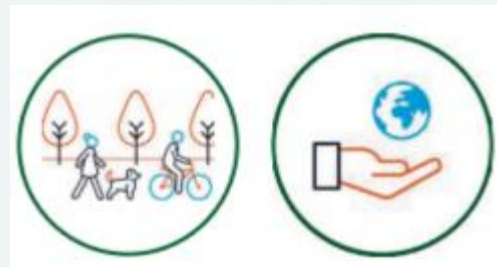




# Accrescere le competenze genitoriali su alcuni determinanti della salute dei bambini

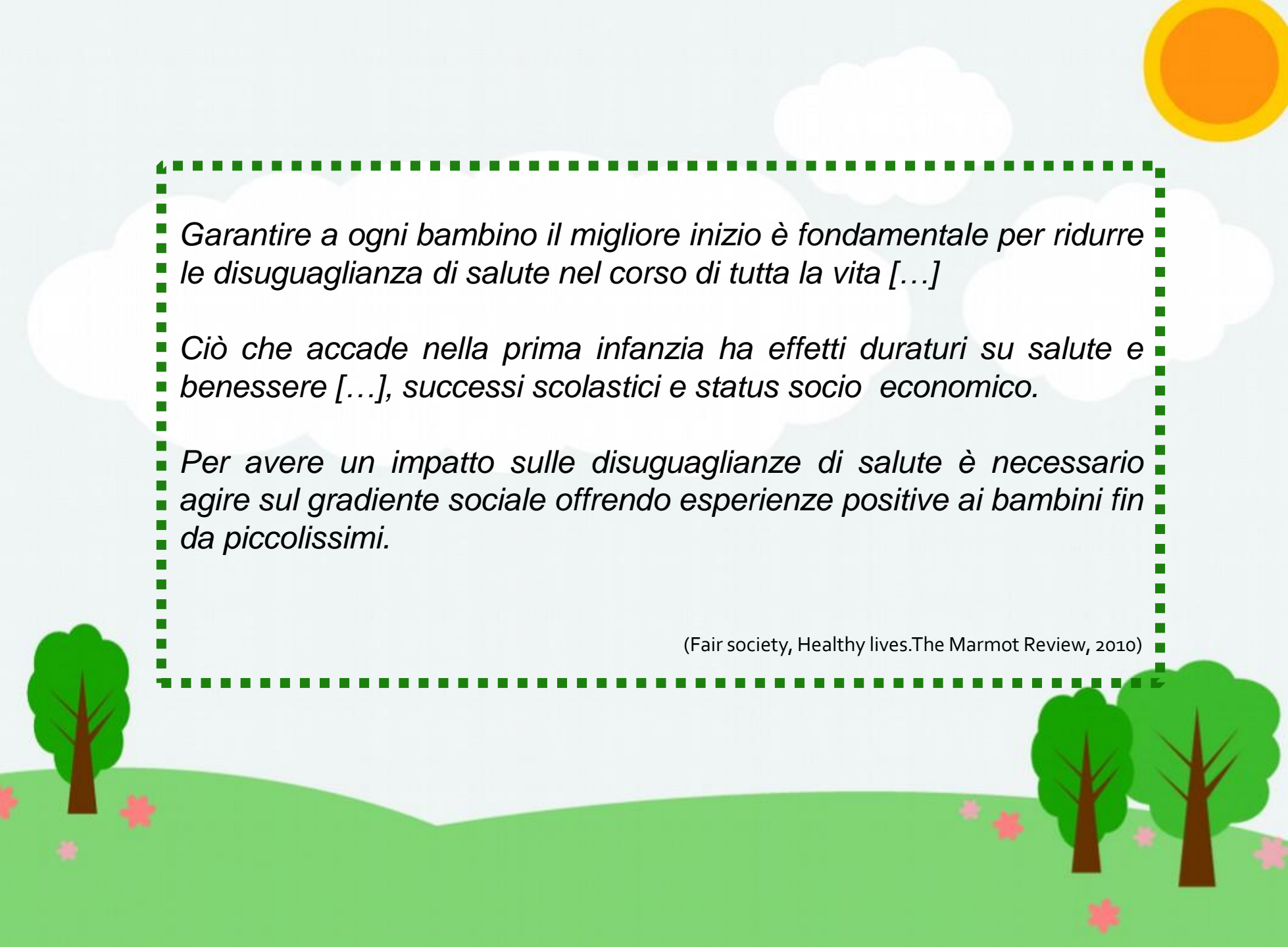




**Perché dobbiamo impegnarci proprio nei primi 1000 giorni?**

**Cosa succede nei primi 1000 giorni?**





*Garantire a ogni bambino il migliore inizio è fondamentale per ridurre le disuguaglianze di salute nel corso di tutta la vita [...]*

*Ciò che accade nella prima infanzia ha effetti duraturi su salute e benessere [...], successi scolastici e status socio economico.*

*Per avere un impatto sulle disuguaglianze di salute è necessario agire sul gradiente sociale offrendo esperienze positive ai bambini fin da piccolissimi.*

(Fair society, Healthy lives. The Marmot Review, 2010)

# Fad Regionale

- ▶ 4 edizioni anno 2023
- ▶ Aperta a tutte le Professioni sanitarie e ETS
- ▶ Approfondimenti su :
  - Incidentalità (domestica e stradale)
  - Utilizzo schermi digitali
  - Allattamento al seno
  - Ambiente e salute
- ▶ Incontro in presenza 2024



## MODALITA' DI ISCRIZIONE

### MODALITA' DI ISCRIZIONE

L'iscrizione al corso sarà gestita dal discente attraverso il portale [ECM PIEMONTE](http://www.ecm.piemonte.it)

### MODALITA' DI ACCESSO

- 1) E-mail automatica dal portale ECM dell'avvenuto inserimento in aula
- 2) E-mail automatica dalla piattaforma MEDMOOD di partecipazione al corso; solo in caso di primo accesso alla piattaforma MEDMOOD si riceveranno le credenziali di accesso

Verificare anche nella casella "spam" in quanto il messaggio viene generato in automatico ed il gestore e-mail potrebbe rilevarlo come "spam".

### RICONOSCIMENTO ORE / CREDITI

**Per i dipendenti dell'Asl Città di Torino la Formazione e-Learning va eseguita FUORI bollatura.**

**A tutti i discenti dipendenti dell'ASL Città di Torino** che avranno **superato con profitto** il corso entro la data di fine dell'edizione in cui sono iscritti verranno riconosciute in automatico **4 ore di formazione** dopo la rendicontazione del corso, che avverrà **entro 90 giorni** dalla data di fine dell'edizione.

### CREDITI ECM

I discenti potranno visionare i crediti acquisiti e scaricare l'attestato ECM, consultando il proprio Curriculum Formativo sulla piattaforma ECM della Regione Piemonte, entro 90 giorni dalla data di fine dell'edizione e dopo la firma digitale dello stesso attestato

## NOTE

### VERIFICARE

su piattaforma ECM regionale  
([www.formazione-sanitapiemonte.it](http://www.formazione-sanitapiemonte.it))  
la presenza e la correttezza del proprio indirizzo di posta elettronica:

- 1) In "PROFILO->ANAGRAFICA->INFORMAZIONI DI REPERIBILITA": in caso di assenza/errore cliccare sul pulsante in alto a destra "MODIFICA" per inserire o correggere.

## RESPONSABILE SCIENTIFICO

Dott.ssa Lucia Portis  
SSC Emergenze Infettive, Prevenzione e  
Promozione della Salute  
ASL Città di Torino  
Coordinatrice regionale PPS "Sicurezza nei luoghi di  
vita"  
Piano Regionale di prevenzione  
Regione Piemonte

## SEGRETERIA ORGANIZZATIVA e PROGETTISTA

ING/CPSI Brisichella Antonio  
S.C. Formazione, obiettivi sanitari, qualità e  
accreditamento  
Tel. 0115662352  
Mail: [antonio.brisichella@ascittaditorino.it](mailto:antonio.brisichella@ascittaditorino.it)



**ASL**  
CITTÀ DI TORINO

EVENTO EFR  
(EVENTO FORMATIVO REGIONALE)

**Accrescere le competenze genitoriali  
su alcuni determinanti della salute dei  
bambini**

## SEDE

Fruibile on line 24 ore su 24,  
7 giorni su 7  
Tramite la piattaforma per la formazione  
e-learning regionale  
[www.medmood.it](http://www.medmood.it)

*Impegno orario previsto per completare il percorso: 3 ore*

**1° EDIZIONE DAL 01/10/23 AL 15/11/23**  
**2° EDIZIONE DAL 16/11/23 AL 31/12/23**

**Codice: 44914 crediti ecm: 4**



## AREA DEL DOSSIER FORMATIVO

FINALIZZATI ALLO SVILUPPO DELLE CONOSCENZE E COMPETENZE NELLE ATTIVITÀ E NELLE PROCEDURE IDONEE A PROMUOVERE IL MIGLIORAMENTO DELLA QUALITÀ, EFFICIENZA, EFFICACIA, APPROPRIATEZZA E SICUREZZA DEI SISTEMI SANITARI (OBIETTIVI FORMATIVI DI SISTEMA)

## OBIETTIVO FORMATIVO DI INTERESSE NAZIONALE

10 - EPIDEMIOLOGIA - PREVENZIONE E PROMOZIONE DELLA SALUTE - DIAGNOSTICA - TOSSICOLOGIA CON ACQUISIZIONE DI NOZIONI TECNICO-PROFESSIONALI

## AREA TEMATICA REGIONALE

AREA PREVENZIONE E PROMOZIONE DELLA SALUTE

## FINALITÀ/OBIETTIVO/I DEL CORSO

Gli obiettivi del corso sono:

- lo sviluppo della cultura della sicurezza degli ambienti domestici e della strada e la crescita delle competenze genitoriali connesse alla prevenzione degli incidenti domestici e stradali in età infantile
- lo sviluppo della consapevolezza dell'importanza dell'attività fisica in età infantile
- lo sviluppo della cultura relativa alla sostenibilità ambientale
- lo sviluppo della consapevolezza dell'importanza dell'allattamento al seno
- lo sviluppo della consapevolezza relativa ai rischi inerenti l'uso degli schermi digitali e dei campi elettromagnetici

Il risultato atteso è quello di una maggior conoscenza dei professionisti dei determinanti della salute dei bambini in relazione all'allattamento, agli inquinanti ambientali, all'esposizione agli schermi digitali, all'attività fisica e rapporto con la natura, che potrà determinare una miglior comunicazione con la popolazione target (genitori e bambini).

## ARTICOLAZIONE

Il corso viene erogato in modalità FAD ASINCRONA attraverso la piattaforma MedMood e si articola in 15 moduli per un impegno previsto di 4 ore.

Ogni area tematica è costituita da video lezioni, presentazioni e documentazioni di approfondimento. Terminata la fruizione del corso occorre aver frequentato il corso per almeno il 90% dell'impegno orario previsto e superare la verifica di apprendimento e compilare il GRADIMENTO, che costituiscono requisito indispensabile per l'ottenimento dei crediti e il riconoscimento delle ore per gli aventi diritto.

## PROGRAMMA

- Presentazione
- Ambiente e salute
  - Bambini e natura
  - La natura come risorsa per lo sviluppo psico-sociale del bambino
- Incidenti domestici e stradali
  - Definizione ed epidemiologia
  - Fasi di sviluppo dei bambini e rischi correlati
  - Prevenzione degli incidenti domestici in età infantile: linee guida
  - Gli incidenti stradali nella prima infanzia
- Inquinanti ambientali
  - Ambiente e salute nei primi 1000 giorni
  - Allattamento e ambiente
- Uso degli schermi digitali ed esposizione ai campi elettromagnetici
  - Crescere con gli schermi digitali
  - I campi elettromagnetici
- Test finale e questionario gradimento

## DESTINATARI

TUTTI GLI ISCRITTI ALLA PIATTAFORMA  
E.C.M PIEMONTE

## DOCENTI/RELATORI

- Dott.ssa Adda Sara
- Dott.ssa Buttafuoco Vittorina
- Dott.ssa Caputo Enrica
- Dott.ssa Cosola Alda
- Dott.ssa Portis Lucia
- Dott.ssa Risina Luciana
- Dott.ssa Rocco Rachele
- Dott.ssa Stefanini Valeria
- Dott.ssa Stroschia Morena
- Dott.ssa Uga Elena

## TUTOR di contenuto

Disponibile tramite il forum del  
portale di e-learning

## TUTOR tecnico

[antonio.brisichella@ascittaditorino.it](mailto:antonio.brisichella@ascittaditorino.it)



# Incidenti domestici

# Incidentalità domestica (Istat)

- L'evento si verifica in **un'abitazione**, intesa come l'insieme dell'appartamento vero e proprio e di eventuali estensioni esterne (balconi, giardino, garage, cantina, scala, piscina.)
- L'evento è **accidentale**, si verifica cioè indipendentemente dalla volontà umana.
- L'evento può comportare la **compromissione** temporanea o definitiva delle condizioni di salute di una persona, a causa di lesioni di vario tipo.



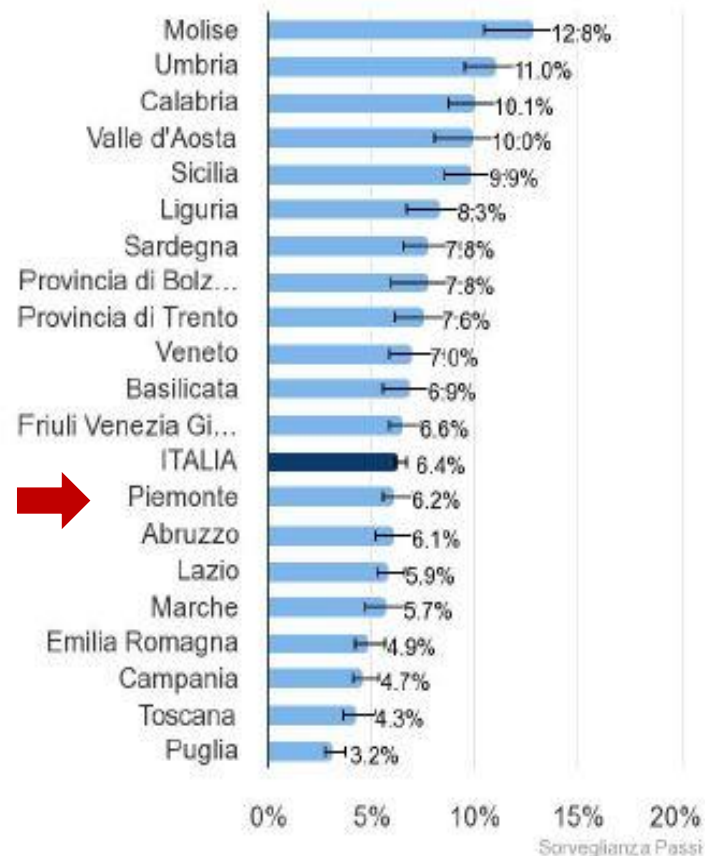


# Consapevolezza del rischio

## PASSI 2021-2022 Regione Piemonte

	Regione			Italia		
	%	IC95% inf	IC95% sup	%	IC95% inf	IC95% sup
Consapevolezza del rischio di infortunio domestico	6.3	5.6	7.0	6.4	6.1	6.7
negli ultra-64enni	9.2	6.7	12.6	8.4	7.4	9.7
in chi convive con ultra-64enni	9.2	6.6	12.7	7.2	6.3	8.3
nelle donne	7.7	6.6	8.9	7.5	7.1	7.9
in chi vive con bambini fino ai 14 anni	7.7	6.2	9.7	7.7	7.0	8.4
Infortunio domestico che ha richiesto cure	2.6	2.2	3.2	2.4	2.3	2.6

Consapevolezza del rischio di infortunio domestico per regione di residenza  
Passi 2021-2022





# Incidenti stradali

# Incidentalità stradale

L'utilizzo dei dispositivi di protezione per il trasporto dei bambini e delle bambine è fondamentale. Tenerli in braccio durante i viaggi in automobile è vietato dal Codice della Strada ed estremamente pericoloso.

Un richiamo ai comportamenti degli adulti alla guida di ogni veicolo dovrebbe essere l'espressione di un più generale senso di responsabilità: una parte dei decessi dei bambini per incidenti li vede vittime di investimenti come pedoni o ciclisti.

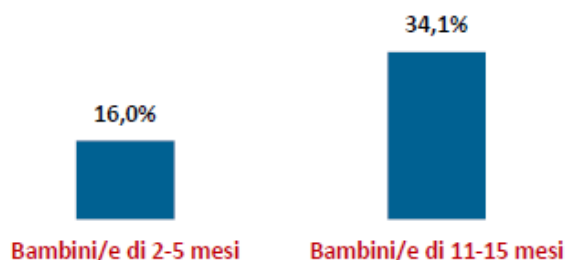


Sicurezza in auto

● Piemonte

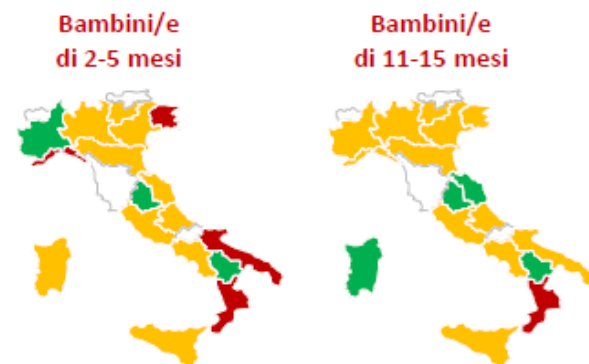
Il trasporto in auto del/la bambino/a in sicurezza aiuta a ridurre sensibilmente il rischio di traumi e morte dovuti a incidente stradale.

Difficoltà nell'uso del seggiolino riferite dalle mamme



Il 16,0% delle mamme con bambini/e di 2-5 mesi e il 34,1% di quelle con bambini/e di 11-15 mesi hanno riferito difficoltà nel far stare il/la bambino/a seduto/a e allacciato/a al seggiolino.

Difficoltà nell'uso del seggiolino riferite dalle mamme



- peggiore del valore medio
- simile al valore medio
- migliore del valore medio

Piemonte

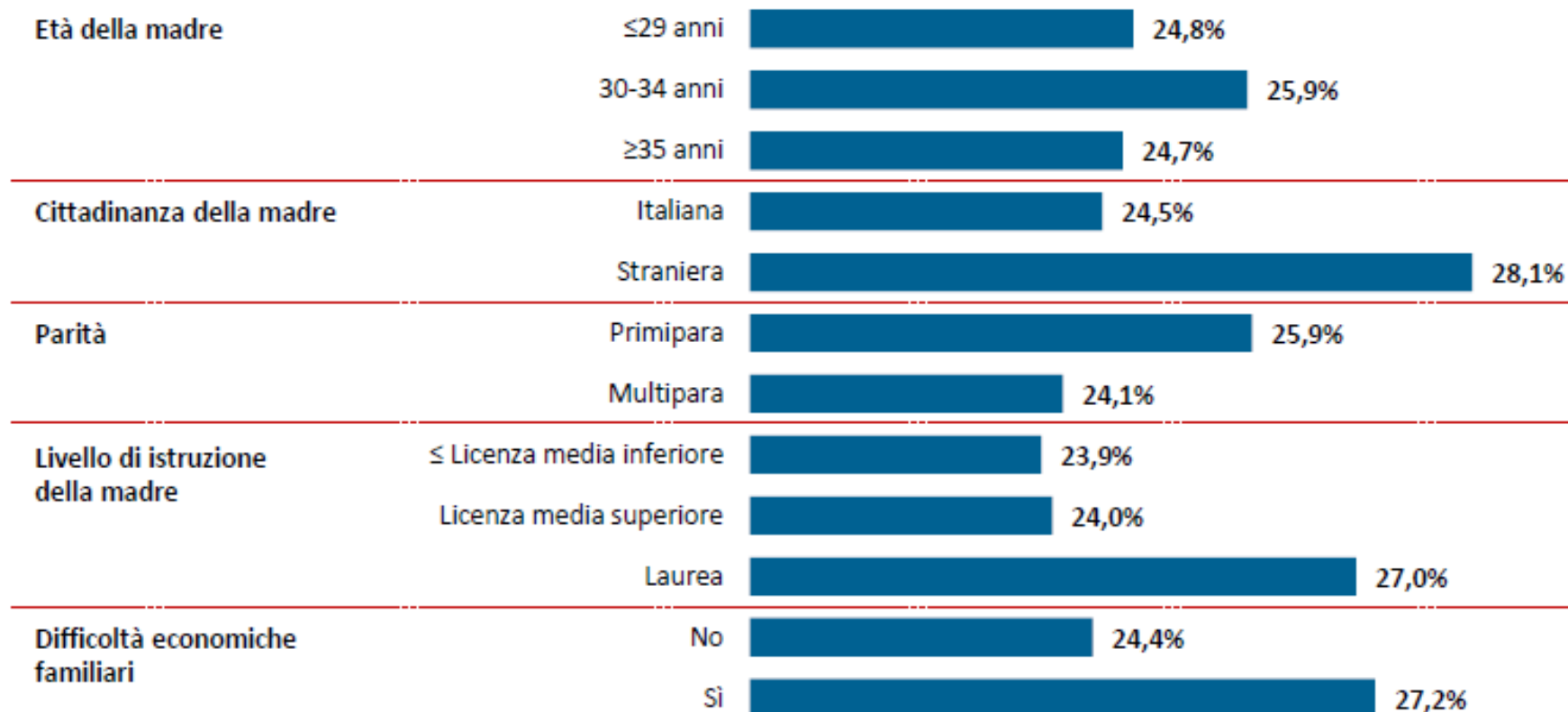
Anno 2022	16,0%	Anno 2022	34,1%
Anno 2018-19	13,5%	Anno 2018-19	30,2%





## Difficoltà nell'uso del seggiolino per caratteristiche socio-economiche

Complessivamente, hanno riferito difficoltà nell'uso del seggiolino il 25,3% del totale delle mamme.



Dall'analisi multivariata emerge che le difficoltà riferite nell'usare il seggiolino in auto sono significativamente più frequenti tra le mamme con difficoltà economiche.

# PASSI 2021-2022 Regione Piemonte

## Uso inadeguato/non uso di dispositivi sicurezza per bambini 0-6 anni per regione di residenza

Passi 2021-2022

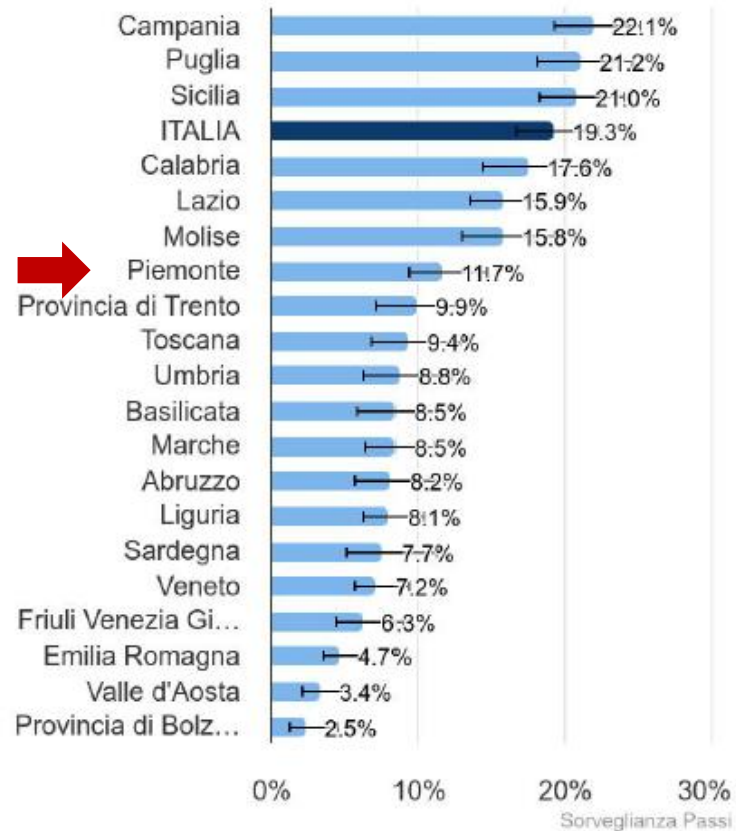


- peggiore del valore nazionale
- simile al valore nazionale
- migliore del valore nazionale

Sorveglianza Passi

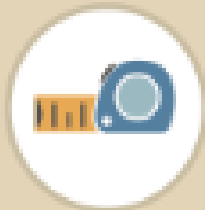
## Uso inadeguato/non uso di dispositivi sicurezza per bambini 0-6 anni per regione di residenza

Passi 2021-2022



## ECE R129: i 4 punti principali

La ECE R129 è nata  
con lo scopo di aumentare  
gli standard di sicurezza



CLASSIFICAZIONE DEI SEGGIOLINI IN  
BASE ALL'**ALTEZZA** DEL BAMBINO




OBBLIGATORIO VIAGGIARE IN **SENSO  
CONTRARIO** DI MARCIA SINO AI 15 MESI



CRASH TEST DA **IMPATTO LATERALE**



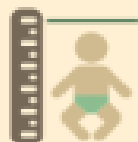
INSTALLAZIONE CON **SISTEMA ISOFIX\***  
\* Seggiolini per bambini da 40 a 105 cm



La normativa europea  
ECE R129 è entrata in  
vigore nel 2014  
affiancando la “vecchia”  
ECE R44/04, dismessa  
gradualmente a partire da  
settembre 2023. La ECE  
R129 è stata introdotta  
con il principale scopo di  
aumentare gli standard di  
sicurezza dei bambini che  
viaggiano in auto



## Normativa ECE R129 (i-Size)



Secondo l'altezza  
del bambino



La fascia di altezza del bambino è  
indicata sull'etichetta  
di omologazione.

### FASE 1:

seggolini per bambini dalla  
**nascita fino a 105 cm.**  
Si installano in auto **SOLO**  
con sistema Isofix.

### FASE 2:

seggolini per bambini  
**da 100 a 150 cm.**  
Si installano in auto  
con cinture di sicurezza del veicolo  
e con o senza ganci Isofix.

### FASE 3:

seggolini per bambini  
**dalla nascita a 105 cm.**  
Si installano in auto  
con cinture di sicurezza del veicolo.

## UN SEGGIOLINO PER MOLTI ANNI A VENIRE

Seduta e imbottitura di sostegno  
crescono con il tuo bambino



Età  
9 Mesi - 3



Età  
4 - 6



Età  
7 - 9



Età  
10 - 12





Dal 6 marzo 2020

È d'obbligo l'installazione di **dispositivi antiabbandono** in auto





# Utilizzo degli schermi digitali

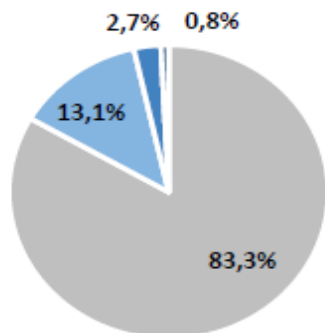
## Esposizione a schermi

● Piemonte

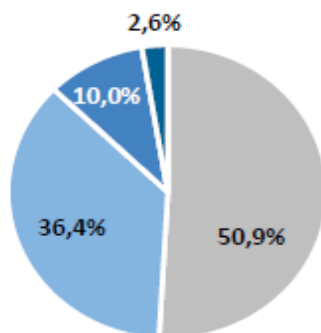
L'uso eccessivo e/o scorretto delle tecnologie audiovisive e digitali da parte del/la bambino/a è associato a maggiori rischi per la sua salute psicofisica. I pediatri raccomandano di utilizzarli sempre in presenza di un adulto e di evitarne l'uso sotto i 2 anni di età.

### Frequenza giornaliera di esposizione a schermi

Bambini/e di 2-5 mesi



Bambini/e di 11-15 mesi



mai

meno di 1 ora al giorno

1-2 ore al giorno

3+ ore al giorno

Il 16,7% dei/delle bambini/e di 2-5 mesi e quasi la metà di quelli/e di 11-15 mesi passano del tempo davanti a TV, computer, tablet o telefoni cellulari contrariamente a quanto raccomandato dai pediatri.

### Bambini/e esposti a schermi

Bambini/e di 2-5 mesi



Bambini/e di 11-15 mesi



- peggiore del valore medio
- simile al valore medio
- migliore del valore medio

### Piemonte

Anno 2022

16,7%

Anno 2022

49,1%

Anno 2018-19

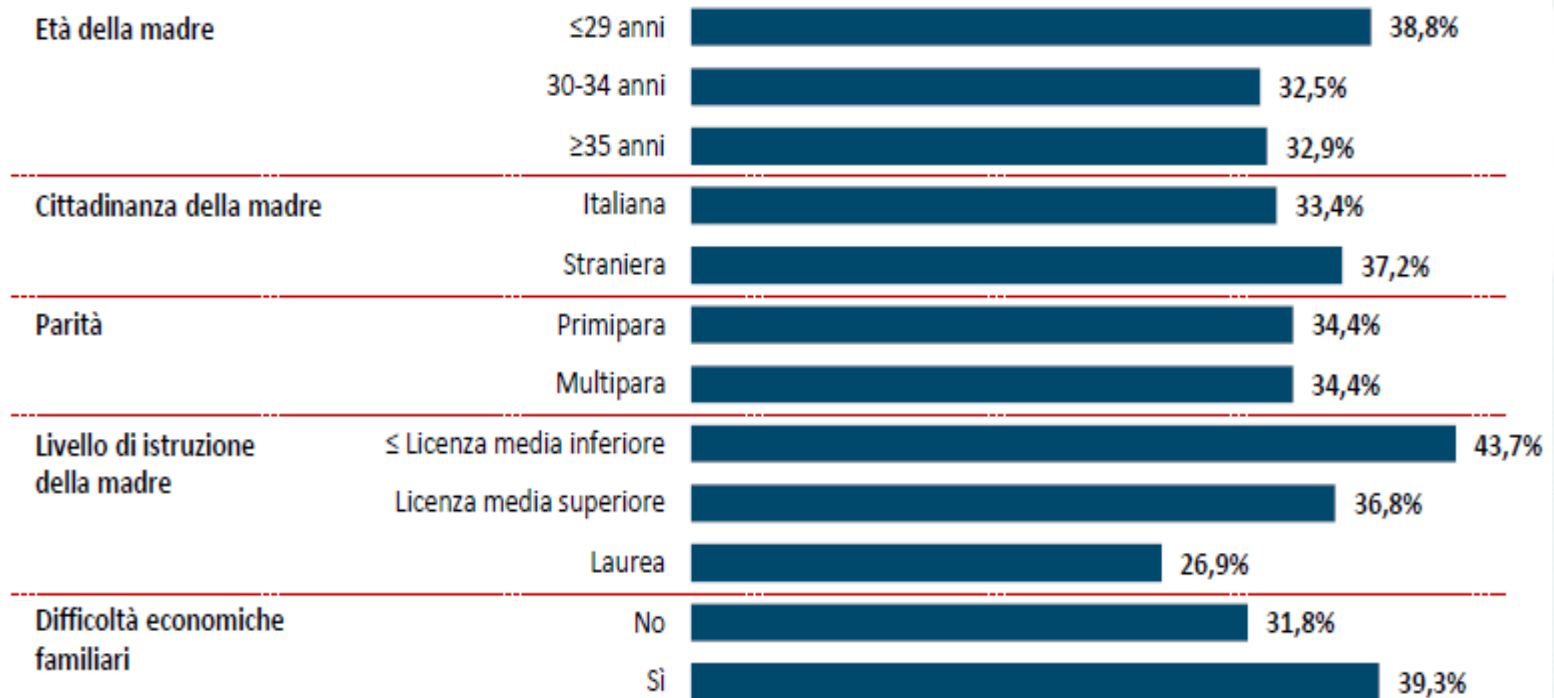
29,1%

Anno 2018-19

62,4%

## Bambini/e esposti a schermi per caratteristiche socio-economiche

Complessivamente risultano esposti/e a schermi il 34,1% del totale dei/delle bambini/e.



Dall'analisi multivariata emerge che l'esposizione dei/delle bambini/e a schermi è significativamente più diffusa tra le mamme non laureate e quelle che hanno riferito difficoltà economiche.



# Utilizzo schermi digitali



*Crescere con gli schermi digitali*

3

6

9

12

Diventare grandi all'epoca degli schermi digitali  
Serge Tisseron (La Scuola 2016)



La **formula 3-6-9-12** indica quattro tappe fondamentali:

- ✓ 3 anni, l'entrata nella scuola dell'infanzia;
- ✓ 6 anni, la primaria;
- ✓ 9 anni, l'incontro con la letto-scrittura;
- ✓ 11-12 anni, il passaggio alla scuola secondaria.

Così come esistono regole per introdurre nella dieta del bambino latticini, verdure e carne, allo stesso modo è possibile immaginare una "dietetica" degli schermi, per imparare a usarli correttamente.

**Rinunciare a due tentazioni:  
idealizzare e demonizzare queste tecnologie .**



# Le 3 A da ricordare sempre



## ***Autoregolazione:***

Fornire al proprio figlio quel che gli serve poter scegliere da solo in maniera equilibrata

## ***Alternanza:***

I videogiochi non sostituiscono i giochi tradizionali, il tablet non toglie di mezzo il libro cartaceo, occorrono mediazioni e dieta equilibrata.

## ***Accompagnamento:***

Chiama in causa l'adulto, non si risolve il problema degli schermi adottando filtri di navigazione o decidendo di non acquistare il cellulare al proprio figlio, serve tempo e disponibilità ad affiancare il bambino crescendo insieme a lui





PREVENZIONE  
PIEMONTE

# Accrescere le competenze genitoriali su alcuni determinanti della salute dei bambini

## Allattamento e ambiente

19/04/2024

**ASV MARIUCCIA MUTTON**  
**S.S Promozione della Salute**

**INFORMARE** le persone sulla correlazione tra allattamento e i cambiamenti climatici e ambientali

**ALLEARSI** con i singoli e le organizzazioni per avere un impatto più elevato



**RADICARE** l'idea che l'allattamento rappresenti una scelta intelligente dal punto di vista ecologico (oltre che di salute pubblica)

**ATTIVARE** misure volte a migliorare la salute del pianeta e dei suoi abitanti attraverso l'allattamento





**IL RAPPORTO TRA AMBIENTE  
ED ALLATTAMENTO MATERNO  
SI PUÒ FONDAMENTALMENTE  
RIASSUMERE IN TRE PUNTI  
CHIAVE**

# TRE PUNTI CHIAVE

**Il latte materno come specchio di inquinamento ambientale:** Il latte materno può fungere da indicatore di inquinamento ambientale, essendo un ambiente biologico sensibile alla presenza di sostanze nocive.

**L'allattamento al seno inteso come protezione biologica :** "L'allattamento al seno, praticato in modo precoce, esclusivo per sei mesi e poi continuato con alimenti complementari sicuri per almeno due anni, fornisce una nutrizione ottimale e bilanciata anche in un ambiente inquinato. Inoltre, il latte materno potrebbe agire come un moderatore dei danni causati dagli inquinanti sull'organismo.

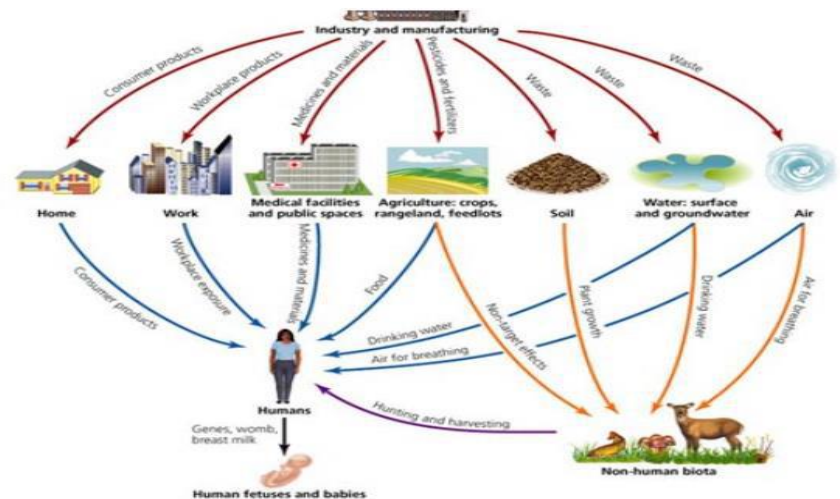
**L'allattamento come garanzia:** L'allattamento al seno offre benefici per la salute della madre e del bambino, risparmi economici per le famiglie e i sistemi sanitari, e vantaggi ecologici fondamentali. La produzione di sostituti del latte materno contribuisce a danneggiare l'ambiente.

# PRIMO PUNTO

Il latte materno può essere letto come **specchio dell'inquinamento ambientale**: inteso come naturale terreno biologico in cui facilmente può essere rilevata la presenza di inquinanti ambientali.

La contaminazione del latte materno da **diossine e policlorobifenili (PCB)** è ampiamente studiata, ma numerosi altri inquinanti possono essere presenti nel nostro organismo:

**idrocarburi policiclici aromatici, pesticidi, DDT, metalli pesanti,** riscontrati anche nel latte materno.



# Specchio dell'inquinamento ambientale

- I vantaggi dell'allattamento al seno superano di gran lunga i possibili svantaggi da contaminazione.
- Per quanto riguarda i potenziali effetti negativi sulla salute del bambino, un ruolo dominante lo gioca soprattutto l'esposizione in utero, certamente superiore ai possibili danni da contaminazione di latte materno.
- Le conseguenze ambientali e di salute **saranno ancora più gravi** se si scoraggia l'allattamento al seno quando si ritrovano dei residui chimici nel latte materno perché indirettamente si alimenta l'emissione in ambiente di nuovi inquinanti mediante la produzione industriale di latti formulati e sostituti del latte materno

# SECONDO PUNTO

L'allattamento al seno inteso **come protezione biologica dai danni creati dagli inquinanti sull'organismo:**

- Un allattamento precoce, esclusivo (per sei mesi) e poi continuato (con alimenti complementari adeguati e sicuri) per due anni e oltre, fornisce una nutrizione ottimale, unica e perfettamente equilibrata anche in un ambiente contaminato.
- Il latte materno, da un punto di vista biologico, si può intendere, come un **modulatore del danno da inquinanti sull'organismo.**



## COMPONENTI BENEFICI DEL LATTE MATERNO:

- **Antiossidanti:** neutralizzare processi ossidativi causati da tossine.
- **Vitamine** come la B12, la C e la B6, fondamentali per la salute cellulare e del sistema nervoso.
- **Ormoni e cellule immunitarie** interagiscono con il sistema endocrino-immunitario del bambino,
- **Cellule vive del microbioma** per promuovere una flora batterica intestinale ottimale, insieme ai prebiotici necessari a nutrirla.
- **Citochine** che aiutano a stabilizzare e contenere le risposte infiammatorie durante i processi di degenerazione cellulare.
- **Acidi grassi insaturi** che rafforzano le membrane cellulari e contribuiscono alla crescita ottimale del sistema nervoso.
- **Fattori antitumorali** come la proteina HAMLET.
- **Fattori di crescita** per l'epitelio, le mucose e il sistema nervoso, che favoriscono i processi riparativi dopo un danno da tossine.
- **Ossitocina**, che contribuisce ai processi di guarigione e di salute.

# **L'allattamento al seno come una protezione biologica dai danni causati dagli inquinanti sull'organismo**

**Il latte materno contribuisce allo sviluppo ottimale degli organi depurativi, come il fegato e i reni del neonato. È ben documentata la capacità del latte umano di neutralizzare tossine grazie agli enzimi e ad altre sostanze presenti.**

Naturalmente, ciò non implica che i bambini allattati con latte materno siano immuni agli effetti tossici dell'inquinamento; tuttavia, **sono dotati di un potente arsenale di difesa da tali sostanze.**

Il bilancio costi-benefici, anche nel caso in cui qualche sostanza riesca a passare attraverso il latte materno, tende nettamente verso i benefici.

## TERZO PUNTO

L'allattamento come garanzia, oltre che dei noti effetti benefici per la diade mamma bambino ed economici per le famiglie e i sistemi sanitari, di **fondamentali vantaggi ecologici per l'ambiente** dal momento che la produzione di sostituti del latte materno causa innumerevoli danni ambientali contribuendo a danneggiare l'ecosistema.



## **L'allattamento al seno per i primi sei mesi riduce le emissioni di CO2 di circa 95-153 kg per ogni madre.**

Un articolo del 2019 sul British Medical Journal evidenzia il **legame tra la produzione e l'uso di latte artificiale e l'inquinamento ambientale.**

I dati del Regno Unito, evidenziano che la produzione di **un chilo di latte in polvere richiede 4700 litri di acqua, e l'energia necessaria per scaldare l'acqua per preparare la formula è paragonabile a quella per ricaricare 200 milioni di smartphone in un anno.**

Inoltre, vi è poi il problema dei **rifiuti** derivanti dalle confezioni delle formule per neonati e dagli ingredienti aggiunti al latte vaccino per renderlo simile a quello materno in termini di nutrienti, come oli vegetali, vitamine e minerali, che contribuiscono all'inquinamento.

**Il latte materno è un cibo sicuro e rinnovabile, prodotto senza consumo di risorse e senza necessità di imballaggi e trasporti.**

L'espansione del mercato dei sostituti del latte materno, che include formule per neonati, formule di proseguimento, formule speciali, latti di crescita e cereali a base di latte, ha un impatto ambientale significativo. Questi prodotti sono spesso utilizzati senza evidenza scientifica provata e senza reale necessità, spinti anche da pubblicità fuorvianti e dalla mancanza di un supporto adeguato alle famiglie.

L'allattamento al seno **offre un'alimentazione sicura e immediata** senza la necessità di preparazione o di strumenti, riducendo il rischio di contaminazione da acqua o polvere. Inoltre, può contribuire a **combattere la povertà e le disuguaglianze**, poiché non comporta costi aggiuntivi per le famiglie, a differenza delle formule artificiali che possono gravare pesantemente sul bilancio familiare.

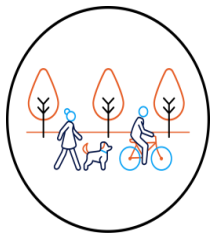


## IN SINTESI:

- Nonostante l'inquinamento ambientale possa influenzare la presenza di contaminanti nel latte materno, **gli evidenti vantaggi dell'allattamento al seno superano il potenziale rischio per la salute del bambino.**
- Inoltre, è importante considerare **l'impatto ambientale della produzione di formule artificiali** e le relative conseguenze sulla salute a breve e lungo termine del pianeta e della popolazione.

## IN SINTESI:

- E' fondamentale **aumentare la consapevolezza delle famiglie**, della comunità scientifica e delle istituzioni riguardo al rapporto rischi/benefici associato alla scelta dell'allattamento.
- Dobbiamo anche comprendere meglio la stretta **correlazione tra mancato allattamento e danni ambientali**, al fine di sostenere la decisione informata dei genitori riguardo alle modalità di alimentazione dei loro bambini. Questo implica la necessità di *creare reti di sostegno adeguate* e implementare strategie politiche volte a ridurre l'impatto del marketing dei sostituti del latte materno sulle scelte delle famiglie.



# Accrescere le competenze genitoriali su alcuni determinanti della salute dei bambini

*Modulo Ambiente e Salute:*

## LA NATURA COME RISORSA PER LO SVILUPPO PSICO-SOCIALE DEL BAMBINO

19/04/2024

ASV MARIUCCIA MUTTON  
S.S Promozione della Salute

# TEMI TRASVERSALI

**SALUTE:** Uno stato dinamico di benessere fisico, sociale e mentale. Concetto positivo che valorizza le risorse sociali e personali oltre alle capacità fisiche, in un'ottica salutogenica. (OMS, 1986).

**SVILUPPO PSICO-SOCIALE DEL BAMBINO:** E' il risultato dell'interazione tra la maturazione organica del bambino e lo scambio con l'ambiente familiare, sociale e culturale. È un processo graduale che si esprime attraverso cambiamenti nel modo in cui il bambino percepisce sé stesso e il mondo (Erikson, 1950).

**APPRENDIMENTO E ESPERIENZA:** Modellano il modo in cui il bambino cresce si sviluppa, sia dal punto di vista organico che psicologico. Una solida educazione e la capacità di porsi in relazione con il mondo hanno come fondamento gli istinti, le esperienze, la possibilità di esplorare .

# La presenza di ampie aree verdi durante la crescita può favorire una migliore salute, sia fisica che mentale.

Uno **studio** condotto dall'Istituto per la Promozione della Salute Globale di Barcellona e pubblicato *sull'International Journal of Environment Research and Public Health* nel 2019, ha analizzato un gruppo di 3.600 adulti provenienti da quattro città europee diverse.

I risultati indicano che **gli adulti che hanno trascorso meno tempo all'aria aperta durante l'infanzia hanno ottenuto punteggi più bassi nei test psicologici** a cui sono stati sottoposti. Questo è quanto affermato dall'epidemiologa *Myriam Preuss*, che ha guidato la ricerca.



# Foreste, giardini e parchi fanno crescere sani!

L'ecologo **Eugene Pleasants Odum** sostiene che gli ecosistemi sono uno dei più **importanti determinanti della salute**.

- La definizione di "**salute ecologica**" mette in evidenza gli effetti diretti degli ecosistemi sani, come le aree verdi urbane, sulla salute umana.
- Per quanto riguarda i bambini, l'importanza del contatto con la natura è così rilevante che da alcuni anni è stata identificata una specifica condizione nota come **disturbo da deficit di natura (DDN)**. Questo disturbo è caratterizzato da una serie di *segnali fisici e psicologici associati alla mancanza di tempo trascorso all'aperto*.
- Tra le evidenze fisiche correlate al DDN vi sono l'obesità, la carenza di vitamina D, la miopia e le allergie.

# Un riassunto dei punti chiave:

- **Impatto sull'attività fisica:** Passeggiare nel verde ha effetti positivi simili a quelli di un farmaco.
- **Coesione sociale:** La presenza di aree verdi facilita la vicinanza e la collaborazione tra le persone, incoraggiando attività ricreative e sportive sia individuali che collettive.
- **Benefici sulla salute mentale:** La presenza di aree verdi riduce l'inquinamento acustico e visivo, contribuendo a una minore incidenza di depressione e ansia.
- **Salute fisica:** La presenza di aree verdi entro un chilometro dalla residenza ha dimostrato di avere effetti positivi su varie condizioni fisiche, inclusi disturbi cardiovascolari, muscolo-scheletrici, respiratori, neurologici e digestivi. Inoltre, favorisce un aumento delle difese immunitarie e una riduzione di obesità, pressione arteriosa, frequenza cardiaca e livelli di cortisolo.

# ECOLOGIA AFFETTIVA

- L'Ecologia Affettiva, secondo Barbiero (2017), si occupa delle **relazioni emotive tra gli esseri umani e gli altri esseri viventi**. Il termine "Ecologia" è utilizzato poiché questa disciplina si concentra sulle *relazioni tra l'individuo e l'ambiente*, mentre "affettiva" indica il **legame emotivo che unisce l'uomo alla natura**, considerato un ambito di studio della psicologia (Barbiero, 2011).
- La capacità innata dell'uomo di relazionarsi con il mondo naturale è spiegata attraverso il concetto di biofilia, o "amore per la vita", come evidenziato da Berto (2012).

# BIOFILIA

*«L'amore per ciò che è vivo ci rende a sua volta vivi e felici.»*

Il biologo americano Wilson ha descritto la biofilia come **“l'innata tendenza dell'uomo a concentrare la propria attenzione sulle forme di vita e su tutto ciò che le ricorda, e in alcuni casi ad affiliarvisi emotivamente”**. (Wilson, 2002).

È un insieme di regole di apprendimento che sono geneticamente determinate, ma che hanno bisogno di essere stimolate.

# BIOFILIA

Alle nuove generazioni manca proprio questo stimolo, e l'interruzione di questa trasmissione intergenerazionale provoca la cosiddetta *amnesia ambientale generazionale* (Berto e Barbiero, 2016), ovvero una ***disconnessione dei bambini con la Natura*** .

Si aggiunge l'effetto del progresso tecnologico che, tramite dispositivi elettronici sempre più veloci, maneggevoli e portatili, va a sostituire il gioco nella Natura con attività indoor, quali consultazione spasmodica degli smartphone, giochi al computer e televisione (Ahmetoglu,2019)

# IL GIOCO LIBERO IN NATURA





## BENEFICI DEL GIOCO LIBERO IN NATURA

L'accesso al gioco attivo in natura e all'aperto è fondamentale per lo sviluppo della salute del bambino perché:

- **si muovono di più**, stanno meno seduti e giocano per periodi più lunghi.
- **sono più curiosi e interessati** agli spazi naturali rispetto alle strutture prefabbricate per il gioco.
- **dimostrano resilienza e auto-determinazione**, acquisendo strumenti per affrontare lo stress in età adulta.
- **favorisce la socializzazione** con i coetanei, la comunità e l'ambiente, riducendo il senso di isolamento e aumentando le abilità interpersonali per uno sviluppo sano.
- questi comportamenti sono **associati a migliori livelli** di colesterolo, pressione sanguigna, densità ossea e salute cardiorespiratoria, oltre a evidenze di salute mentale, sociale e ambientale.

# VERSO UN'EDUCAZIONE NATURALE NATURA COME ESPERIENZA

*«Una solida educazione e la capacità di porsi in relazione con il mondo hanno come fondamento gli istinti, le esperienze, la possibilità di esplorare»*

- Processi che l'habitat naturale può facilitare: «I bambini hanno bisogno di esperienze in natura per poter sviluppare il buon senso, la persistenza, il coraggio, la resilienza e la fiducia in se stessi»
- Per i genitori significa riscoprire la capacità di essere disponibili alle fughe del nostro piccolo, non confondere l'affetto amorevole con l'ossessiva vicinanza fisica

# CONSIGLI PER BAMBINI E GENITORI

Nel 2012, la "Tavola Rotonda" Istituzionale della California, su Ricreazione, Parchi e Turismo ha adottato la "**Carta dei Diritti dei Bambini di stare all'aria aperta**", che rappresenta una *lista fondamentale di esperienze che ogni bambino in California dovrebbe fare prima di iniziare la scuola secondaria*. I bambini che sperimentano queste attività sono più sani, ottengono risultati migliori a scuola, possiedono migliori abilità sociali e percezione di sé, e conducono vite più soddisfacenti.

**MISSIONE:** incoraggiare i bambini a partecipare ad attività ricreative all'aria aperta e a scoprire il loro patrimonio naturale.

**OBIETTIVO:** spronare ogni bambino in California, prima del compimento dei 14 anni, ad avere l'opportunità di svolgere ciascuna delle attività elencate.

1. GIOCARE IN LUOGO SICURO	6. CAMPEGGIARE SOTTO LE STELLE
2. ESPLORARE LA NATURA	7. ANDARE IN BICICLETTA
3. IMPARARE A NUOTARE	8. ANDARE IN BARCA
4. ANDARE A PESCA	9. CONNETTERSI AL PASSATO
5. SEGUIRE UN SENTIERO	10. PIANTARE UN SEME

## Le raccomandazioni

**Genitori, Educatori e assistenti** incoraggiate i bambini ad *accostarsi all'ambiente naturale in diverse condizioni atmosferiche*. Se sono incoraggiati ad affrontare rischi si divertono di più e imparano a trattare il rischio in ogni sfera della loro vita. Condividete abitualmente le attività all'aperto per imparare, socializzare e fare attività fisica in diverse condizioni atmosferiche, comprese pioggia e neve.

**Professionisti della salute:** promuovete ogni rapporto tra bambino e natura, identificate le risorse adatte al gioco all'aperto e condividete con le amministrazioni, i parchi, le organizzazioni legate alla natura, i gruppi di parenti e bambini per implementare questo processo.

# Le raccomandazioni

- **Amministratori di scuole, servizi per l'infanzia e enti locali:** scegliete materiali naturali per attrezzare i parchi giochi e le relative pavimentazioni e incoraggiate i bambini a utilizzarli. Per gli enti locali, esaminate le politiche esistenti e le leggi locali e rivedete quelle che pongono ostacoli al gioco attivo all'aperto.
- **Società:** riconoscete che i bambini sono competenti e capaci. Rispettate le convinzioni dei genitori riguardo alle abilità dei loro figli e alle loro decisioni di promuovere il gioco autonomo all'aperto e in natura. Consentite ai bambini di giocare e di stabilire un legame duraturo con la natura a loro modo.

# Lavoro di gruppo



☆ **Intersettorialità:** tutti i programmi prevedono accordi, alleanze e tavoli intersettoriali in ambito sanitario e in ambito extra-sanitario

☆ **Equità:** tutti gli interventi sono orientati a criteri di equità. (health equity audit).

☆ **Formazione:** rafforzare le capacità e formazione di base per gli operatori della prevenzione e degli altri servizi sanitari, non solo sulle competenze tradizionali ma anche su progettazione, monitoraggio, valutazione, comunicazione.

☆ **Comunicazione:** tutti i programmi prevedono piani, attività, interventi di comunicazione.

# Impatto degli interventi in Sanità pubblica

- ❖ Programmi educativi
- ❖ Campagne di comunicazione
- ❖ Interventi normativi



Health Impact Pyramid adattato agli incidenti domestici Mack 2015

## Ciclo di vita di un progetto



# Traccia per il Project Work

- ▶ Proposta progettuale (titolo)
- ▶ Indicare il tema/argomento scelto
- ▶ Descrivere gli obiettivi che si vogliono raggiungere
- ▶ Indicare i destinatari della proposta
- ▶ Descrivere le modalità/strategie che si vogliono utilizzare
- ▶ Definire le risorse necessarie (le persone e le risorse materiali) per la realizzazione della proposta
- ▶ Stabilire criteri di valutazione

# Obiettivi

Esprimono lo scopo del progetto

Le principali caratteristiche degli obiettivi possono essere sintetizzate dall'acronimo

- ▶ **S**pecifico – ben definito e chiaramente comprensibile;
- ▶ **M**isurabile – deve poter essere valutata la sua raggiungibilità attraverso valori discreti ben definiti;
- ▶ **A**ccettabile – deve essere considerato raggiungibile da chi dovrà gestire il progetto;
- ▶ **R**ilevante – deve essere importante per chi ha commissionato il progetto;
- ▶ **T**empificato – deve esserne indicata la durata nonché la data di partenza e di conclusione.