



Un'educazione sessuale che custodisca un sano pudore ha un valore immenso, anche se oggi alcuni ritengono che sia una cosa di altri tempi. È una difesa naturale della persona che protegge la propria interiorità ed evita di trasformarsi in un puro oggetto. Senza il pudore, possiamo ridurre l'affetto e la sessualità a ossessioni...

Papa Francesco, *Amoris laetitia*, 282



PANDEMIA

L'endocrinologo Marco Cappa: casi di sviluppo già a 4-5 anni. Si può curare con i farmaci ma fondamentale l'aiuto psicologico

Troppo presto piccole donne

Lockdown, esplosi i casi di pubertà precoce nelle bambine (+156%). L'allarme degli esperti del "Bambino Gesù" Cause? Sedentarietà, stress, abuso di device. «Queste giovanissime non capiscono cosa accade al loro corpo»

VIVIANA DALOISO

che il lockdown del 2020 e i cambiamenti radicali che hanno investito il nostro modo di vivere abbiano avuto un peso insopportabile per i bambini è ormai dimostrato da decine di studi e allarmi: lo stress, l'ansia, l'isolamento, l'iperconnessione ai device hanno gettato i piccoli nella morsa delle psicopatologie più svariate, dall'insonnia alla depressione, dall'anoressia all'autoleisionismo. Ferite della mente con cui sempre più famiglie si stanno misurando, spesso senza strumenti per poterle curare. Per la prima volta, però, uno studio condotto dall'ospedale Bambino Gesù di Roma (insieme ad altre strutture di riferimento dal Gaslini di Genova al Federico II di Napoli) si spinge oltre, mettendoci davanti una realtà ancora più inquietante: la pandemia con le sue chiusure ha cambiato e sta cambiando anche il corpo dei nostri figli, a cominciare dalle bambine. Come? Facendole diventare donne più in fretta.

In termini clinici il fenomeno si chiama pubertà precoce ed è annoverata tra le malattie rare: in Italia, per intendersi, riguarda da 1 a 6 nati ogni 1.000. Il corpo inizia a trasformarsi in quello di un adulto prima del tempo, con un'accelerazione dello sviluppo dei caratteri sessuali (nelle femmine si parte dal bottoncino mammario per arrivare alla menarca) e una rapido cambiamento a livello osseo: i bimbi, cioè, crescono velocemente anche in altezza, ma poi il picco si esaurisce e da adulti hanno una statura inferiore alla media. Ebbene, la pubertà precoce nel corso del 2020 è stata osservata in ben 328 bambine contro le 140 del 2019, con un incremento del 134%: i casi, cioè, sono più che raddoppiati. Eloquentemente il dato scorporato in base ai periodi di osservazione: se tra marzo e maggio i casi sono stati solo 92, tra giugno e settembre sono schizzati a 236 (con un incremento del 156%). Il tutto mentre non veniva rilevato alcun aumento significativo tra i maschi (10 pazienti precoci nel 2020 contro i 12 del 2019), che solitamente sono molto meno esposti alla pubertà precoce, ma che in questo caso non sono stati nemmeno sfiorati dal cambiamento.

Cosa è successo? «È la prima domanda che ci siamo posti anche noi - spiega il responsabile del reparto di Endocrinologia del Bambino Gesù, Marco Cappa - confrontandoci con gli altri ospedali, dove si era osservato lo stesso fenomeno, e avviando una survey tra le famiglie coinvolte. Capivamo che il lockdown, fatto unico nella storia dell'umanità, aveva avuto un ruolo decisivo visto che nella letteratura scientifica non è mai stata registrata un'impennata del genere». Primo fattore, dunque, il «fermi tutti» che ha avuto come conseguenza diretta la sedentarietà: «Da sempre sappiamo che l'attività fisica regola l'attività dei neuroni che si attivano per la pubertà», continua Cappa. Il rapporto è inversamente proporzionale: maggiore è l'attività fisica, più regolare e «rallentato» è il mo-

mento dello sviluppo (al punto che negli atleti agonisti questo ritardo diventa a sua volta patologico); minore è l'attività fisica, più è facile che la pubertà anticipi il suo corso. Altro elemento scatenante, lo stress: più della metà delle famiglie delle pazienti osservate nel 2020 ha riferito di cambiamenti nel comportamento (59%) e segnalato un aumento rilevante di sintomi correlabili allo stress (63%). «Impossibile stabilire un nesso causale preciso, ma i risultati suggeriscono che anche questa componente abbia avuto il suo peso». Come quella dell'uso intensivo e costante delle tecnologie: Dad e videogiochi hanno tenuto incollati milioni di bambini e adolescenti per mesi, «attivando attraverso le immagini e gli stimoli processi cerebrali complessi le cui conseguenze sono state documentate in altri studi», continua Cappa. Processi che a loro volta - questo sarà oggetto di ricerca nei prossimi mesi - potrebbero essersi intrecciati a quelli del sistema neuroendocrino e all'attività dell'ipofisi. Mentre nessuna responsabilità sarebbe da attribuire all'alimentazione, visto che nel peso delle bambine osservate non è stata registrata alcuna variazione significativa.

Il punto, lo si diceva all'inizio, è che la pubertà precoce è una malattia: «Va curata - spiega ancora il professor Cappa - specie se, come ci è capitato nel corso di quest'anno, in ospedale arrivano bambine di 5 o addirittura di 4 anni già in via di sviluppo». In questi casi il processo va fermato immediatamente con terapie farmacologiche, specie per evitare il blocco della crescita in altezza. «Nelle bambine più grandi, dagli 8 in su, si deve invece decidere di caso in caso come procedere. Sicuramente vanno anche accompagnate con un percorso di assistenza psicologica: le bambine si sentono diverse dalle loro coetanee, non capiscono cosa accade al loro corpo perché non hanno ancora gli strumenti per farlo», continua Cappa. E qui si apre una sfida epocale anche dal punto di vista educativo: quella di ripensare i modi e i tempi del discorso sull'intimità e la sessualità. Piccole donne che crescono in fretta chiedono un ascolto e un sostegno nuovi. Il compito degli adulti è offrirli tanto in fretta quanto il loro corpo sta cambiando.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



DA SAPERE

Che cos'è la pubertà precoce?

L'inizio della maturazione sessuale prima degli 8 anni nelle bambine e prima dei 9 anni nei maschi viene identificata come pubertà precoce. È annoverata tra le malattie rare: in Italia riguarda da 1 a 6 nati ogni 1000. Il corpo del bambino inizia a trasformarsi in adulto prima del tempo, con un'accelerazione dello sviluppo dei caratteri sessuali e una rapida chiusura delle cartilagini di accrescimento osseo: per effetto di questo processo i bambini crescono velocemente in altezza, ma poi il picco si esaurisce e da adulti hanno una statura inferiore alla media.

Quali sono i sintomi?

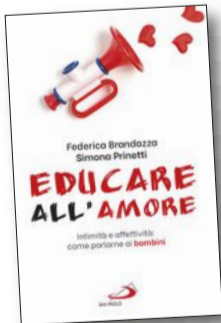
Nelle bambine, che sono le più coinvolte e su cui è stato osservato un aumento impressionante di casi dopo il lockdown (oltre il doppio di quelli registrati nel 2019) il primo sintomo è lo sviluppo dei bottoni mammari, a cui solitamente si accompagna la crescita generalizzata della peluria. Il menarca è l'approdo dello sviluppo puberale: arriva, cioè, come ultimo passaggio, ma nel caso della pubertà precoce può risultare anticipato ai 9 o ai 10 anni contro l'età media di 12.

Come si interviene?

Quando la pubertà precoce si presenta in bambini sotto i 7 anni si interviene sempre con una terapia farmacologica, per evitare il blocco della crescita della statura. Dagli 8 anni in su il percorso si valuta di caso in caso: la terapia farmacologica viene impiegata per lo più per rallentare l'arrivo del menarca ed è sempre consigliato un percorso psicologico di affiancamento.

«L'intimità va tutelata. Ditelo ai vostri figli»

L'esperta: l'ascolto dei genitori dev'essere attento ma non giudicante. E servono anche competenze



Serve iniziare prima. Anzi, serve proprio uscire dalla logica del «quando posso cominciare a parlare di questi argomenti con mio figlio?», perché se arriviamo a porci questa domanda forse è già tardi. Il corpo (e col corpo tutta la persona nella sua intimità, sessualità, affettività, nell'amore) deve essere sempre al centro della relazione adulto-bambino. E di corpo dei piccoli, soprattutto, si occupa ormai da 25 anni Simona Prietti, esperta in educazione sessuale e consulente in sessuologia, quotidianamente impegnata in corsi dedicati a questi temi nelle scuole e coi gruppi genitori, autrice (insieme all'ostetrica Federica Brandazza) di un libro pubblicato proprio in questi giorni dalle Edizioni San Paolo e intitolato *Educare all'amore. Intimità e affettività: come parlarne ai bambini*. I risultati della ricerca del Bambino Gesù aprono indubbiamente a una serie di riflessioni, prima fra tutte quella dei tempi e dei modi dell'educazione alla percezione del proprio corpo da parte dei più piccoli. Un tema delicatissimo, scomodo per certi versi...

È così. Troviamo sempre una paura e una reticenza da parte degli adulti nell'affrontare questi argomenti. C'è addirittura chi spera che a farlo sia qualcun altro, magari a scuola, col risultato di perdere la bellezza di questo momento, di rinunciare ad accompa-

gnare i propri figli e mettere dentro il loro percorso di crescita quel valore aggiunto che è proprio di ogni famiglia. Il primo monito da rivolgere ai genitori è dunque quello di stare su questa prima linea, di esserci. E anche di avere delle competenze in merito: nel libro abbiamo creato una tabella con le tappe della pubertà in maschi e femmine. È per i genitori che - sembra incredibile - non sempre le conoscono.

Come esserci? Naturalmente nei casi patologici, come quelli inquadrati dallo studio del Bambino Gesù, serve un accompagnamento specifico. Ma se la pubertà precoce è rara, seppur in aumento, quella anticipata è una realtà sotto gli occhi di tutti: è ormai molto frequente incontrare bambine che a 10 anni si sono già sviluppate. L'atteggiamento più corretto da parte dei genitori è quello che io chiamo "l'ascolto empatico non giudicante". Sono i bambini a parlare per primi, a fare domande spesso scomode, a chiedere e interessarsi ad argomenti inerenti la sessualità. Ascoltarli significa badare alle parole, ma anche alle loro emozioni, al vissuto: cosa ci stanno davvero chiedendo? Cosa c'è dietro? E creare uno spazio di ascolto senza giudizio apre alla relazione nel senso più proprio: ecco che possiamo parlare anche noi, affrontando le questioni più spinose.

Come far comprendere ai più piccoli, nel mondo dei social e di Tik Tok, che il corpo per esempio va esposto con misura?

Anche in questo caso, per far loro comprendere che l'intimità va protetta e tutelata, è necessaria la presenza dei genitori. Nelle mie lezioni faccio sempre questo esempio: quando avete regalato la bici ai vostri bambini gli avete dato il caschetto, avete tenuto il sellino, li avete accompagnati. Lo stesso richiedono lo smartphone, l'uso dei social, l'esposizione del proprio corpo: bisogna esserci per accompagnarli. **Come vincere la paura che nel mondo là fuori vengano travolti da modelli sbagliati?** La paura che c'è va riconosciuta e verbalizzata, anche con loro. Non è detto che se facciamo tutto bene il risultato sarà ottimo: il risultato è nostro figlio. È inevitabile che le cose vengano proposte loro in un altro modo, che incontrino pensieri e modelli divergenti, in queste occasioni verrà fuori la loro unicità, il loro pensiero critico, faranno le loro scelte. E se ci saranno dei momenti critici andranno gestiti: qualche volta con successo, qualche volta no. Non siamo soli: possiamo contare su una rete di relazioni, dobbiamo aprirci e confrontarci con la scuola, con gli altri genitori, il gruppo parrocchiale, gli amici.

Viviana Daloisio

© RIPRODUZIONE RISERVATA

GIORNATA PER LA VITA Il Cav di Chieri: «Chiedono aiuto per tenere i figli» Marina Lomunno a pagina II	GIORNATA PER LA VITA Il Sav di Bologna: «Madri "adottate" già al terzo mese» Chiara Pazzaglia a pagina II	GIORNATA PER LA VITA Ernesto Caffo: «Padri custodi anche sul web» Luciano Moia a pagina III	GIORNATA PER LA VITA Un figlio in stato vegetativo e scelte di valore Francesco Zanotti a pagina III	POPOTUS Al circo la tigre è un ologramma Nelle pagine centrali
---	---	---	--	--

L'EVENTO

«Custodire ogni vita» è il titolo dell'iniziativa, la 44esima, che si celebra oggi in tutte le diocesi. Una sfida per tutta la società

Proteggiamo i semi di futuro Oggi la "Giornata per la vita"

Chieri, Cav in prima linea
«Bussano tante straniere sconfitte dalla pandemia Chiedono aiuti, non aborti»

MARINA LOMUNNO

«Il più bel regalo di Natale? L'assegnazione da parte del Comune di un alloggio di edilizia popolare a una famiglia di origine marocchina con tre bambini che abbiamo seguito fin dalla nascita. Proprio in questi giorni la mamma è venuta a ritirare presso il nostro Centro coperte, lenzuola e biancheria per la casa era felice e non finiva di ringraziarci. Il papà nei mesi scorsi aveva perso il lavoro e non potevano più pagare l'affitto. Noi ci siamo fatte in quattro per sostenere la famiglia, l'ultima nata ha tre anni, e la rete tramite i servizi sociali ha risolto il problema abitativo». Margherita Benente, 74 anni, mamma e nonna, è la presidente del Cav di Chieri, uno dei più attivi della Chiesa torinese, punto di riferimento di un vasto territorio del distretto a Sudest della diocesi in cui vivono 50 mila abitanti. Il Cav ha sede nella Cittadella del volontariato in via Giovanni XXIII, l'ex Macello che il Comune ha ristrutturato per ospitare le associazioni a sostegno delle fasce più povere: è aperto dal 12 maggio 1989 e dal 1994 al 2013 ha gestito una casa di pronta accoglienza per giovani donne sole con bambini. Margherita Benente fin dall'inizio è in prima linea con 30 volontarie e l'aiuto di alcuni mariti: insieme hanno sostenuto la nascita di un migliaio di bambini. «Ad oggi seguiamo oltre 80 le mamme, alcune in attesa, altre nella crescita dei loro bimbi fino a tre anni anche se il nostro legame non si interrompe mai: l'emergenza non ha età anagrafica. E in molti casi appoggiamo donne in difficoltà anche se non in gravidanza». La presidente evidenzia come in questi 33 anni l'utenza sia cambiata: «All'inizio si rivolgevano al Cav soprattutto italiane decise ad abortire perché pensavano di non farcela a portare avanti la gravidanza per motivi economici ma anche di solitudine. Oggi ci cercano ancora donne italiane ma con la pandemia le straniere (africane, dell'Est europeo, islamiche) giunte in Italia in questi anni sono aumentate del 75%: sono le più deboli perché molte hanno perso il lavoro in nero da badante o da colf con nessuna garanzia di ammortizzatori sociali». E qui interviene il Cav che a Chieri lavora in rete con le parrocchie e il Centro d'ascolto di zona, la San Vincenzo, i Servizi sociali del Comune e le associazioni che forniscono consulenze legali e di patronato. Collabora anche il *Corriere di Chieri*, il settimanale locale, che spesso ospita gli appelli delle volontarie: «La rete per arginare le emergenze è fondamentale - prosegue Benente - attraverso le nostre segnalazioni sono stati risolti alcuni casi di donne con bambini vittime di violenza accolte a casa nostra e poi trasferite in comunità, oppure con progetti di pronta accoglienza dell'Ufficio Migranti della diocesi e con l'attivazione dei progetti Gemma». Il Cav è a-

perto 3 giorni la settimana e, oltre a fornire pacchi viveri con alimenti per l'infanzia, vestiti, giochi, passeggini e molto altro offre supporto psicologico anche alle donne che non ce l'hanno fatta a partorire e «vivono il trauma del lutto. Il nostro obiettivo - dice la presidente - attraverso l'ascolto, l'accoglienza e la ricerca di una soluzione ai bisogni rimane quello di evitare l'aborto e rimarcare quanto la vita sia preziosa e che, se c'è una comunità, la nascita di un figlio non è mai un problema e se lo è può essere condiviso. Ma non abbandoniamo chi non ce la fa, il Signore è misericordioso. E insistiamo che fondamentale è l'educazione delle nuove generazioni all'affettività responsabile». In due anni di pandemia le volontarie non hanno mai chiuso il Centro: «Il Cav è aperto su appuntamento e si riceve a piccoli gruppi seguendo le norme anticovid. Con le volontarie siamo in contatto con le assistite via telefono e whatsapp e interveniamo in caso di necessità. Come l'anno passato, anche quest'anno in occasione della Giornata della vita, d'accordo con don Marco Di Matteo, il nostro parroco e moderatore dell'Unità Pastorale chiese che da sempre incoraggia le nostre iniziative, per evitare assembramenti non venderemo le primule, ma collocheremo fuori dalle parrocchie un banchetto con tre piantine invitando a fare un'offerta anche senza portarsi a casa i fiori. L'anno scorso abbiamo raccolto molto di più degli anni passati con la vendita dei vasetti e speriamo di replicare».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Proteggere ciò che abbiamo di più prezioso, a cominciare proprio dalla vita più fragile e indifesa, è il senso del messaggio dei vescovi italiani diffuso per la "Giornata" di oggi. Proteggere vuol dire prendersi cura delle persone che vivo-

no accanto a noi: dalla vita nascente alle giovani generazioni, agli anziani, a tutti coloro che più sono segnati dalla vulnerabilità. Oggi in tutte le comunità celebrazioni e iniziative per celebrare la ricorrenza voluta dalla Chiesa italiana.



La foto simbolo scelta per il manifesto della "Giornata della vita" 2022

Bologna, storie di rinascita
«Adottiamo le mamme a partire dal terzo mese Diamo corpo alla speranza»

CHIARA PAZZAGLIA

Anna, nome di fantasia, voleva abortire il terzo figlio. Marito assente, violento, con gravi problemi di dipendenza dall'alcol, temeva di non riuscire ad affrontare da sola una nuova maternità. L'aiuto economico e il supporto psicologico offerti dal Sav (Servizio accoglienza alla vita) di Bologna l'hanno convinta a scegliere la vita. Il piccolo, però, è nato con un grave problema cardiaco, un'ennesima fonte di preoccupazione per una famiglia già duramente segnata. Eppure, la malattia si è trasformata in grazia: è stata la leva per responsabilizzare il padre, che ha deposto la bottiglia e ha deciso di farsi aiutare. Grazie alla rete di sostegno pubblica e privata che ruota attorno al Sav, Marco (lo chiameremo così) ha trovato lavoro e, per la prima volta dopo molto tempo, si è sentito utile per la moglie e i tre figli. Ha imparato ad accudire il più piccolo e ad accettarlo come un dono, nella sua fragilità. Quella di Anna, Marco e i loro tre figli è solo la più recente di tante storie simili. Bologna si distingue nel panorama nazionale per la presenza non di un Cav (Centro di aiuto alla vita), come nel resto d'Italia, ma di un Sav (appunto Servizio di accoglienza alla vita), nato nel 1978 per iniziativa diretta della diocesi. Questa peculiarità l'ha portato ad essere un riferimento importante, in un territorio in cui la diffusa "cultura dei diritti" rischia di trascurare proprio quello principale, cioè quello alla vita. La

nascita di uno sportello di ascolto ed accoglienza fu, già allora, il primo segno tangibile dell'interesse ecclesiale per i problemi legati alle maternità difficili. La generosità di tanti volontari ha saputo poi concretizzare questa sensibilità, trasformandola in aiuto alle mamme bisognose di supporto e, successivamente, alle famiglie in condizione di fragilità socio-economica.

A raccontare del Sav di Bologna è la storica presidente, Maria Vittoria Gualandi, a cui molti bambini devono, letteralmente, la vita. Anche se, ora, ha lasciato gli incarichi associativi, continua l'impegno come volontaria. Dopo la vicenda di Anna, ricorda quella di Marta (anche questo nome di fantasia), che era propensa ad abortire, perché sola, senza un papà per la sua bambina, respinta dalla famiglia. Sapeva che, confessando la gravidanza, avrebbe perso il lavoro. In effetti è stato così, ma di impiego, poi, ne ha trovato un altro: intanto, la sua bambina, che è nata, le ha dato la forza di affrontare il tumore alla mammella che l'ha colpita. Questa piccola vita è stata più efficace di ogni altro supporto psicologico. E la sua famiglia d'origine l'ha riaccolta: il miracolo della vita non l'ha lasciata indifferente.

Attualmente, il Sav di Bologna dispone di 11 gruppi appartamento per l'accoglienza di mamme e famiglie in difficoltà e offre aiuti alimentari, medicine e vestiario ad altri 140 nuclei. Gli "aiuti vita", cioè il sostegno alle maternità difficili, sono stati 13 nel 2021. I dati rispecchiano il forte calo di nascite avvenuto a Bologna negli ultimi anni, così duramente segnati anche dalla pandemia. Queste mamme vengono "adottate" a partire dal terzo mese di gravidanza e fino al dodicesimo anno di vita del figlio, da famiglie che le sostengono a distanza, nel rispetto del reciproco anonimato. Non mancano i donatori, ma i "salvataggi" sono sempre meno.

Secondo Gualandi le cause sono molteplici: si va dall'assenza di una voce "alternativa" nei consultori, fino alle facilitazioni per la prescrizione dei contraccettivi d'emergenza. «Quando abbiamo ottenuto la presenza al consultorio di Zola Predosa, Comune dell'area metropolitana, è successo il finimondo», ricorda Gualandi. Questo fa sì che il Sav, spesso, arrivi fuori tempo massimo: «Non siamo anti abortisti, come qualcuno sostiene: semplicemente, spieghiamo alle future mamme che c'è un'alternativa all'aborto». Sono ottimi, però, i rapporti coi servizi sociali: «Indirizzano a noi molte famiglie che hanno perso il lavoro e temono di non farcela: le aiutiamo economicamente e attiviamo una rete di supporto, che consenta loro di guardare al futuro con serenità».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

LE INIZIATIVE

Babymamme, riflessione in Lombardia

Dopo la Veglia del 3 febbraio, le iniziative di Federvita Lombardia per la Giornata per la vita proseguono con il lancio di «Empowerment delle donne madri in gravidanza e oltre. Buone prassi in FederVita Lombardia-APS», attraverso il sito e l'invio alle istituzioni del frutto del lavoro fatto dai Centri. Venerdì 11 febbraio è previsto un importante convegno scientifico dal tema «L'interruzione di gravidanza nella relazione 2021 al Parlamento», promosso con l'Unione Giuristi cattolici e il Cav di Pavia, che si svolgerà, dalle 14.30 alle 18.30,

presso l'Aula fosciana dell'Università di Pavia, realizzato da Maria Pia Sacchi Mussini e Marco Ferraresi, consiglieri di Federvita Lombardia e membri della Commissione Cultura. Infine, il 26 febbraio dalle 14.45 alle 16.45 ci sarà l'evento del Progetto «Percorsi babymamme» con una sintesi dei primi risultati. Il Progetto che vede come capofila il Cav Ambrosiano ed è realizzato con FederVita Lombardia e con altri 4 Centri (Pavia, Lodi, Busto Arsizio, Cinisello Balsamo) affronta il problema delle gravidanze in adolescenza.

Nove mesi d'attesa, 5 ore di vita

«Ma è stato giusto farlo nascere»

Come è possibile che due genitori possano affrontare serenamente una gravidanza in cui il destino del nascituro appare segnato da una sindrome "quasi" incompatibile con la vita? Come è possibile che mamma e papà decidano di proseguire quel percorso pur nella consapevolezza che il loro piccolo non ce l'avrebbe fatta? Come è possibile che decidano di rifiutare il "consiglio" più o meno palese dei medici, di arrendersi, di non proseguire oltre? Possibile, possibile. Per rendersene conto basta leggere il libro che hanno scritto per ricordare la loro lunga traversata nel mistero della vita. Insieme, la mamma, Fabiana Coriana, e il papà, Matteo Manicardi, hanno deciso di non lasciare quella vicenda straordi-

naria confinata tra i ricordi familiari. Il diario della gravidanza è diventato un libro, *La storia di Super Micky, 9 mesi vissuti intensamente* (San Paolo, pagg. 217, euro 18) in cui raccontano quello che due genitori non vorrebbero mai sperimentare. Al terzo mese di gravidanza, l'ecografia rivela dati un po' anomali, che potrebbero far pensare alla sindrome di Down. Ma c'è qualcosa che non torna. Gli accertamenti fanno avanti. Fabiana e Matteo, che abitano a Modena e hanno già due figli, si spostano all'ospedale Buzzi di Milano per eseguire accertamenti più specialistici. Il piccolo in grembo potrebbe essere affetto da una patologia rara. Esami, esami, esami. Alla fine la conferma. Micky, così hanno deciso di

chiamarlo, ha la sindrome di Apert che comporta varie malformazioni, alcune incompatibili con la vita. Ma i genitori decidono di andare avanti lo stesso. Se la vita è così bella, come loro hanno sperimentato nella loro bella famiglia, perché non farla provare anche al terzo figlio? Magari per poche ore o per pochi minuti. Dopo il parto Micky sopravvive per 5 ore e 13 minuti prima di volare in Cielo. «Mentre tu chiudevi gli occhi sul mondo, noi aprivamo le braccia». Una storia commovente e serena, tutta da leggere. Il libro ha le prefazioni di Giovanni Ramonda, presidente della "Giovani XXIII" e di Marina Bandini Casini, presidente del MpV (il cui testo è già stato in parte pubblicato su "è vita").

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Un bimbo con gravi malformazioni, la scelta di due genitori contro i "consigli" dei medici. In un libro la storia di una breve vita resa gioiosa da una fede eroica



Un'educazione sessuale che custodisca un sano pudore ha un valore immenso, anche se oggi alcuni ritengono che sia una cosa di altri tempi. È una difesa naturale della persona che protegge la propria interiorità ed evita di trasformarsi in un puro oggetto. Senza il pudore, possiamo ridurre l'affetto e la sessualità a ossessioni...

Papa Francesco, *Amoris laetitia*, 282



PANDEMIA

L'endocrinologo Marco Cappa: casi di sviluppo già a 4-5 anni. Si può curare con i farmaci ma fondamentale l'aiuto psicologico

Troppo presto piccole donne

Lockdown, esplosi i casi di pubertà precoce nelle bambine (+156%). L'allarme degli esperti del "Bambino Gesù". Cause? Sedentarietà, stress, abuso di device. «Queste giovanissime non capiscono cosa accade al loro corpo»

VIVIANA DALOISO

Che il lockdown del 2020 e i cambiamenti radicali che hanno investito il nostro modo di vivere abbiano avuto un peso insopportabile per i bambini è ormai dimostrato da decine di studi e allarmi: lo stress, l'ansia, l'isolamento, l'iperconnessione ai device hanno gettato i piccoli nella morsa delle psicopatologie più svariate, dall'insonnia alla depressione, dall'anoressia all'autoleisionismo. Ferite della mente con cui sempre più famiglie si stanno misurando, spesso senza strumenti per poterle curare. Per la prima volta, però, uno studio condotto dall'ospedale Bambino Gesù di Roma (insieme ad altre strutture di riferimento dal Gagliardi di Genova al Federico II di Napoli) si spinge oltre, mettendoci davanti una realtà ancora più inquietante: la pandemia con le sue chiusure ha cambiato e sta cambiando anche il corpo dei nostri figli, a cominciare dalle bambine. Come? Facendole diventare donne più in fretta.

In termini clinici il fenomeno si chiama pubertà precoce ed è annoverata tra le malattie rare: in Italia, per intendersi, riguarda da 1 a 6 nati ogni 1.000. Il corpo inizia a trasformarsi in quello di un adulto prima del tempo, con un'accelerazione dello sviluppo dei caratteri sessuali (nelle femmine si parte dal bottono mammario per arrivare al menarca) e un rapido cambiamento a livello osseo: i bimbi, cioè, crescono velocemente anche in altezza, ma poi il picco si esaurisce e da adulti hanno una statura inferiore alla media. Ebbene, la pubertà precoce nel corso del 2020 è stata osservata in ben 328 bambine contro le 140 del 2019, con un incremento del 134%; i casi, cioè, sono più che raddoppiati. Eloquente il dato scorporato in base ai periodi di osservazione: se tra marzo e maggio i casi sono stati solo 92, tra giugno e settembre sono schizzati a 236 (con un incremento del 156%). Il tutto mentre non veniva rilevato alcun aumento significativo tra i maschi (10 pazienti precoci nel 2020 contro i 12 del 2019), che solitamente sono molto meno esposti alla pubertà precoce, ma che in questo caso non sono stati nemmeno sfiorati dal cambiamento.

Cosa è successo? «È la prima domanda che ci siamo posti anche noi - spiega il responsabile del reparto di Endocrinologia del Bambino Gesù, Marco Cappa - confrontandoci con gli altri ospedali, dove si era osservato lo stesso fenomeno, e avviando una survey tra le famiglie coinvolte. Capivamo che il lockdown, fatto unico nella storia dell'umanità, aveva avuto un ruolo decisivo visto che nella letteratura scientifica non è mai stata registrata un'impennata del genere». Primo fattore, dunque, il "fermi tutti" che ha avuto come conseguenza diretta la sedentarietà: «Da sempre sappiamo che l'attività fisica regola l'attività dei neuroni che si attivano per la pubertà», continua Cappa. Il rapporto è inversamente proporzionale: maggiore è l'attività fisica, più regolare e "rallentato" è il mo-

mento dello sviluppo (al punto che negli atleti agonisti questo ritardo diventa a sua volta patologico); minore è l'attività fisica, più è facile che la pubertà anticipi il suo corso. Altro elemento scatenante, lo stress: più della metà delle famiglie delle pazienti osservate nel 2020 ha riferito di cambiamenti nel comportamento (59%) e segnalato un aumento rilevante di sintomi correlabili allo stress (63%). «Impossibile stabilire un nesso causale preciso, ma i risultati suggeriscono che anche questa componente abbia avuto il suo peso». Come quella dell'uso intensivo e costante delle tecnologie: Dad e videogiochi hanno tenuto incollati milioni di bambini e adolescenti per mesi, «attivando attraverso le immagini e gli stimoli processi cerebrali complessi le cui conseguenze sono state documentate in altri studi», continua Cappa. Processi che a loro volta - questo sarà oggetto di ricerca nei prossimi mesi - potrebbero essersi intrecciati a quelli del sistema neuroendocrino e all'attività dell'ipofisi. Mentre nessuna responsabilità sarebbe da attribuire all'alimentazione, visto che nel peso delle bambine osservate non è stata registrata alcuna

variazione significativa. Il punto, lo si diceva all'inizio, è che la pubertà precoce è una malattia: «Va curata - spiega ancora il professor Cappa - specie se, come ci è capitato nel corso di quest'anno, in ospedale arrivano bambine di 5 o addirittura di 4 anni già in via di sviluppo». In questi casi il processo va fermato immediatamente con terapie farmacologiche, specie per evitare il blocco della crescita in altezza. «Nelle bambine più grandi, dagli 8 in su, si deve invece decidere di caso in caso come procedere. Sicuramente vanno anche accompagnate con un percorso di assistenza psicologica: le bambine si sentono diverse dalle loro coetanee, non capiscono cosa accade al loro corpo perché non hanno ancora gli strumenti per farlo» continua Cappa. E qui si apre una sfida epocale anche dal punto di vista educativo: quella di ripensare i modi e i tempi del discorso sull'intimità e la sessualità. Piccole donne che crescono in fretta chiedono un ascolto e un sostegno nuovi. Il compito degli adulti è offrirli tanto in fretta quanto il loro corpo sta cambiando.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



DA SAPERE

Che cos'è la pubertà precoce?

L'inizio della maturazione sessuale prima degli 8 anni nelle bambine e prima dei 9 anni nei maschi viene identificata come pubertà precoce. È annoverata tra le malattie rare: in Italia riguarda da 1 a 6 nati ogni 1000. Il corpo del bambino inizia a trasformarsi in adulto prima del tempo, con un'accelerazione dello sviluppo dei caratteri sessuali e una rapida chiusura delle cartilagini di accrescimento osseo: per effetto di questo processo i bambini crescono velocemente in altezza, ma poi il picco si esaurisce e da adulti hanno una statura inferiore alla media.

Quali sono i sintomi?

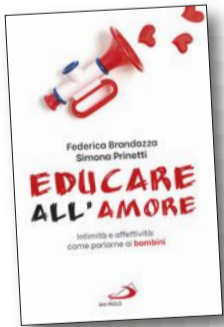
Nelle bambine, che sono le più coinvolte e su cui è stato osservato un aumento impressionante di casi dopo il lockdown (oltre il doppio di quelli registrati nel 2019) il primo sintomo è lo sviluppo dei bottoni mammari, a cui solitamente si accompagna la crescita generalizzata della peluria. Il menarca è l'approdo dello sviluppo puberale: arriva, cioè, come ultimo passaggio, ma nel caso della pubertà precoce può risultare anticipato ai 9 o ai 10 anni contro l'età media di 12.

Come si interviene?

Quando la pubertà precoce si presenta in bambini sotto i 7 anni si interviene sempre con una terapia farmacologica, per evitare il blocco della crescita della statura. Dagli 8 anni in su il percorso si valuta di caso in caso: la terapia farmacologica viene impiegata per lo più per rallentare l'arrivo del menarca ed è sempre consigliato un percorso psicologico di affiancamento.

«L'intimità va tutelata. Ditelo ai vostri figli»

L'esperta: l'ascolto dei genitori dev'essere attento ma non giudicante. E servono anche competenze



Serve iniziare prima. Anzi, serve proprio uscire dalla logica del «quando posso cominciare a parlare di questi argomenti con mio figlio?», perché se arriviamo a porci questa domanda forse è già tardi. Il corpo (e col corpo tutta la persona nella sua intimità, sessualità, affettività, nell'amore) deve essere sempre al centro della relazione adulto-bambino. E di corpo dei piccoli, soprattutto, si occupa ormai da 25 anni Simona Prioretti, esperta in educazione sessuale e consulente in sessuologia, quotidianamente impegnata in corsi dedicati a questi temi nelle scuole e coi gruppi genitori, autrice (insieme all'ostetrica Federica Brandazza) di un libro pubblicato proprio in questi giorni dalle Edizioni San Paolo e intitolato *Educare all'amore. Intimità e affettività: come parlarne ai bambini*. I risultati della ricerca del Bambino Gesù aprono indubbiamente a una serie di riflessioni, prima fra tutte quella dei tempi e dei modi dell'educazione alla percezione del proprio corpo da parte dei più piccoli. Un tema delicatissimo, scomodo per certi versi...

È così. Troviamo sempre una paura e una reticenza da parte degli adulti nell'affrontare questi argomenti. C'è addirittura chi spera che a farlo sia qualcun altro, magari a scuola, col risultato di perdere la bellezza di questo momento, di rinunciare ad accompa-

gnare i propri figli e mettere dentro il loro percorso di crescita quel valore aggiunto che è proprio di ogni famiglia. Il primo monito da rivolgere ai genitori è dunque quello di stare su questa prima linea, di esserci. E anche di avere delle competenze in merito: nel libro abbiamo creato una tabella con le tappe della pubertà in maschi e femmine. È per i genitori che - sembra incredibile - non sempre le conoscono. **Come esserci?** Naturalmente nei casi patologici, come quelli inquadrati dallo studio del Bambino Gesù, serve un accompagnamento specifico. Ma se la pubertà precoce è rara, seppur in aumento, quella anticipata è una realtà sotto gli occhi di tutti: è ormai molto frequente incontrare bambine che a 10 anni si sono già sviluppate. L'atteggiamento più corretto da parte dei genitori è quello che io chiamo "l'ascolto empatico non giudicante". Sono i bambini a parlare per primi, a fare domande spesso scomode, a chiedere e interessarsi ad argomenti inerenti la sessualità. Ascoltarli significa badare alle parole, ma anche alle loro emozioni, al vissuto: cosa ci stanno davvero chiedendo? Cosa c'è dietro? E creare uno spazio di ascolto senza giudizio apre alla relazione nel senso più proprio: ecco che possiamo parlare anche noi, affrontando le questioni più spinose.

Come far comprendere ai più piccoli, nel mondo dei social e di Tik Tok, che il corpo per esempio va esposto con misura?

Anche in questo caso, per far loro comprendere che l'intimità va protetta e tutelata, è necessaria la presenza dei genitori. Nelle mie lezioni faccio sempre questo esempio: quando avete regalato la bici ai vostri bambini gli avete dato il caschetto, avete tenuto il sellino, li avete accompagnati. Lo stesso richiedono lo smartphone, l'uso dei social, l'esposizione del proprio corpo: bisogna esserci per accompagnarli. **Come vincere la paura che nel mondo là fuori vengano travolti da modelli sbagliati?**

La paura che c'è va riconosciuta e verbalizzata, anche con loro. Non è detto che se facciamo tutto bene il risultato sarà ottimo: il risultato è nostro figlio. È inevitabile che le cose vengano proposte loro in un altro modo, che incontrino pensieri e modelli divergenti, in queste occasioni verrà fuori la loro unicità, il loro pensiero critico, faranno le loro scelte. E se ci saranno dei momenti critici andranno gestiti: qualche volta con successo, qualche volta no. Non siamo soli: possiamo contare su una rete di relazioni, dobbiamo aprirci e confrontarci con la scuola, con gli altri genitori, il gruppo parrocchiale, gli amici.

Viviana Dalouis

© RIPRODUZIONE RISERVATA

GIORNATA PER LA VITA

Il Cav di Chieri: «Chiedono aiuto per tenere i figli»

Marina Lomunno
a pagina II

GIORNATA PER LA VITA

Il Sav di Bologna: «Madri "adottate" già al terzo mese»

Chiara Pazzaglia
a pagina II



GIORNATA PER LA VITA

Ernesto Caffo: «Padri custodi anche sul web»

Luciano Moia
a pagina III

GIORNATA PER LA VITA

Un figlio in stato vegetativo e scelte di valore

Francesco Zanotti
a pagina III

POPOTUS

Al circo la tigre è un ologramma

Nelle pagine centrali

LA STORIA

Patrizia Revello, scomparsa a 39 anni, ha lasciato dietro di sé una fama di santità. In suo nome iniziative benefiche e incontri di preghiera



Su Patrizia Revello la diocesi di Asti sta valutando l'opportunità di aprire il processo di beatificazione

ENRICO SOLINAS

Eh, sì! Ancora una volta ha ragione papa Francesco! Quando parliamo dei santi sarebbe bene non pensare «solo a quelli già beatificati o canonizzati». «Lo Spirito Santo riversa santità dappertutto nel santo popolo fedele di Dio» (*Gaudete et exultate*, 6).

Ogni volta che pensiamo ai santi come a superuomini o a superdonne, spesso appartenenti alla sfera dei religiosi, capaci di compiere fatti prodigiosi e con una corsia preferenziale di contatto con il divino, allontaniamo da noi ciò che dovrebbe essere al tempo stesso l'itinerario e la destinazione di ogni battezzato: la santità! Santi invece sono "semplicemente" quegli uomini e quelle donne talmente affascinati dalla bellezza di Dio e dalla sua perfetta verità, visibili nelle parole e nei gesti di Gesù di Nazareth, da esserne progressivamente trasformati.

«Per questa bellezza e per questa verità sono pronti a rinunciare a tutto, anche a sé stessi».

Queste parole sono tratte dal volume su Patrizia Revello scritto da Pina Bello (vedi box).

Patrizia, brillante dottoressa in Farmacia, è nata al cielo all'età di 39 anni, dopo aver lottato eroicamente per due anni contro una malattia devastante, il cancro al seno "triplo negativo".

Conoscerla non significa solo ripercorrere la sua relazione d'amore con Gesù, ma vuol dire lasciarsi coinvolgere in un'esperienza che ha trasformato la vita di molte persone, intraprendere un cammino di conversione e di fede per avvicinarci un po' di più a quel Gesù che lei definiva "bravo" sempre e comunque.

Nasce tra le colline del Monferrato astigiano in una famiglia profondamente credente. I suoi genitori, fermamente convinti che i figli siano un dono di Dio, sono disposti ad accogliere tutti quelli che il Signore vorrà donargli: credono che i figli non appartengano ai genitori, ma a Dio e che un figlio è per sempre, rimane figlio in eterno. Dopo due gravidanze, conclusesi entrambe con la precoce perdita del bambino, la loro attesa fiduciosa viene premiata dalla nascita di Patrizia il 21 dicembre 1976. La madre racconta che il desiderio di contestualizzare la fede nella vita di tutti i giorni cresceva di pari passo con Patrizia e che non era raro che già in tenera età interrompesse i suoi giochi per pregare, da sola, ricordando le persone a lei vicine: una "bambina speciale", così amava definirla il suo parroco. Una santa inquietudine per gli altri la accompagna costantemente durante il suo breve cammino terreno; il padre ricorda che una volta vedendo Patrizia in procinto di partire per Lourdes, premurosamente la invitò a pensare anche un po' a sé stessa, ma lei determi-

La farmacista inquieta che "guarì" il fidanzato

I LIBRI
Dalla sua storia sguardi di santità anche per i piccoli



Tutto è grazia e io ringrazio Gesù. Storia di Patrizia Revello (Edizioni Porziuncola, 2020), è il titolo del volume scritto da Pina Bello. Parole che indicano come il cammino di santità ha la sua radice nell'incontro con Gesù. Come scrive il cardinal Agostino Vallini nella prefazione, oggi è evidente che il Vangelo si diffonda per "attrazione" anziché per tradizione culturale o per influsso sociale. La storia di Patrizia è diventata anche un libro per bambini, Il segreto della felicità (Edizioni Tau, 2020), scritto sempre da Pina Bello.

nata rispose: «Papà, ma io nel malato incontro Gesù! Cosa c'è di meglio di stare con Gesù!». Nell'estate del 2012 Patrizia conosce Diego e, sebbene i due capiscano di avere una visione della vita totalmente diversa, lui distante dalla fede, lei animata da un amore immenso per il Signore, iniziano una frequentazione che li porterà verso il fidanzamento. Diego, che le è rimasto vicino sino all'ultimo istante, oggi dichiara di essere stato salvato da Patrizia e due mesi dopo la sua morte, avvenuta il 30 gennaio 2016, fonda insieme ai genitori e al padre spirituale della fidanzata scomparsa l'Associazione Dottoressa Patrizia Revello, che si ispira ai principi evangelici e ha come finalità il sostegno alla ricerca scientifica e l'aiuto ai poveri e ai bisognosi. In meno di tre anni, grazie alla generosità di molti, l'Associazione ha raccolto 45 mila euro che sono stati donati alla Fondazione IRCCS Istituto Nazionale dei Tumori di Milano, per la ricerca, incentrata sullo studio di terapie efficaci, in grado di contrastare il tumore mammario "triplo negativo". Sono stati altresì acquistate due colonne di misurazione dei parametri vitali in favore del reparto di oncologia dell'ospedale "Cardinal Massaia" di Asti, farmaci destinati ai presidi ospedalieri del Perù e del Brasile, materiale scolastico e giocattoli

Donna di profonda fede, con il suo esempio riuscì a toccare il cuore di Diego, il suo ragazzo, non credente, che oggi dice: «È stata lei che mi ha salvato»

"Amore Misericordioso Patrizia Revello", improntato alla spiritualità di Madre Speranza, a cui Patrizia era devota. Attualmente la diocesi di Asti sta esaminando la documentazione relativa a Patrizia in vista, per verificare la possibilità di avviare la causa di beatificazione. È possibile visualizzare il sito www.associazionepatriziarevello.it, la pagina "Patrizia Revello Testimone della Fede" (<https://www.facebook.com/associazionepatriziarevello>) e a completare i riferimenti una pagina sul sito www.santiebeati.it/dettaglio/97834. La biografia di Patrizia Revello ci fa gustare il sapore autentico della santità della porta accanto, «avvicinandoci al cammino interiore di una giovane - scrive nella prefazione il cardinale Agostino Vallini, già vicario del Papa per la diocesi di Roma - giunta alle altezze della perfezione cristiana, che non ha avuto paura di affrontare le asprezze della sofferenza, ma le ha subimate nella lucida e gioiosa accettazione della volontà di Dio... Auguro a quanti, soprattutto giovani, leggeranno questa biografia, di trovare uno sprone per salire in alto, seguendo la testimonianza di fede e di amore di questa giovane dei nostri tempi, che rimane per tutti un modello affascinante di vita e di speranza».

«Prima mio figlio poi le cure anti cancro»

Caterina, mamma e medico, sulle tracce di Gianna Beretta Molla. Luminosa storia di fede

«Caterina ha vissuto ogni tappa della sua bella, misteriosa, drammatica, intensa vita come UN CAMMINO, con Gesù, verso Gesù. Un cammino di santità». Lo scrive Andrea Bellandi, arcivescovo di Salerno-Campagna-Acerno nella prefazione del volume *Storia di Cate. La volontà di Dio rende tutto perfetto* (San Paolo, pagg. 219, euro 18) scritto da Debora Sagrazzini. Un testo che ripercorre la vicenda di Caterina Morelli - per tutti Cate - medico fiorentino, che in attesa del secondo figlio, scopre di essere affetta da una forma molto aggressiva di tumore al seno. Rifiuta la proposta di interrompere la gravidanza per sottoporsi alle indispensabili cure e, dopo un lungo calvario che è allo stesso tempo un luminoso percorso di ascesi verso la santità, muore l'8 febbraio 2019. «La volontà di Dio rende tutto perfetto», sono le ultime parole pronunciate prima di affidarsi alle braccia del Padre. Ma nel frattempo Caterina ha fatto tanto, tantissimo. Ha portato a termine la gravidanza ed è riuscita a curarsi grazie a una terapia non invasiva per la vita che porta in grembo. Una vicenda commovente e luminosa che richiama quella di tante altre madri coraggiose, a cominciare dalla scelta eroica di santa Gianna Beretta Molla. Il testo di Debora Sagrazzini intreccia la vicenda esistenziale di Caterina Morelli con tantissimi scritti di questa mamma straordinaria, dalla lettera inviata all'ex presidente della Fraternità di Comunione e Liberazione, Julian Carron, in cui sintetizza il suo intenso e drammatico percorso di vita, a quella indirizzata all'arcivescovo di Firenze, cardinale Giuseppe Betori, in cui chiede l'aiuto della diocesi per realizzare il progetto di una casa famiglia. E poi ci sono decine di messaggi, sms, brevi scritti che lei indirizza ai familiari, al marito Jonny, agli amici di Cl, ai colleghi medici. Parole di fede e di umanità profonda che contribuiscono a disegnare il profilo di una donna vissuta davvero alla luce del Vangelo.

LETTI PER VOI

Dieci comandamenti e malattia



Come coniugare Decalogo e malattia? Lo spiega don Gianluigi Peruggia in *Dieci parole per curare. Il decalogo biblico riletto in chiave terapeutica* (Paoline, pagg. 135, euro 10). Nella convinzione, scrive nella prefazione l'arcivescovo di Milano, Mario Delpini, che anche il malato insediato da un male invincibile «abbia ancora un'occasione per amare».

Hobby o patologie?

Qual è la differenza tra una piccola mania, un hobby, un tic e un'ossessione patologica? Davvero talvolta il confine è molto sottile e non c'è uno stacco netto? Lo spiega il neuropsichiatra infantile Franco Maiullari, in *Esploratori di ossessioni. Mitologia, letteratura e clinica* (San Paolo, pagg. 237, euro 20).



NOTIZIE IN BREVE

Affido, percorsi di affiancamento relazionale

Si chiama "Bond Building for Teens" il nuovo approccio per rilanciare l'affido. I "percorsi di affiancamento relazionale per ragazzi con deprivazioni familiari" puntano a individuare persone o famiglie in grado di affiancare ragazzi (10-15 anni) che vi-

vono fuori dalla famiglia di origine o in comunità. È in corso in nove territori dell'Italia centro-meridionale, è promosso da Progetto Famiglia e finanziato dal Dipartimento per le politiche della famiglia. La sperimentazione andrà avanti fino a luglio.

Madrid, 4,5 miliardi a favore della natalità

Investimenti da 4,5 miliardi di euro in 5 anni, 80 diverse misure. È il programma di Madrid per un baby boom da 75mila nascite l'anno. Previsi sconti fiscali, assegno mensile da 500 euro per le madri con meno di 30 anni, accesso gratuito alla fecondazione assistita per le donne fino a 45 anni.

Emilia Romagna, nuova garante per l'infanzia

È la pedagogista reggiana Claudia Giudici la nuova Garante regionale dell'infanzia e dell'adolescenza per l'Emilia Romagna. Succede a Clede Maria Garavini. Resterà in carica per cinque anni. È docente di psicopedagogia all'Università di Modena e Reggio Emilia.

Sabato a Parma veglia di preghiera per gli innamorati

Tante le iniziative proposte dagli uffici diocesani di pastorale familiare in vista di San Valentino. A Parma, sabato prossimo, 12 febbraio, in cattedrale, ci sarà la tradizionale veglia degli innamorati. L'invito è rivolto in particolare ai fidanzati e ai giovani sposi. Il vescovo, Enrico Solmi, presiederà la veglia dal titolo "Sentieri di felicità". Obiettivo quello di vivere questo particolare momento di preghiera riflettendo sulle tre parole che papa Francesco ha ripetuto tante volte alle famiglie: «Permesso - grazie - scusa». Quale significato attribuire a queste parole nel periodo del fidanzamento?

PROGETTI

Da Bergamo alla Calabria, da Perugia a Piacenza. Ecco dove assistenza alla terza età e ai più piccoli vanno di pari passo per la soddisfazione di tutti

FULVIO FULVI

Anziani e bambini insieme, per giocare e divertirsi. Perché no? È un rapporto possibile, un'occasione di crescita per tutti. E non si tratta solo di nonni e nipoti ma dell'intera comunità civile. Ci si è messo di mezzo il Covid ma luoghi di inclusione e scambio generazionale ora hanno ripreso vita.

E proprio a Bergamo, la città più dilaniata dalla terribile pandemia, proseguono le iniziative e i progetti curati da Domitys Quarto Verde, la prima struttura in Italia interamente dedicata agli anziani attivi e ancora autosufficienti che possono usufruire di diverse soluzioni abitative indipendenti per poter vivere la terza età in piena libertà e con la garanzia di una vita sociale dinamica. È stata intrapresa, infatti, una nuova e importante collaborazione con Amici della Pediatria, l'associazione nata con lo scopo di agire a sostegno e integrazione della sanità pubblica per migliorare l'assistenza ai bambini ricoverati e per dare supporto alle loro famiglie: l'iniziativa riguarda i residenti di Domitys Quarto Verde e i piccoli degeni dell'ospedale "Papa Giovanni XXIII", nell'ambito del progetto varato da Amici della Pediatria. Per la prima volta, grazie al collegamento *streaming*, i bambini coi loro genitori e gli "over 70" ospiti della struttura hanno realizzato insieme, con le loro mani, una decorazione natalizia, utilizzando tutti i materiali necessari forniti nei 100 kit appositamente assemblati e donati proprio dai senior di Domitys Quarto Verde. Creatività e voglia di giocare sono state le parole chiave: da una parte è stata un'occasione preziosa per ogni bambino di manifestare interessi e predisposizioni attraverso attività che favoriscono, anche se a distanza, interazione tra coetanei; dall'altra è stata la possibilità di confrontarsi con un'altra generazione, instaurando un rapporto di scam-



Nonni e bambini insieme a Bergamo, nell'ambito del progetto varato da Amici della pediatria

CAUSA COVID

Sposi da 70 anni
Morti insieme

Dopo 70 anni di matrimonio, sono morti a meno di mezz'ora di distanza l'uno dall'altra. È la sorte toccata nei giorni scorsi a Irma e Annibale, 86 e 93 anni, spirati quasi insieme all'ospedale di Villafranca (Verona), dov'erano ricoverati a causa del Covid. Prima se n'è andata lei, Irma Giglioli, una manciana di minuti dopo il suo compagno di tutta la vita, Annibale Meneghelli. Erano ricoverati da 16 giorni. Data l'età avanzata e le patologie pregresse non hanno reagito alle cure e nei giorni scorsi c'è stato un drastico aggravamento. «Papà avrebbe voluto che la loro storia finisse così, non avrebbe voluto vivere senza la mamma», ha raccontato uno dei due figli, Roberto. Non erano vaccinati a causa di complicazioni dopo un vaccino antinfluenzale somministrato loro qualche anno fa.

Nonni e nipoti, buone idee che fanno più umano il mondo

Le iniziative coinvolgono realtà pubbliche e private. Nel Trevigiano coinvolta anche la comunità parrocchiale

bio reciproco da cui adulti e bambini sono usciti umanamente arricchiti. Inoltre, altre iniziative sono in cantiere nei prossimi mesi. Ma vanno registrate anche altre esperienze del genere, dove anziani e bambini svolgono insieme attività ludiche e didattico-pedagogiche. Nell'ottobre scorso a Rende, in provincia di Cosenza è nato il parco giochi per i nonni: un modo per combattere la solitudine e restare attivi ma soprattutto per interagire con i più pic-

coli. È il primo esperimento del genere in Italia che si ispira a un progetto già avviato in Spagna (il primo in Europa). Nel Parco dei Nonni di Rende, all'interno della più ampia area verde del parco Robinson, insieme ai tradizionali giochi per bambini, sono state installate attrezzature sportive per la ginnastica "dolce" e l'esercizio fisico, il cui utilizzo è aperto all'intera cittadinanza. Ma ci sono anche giochi per bambini con disabilità. Il parco nasce dal-

la collaborazione tra il comune di Rende e l'associazione "La terra di Pietro": un'iniziativa pensata dopo il lockdown per ridare respiro alla vita dei senior e dei più piccoli, costretti a stare chiusi in casa perché soggetti più esposti al contagio. Ora l'attività è ripresa pur mantenendo tutte le misure necessarie a prevenire la diffusione del virus.

E non finisce qui. A Piacenza Unicoop ha realizzato il progetto ABI (Anziani e Bambini Insieme). Si tratta di un Nido d'infanzia, di una Casa di riposo e di un Centro Diurno per anziani all'interno della stessa struttura, un luogo di incontro sociale, culturale ed educativo nel cuore della città, in viale Pubblico Passeggio. Un centro intergenerazionale. «Un punto di scambio di esperienze tra gli anziani ancora in grado di offrire alla società le proprie capacità e le nuove generazioni in crescita». Guidati da un'equipe integrata di operatori socio-sanitari ed educatori, gli anziani e i bambini che frequentano il centro si incontrano e realizzano laboratori di cucina creativa, di natura, di lettura, condividono pranzi e merende, festeggiano i loro compleanni. E fanno tutto questo insieme. Ma iniziative del genere, che mettono insieme educazione e solidarietà, si stanno diffondendo un po' ovunque lungo la Penisola. A Magione, in provincia di Perugia,

l'asilo nido comunale "Paperino" e il Centro d'iniziativa sociale per anziani "Alfredo Bastregghi" propongono momenti e attività da svolgere insieme attraverso esperienze come la musica, l'arte, la lettura e la narrazione, ma anche di gioco. E in Veneto, a San Pietro di Feletto, nel Trevigiano, la scuola del Centro Infanzia "Girontondo delle età", legata al territorio e alla comunità parrocchiale, da più di 20 anni si distingue per la presenza costante degli anziani che vengono coinvolti nell'attività didattico-educativa dentro uno specifico progetto che comprende, tra l'altro, laboratori di cucito, cucina, giardinaggio, orticoltura, falegnameria, pittura e letture animate: si tratta dei nonni dei bambini dai 12 mesi ai 6 anni che frequentano la scuola, ma anche degli anziani che vivono nel Centro Residenziale della Fondazione De Luzzo-Da Dalto e di quelli che abitano nel paese. E presso il Centro residenziale degli "over 70" sono attivi anche una palestra all'aperto, il ristorante dei nonni (con il laboratorio su *bon ton* a tavola, per diventare un bravo ospite) e la stanza di "Diamoci la zampa" dove si svolgono le attività assistite con gli animali (nonno e bambino imparano a conoscere e ad accudire insieme cani, gatti & c.) in collaborazione con l'azienda Ulss 2 Marca Trevigiana.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

INIZIATIVA ON LINE DELL'ASSOCIAZIONE "ELEMENTI CREATIVI" DI PALERMO

Affrontare e risolvere la ludopatia giovanile, un corso per genitori e insegnanti

Cosa possano fare insegnanti, adulti e genitori per i giovani che, sempre più spesso, trascorrono troppo tempo davanti a uno schermo? A rispondere gli esperti nell'ambito di un seminario online gratuito, con due cicli di quattro incontri organizzati dall'associazione Elementi Creativi Aps di Palermo, impegnata da anni in campagne di prevenzione alla ludopatia. «L'utilizzo smodato che i ragazzi fanno fin da piccoli degli smartphone e di altre apparecchiature elettroniche - spiegano gli esperti dell'associazione - danneggiano i giovanissimi che vengono affascinati dalla dimensione illusoria di onnipotenza. La pandemia, nell'ultimo anno, ha incrementato l'uso del digitale determinando la propensione per il gioco

online in maniera esponenziale. La ricerca scientifica evidenzia quanto sia importante lavorare alla promozione di una sana ed equilibrata infanzia e adolescenza per strutturare quei fattori protettivi contro lo sviluppo di varie dipendenze, tra cui si configura anche il gioco d'azzardo. La migliore cura rimane sempre la prevenzione». Una situazione che ha fatto esplodere la richiesta di aiuto da parte di educatori e famiglie. «Stiamo rispondendo a un bisogno che la pandemia ha fatto emergere ancora di più, accentuando la solitudine sociale di giovani ed adulti e la perdita della creatività. Considerata la crescita di richieste di insegnanti e famiglie per capire come intervenire in caso di dipendenze di questo tipo -

sottolinea Amelia Bucalo Triglia, presidente di Elementi Creativi e responsabile del progetto - abbiamo deciso di avviare per il secondo anno consecutivo questi due cicli di seminario. Chiaramente, le forme di dipendenze da internet, da smartphone e da giochi elettronici hanno conseguenze diverse, per la salute psico-fisica, in relazione all'età dei giovani. Disattenzione, nervosismo, irrequietezza, alterazione del ritmo sonno/veglia e disturbi della personalità, possono essere legati alle continue sollecitazioni dovute all'eccessivo uso dei mezzi tecnologici». Gli incontri si svolgono ogni venerdì (il primo si è tenuto l'altro ieri, 4 febbraio) (info@teatrodelfuoco.com)

LA SALUTE NEL PIATTO

Caterina e Giorgio
Calabrese



Digestivo e depurativo Che sorpresa il radicchio

Il radicchio (*Cichorium intybus*) appartiene alla famiglia delle Composite o Asteraceae, cioè delle cicorie, lo si capisce anche dal gusto lievemente amarognolo. È una verdura invernale e le tante varietà sono capaci di coprire un bel tratto dell'anno. A seconda del periodo di raccolta si distingue in "precoce" con sapore dolce, nel periodo autunnale tra ottobre e novembre; e "tardivo" dal sapore più amarognolo nel periodo invernale tra dicembre e febbraio. Può avere diverse forme: allungata, con foglie strette e cespo semichiuso, oppure a forma sferica e cespo chiuso, oppure ancora a forma allungata, foglie larghe e cespo chiuso. Il radicchio variegato ha foglie verde-giallognolo chiaro, striate da venature di rosso e di bianco a cespo aperto. Il variegato è un incrocio con l'indivia scarola. Per radicchio verde si intendono le varietà di cicoria verde amara. Anche il pan di zucchero con

forma allungata, foglie larghe e cespo chiuso è un radicchio ma, come si evince dal nome, non spiccatamente amaro. Secondo i botanici, tutti i tipi di radicchio sono riconducibili a una varietà spontanea dell'Oriente. Sarebbero stati introdotti in Europa intorno al XV secolo. La coltivazione nel Veneto è la più antica e risale con certezza al secolo XVI. È una pianta biennale o perenne con radice a fittone, che recisa spande un lattice bianco amaro. Ci sono più varietà di radicchio come quello rosso caratterizzato dal colore rubino o violaceo. Il radicchio è composto perlopiù da acqua (93%), sali minerali come calcio, sodio, fosforo, potassio, magnesio, selenio, zinco, rame e manganese. Betacaroteni come luteina e zeaxantina, molti aminoacidi tra cui: arginina, fenilalanina, treonina, metionina, isoleucina, istidina, lisina, triptofano e valina. Perché scegliere il radicchio? Ha molte

proprietà benefiche per la salute, è depurativo grazie al suo contenuto di principi amari, di acqua e di fibre. Ha un'azione positiva sulla digestione e sui processi fisiologici dell'intestino, grazie alle stesse sostanze amare stimola la produzione di bile e quindi aiuta la digestione dei grassi alimentari aiutando il buon funzionamento del fegato. Le fibre presenti, come l'inulina aiutano ad abbassare i livelli di glicemia nel sangue e aiutano a controllare la fame. Per questa ragione è consigliato anche a chi soffre di diabete mellito di tipo II e a chi intraprende un regime alimentare dimagrante. Inoltre è una buona fonte di vitamina K per cui non è sconsigliato a chi fa uso di terapie anticoagulanti, perché può causare interferenze. Grazie alla presenza degli antociani e complessivamente al suo alto contenuto di antiossidanti, aiuta a prevenire malattie cardiovascolari e rallenta l'invecchiamento cellulare. Il

triptofano agisce sul sistema nervoso e aiuta a combattere l'insonnia. I flavonoidi fenolici come la zeaxantina e luteina sono riconosciuti protettivi nei confronti delle malattie degli occhi legate all'età. Il suo succo viene utilizzato nei prodotti cosmetici per i capelli e per la pelle rendendola più idratata. Cento grammi di radicchio rosso contengono 13 kcal / 52 kj, acqua 94 g, carboidrati 1,6 g, zuccheri 1,6 g, proteine 1,4 g, grassi 0,1 g, colesterolo 0 g, fibre 3 g, sodio 10 mg, potassio 240 mg, ferro 0,3 mg, calcio 36 mg, fosforo 30 mg, vitamina B1 0,07 mg, vitamina B2 0,05 mg, vitamina B3 0,3 mg, vitamina A tracce, vitamina C 10 mg. Può essere consumato sia crudo che cotto, ma con la cottura si perde fino al 75% di vitamina C e B1 e anche di potassio. Crudo, in insalata, è ingrediente essenziale delle "misticanze".

© RIPRODUZIONE RISERVATA