Salute: Sip, i pediatri spiegano come proteggere i bambini dall'aria inquinata nelle città italiane

Gli alti livelli di polveri sottili e altri inquinanti registrati in questi giorni nella pianura padana hanno destato particolare attenzione nell'opinione pubblica e qualche preoccupazione da parte dei genitori per la salute dei bambini. La Società italiana di pediatria (Sip), alla luce della letteratura scientifica ad oggi disponibile, fa chiarezza sugli effetti dell'inquinamento dell'aria sulla salute dei bambini e su ciò che ciascuno di noi può fare individualmente per proteggerli e per contribuire a ridurre, quanto più possibile, l'inquinamento attraverso l'adozione di buone pratiche e corretti stili di vita. In gioco c'è la salute dei più piccini. "Se vero che la soluzione del problema è demandata principalmente a programmi di salute pubblica decisi e guidati dalle istituzioni - specifica infatti la presidente della Sip, Annamaria Staiano - è altrettanto importante ricordare come ciascuno di noi possa fare la differenza adottando comportamenti virtuosi per aiutare a ridurre l'inquinamento atmosferico e migliorare la salute di tutti". Come rileva la Commissione Ambiente della Società italiana di pediatria, ampie evidenze scientifiche confermano l'esistenza di una forte associazione tra inquinamento atmosferico, generato principalmente da traffico, e problemi di salute respiratoria nei bambini. Questi sono infatti più vulnerabili degli adulti, sia perché il loro organismo è in formazione sia perché hanno una maggiore predisposizione a respirare con la bocca, evitando il "filtro" nasale, sia perché trascorrono più tempo all'aria aperta. Gli effetti dell'inquinamento da traffico sulla salute respiratoria dei bambini possono essere acuti, dovuti all'esposizione di breve durata ad elevate concentrazioni di inquinanti, particolarmente frequenti nelle ore di picco di traffico; o cronici, manifestandosi cioè dopo una esposizione prolungata a livelli di inquinanti non necessariamente elevati. Studi epidemiologici hanno dimostrato che l'esposizione in gravidanza a inquinanti da traffico veicolare, quale il particolato e gli ossidi di azoto, è associato ad un aumentato rischio di sviluppare asma. "In particolare, bisogna fare attenzione ai cosiddetti 'primi mille giorni', l'arco di tempo che va dal concepimento fino ai primi due anni di vita, che è un periodo particolarmente importante nella vita di una persona perché ciò che accade in questo lasso di tempo ha degli effetti, anche a lungo termine, sulla salute di quell'individuo. Ci sono diversi studi importanti che ci hanno mostrato come anche gli inquinanti ambientali possano esercitare un ruolo da questo punto di vista e lasciare un'impronta determinante per tutto il resto della vita di un individuo", spiega Rino Agostiniani, consigliere nazionale della Sip. La Sip offre anche alcuni consigli su come tutelare i bambini e inquinare di meno: "Transitare poco in zone trafficate. Muoversi a piedi, in bici o con i mezzi pubblici. D'inverno fuori nelle ore più calde, d'estate il contrario. Alla guida velocità moderata e motore spento da fermi. Far diventare 'green' anche il proprio condominio". Per ulteriori informazioni si può consultare il sito <https://millegiorni.info/>.

Gigliola Alfaro