VareseNews

Bambini sani ed ecologici: ecco i consigli

Pubblicato: Martedì 25 Settembre 2012

Essere bravi genitori è un'arte. Fatta di emozioni, sensazioni ma anche conoscenze. E proprio sull'informazione punta il **convegno che si svolgerà venerdì 28 settembre nella sala convegni di Villa Recalcati dal titolo : "Il bambino ecologico".**
Relatori di tutt'Italia saranno presenti per dare consigli e "istruzioni" sulle regole della crescita nelle varie età del bambino, sin da quella prenatale: «Per esempio, il **fumo è un divieto assoluto quando si è in attesa** – spiega la responsabile dell'organizzazione scientifica **dottoressa Luana Nosetti, pediatra al Del Ponte** – Anche la sigaretta delle nonna può causare problemi al nascituro, con rischi sia di morte in culla sia di danni genetici ».

I vantaggi dell'allattamento al seno saranno spiegati dal dottor Massimo Agosti, primario di neonatologia di Varese, così come sarà posto l'accento **sull'attenzione ai mobili della cameretta del piccolo per evitare vernici tossiche** che possono dare problemi respiratori e gastroenterici: «Uno studio scientifico ha dimostrato che l'inquinamento delle città provoca un aumento di ricoveri e di accessi al pronto soccorso. Il problema della qualità dell'aria richiede sempre la massima attenzione».

Genitori più attenti possono crescere figli più sani: « A**ttenzione anche ai cibi che si cucinano**: sono preferibili le verdure biologiche e quelle a chilometro 0 che garantiscono freschezza. Maggiore consapevolezza farebbe bene anche sulla composizione dei farmaci che si somministrano: è meglio scegliere quelli con dosaggi inferiori, mentre si dovrebbe favorire il consumo di fermenti lattici che ripristinano in modo ecologico la flora intestinale».

Consigli verranno elargiti anche per le fase ulteriori della crescita: dall'uso dei computer all'importanza del sonno rigenerante, alle fasce orarie in cui è preferibile somministrare i farmaci (il cortisone meglio al mattino): « Consigli per i genitori senza colpevolizzarli però – assicura la dottoressa Nosetti – Il nostro vuole essere un convegno positivo per migliorare la propria e l'altrui vita».

In un momento difficile come quello che stiamo vivendo, abbiamo pensato di dare piccoli ma utili consigli di vita quotidiana. Consapevolezza oggi vuol dire più benessere domani» conclude la dottoressa Nosetti che invita tutti gli interessati, medici operatori ma anche semplici genitori, a venire venerdì 28 settembre dalle 9 alle 18.
Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it