

FOCUS  
news

# In primo piano

di Michela Crippa



La cifra **6,7%**  
parti prematuri in Italia

Nascere anzitempo può avere serie ripercussioni sulla salute. "Serve informare di questo rischio in modo adeguato, anche perché la comunicazione stessa può essere fonte di stress", spiega Irene Cetin, Presidente della Società Italiana di Medicina Perinatale. Per questo la SIMP, con l'Associazione Vivere Onlus, sta preparando Linee Guida dedicate. "Che sia una gravidanza arrivata naturalmente o dopo un percorso faticoso, l'attesa è immaginata come un momento di gioia. Ciò che minaccia una sua interruzione precoce va riferito con la giusta metodologia, prevedendo del tempo per ascoltare i futuri genitori e assicurandosi che il messaggio sia compreso", dice Martina Brusca, Presidente di Vivere Onlus. Ma come accorgersi del problema? **"Oggi si misura la lunghezza del collo dell'utero**

**con la cervicometria, un esame di screening che si fa a 20 settimane. Quanto più basso è il valore, tanto maggiore è il pericolo.** Il test viene proposto solo in presenza di fattori di rischio, come un precedente parto prematuro, malformazioni uterine, infezioni ricorrenti delle vie urinarie. Altrimenti, può sorgere il sospetto in una visita, se ad esempio l'utero è contratto, o si manifestano sintomi che spingono a rivolgersi al pronto soccorso", spiega Cetin. **"Una volta arrivata la diagnosi, se la cervice risulta molto raccorciata e non è ancora superata la 24ª settimana, si può optare per il cerchiaggio,** cioè l'applicazione di un nastro rigido intorno al collo dell'utero. Esistono, però, situazioni in cui questo intervento non è praticabile o non necessario. **Un'alternativa è il trattamento con progesterone".**

*Secondo recenti studi, una cura di progesterone in capsule vaginali riduce di un terzo il rischio di parto prematuro*

## Diciamoci tutto

*CIAI compie 50 anni*

Il Centro Italiano Aiuti all'Infanzia festeggia il cinquantenario da quando, nel 1968, ha iniziato a lavorare al fianco dei bimbi soli. "Da allora è cambiato il mondo. All'inizio eravamo dei pionieri. Dagli anni '90, poi, c'è stato un boom dell'adozione internazionale e ha cominciato a sentirsi l'esigenza di una maggiore regolamentazione. Oggi, con la convenzione dell'AIA del '93, sono cresciute le tutele per i bambini. Si è data la precedenza all'adozione nazionale, che ha fatto sì che molti piccoli rimanessero nei Paesi di origine", racconta la Presidente Paola Crestani. Questa via, in Italia, è percorribile ma incerta. In compenso, **nell'ultimo decennio si è registrato un aumento delle adozioni di bambini stranieri con bisogni speciali:** già grandicelli, con problemi di salute o con vissuti di maltrattamenti e abusi alle spalle". Sono loro ad avere le maggiori necessità di trovare accoglienza. **Un grande aiuto è rappresentato anche dal sostegno a distanza,** che consente ai bimbi con difficoltà economiche di restare nella famiglia di origine. "In questo, gli italiani si sono sempre contraddistinti per la loro generosità". Da rimarcare, però, c'è anche l'aumento degli episodi di razzismo, associati ai fenomeni di migrazione. Al riguardo, CIAI ha attivato 2 progetti dedicati ai minorenni stranieri non accompagnati: "Ragazzi Harraga" a Palermo e "Amici" in Costa d'Avorio. Info: [www.ciai.it](http://www.ciai.it)

ISTOCK

## Salute e benessere nelle città: istituita una Giornata Nazionale

*Più della metà della popolazione mondiale risiede in aree urbane e si stima che nel 2050 si raggiungerà quota 70%: un fenomeno associato all'incremento di malattie croniche, come diabete e obesità. Che fare?*

Il problema tocca anche il nostro Paese: un italiano su tre vive in una delle 14 città metropolitane, dove risiede anche il 52% dei 3,27 milioni di persone con diabete. È questa la situazione che ha spinto a istituire, il 2 luglio, la Giornata Nazionale per la salute e il benessere nelle città, promossa da Health City Institute e Cittadinanzattiva, con il patrocinio del Ministero della Salute, di ANCI e dell'Istituto Superiore di Sanità.

### COME STANNO I BAMBINI CHE VIVONO IN CONTESTI URBANI?

"Le città raramente sono costruite a misura d'uomo e tanto meno di bambino. I piccoli che ci abitano sono portati ad avere uno stile di vita inadeguato. Giocano poco all'aperto, come dimostra anche la diffusa carenza di vitamina D, la cui sintesi dipende dall'esposizione alla luce del sole, e in generale si muovono in maniera insufficiente", dice Marco Cappa, responsabile di Endocrinologia presso l'Ospedale Pediatrico Bambino Gesù di Roma. "Non bastano, infatti, le due ore di sport alla settimana, servirebbero almeno 35-40 minuti al giorno di attività fisica non programmata. Il fatto è che oggi, complice la tecnologia, non ci si alza più nemmeno per cambiare il canale della tivù". È proprio l'eccessiva sedentarietà uno degli elementi caratterizzanti lo stile di vita urbano che può incidere sulla

### diffusione delle malattie croniche.

Gli altri fattori sono il tipo di alimentazione e l'inquinamento. "La diffusione dei fast food ha contribuito a un progressivo allontanamento dalla dieta mediterranea. Mentre gli inquinanti atmosferici hanno portato a un incremento delle alterazioni del metabolismo endocrino".

*Dimenticare l'auto e tornare a camminare a piedi oppure a pedalare nel verde e nelle piste ciclabili: dire basta alla sedentarietà è la chiave per combattere il sovrappeso, ma i genitori devono dare l'esempio*

### QUALI CONSEGUENZE SULLA SALUTE DEI PICCOLI?

Oltre al dilagare di sovrappeso e obesità, che colpiscono ormai un terzo della popolazione infantile tra i 6 e i 9 anni, sono in aumento anche i casi di diabete



in età pediatrica. "Di sicuro la vita di città incide maggiormente sul tipo 2, più raro tra i piccoli e più frequentemente associato alle problematiche di peso. Si ipotizza, però, che l'adipe eccessivo - spesso legato allo stile di vita urbano - possa concorrere ad anticipare l'età d'insorgenza del diabete mellito di tipo 1, maggiormente diffuso tra i piccoli", dice l'endocrinologo. Questo tipo di diabete è caratterizzato da una carenza assoluta di insulina, ormone che svolge un ruolo fondamentale nel mantenimento del normale livello di glicemia.

### COME PROTEGGERE I PROPRI FIGLI SE SI ABITA IN CITTÀ?

"Spingendoli a muoversi di più: ad esempio facendogli fare le scale o parcheggiando l'auto a una certa distanza dal punto di arrivo. E poi, prestando attenzione all'alimentazione, che dev'essere varia ed equilibrata".

Fondamentale è sempre l'esempio dei genitori. "Non basta dettare regole, bisogna essere i primi a far proprio uno stile di vita sano se si vuole che i figli acquisiscano buone abitudini", dice Marco Cappa. Anche la politica ha una notevole responsabilità. "Bisognerebbe costruire piste ciclabili e convincere i cittadini a lasciare a casa l'auto, e poi spingere le aziende a produrre merendine dall'apporto calorico più contenuto. E ancora: proporre interventi mirati nelle scuole. Qualcosa si sta già facendo. Grazie alle campagne di informazione, per la prima volta si è osservata una battuta d'arresto dell'incremento dell'obesità nell'infanzia".