

I primi 1000 giorni di vita: i determinanti di salute

L'investimento in interventi precoci di protezione e promozione della salute dei bambini nelle prime epoche della vita tramite un approccio intersettoriale è una delle priorità individuate dalle organizzazioni mondiali in sanità pubblica, quali l'OMS e l'UNICEF. Le ricadute positive si hanno non solo nel singolo, ma anche nell'intera comunità, sia in termini di salute che di sviluppo cognitivo e sociale.

Il Ministero della Salute, col coordinamento dell'Istituto Superiore di Sanità e in collaborazione con le Regioni ha redatto un documento sui principali determinanti di salute del bambino.

Ecco i principali determinanti di salute:

- **assunzione di acido folico** in epoca periconcezionale (assunzione corretta per protezione da malformazioni congenite: 0,4 mg dal concepimento al terzo mese di gravidanza);
- **alcol in gravidanza e in allattamento** (rischio di disordini fetto-alcolici, aborto spontaneo, parto pretermine, basso peso alla nascita, morte improvvisa in culla, malformazioni congenite);
- **consumo di tabacco in gravidanza e in allattamento** (rischio di basso peso alla nascita, prematurità, mortalità perinatale);
- **allattamento** (raccomandazioni OMS: esclusivo fino a 6 mesi e prolungato fino a >2 anni)
- **posizione in culla** (per ridurre il rischio di SIDS - sindrome della morte improvvisa del lattante - viene raccomandato di mettere a dormire il bambino in posizione supina);
- **lettura precoce in famiglia** (leggere regolarmente e in età precoce contribuisce allo sviluppo cognitivo, emotivo e relazionale);
- **sicurezza in casa** (rischio di incidente domestico elevato nei bambini di età <5 anni);
- **sicurezza in auto** (raccomandato l'utilizzo corretto dei dispositivi di protezione in auto per ridurre il rischio di traumi e decessi);
- **esposizione a schermi** (l'uso eccessivo/scorretto mette a rischio la salute psicofisica dei bambini. Viene raccomandato l'uso in presenza di adulto e il non utilizzo nei bambini di età <2 anni);
- **vaccinazioni** (protezione dal rischio di contrarre alcune malattie infettive che possono determinare complicanze pericolose).

▶ Dott.ssa Graziella Guariso

Specialista in Gastroenterologia Pediatrica



Per saperne di più:

<https://www.epicentro.iss.it/materno/progetto-per-la-promozione-della-salute-nei-primi-1000-giorni>