

ALLATTAMENTO, ALIMENTAZIONE RESPONSIVA E BUONE PRATICHE IN FAMIGLIA NEI PRIMI ANNI DI VITA: GUIDE ANTICIPATORIE CONDIVISE PER L'AMBULATORIO DEL PEDIATRA

Panza Costantino¹, Marchesi Maddalena², Davoli Anna Maria³

1. Pediatra di famiglia, Sant'Ilario d'Enza (RE)

2. Pediatra di famiglia, San Polo d'Enza (RE)

3. Pediatra di famiglia, Reggio Emilia (RE)

INTRODUZIONE

La promozione dell'alimentazione responsiva, a partire dall'allattamento al seno, e di buone pratiche in famiglia per promuovere lo sviluppo precoce sono temi centrali dei bilanci di salute pediatrici nei primi anni di vita. Fanno parte di quelle 'cure nutrizionali' che consentono ai bambini di avere una buona partenza nella vita e migliori traiettorie di sviluppo fino all'età adulta con ricadute positive sia sul benessere dei singoli che di tutta la comunità, come è possibile leggere nel recente documento programmatico OMS-Unicef *Nurturing Care Framework* [1].

Tuttavia non c'è nulla di più variabile delle guide anticipatorie, in particolare per quanto riguarda l'alimentazione complementare: ogni pediatra ha le sue, scritte personalmente con molti consigli legati alla propria esperienza. E così il rischio che un pediatra dia informazioni diverse rispetto al collega della porta accanto è reale, con conseguente disorientamento delle famiglie e perdita di autorevolezza del consiglio dato.

MATERIALI E METODI

Il journal club pediatrico di Reggio Emilia (JC), una formazione sul campo di pediatri acipini, pediatri convenzionali con l'AUSL di Reggio Emilia e pediatri ospedalieri, accreditata ECM, dal 2014 al 2016 ha ricercato le prove evidence based sull'alimentazione 0-3 anni, facendo molta attenzione a non cadere nella trappola delle narrazioni basate sull'opinione leader o su riscontri non basati su prove di efficacia. Due anni di studio e confronto a piccoli gruppi su argomenti come l'allattamento, la dieta in gravidanza e durante l'allattamento, il timing dell'alimentazione complementare, le diete vegane e vegetariane, il comportamento edonico alimentare e il modello biopsicosociale nell'alimentazione in pediatria, l'alimentazione responsiva, i legami tra alimentazione e malattie metaboliche come la celiachia e il diabete o l'allergia. Tutto il lavoro svolto in questi anni è stato proposto a tutti i pediatri della provincia di Reggio Emilia come evento ECM aziendale in due distinte giornate formative; inoltre il JC ha scritto un documento sull'alimentazione 0-3 anni che è stato accettato dall'AUSL come documento aziendale.

Alla fine di questo lungo periodo di formazione il JC ha deciso di affrontare l'impegno di produrre le guide anticipatorie per l'alimentazione complementare da diffondere ai pediatri come strumento operativo per le cure primarie. Il loro utilizzo è stato pensato come un supporto per il pediatra per facilitare la comunicazione nell'ambito di un'attività di counseling individuale per ciascuna famiglia secondo i principi del counseling WHO per le cure primarie (Ask, Price, Advice, Show: ascolta, valorizza, consiglia, mostra). Le guide sono state scritte basandosi sulla teoria dell'autoefficacia del genitore [2] e sull'alimentazione responsiva [3], attenendosi alla letteratura medica evidence based e con un particolare riguardo alla leggibilità anche da parte di persone scarsamente alfabetizzate [4]. Dopo un percorso di studio e confronto all'interno del JC, le guide anticipatorie sono state presentate in occasione di un evento formativo aziendale e, successivamente, sono state condivise con il direttore della Pediatria Ospedaliera, il direttore del Dipartimento Interaziendale Materno-Infantile, il direttore Programma Materno Infantile Cure Primarie, e discusse con tutti i pediatri della provincia in occasione di incontri distrettuali che hanno coinvolto attivamente ogni pediatra di famiglia della provincia. Durante questi incontri sono state raccolte le critiche, i giudizi, i dubbi e nuove proposte che sono state utilizzate dal JC per una ristesura delle guide anticipatorie.

Infine, in accordo con il sindacato locale dei pediatri e dei responsabili della formazione pediatrica, le guide sono state presentate al direttore del Dipartimento Cure Primarie dell'AUSL che le ha inserite negli accordi contrattuali provinciali dei pediatri di libera scelta come un'attività di educazione verso una corretta alimentazione per la famiglia.

Inoltre si è colta l'occasione per integrare in queste nuove guide anticipatorie anche altri consigli per le buone pratiche da coltivare in famiglia (dialogo, lettura, musica, gioco, attività motoria condivisa) per sostenere la relazione genitori-figli e lo sviluppo precoce del bambino precedentemente contenuti in un manifesto da appendere in sala d'attesa o in ambulatorio e cartoline promemoria da consegnare personalmente a ciascuna famiglia, stampati grazie al contributo del sindacato locale e distribuiti a tutti i pediatri.



Figura 1. Le copertine delle quattro guide anticipatorie



Figura 2. Esempio delle pagine centrali della prima guida 0-3 mesi



Figura 3. Esempio delle pagine finali della seconda guida (5-6 mesi) e terza guida (10-11 mesi)

RISULTATI

Le guide sono costituite da un pieghevole a quattro facce stampato a colori: la prima faccia è di presentazione con una foto che comunica le competenze intersoggettive emergenti del bambino (figura 1), la seconda e la terza alternano foto esplicative e alcuni consigli sull'alimentazione (figura 2), la quarta faccia informa di alcune iniziative per le attività da fare in famiglia (Nati per Leggere, Nati per la Musica, il gioco, il movimento) (figura 3).

La prima guida è sull'alimentazione 0-3 mesi con il focus sull'allattamento, la seconda sull'alimentazione 5-6 mesi è incentrata sull'inizio dell'alimentazione complementare, la terza è offerta ai genitori in occasione del bilancio di salute dei 10-11 mesi e la quarta, che tratta il tema del periodo della selettività nelle scelte alimentari del bambino, viene consegnata al bilancio dei 18 mesi. Gli argomenti trattati sono quelli dell'alimentazione responsiva, la scelta degli alimenti e i comportamenti alimentari, l'idea del bambino competente e il ruolo dell'adulto come facilitatore, evitando l'utilizzo di un linguaggio direttivo o prescrittivo; le informazioni offerte, infatti, hanno l'obiettivo di permettere al genitore di prendere decisioni in autonomia, e di rafforzare le relazioni familiari.

Le guide sono state distribuite nel numero di 100 copie agli 88 pediatri della provincia di Reggio Emilia.

COMMENTI E CONCLUSIONI

Oggi tutti i pediatri di Reggio Emilia hanno a disposizione uno strumento con cui proporre guide anticipatorie condivise, un passo in più verso una necessaria uniformazione delle informazioni che il professionista offre su questo importante tema che ha implicazioni non solo nutrizionali, ma anche di funzione genitoriale.

Il fatto di aver creato un sapere comune a tutta la comunità dei pediatri ha reso possibile l'attuazione di questo progetto e, agli occhi dei genitori, il professionista assume una maggiore credibilità rispetto alle numerose (e fantasiose) proposte di guide anticipatorie disponibili. Inoltre questa uniformità di linguaggio fra pediatri favorisce l'inserimento al nido e sostiene le buone pratiche per l'inserimento precoce e continuativo di frutta e verdura anche nella Scuola dell'Infanzia.

La presenza del logo dell'AUSL, dell'ACP e della FIMP su ogni guida offre al lettore un'ulteriore garanzia di affidabilità. Inoltre abbiamo condiviso le guide anticipatorie sull'alimentazione e le buone pratiche in occasione di una giornata di formazione con le ostetriche del Dipartimento Materno Infantile, un tassello in più per proporre alle famiglie una informazione univoca e non contraddittoria da parte di tutti gli attori dell'area pediatrica.

Sappiamo che tutto questo ancora non basta. Spesso la routine riduce l'impegno a offrire o a spiegare in modo corretto o esaustivo le guide anticipatorie [5]. È quindi necessario attuare un processo di monitoraggio e di rinforzo attraverso eventi formativi distribuiti nel tempo per rinnovare motivazione e spinta ai pediatri e agli altri operatori coinvolti in questo programma, e implementare nel tempo le stesse guide anticipatorie modificandole attraverso i feedback derivati dalla pratica.

BIBLIOGRAFIA

- [1] Nurturing Care for Early Childhood Development. A framework for helping children survive and thrive to transform health and human potential WHO - Unicef <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/272603/9789241514064-eng.pdf> versione italiana a cura del CSB: <http://www.csbonlus.org/publicazioni.html>
- [2] Bandura A. Self-efficacy mechanism in human agency. *American psychologist*. 1982;37(2):122.
- [3] DiSantis KI, Hodges EA, Johnson SL, et al. The role of responsive feeding in overweight during infancy and toddlerhood: a systematic review. *International journal of obesity*. 2011;35(4):480-92.
- [4] Glascoe FP, Trimm F. Brief approaches to developmental-behavioral promotion in primary care: updates on methods and technology. *Pediatrics*. 2014;133(5):884-97
- [5] Combs-Orme T, Holden Nixon B, Herrod HG. Anticipatory guidance and early child development: pediatrician advice, parent behaviors, and unmet needs as reported by parents from different backgrounds. *Clin Pediatr (Phila)*. 2011;50(8):729-37