

LA PROMOZIONE DELLA SALUTE NEI NIDI FAMIGLIA

A cura della Dott.ssa Serena Romano per Scarabocchiando a casa di... la rete non-profit di Nidi famiglia Tagesmutter, Nidi Domiciliari, P.G.E. e Servizi integrativi ed innovativi per la prima infanzia

La salute è un concetto che non dispone di una definizione universale, ma piuttosto dipende da fattori sociali, culturali, etnici, nonché dalla classe e dal genere di appartenenza. Ma indipendentemente da come si definisca la salute, esiste una strettissima relazione reciproca tra salute e appagamento personale. La salute alimenta la capacità di fare e di essere, ossia di svolgere ruoli e di assumere responsabilità a casa, al lavoro e nella comunità. Contemporaneamente, essere in grado di svolgere questi ruoli infonde nell'individuo un senso di soddisfazione e di benessere. Secondo la visione del moderno Modello Biopsicosociale, la salute è una combinazione dinamica di aspetti biologici e comportamentali determinata da molti fattori; questo modello chiarisce come la salute possa essere controllata dagli esseri umani e come le scelte personali siano importanti determinanti di salute e longevità.

I **Fattori che determinano la salute** (A. Zucconi, P. Howell, in *La Promozione della Salute*, 2003, La Meridiana) si dividono in:

- **Fattori individuali**, che possono essere *biologici* (predisposizioni genetiche e processo di invecchiamento), *comportamentali* (alimentazione, consumo di sostanze fumo alcool, attività fisica svolta, abitudini sessuali, stress, abitudini del sonno, attività ricreative), *psicologici* (competenze di coping, autoefficacia, hardiness, autostima, capacità comunicative e di risoluzione dei problemi).
- **Fattori familiari**, tra i quali la solidità della struttura familiare, l'entità del sostegno emotivo.
- **Fattori socioeconomici**, tra i quali lo stato socioeconomico, l'istruzione, l'accesso alle cure sanitarie e la loro adeguatezza, le condizioni di lavoro, le attività ricreative, l'adeguatezza delle abitazioni, l'alimentazione, l'esercizio fisico, la disponibilità di lavoro, la qualità delle relazioni sociali e del sostegno sociale.
- **Fattori culturali**, tra i quali le convinzioni sulla salute, le abitudini sanitarie e quelle alimentari, le attività sociali, le pratiche sessuali, il genere sessuale e le aspettative di ruolo.
- **Abitudini di consumo**, tra i quali la pubblicità, i costi e la disponibilità di beni e servizi.
- **Fattori ambientali**, tra i quali gli inquinanti atmosferici, l'inquinamento acustico, la qualità dell'acqua, i rifiuti chimici e nucleari, la deforestazione, i processi industriali.
- **Struttura della società**, ossia le leggi, le normative, il sistema contributivo, la struttura sanitaria pubblica, i sistemi scolastici, la produzione industriale, il governo, la disponibilità di lavoro, l'equità sociale, l'accesso alle informazioni.

Gli ambienti sociali influenzano quindi il comportamento modellando norme, fornendo o sottraendo le opportunità di assumere comportamenti particolari e riducendo o inducendo lo stress. Un ambiente educativo supportivo influenza il cambiamento dei comportamenti connessi con la salute.

Il nido famiglia, quale ambiente educativo, è un servizio molto speciale in quanto prevede il diretto coinvolgimento delle famiglie, si realizza in uno spazio idoneo, caldo ed accogliente come quello di una casa, con in più la presenza delle mamme gestrici: insomma **un'occasione speciale di crescita!** Nei nidi famiglia si favorisce un equilibrato sviluppo psico-fisico, aiutando i piccoli a superare le difficoltà proprie

dell'età e facilitando i bambini ad acquisire le abilità e le conoscenze affettive e relazionali utili per costruire un'esperienza di vita ricca ed armonica. L'obiettivo è quello di **promuovere un processo di apprendimento globale** che coinvolga l'intera personalità del bambino. Questo concetto è tutt'altro che scontato. L'impatto che l'applicazione pratica di questa visione ha in termini di traduzione pratica nella vita dei nostri bambini all'interno dei nidi famiglia è notevole: le modalità educative possono migliorare o peggiorare l'autostima dei bambini, modificare in senso positivo o negativo i loro comportamenti e la formazione dei costrutti personali, quindi in definitiva influenzare il modo di costruire la realtà. All'interno dei nidi famiglia si può quindi influire sulle diverse determinanti biopsicosociali della salute, proprio nel momento in cui avvengono i primi critici apprendimenti che influiranno sulle loro abitudini e sulla loro salute per tutto il corso della vita.

Poiché l'esperienza scolastica contribuisce al processo di socializzazione, modella l'identità, aiutando o ostacolando lo sviluppo di un potenziale innato, le scuole sono punti di aggregazione importanti per sviluppare una cultura della salute in un periodo in cui vanno a strutturarsi abitudini e convinzioni che saranno mantenute per tutta la vita (A. Zucconi, in La Promozione della Salute, 2003, La Meridiana). Le scuole hanno quindi un ruolo chiave nella promozione della salute.

L'OMS definisce "Scuola Promotrice di Salute" quella che costantemente consolida la propria capacità di essere ambiente favorevole alla salute per apprendere e lavorare. In questo senso il nido famiglia deve quindi incoraggiare la salute e l'apprendimento con tutte le misure di cui dispone:

- deve migliorare la salute dei bambini e delle mamme gestrici, delle famiglie e dei membri della comunità in cui è inserito;
- deve fornire un ambiente favorevole alla salute;
- realizzare pratiche che rispettino l'autostima dell'individuo;
- fornire molteplici opportunità di successo e riconoscere gli sforzi positivi e le buone intenzioni non meno dei risultati personali;
- deve essere centrato non sull'insegnamento ma sulla facilitazione dell'apprendimento.

L'educazione alla promozione della salute e lo sviluppo dell'*empowerment* per la tutela della propria salute, dovrebbero essere materie cardine della programmazione all'interno del nido. Tra i temi di particolare rilievo segnalerei certamente l'alimentazione, l'esercizio fisico, la sessualità, le capacità comunicative, le capacità di risoluzione dei problemi e l'autostima. Tutto questo mi sembra necessario per fornire, per quello che possiamo, l'**empowerment** necessario per condurre vite sane e per contribuire al cambiamento sociale dal quale dipendono i progressi della Promozione della Salute.

Dott.ssa Serena Romano

Psicologa – Sessuologa – Psicoterapeuta