché cerchino di correggere queste mancanze. Al Sud, per esempio, ci si ammala di più, ci sono più casi di mortalità perinatale, e la causa è

spesso l'organizzazione sanitaria carente. Un piano di razionalizzazione e l'accorpamento di ospedali sottodimensionati forse vanno nella direzione giusta. Su cosa bisogna puntare per migliorare l'assistenza? Sulla qualità, sull'u-

manizzazione delle cure, sulla territorializzazione delle cure. Oggi ci si ricovera per sciocchezze. È cambiata la società, sono mutati i riferimenti, le famiglie hanno paura di una febbre o di una tosse. Noi pediatri di base forse non siamo riusciti in questi anni ad arginare questa crescente paura.

Sono preoccupanti gli allarmi sulla quantità di sostanze inquinanti che assumiamo nelle nostre famiglie, soprattutto attraverso il cibo. Come proteggerci? Purtroppo a volte ciò che sembra bellissimo è inquinato, dai pesticidi soprattutto, che sono perturbatori del sistema endocrino. Dico sempre alle mamme di non dare ai loro bambini troppi alimenti di origine animale e preferire il consumo di frutta e verdura. Sembra banale, ma bisogna tornare alla dieta mediterranea. Un consiglio alle mamme che devono svezzare i loro bambini?

Fate sedere con voi a tavola, impareranno a gustare le vostre cose, se sono di buona qualità e sane. È il metodo migliore.

Alessandra Turrisi