



APF Newsletter



La salute dei bambini tra pediatria, stili di vita e opportunità educative precoci: combattere le disuguaglianze con la *Nurturing Care*

di **Franco De Luca**



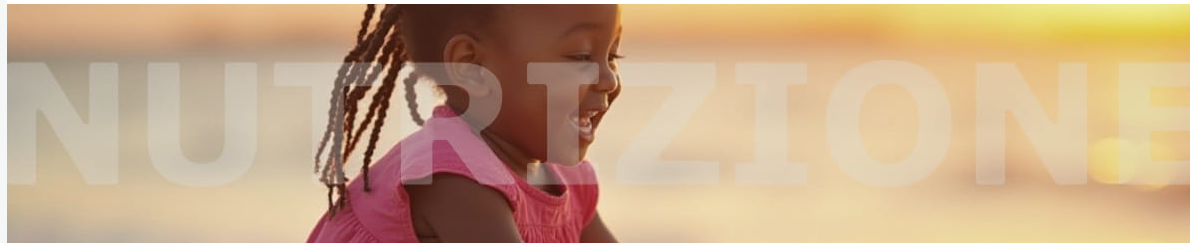
La salute dei bambini rappresenta uno degli indicatori più sensibili del benessere di una società. Non si tratta soltanto dell'assenza di malattia, ma di uno stato di sviluppo armonico che coinvolge dimensioni fisiche, cognitive, emotive e sociali. Negli ultimi anni, la pediatria ha progressivamente ampliato il proprio sguardo, integrando le conoscenze biologiche con quelle provenienti dalle scienze sociali e dell'educazione.

Questo approccio riconosce che i determinanti della salute infantile includono non solo cure mediche adeguate, ma anche stili di vita, qualità delle relazioni e accesso a opportunità educative precoci di qualità.

La mia formazione come pediatra è avvenuta nella scuola di Specializzazione della "Clinica pediatrica dall'Università "Sapienza" di Roma.

Oltre a questa preparazione clinica il mio impegno di Pediatra è stato influenzato e modificato da altre esperienze fondamentali quali:

- La mia adesione al pensiero di Maria Montessori sui bambini e le bambine e sull'importanza di una educazione rispettosa delle loro potenzialità, in particolare nei primissimi anni di vita, maturata all'interno del Centro Nascita Montessori di Roma di cui sono attualmente Presidente.
- Il contatto con la Psicologia sistemica relazionale, avvenuta negli anni 1984-1985 nel Corso di PSICOLOGIA RELAZIONALE per Pediatri, tenuto da Maurizio Andolfi e Carmine Saccu presso l'ISTITUTO TERAPIA FAMILIARE, che mi ha aiutato a comprendere l'importanza fondamentale della relazione con i genitori.
- Il mio impegno all'interno del progetto OMS/UNICEF per la promozione, il sostegno e la protezione dell'allattamento al seno "ospedali e Comunità Amiche dei Bambini" sia come formatore che come Tutor/valutatore.



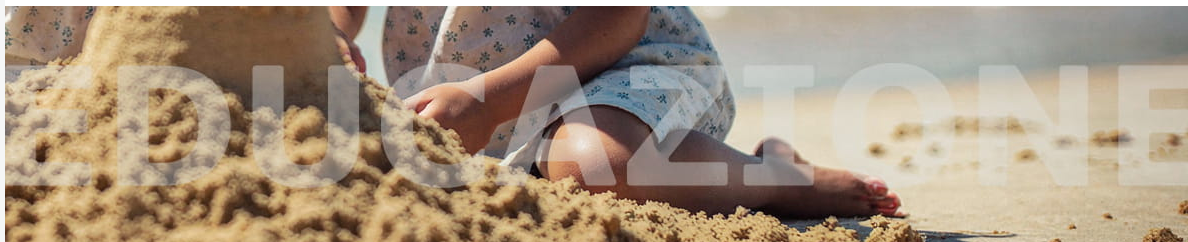
Uno dei fattori centrali per favorire la salute dei bambini nei primi anni di vita è rappresentata dalla corretta alimentazione, intesa sia come nutrimento che come importante momento di relazione dei bambini e le bambine con gli adulti e l'ambiente.

Sempre più evidenze scientifiche sottolineano l'importanza dell'"*Alimentazione responsiva*" (riferita, in particolare, a allattamento e svezzamento), un approccio che invita genitori e caregiver a riconoscere e rispettare i segnali di fame e sazietà del bambino, evitando sia l'eccesso sia la restrizione alimentare forzata.

L'alimentazione responsiva non riguarda soltanto cosa si mangia, ma anche come si mangia: il clima emotivo durante i pasti, la condivisione familiare e il rispetto dei ritmi individuali contribuiscono allo sviluppo dell'autoregolazione e di abitudini sane nel lungo periodo. In un contesto globale in cui coesistono malnutrizione e obesità infantile, promuovere comportamenti alimentari equilibrati fin dall'inizio della vita rappresenta una strategia preventiva fondamentale.

Accanto alla nutrizione, la qualità delle relazioni precoci ha un impatto profondo sulla salute. Le neuroscienze hanno dimostrato che le interazioni affettive stabili e

responsive favoriscono lo sviluppo cerebrale, la regolazione emotiva e le competenze sociali. Bambini che crescono in ambienti caratterizzati da stress cronico, povertà o trascuratezza presentano maggiori rischi di problemi di salute fisica e mentale nel corso della vita. La pediatria moderna, quindi, non può limitarsi alla diagnosi e alla terapia, ma deve collaborare con famiglie, educatori e comunità per sostenere contesti relazionali favorevoli.



In questo quadro, le opportunità di educazione precoce assumono un ruolo cruciale nel contrasto alle disuguaglianze sociali. Numerosi studi dimostrano che servizi educativi di qualità nei primi anni di vita migliorano non solo le competenze cognitive e linguistiche, ma anche gli esiti di salute e le opportunità socioeconomiche future. Approcci pedagogici centrati sul bambino, come quelli ispirati al lavoro di Maria Montessori, valorizzano l'autonomia, l'esplorazione e il rispetto dei tempi individuali, contribuendo a creare ambienti di apprendimento inclusivi e promotori di benessere. Un riferimento internazionale fondamentale è il programma **Nurturing Care Framework**, promosso da organizzazioni come la World Health Organization, l'UNICEF e la World Bank. Questo modello identifica cinque componenti essenziali per lo sviluppo ottimale del bambino: buona salute, nutrizione adeguata, sicurezza e protezione, *caregiving* responsivo e opportunità di apprendimento precoce. Il concetto chiave è che questi elementi sono interdipendenti e devono essere sostenuti attraverso politiche pubbliche integrate che coinvolgano sanità, educazione e servizi sociali.

La prospettiva della **Nurturing Care** sottolinea anche l'importanza dell'equità. Le disuguaglianze socioeconomiche influenzano profondamente la salute infantile: bambini che vivono in condizioni di svantaggio hanno maggiori probabilità di nascere prematuri, sviluppare malattie croniche o incontrare difficoltà scolastiche. Intervenire precocemente significa ridurre questi divari prima che diventino irreversibili. Programmi di sostegno alla genitorialità, accesso universale ai servizi educativi per la prima infanzia e politiche di conciliazione tra lavoro e famiglia rappresentano investimenti sociali ad alto rendimento.



La pediatria del futuro dovrà, quindi, essere sempre più interdisciplinare e orientata alla prevenzione.

Il pediatra non dovrà essere soltanto un clinico, ma anche un promotore di salute, capace di accompagnare le famiglie nelle scelte quotidiane che influenzano il benessere dei bambini: alimentazione, sonno, attività fisica, uso delle tecnologie digitali, relazioni affettive.

Allo stesso tempo, è necessario che le istituzioni riconoscano il valore strategico dei primi mille giorni di vita, periodo in cui si pongono le basi della salute per l'intero arco dell'esistenza.

Investire nella salute dei bambini significa investire nel futuro della società.

Ridurre le disuguaglianze fin dall'infanzia non è solo una questione etica, ma rappresenta anche un vantaggio in termini economici: popolazioni più sane e istruite contribuiscono a sistemi sociali più sostenibili e prosperi. Integrare pediatria, stili di vita sani, relazioni di qualità ed educazione precoce di qualità, secondo i principi della **Nurturing Care** offre una strada concreta per costruire comunità più eque, resilienti e capaci di promuovere il pieno potenziale di ogni bambino.



Franco De Luca, (Roma 1951)

Pediatra, presidente del Centro Nascita Montessori, ha diretto i Consultori familiari della ASL RM4, Tutor valutatore del Progetto “Ospedali e Comunità amiche dei bambini e delle bambine” dell’OMS/UNICEF, si occupa attualmente di promozione, sostegno e protezione dell’Allattamento e della relazione tra educazione e salute nei primi 1000 giorni di vita.

Bibliografia

DE LUCA F. (2016), *Bambini e (troppe) medicine*, Il Leone verde, Torino
CENTRO NASCITA MONTESSORI (2020), *Aiutami a mangiare da solo!* A cura di Franco De Luca, *Il Leone verde*, Torino
DE LUCA F, NORCIA N. SACCHETTI S. (2024), *Nutrirli con piacere a casa e al nido - Una guida per i genitori e gli educatori*, Carocci editore, Roma

APF Newsletter - febbraio 2026



Accademia di Psicoterapia della Famiglia



[Gestisci la tua iscrizione](#) | [Cancella iscrizione](#)

Ricevi questa email perché ti sei registrato sul nostro sito e hai dato il consenso a ricevere comunicazioni da parte nostra.
Accademia di Psicoterapia della Famiglia S.r.l., 34 Via Antonio Bosio 00161 Roma (RM), Roma, 00161 IT RM
06 44 233 273

Messaggio inviato con **MailUp**®