

PER SAPERNE DI PIÙ
www.ospedalebambinogesu.it
www.savethechildren.it

IL CASO

Guarda cosa ha in gola

Monete, caramelle, bottoni, parti di giocattoli che finiscono in gola, bloccando il respiro. Ogni settimana, in media, in Italia un bambino perde la vita a seguito dell'inalazione di cibo o corpi estranei. Un incidente che causa quasi un terzo delle morti accidentali dei bambini tra 0 e 4 anni, e che scende a circa l'11 e il 5% rispettivamente nelle fasce d'età 5-9 anni e 10-14 anni. Per affrontare il problema la Società italiana di pediatria preventiva e sociale (Sipps) ha presentato un manuale a cura di Francesco Pastore, pediatra di famiglia.

Malnutrizione. 47 milioni di piccoli nel mondo. E spesso ormai alle nostre porte. Un team italiano mette in pratica le nuove indicazioni Oms. Così

Latte di mamma e poi cibo della sua terra

VALERIA PINI

SONO CIRCA 47 MILIONI i bambini costretti a vivere in situazioni di emergenza umanitaria. Fuggono da guerre, sono vittime di conflitti o di crisi causate da calamità. Spesso senza una casa, vivono in situazioni precarie. Per loro una dieta adeguata può fare la differenza. Lattanti, bimbi al di sotto dei due anni e donne incinta sono le categorie più a rischio. L'Organizzazione mondiale della sanità (Oms) e l'Infant feeding in emergencies (Ife) hanno preparato una serie di raccomandazioni che l'Ospedale Pediatrico Bambino Gesù ha sintetizzato in 10 punti. Fra le priorità c'è quella di allattare al seno, incoraggiare l'uso di cibi locali, favorire la relazione madre-figlio. L'obiettivo del corso, nato in collaborazione con l'Istituto Superiore di Sanità (a Roma 26-27 aprile), è quello di formare gli operatori sanitari.

«Il latte della mamma è considerato un vero e proprio 'tessuto vivo'. Contiene, in maniera completa e bilanciata, tutti i nutrienti necessari per ottenere una buona crescita ed il normale sviluppo di un bambino - spiega Guglielmo Salvatori, neonatologo al Bambino Gesù - protegge dalle infe-

Un corso per formare le persone che li aiutano. È un decalogo. Con l'obiettivo di salvarli e tenere alla larga le infezioni

zioni grazie agli anticorpi, contiene sostanze che facilitano la crescita all'interno dell'intestino di batteri "buoni" e altre che contrastano l'adesione dei batteri alle mucose. Altre sostanze hanno una funzione anti-infiammatoria o modulante la crescita. Altre regolano il sistema immunitario o hanno funzioni importanti in quanto parte-

cipano allo sviluppo del sistema nervoso». È necessario puntare sull'allattamento al seno esclusivo, con poppate frequenti, fino al 6° mese di vita e comunque fino a due anni e oltre. «Tra i benefici correlati al latte materno è importante la relazione particolare che si crea tra la mamma ed il proprio bambino, con un rapporto molto intimo, fiducia reciproca, protezione e sensazione di essere veramente in sintonia. Le donne che hanno sospeso da poco l'allattamento dovrebbero essere invitate a ricominciare. Nei casi in cui le madri biologiche non siano reperibili, si dovrebbe fare ogni sforzo possibile per individuare donne che si offrano per allattare al seno», aggiunge Salvatori.

Ma non sempre questo è possibile. In questi casi, aggiunge il neonatologo, «ai bambini che assumono già il latte di formula, se non si tratta di latte in forma liquida, va garantita acqua potabile, la necessaria quantità di latte in formula e tutti i materiali per la sua preparazione. È preferibile che il latte venga somministrato con un bicchierino, mentre va scoraggiato l'uso di biberon, tettarelle e succhiotti per ridurre il rischio di contaminazione batterica. Quasi il 95% dei decessi di neonati e bambini nelle emergenze è dovuto infatti a diarrea causata dall'acqua contaminata e dalle scarse condizioni igieniche».

Un'altra fase delicata è quella dello svezzamento. «Dopo il sesto mese di vita i bambini più grandi hanno bisogno di alimenti complementari al latte materno - spiega Salvatori - che siano facili da mangiare e digerire e preparati nel rispetto delle norme igieniche. Le persone che si occupano della nutrizione di questi bambini vanno adeguatamente informate e attrezzate per garantire che preparazione ed uso avvengano in modo sicuro». Secondo l'Oms sarebbe comunque bene preferire ai cibi preparati, spesso proposti come kit di aiuto alimentare, gli ingredienti locali. Che fanno parte dell'alimentazione tradizionale, che i bambini seguiranno anche dopo le emergenze.

LO STUDIO

Il bimbo ci fa uguali

Avere un figlio rende i sistemi immunitari dei genitori molto simili. A dirlo è una ricerca del Babraham Institute di Cambridge (GB) pubblicata su *Nature Immunology* che ha dimostrato come la gravidanza riscrive radicalmente il sistema immunitario della coppia. Nei neogenitori i ricercatori hanno osservato una riduzione del 50% della differenza. Tutto dipende dal microbiota intestinale che influenza il sistema immunitario e che è a sua volta influenzato da alimentazione, comportamenti ed emozioni.

irma d'aria

Colesterolo ALTO?

Combattilo con:

COLESTEROL[®] ACT PLUS 400 mg
INTEGRATORE ALIMENTARE



Colesterol Act Plus[®] 400, grazie alla sua formula con 10mg di Monacolina K del riso rosso fermentato, Betasitosterolo e Octacosanolo, contribuisce al mantenimento dei livelli normali di colesterolo nel sangue. Gli estratti di Coleus e Caigua, favoriscono la regolarità della pressione arteriosa.

COLESTEROL ACT PLUS[®] LA QUALITÀ AL GIUSTO PREZZO
In Farmacia e Parafarmacia

distribuito da: F&F s.r.l. - tel. 031 525522 - mail: info@linea-act.it - www.linea-act.it

INSONNIA?

ANSIA e STRESS?

MELATONINA[®] ACT
INTEGRATORE ALIMENTARE

MELATONINA 1mg ACT 1mg
150 COMPRESSE

MELATONINA 1mg ACT 3mg
120 COMPRESSE

MELATONINA 1mg ACT FORTE 5mg
90 COMPRESSE

MELATONINA+ FORTE 5mg
e VALERIANA 45 mg
ACT
INTEGRATORE ALIMENTARE

60 COMPRESSE



IL BUON SONNO
A SOLI
€9.90
IN FARMACIA



1 mg = 2 GOCCE
300 GOCCE



MELATONINA[®] ACT GOCCE 15 ml
INTEGRATORE ALIMENTARE

VALERIANA[®] ACT 125 mg
INTEGRATORE ALIMENTARE

Distribuito da: F&F s.r.l. - tel. 031 525522 - mail: info@linea-act.it - www.linea-act.it