



FEDERCHIMICA
ASSOSALUTE

Associazione nazionale farmaci di automedicazione

COMUNICATO STAMPA

BAMBINI E SALUTE

GENITORI SEMPRE PIÙ CONSAPEVOLI DELLA NECESSITÀ DI GARANTIRE ANCHE AI PIÙ PICCOLI UNA SALUTE A 360°

***COSA FARE PER IL BENESSERE FISICO E PSICOLOGICO DEI PROPRI FIGLI IN UN
CONTESTO COMPLESSO COME QUELLO ATTUALE***

***LA DOTT.SSA ELENA BOZZOLA DELLA SOCIETÀ ITALIANA DI PEDIATRIA E IL
PEDAGOGISTA, DOTT. ALDO MANFREDI, FANNO IL PUNTO SULLA SALUTE DEGLI
UNDER 14 INSIEME AD ASSOSALUTE-FEDERCHIMICA***

Milano, 30 novembre 2022 – Il **97%** dei genitori italiani crede che il **benessere fisico dei figli sia tanto importante quanto quello mentale**. Una tendenza trasversale tra tutte le fasce di età dei genitori, anche se sono quelli più giovani che sottolineano maggiormente l'importanza della componente psicologica quando si parla del benessere degli under 14, mentre sono i genitori di età superiore ai 35 ad associare il concetto di salute al benessere fisico, con il 66% degli over 45 che ritiene che un bambino sano sia uno che si ammala poco.

È quanto emerge dalla ricerca condotta da Human Highway per **Assosalute, Associazione nazionale farmaci di automedicazione, parte di Federchimica**, presentata oggi in occasione del webinar *“Salute infantile: prevenire, curare, amare. I consigli di Assosalute quando i piccoli disturbi riguardano i bambini”*, con la partecipazione della **Dott.ssa Elena Bozzola**, Segretario e Consigliere Nazionale della Società Italiana di Pediatria (SIP), e del **Dott. Aldo Manfredi**, pedagogista.

BENESSERE FISICO E MENTALE DEI BAMBINI, A PARTIRE DALLA CASA

Se si pensa al “benessere” in riferimento a bambini e ragazzi under 14, i genitori italiani associano le parole **“amore”, “cibo”, “felicità”, “sport”, “salute”, “famiglia”**: un accordo quasi unanime sulla definizione allargata di salute, che comprende sia gli aspetti legati al benessere fisico che a quello psichico e sociale. Lo rivela la ricerca presentata che evidenzia come la salute non sia più legata alla sola componente fisica ma quanto abbia assunto grande importanza anche quella mentale. L'importanza attribuita dai genitori all'educazione delle emozioni e al benessere psicologico dei bambini è elevata anche se, per circa un genitore su due, è forse fin troppo “di moda” e per questo eccessiva.

20149 Milano, Via Giovanni da Procida 11
Tel. 02 34565.324
E-mail: assosalute@federchimica.it
<http://www.assosalute.it>
<http://www.semplicementesalute.it>

Codice Fiscale: 80036210153



Responsible Care®
OUR COMMITMENT TO SUSTAINABILITY

Quali gli elementi imprescindibili per il benessere dei bambini secondo i genitori?

Anzitutto, la **serenità dell'ambiente di famiglia** (67%), tanto per i papà quanto per le mamme seguita dalle attività **all'aria aperta**, soprattutto per i genitori del Nord est dell'Italia e le donne (44,9% per le donne vs 29% per gli uomini), e dall'importanza dello **sport**, diffusa in particolare tra i genitori del Sud e gli uomini (34,4% per gli uomini vs 22,8% per le donne).

*“Nonostante l'Italia”, commenta la Dott.ssa Bozzola, “si classifichi tra le migliori case del pianeta per un bambino che nasce oggi, il problema che stanno vivendo i genitori oggi è quello della **difficoltà di trasmettere ai figli stili di vita salutari**”, a partire dall'**alimentazione**: “in virtù di un'eccessiva disponibilità di cibo e per cedere ai capricci dei bambini”, prosegue la Dottoressa, “abbiamo **un'eccedenza nell'alimentazione**, troppo ricca di proteine e ‘pasticciata’, a discapito di una dieta corretta per la crescita e lo sviluppo del bambino”. Un'attenzione, quella all'alimentazione, maggiormente **diffusa tra i genitori del Nord ovest della Penisola**, e a cui sono chiamati anche educatori, pediatri, babysitter e chiunque si dedichi all'alimentazione quotidiana del bambino.*

MENO SCHERMI, PIÙ ARIA APERTA

Accanto alla dieta a tavola, anche quella mediatica è cruciale in giovane età. Passando da un dispositivo all'altro e sempre più in età inferiore rispetto al passato, *“i bambini oggi”*, spiega il **Dott. Manfredi**, e specialmente dopo i mesi di restrizioni e lockdown in cui la casa è diventata, per antonomasia, il luogo in cui tutto può essere a portata di mano, *“rischiano di trascorrere **4-5 ore al giorno davanti agli schermi**, spesso non uscendo neanche di casa ed evitando attività all'aria aperta. Tutto ciò può portare **all'insorgenza e diffusione delle cosiddette ‘malattie sociali’, come i disturbi del comportamento, quelli dell'attenzione e i problemi di depressione infantile.**”*

Lo conferma anche la **Dott.ssa Bozzola**, che segnala anche come **le app “educative”**, quelle che, secondo molti genitori, *“favoriscono una facilitazione dell'apprendimento di lingue straniere, di versi degli animali o qualche altra abilità linguistico-cognitiva, difficilmente possano essere realmente educative senza la supervisione e la guida dell'adulto. Inoltre, una eccessiva esposizione ai media device e, dunque, un abuso di tecnologia può portare il bambino ad avere un **ritardo nell'apprendimento correlato, soprattutto, alle abilità matematiche, e a sviluppare bassi livelli di attenzione.**”*

Non solo: gli schermi digitali, prosegue la Bozzola, possono provocare **disturbi della vista** a causa dell'emissione della luce, tra cui secchezza oculare, bruciore,

irritazione e abbagliamento, e **“disturbi del sonno, di tipo qualitativo e quantitativo, oltre che per la luce anche per i contenuti stimolanti (...). La privazione del sonno è stata poi correlata a tante patologie infettive, che espongono il bambino a un maggior rischio di ammalarsi e di prendere l’influenza, proprio per un indebolimento dell’organismo”**. Altri disturbi correlati all’eccessiva esposizione agli schermi riguardano poi la **postura**, **“la cosiddetta text neck syndrome o il pollice da SMS, soprattutto negli adolescenti, tra cui è anche molto diffuso il cosiddetto phubbing”**, ovvero la difficoltà dei ragazzini ad esternalizzare i loro sentimenti e creare delle relazioni reali e vere, perché soliti a comunicare tra loro tramite messaggi - un’abitudine che può ripercuotersi negativamente sul loro benessere psicologico.

LA FIGURA GENITORIALE: L’IMPORTANZA DELLA RESPONSABILITÀ E L’ALLEANZA GENITORI-SCUOLA

Nell’attuale contesto sociale e relazionale con grande spazio acquisito dai social, il ruolo del genitore diventa ancora più chiave per la crescita del bambino, che è, secondo **Manfredi**, **“tutto, anche se quello che sta accadendo ora è che gli adulti si stanno ‘infantilizzando’ e i bambini ‘adultizzando’, creando di conseguenza una società orizzontale in cui ai bambini vengono consegnati strumenti (come tablet, cellulari, ma anche carte di credito) che poi non sono in grado di utilizzare responsabilmente, con una conseguente deresponsabilizzazione da parte dei genitori”**. Si tratta di un processo, prosegue il pedagogo, **“in cui i genitori tendono a delegare all’esterno la responsabilità che deve essere in primis loro e che spesso può sfociare nella pretesa che sia il Nido o la scuola a educare il figlio**. Sicuramente la scuola e il Nido, nella primissima infanzia, possono fare molto, **ma se manca l’alleanza genitoriale la sua azione è ridotta.”**

Non solo de-responsabilizzazione ma anche eccessiva **apprensione**, che spesso trova nei social media un canale propizio. **“Soprattutto all’aumentare dell’età dei genitori, cresce anche il grado di apprensione nei confronti della sintomatologia dei bambini”**, spiega la **Dott.ssa Bozzola**. **“La nota negativa è che, se il pediatra non risponde subito, c’è la tendenza da parte dei genitori a postare sulla sociale media foto del bambino per chiedere consiglio ad altre mamme (...). Nonostante l’esperienza che le mamme di altri bambini possono acquisire nella gestione dei propri figli, queste non sono medici, ed è sempre necessario rivolgersi a una figura medica competente.”**

EDUCARE ALLA SALUTE: LE FIGURE DI RIFERIMENTO E RIMEDI

Il **pediatra** sembra rimanere, comunque, secondo gli intervistati dell’indagine di Human Highway, la principale figura di riferimento a cui i genitori si rivolgono

quando il proprio figlio non gode di buona salute, con quasi **7 italiani su 10 (68,9%)** che seguono le indicazioni del medico in caso di malattia dei propri figli, soprattutto da parte dei papà (74,8% vs 63,2% per le donne). Le mamme, invece, tendono a preferire l'**autonomia, soprattutto** nella gestione dei piccoli disturbi dei bambini, affidandosi alla propria esperienza di cura maturata nel tempo (17,6% vs 9,2% per gli uomini) e/o cercando **consiglio online** (14% vs 6,9%).

Non solo il ruolo del pediatra è cruciale per i genitori quando si tratta di disturbi fisici: a lui si affida il **54,3%** dei genitori **anche in caso di segnali sintomatici di un piccolo disagio psicologico del bambino**, come sbalzi dell'umore, l'acuirsi di paure, disturbi del sonno, ansia, e difficoltà scolastiche. In questi casi, è importante anche il confronto con altri genitori, amici e parenti giudicati "esperti" a vario titolo e con le figure educative di riferimento dei bambini.

In caso di piccoli problemi di salute fisica, **i farmaci sono il primo rimedio più utilizzato dai genitori**: il **39% ricorre a farmaci di automedicazione** e il 36,7% a farmaci con ricetta prescritti dal pediatra. Anche gli altri rimedi risultano però abbastanza utilizzati: un genitore su quattro ricorre ai classici rimedi casalinghi, agli integratori e alle vitamine e ai prodotti naturali (erboristici e/o omeopatici).

A prediligere i **farmaci da banco** sono le mamme, 44,9% vs 32,8% dei papà.

Per maggiori informazioni visita il sito:

www.semplicementesalute.it