

ETHICAL FLASH

BOLLETTINO U.C.F.I. (UNIONE CATTOLICA FARMACISTI ITALIANI) – SEZIONE DI VERONA
LUNGADIGE SAMMICHELI, 3 C.A.P. 37129 VERONA TEL. 045/8034396

E-MAIL: ethical@bremenet.it

SITI INTERNET: www.ucfi.it e www.farmacieverona.it

N. 3/10

Quello che i genitori dovrebbero sapere per i loro figli

STILE DI VITA E SALUTE DEI BAMBINI

In questo articolo sono affrontate per grandi linee le cause e gli stili di vita che comportano conseguenze per la salute dei bambini nelle varie parti del mondo: un'analisi che mette ancora una volta in risalto il fatto che la difesa di valori morali propri della persona umana sono alla base anche della salute globale di ogni uomo.

L'incidenza dello stile di vita individuale sulla salute è cosa nota, sia nel caso di adulti sia in quello dei bambini. L'alimentazione, ma anche l'ambiente in cui si vive o si lavora, il contesto sociale e familiare, le condizioni igieniche, l'attività fisica, la prevenzione sono direttamente coinvolti nel determinare il benessere fisico e psichico, o viceversa nel causare le malattie. Lo stile di vita di un bambino dipende quasi completamente dall'ambiente che i genitori creano intorno a lui, fin da quando vive nella pancia della madre, per proseguire durante tutta l'infanzia e l'adolescenza.

Quando in occidente si parla di "stile di vita" si presuppone in linea di massima una libertà di scelta, fondata sulla conoscenza delle regole base del vivere sano, sulla esistenza di servizi socio-sanitari e sulla disponibilità economica del nucleo familiare. Una scelta che nei paesi evoluti gli adulti possono esercitare liberamente e responsabilmente: per migliorare le condizioni di salute personali e dei propri bambini il genitore può scegliere, se vuole, un'alimentazione sana ed equilibrata, evitare di fumare o di consumare alcolici, praticare sport e attività fisica, godere del riposo necessario, intervenire per la prevenzione di malattie con il supporto di un'assistenza sanitaria per lo più gratuita. Questa argomentazione non vale però per la stragrande maggioranza delle popolazioni che vivono nei paesi in via di sviluppo, dove scegliere uno "stile di vita" corretto per la salvaguardia della propria salute è in realtà un lusso. Povertà, arretratezza culturale, difficoltà ambientali legate al clima, ai conflitti, al degrado sociale, alla presenza di malattie gravi in famiglia, assenza di istruzione non permettono la scelta di uno stile di vita salubre, anche laddove se ne conoscono le regole. Vediamo ora per grandi linee quali sono le cause, gli stili di vita, che comportano conseguenze per la

salute dei bambini. Quelle dei paesi occidentali sono abbastanza note: l'alimentazione eccessiva o troppo ricca di grassi e carboidrati, la sedentarietà legata alla sostituzione delle attività di gioco sociale e all'aperto con svaghi solitari in casa, videogiochi, TV.

Ma il bambino occidentale è anche esposto al rischio di incidenti domestici con apparecchi elettrici o pericolosi, di ingerire prodotti tossici, di incidenti stradali; al fumo passivo e attivo, alla droga e all'alcol, per non parlare del pericolo delle armi, che in certi paesi sono in ogni casa. Anche nell'occidente evoluto però esiste un livello di povertà più nascosto che colpisce i bambini spesso costretti a vivere in un ambiente che offre pochi stimoli o uno scarso sostegno morale. Questa condizione è riconducibile anche a parte delle famiglie di ceto medio e alto, per le quali non si corrono rischi di deprivazioni materiali, ma sussistono forti possibilità di impoverimento emotivo e spirituale dei membri più giovani. Le malattie legate allo stile di vita dei paesi avanzati sono quindi prevalentemente asma, diabete, obesità, cardiopatie, depressione e conseguenze di incidenti domestici e automobilistici. Nei paesi in via di sviluppo abbiamo problemi molto diversi, derivanti da ben diversi stili di vita: uno dei primi è la sottanutrizione, a seguire la carenza di igiene, di acqua potabile e di prevenzione, l'insalubrità degli ambienti, lo sfruttamento sessuale, il lavoro minorile, i traumi da conflitti e della perdita dei genitori. Povertà, degrado sociale e malattie sono inestricabilmente legate. La maggior parte delle malattie associate alla povertà sono malattie infettive come le malattie diarroiche, la malaria, la tubercolosi.

La sottanutrizione

In tutto il mondo in via di sviluppo, un bambino su quattro sotto i cinque anni – circa 146 milioni di bambini – è sottopeso. A livello regionale, la malnutrizione infantile è più grave nell'Asia meridionale, e, in misura minore, nell'Africa Sub-sahariana. Per i bambini con carenze nutrizionali, le comuni malattie dell'infanzia, come la diarrea e le infezioni dell'apparato respiratorio, possono essere fatali. I bambini malnutriti che sopravvivono ai primi anni dell'infanzia, spesso hanno bassi livelli proteici ed energetici, di iodio e di ferro, che possono contribuire a malattie croniche, arresto della crescita o altezza inferiore alla media, nonché alla compromissione dello sviluppo sociale e cognitivo.

La carenza di acqua

L'acqua potabile e i servizi igienici sicuri possono cambiare la vita dei bambini. L'acqua potabile impura, l'indisponibilità d'acqua per lavarsi e cucinare e la mancanza di accesso ai servizi igienici contribuiscono all'88% dei decessi dovuti a malattie diarroiche, ovvero a oltre 1,5 milioni di decessi l'anno. Il solo miglioramento dei servizi igienico-sanitari potrebbe ridurre di oltre un terzo la morbilità associata alla diarrea; i servizi igienici migliorati associati a comportamenti più igienici potrebbero ridurla a due terzi. Il lavaggio delle mani con il sapone o la cenere eviterebbe da 0,5 milioni a 1,4 milioni di morti l'anno.

Le pratiche tribali

In molte realtà sopravvivono purtroppo pratiche socio-religiose che comportano sofferenze e rischi per la salute dei bambini. Basti pensare alle mutilazioni genitali femminili, praticate soprattutto nei paesi dell'Africa Subsahariana, in Medio Oriente e Nord Africa e in alcune parti dell'Asia Orientale e meridionale. Si stima che oltre 130 milioni di donne e bambine attualmente in vita siano state sottoposte alla mutilazione genitale, la quale può avere gravi conseguenze per la salute, come il rischio che la ferita non si rimargini, ma maggiore predisposizione all'infezione HIV, complicanze durante il parto, malattie infiammatorie e incontinenza urinaria. Le emorragie e le infezioni possono portare alla morte. Tra le tradizioni che sono causa di sofferenza per i bambini possiamo includere i matrimoni precoci e le maternità premature. A livello mondiale il 36% delle donne si sposano bambine e adolescenti, soprattutto in Asia meridionale e Africa Subsahariana. Le conseguenze sono gravidanze e maternità precoci. Ogni anno partoriscono 14 milioni di adolescenti tra i 15 e i 19 anni. Le bambine sotto i 15 anni hanno 5 volte più probabilità di morire durante la gravidanza e il parto rispetto alle donne tra i 20 e i 29. Se una mamma ha meno di 18 anni, la probabilità che il suo bambino muoia nei primi anni di vita è maggiore del 60% rispetto a un bambino nato da una donna adulta. Anche se il bambino sopravvive, è più probabile che sia sottopeso, sottoalimentato e che abbia uno sviluppo fisico e cognitivo tardivo.

Gli abusi e lo sfruttamento sessuale

Si stima che 1,8 milioni di bambini siano coinvolti nell'industria del sesso a fini commerciali. Molti sono costretti a farlo perché venduti come schiavi del sesso da famiglie estremamente povere, o rapiti e trafficati in luoghi di sfruttamento. Questi bambini sono trascurati, esposti a violenza sessuale, abusi fisici e psicologici, infezioni di ogni genere come quella da HIV.

La condizione di orfani

Ogni anno oltre 1 milione e mezzo di donne muoiono a causa di complicanze della gravidanza e del parto: neonati senza madre hanno da 3 a 10 volte più probabilità di morire dei neonati le cui madri sopravvivono. Ci sono 39 milioni di persone, di cui la metà donne, infette da HIV e che rischiano di morire: si calcola che entro il 2010 saranno 15,7 milioni i bambini resi orfani nella sola Africa Subsahariana. Una serie di malattie fortemente invalidanti impoveriscono le famiglie o causano la morte dei genitori. A questo bisogna aggiungere le morti per conflitti bellici o per le loro conseguenze. I bambini orfani nel mondo sono decine di milioni, a volte sono essi stessi malati (circa 2,3 milioni di bambini sotto i 15 anni sono infetti di HIV), devono provvedere al sostentamento proprio e dei loro fratelli o contribuire alle spese della famiglia di adozione. Abbandonano quindi la scuola e diventano così esclusi dalle informazioni fondamentali sulla salute, l'alimentazione, le competenze pratiche e dalla protezione da violenza e abusi. Una ricerca condotta ad Addis Abeba, in Etiopia, ha rivelato che il 28% dei bambini intervistati che lavorano come domestici erano orfani, mentre nello Zambia uno studio sui bambini costretti alla prostituzione ha indicato che un terzo erano orfani di uno o due genitori.

Il lavoro minorile

Si stima che 8,4 milioni di bambini lavorino in condizioni disumane. Sono costretti alla schiavitù per debiti, alla prostituzione e alla pornografia, o a prendere parte a conflitti armati o altre attività illecite. I bambini-schiavi lavorano nelle cave di ghiaia dell'America Latina, nelle fabbriche di mattoni dell'Asia Meridionale, o nelle cave di pietra dell'Africa Subsahariana. Questi lavori sono molto pericolosi e pesanti per dei bambini, peraltro malnutriti e alloggiati in luoghi malsani. Incidenti gravi sono frequenti, con conseguenze di mutilazioni e morte, ma anche malattie polmonari. Inutile indugiare sul problema dei bambini soldato: esposti a rischi di ogni genere, drogati, traumatizzati dalle esperienze più terribili.

Il ruolo delle madri e della scuola

Il bambino, lo sappiamo, soprattutto quando è piccolo, non è un'entità a sé, e non determina da solo il proprio

stile di vita. Occorre sempre considerarlo all'interno della sua famiglia e soprattutto nel suo vitale legame con la madre. Il benessere del bambino dipende da quello della madre, o delle donne della sua famiglia. E' ampiamente dimostrato che, quando le donne possono decidere, i bambini ne beneficiano, in termini di nutrizione, salute, istruzione. Se vogliamo dunque immaginare un rapporto positivo tra stile di vita e salute dei bambini, dobbiamo affermare con convinzione che questo è legato alla promozione dell'uguaglianza delle donne. Pensiamo al microcredito, questa pratica che si sta diffondendo nei paesi in via di sviluppo con risultati eccezionali: il successo è legato al fatto che il prestito viene erogato nella stragrande maggioranza dei casi alle donne, che non lo disperdono, ma anzi lo utilizzano per promuovere la propria attività e a esclusivo vantaggio della loro famiglia. Si stima che quando hanno un reddito di lavoro proprio, le donne mediamente spendono il 74% delle loro risorse per incrementare le scorte alimentari: gli uomini solo il 22%!

Ma anche l'istruzione delle donne porta molti benefici ai bambini, migliorandone il tasso di sopravvivenza, lo stato nutrizionale e la frequenza scolastica. Le donne istruite hanno meno probabilità di morire di parto e più probabilità di mandare a scuola i figli. Le cifre indicano che il tasso di mortalità infantile si dimezza per le madri con un'istruzione primaria. Non solo: per i bambini la scuola è un luogo prezioso oltre che per imparare a leggere e far di conto e socializzare, per ricevere informazioni utili a migliorare il loro stile di vita, l'igiene, l'alimentazione, la prevenzione delle malattie. Ma voglio ritornare alle donne e al loro ruolo cruciale per la salute dei bambini: sono sempre le madri le prime a riconoscere le malattie dei bambini e a farli curare, questo in tutto il mondo, come sappiamo bene noi pediatri. Eppure in alcune realtà le donne non hanno potere di decidere di portare il bambino dal medico, non possono pronunciarsi su quanto spendere in medicine e in assistenza sanitaria, perché non hanno risorse proprie né diritti pari ai loro compagni. La situazione risulta

ancor più grave nelle zone rurali e nei bassifondi urbani, dove le donne sono in gran parte analfabete e devono affrontare barriere di natura socio-culturale, come le restrizioni sulla possibilità di uscire di casa o di interagire con estranei, e spesso non hanno accesso ad un centro sanitario o a una clinica. In Afghanistan alle donne è proibito ricevere assistenza sanitaria in ospedali di personale medico esclusivamente maschile, mentre le norme culturali impediscono alle donne di lavorare e di ricevere una preparazione medica avanzata. In attesa di raggiungere l'obiettivo dell'uguaglianza delle donne, ogni anno 3,3 milioni di bambini nascono morti, più 4 milioni muoiono entro le prime settimane dopo il parto, altri 6,6 milioni di bambini muoiono prima del loro quinto compleanno. Sono 26.000 i bambini che muoiono ogni giorno per cause spesso evitabili, per povertà e analfabetismo. Ma ritorniamo con il pensiero al nostro mondo occidentale, dove i nostri bambini si ammalano invece perché li nutriamo troppo, perché consumiamo troppo, perché abbiamo sostituito la nostra presenza affettuosa di genitori con la babysitter catodica chiamata TV, e i loro amici con i videogiochi. Difficile trovare anche un solo nesso tra lo stile di vita dei nostri bambini e quello dei bambini orfani, sfruttati, dei bambini soldato.

Eppure un nesso c'è, il nesso siamo tutti noi, gli adulti, chiamati per quel poco che possiamo e sappiamo fare, a contribuire, a ripensare, perché è possibile, un mondo più giusto, a misura dei nostri e degli altri bambini.

Prof. Guido Castelli Gattinara

*Primario Pediatra Infettivologo
Ospedale Bambino Gesù
Roma*

(tratto da *Dolentium hominum*, n. 70 - 2009)