

www.leggerepercrescere.it

Febbraio 2014

 **LEGGERE**
per **CRESCERE**
in **POCHE RIGHE...**



PERIODICO DIGITALE DI FORMAZIONE E DI AGGIORNAMENTO PER OPERATORI DELL'INFANZIA E LE FAMIGLIE

LO SVILUPPO PSICOSOCIALE DEI BAMBINI

L'AUTOSTIMA DA ACQUA E SAPONE

Il sentimento che ogni bambino può provare relativamente al proprio valore e alle proprie capacità, la cosiddetta autostima, può essere condizionato da diversi fattori: le prestazioni scolastiche, le attività ludiche e soprattutto l'aspetto fisico e l'accettazione sociale. Questo ultimo fattore è particolarmente importante in quanto, come rilevato in numerose ricerche, il bisogno di essere accettato e approvato può essere persino superiore a quello di realizzare se stessi, di affermare la propria identità.

Fin dall'infanzia un corpo pulito non solo contribuisce a ridurre il rischio di malattie, ma promuove anche in modo rilevante la fiducia e l'autostima del bambino sostenendo un'immagine positiva e socialmente accettata di se stesso.



L'AUTOSTIMA DA ACQUA E SAPONE

L'opinione complessiva che un bambino può avere di Sé matura verso i 7 o 8 anni, ma già negli anni precedenti lo sviluppo dell'autostima può essere significativamente condizionato da quella componente che è influenzata dall'aspetto fisico e dall'accettazione da parte in primo luogo dei genitori e poi dei compagni, degli amici, delle insegnanti. In altre parole, si può dire che, nel bambino, l'opinione degli altri ha un ruolo importante nella formulazione della risposta alla domanda che egli si pone: "chi sono io?", risposta che in gran parte riflette il modo con cui egli si sente visto dagli altri, il cosiddetto sé specchio che lo psicologo americano Cooley teorizzò fin dal 1902.



Il condizionamento ambientale sulla formazione del concetto di Sé

Il concetto di Sé naturalmente varia con l'età e in complessità: i bambini più piccoli centrano la loro attenzione sugli aspetti fisici, esterni, visibili, mentre i bambini più grandi la rivolgono a quelli psicologici, non visibili, interiori." La maggior parte dei cambiamenti avviene durante l'infanzia poiché è in quel momento che vengono poste le fondamenta del concetto di Sé e durante il quale il bambino risulta più vulnerabile ai giudizi degli altri". Il giudizio degli altri gioca, dunque, un ruolo importante nello sviluppo dell'autostima che ha conseguenze rilevanti non solo nel corso dell'infanzia e della adolescenza. Infatti, i bambini e i ragazzi che hanno sviluppato un'alta stima di se stessi risultano generalmente più creativi, meno conformisti, ottengono risultati scolastici migliori rispetto ai loro coetanei dotati di una minore autostima. Pertanto, uno dei principali obiettivi cui i genitori, e quanti si occupano di bambini dovrebbero tendere, è quello di favorire nei piccoli loro affidati lo sviluppo dell'autostima, ricorrendo ai mezzi comunemente disponibili per conseguirlo, fra i quali rientra la costruzione dell'immagine di Sé che, nell'igiene personale, trova una delle sue principali fondamenta.

Nel mondo moderno la pulizia della persona ha un obiettivo comunemente accettato, se non addirittura preteso: la presentabilità sociale, fondamentalmente affidata all'igiene personale.

Oltre alla presentabilità sociale, vale la pena di ripeterlo, all'igiene personale è affidata anche la "costruzione" del proprio Sé che ogni persona realizza anche mediante la rappresentazione del proprio corpo.

Alla formazione di questo nucleo della coscienza autoriflessiva che è il Sé,

concorrono influenze sociali, fortemente condizionate dall'aspetto che ognuno presenta di se stesso agli altri. Questo accade anche nel mondo dei bambini, nel quale la pulizia del corpo deve essere un obiettivo costante nel loro accudimento e nella loro educazione; tale obiettivo va tuttavia perseguito ricorrendo a metodi e mezzi in larga misura preferibilmente diversi rispetto a quelli utili per gli adulti, non solo per ragioni psicologiche, ma anche fisiche. Infatti, la pelle dei bambini, rispetto a quella degli adulti, è caratterizzata da un minore spessore dello strato superficiale; questo fatto comporta una maggiore permeabilità alle sostanze che vi vengono applicate, comprese quelle comunemente usate per la sua pulizia. Inoltre, la pelle dei bambini, specialmente nei primi anni di vita, è abbastanza fragile, è però possibile pulirla, certamente con delicatezza, ma senza particolari preoccupazioni di danneggiarla. Detto questo, una corretta e completa igiene del corpo dei bambini deve perseguire tre principali obiettivi: la detersione, l'idratazione e la protezione.

La detersione

La detersione consiste nell'allontanamento dello sporco formato da polvere, sostanze grasse, secrezioni organiche (urina, saliva ecc.) e anche microrganismi. La detersione può essere effettuata in due modi. Il primo consiste nell'asportare dalla cute lo sporco con il semplice impiego di un olio o di una miscela di oli, reperibili in commercio, lo sporco e i microrganismi vengono così inglobati; la rimozione dei residui avviene poi per asportazione meccanica tramite l'uso di batuffoli di

L'AUTOSTIMA DA ACQUA E SAPONE

cotone o di salviette. È possibile anche impiegare delle emulsioni fluide contenente (preferibilmente) oli vegetali: i cosiddetti latti detergenti.

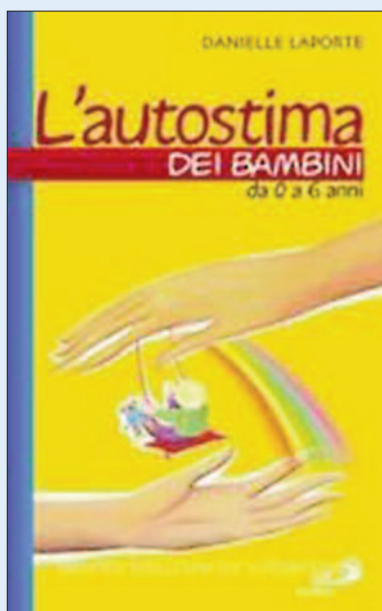
Un secondo modo di detergere, certamente il più diffuso, consiste nella rimozione dello sporco utilizzando l'acqua: al posto dell'asportazione meccanica si utilizza un abbondante risciacquo, mentre l'azione detergente vera e propria è garantita dalla presenza di sostanze in grado di solubilizzare e trasportare il grasso e lo sporco nell'acqua (saponi delicati e/o saponi sintetici).

Questa forma di detersione è preferita poiché, oltre a rimuovere lo sporco, l'acqua assicura nei piccoli un piacevole senso di pulizia ed è motivo di gioco. Importante è poi effettuare l'asciugatura per tamponamento e non per frizione, data la delicatezza della pelle dei bambini.

Vi sono situazioni in cui si deve ricorrere alle salviette imbevute di liquidi detergenti. Il fattore critico nell'impiego delle salviette per la detersione è rappresentato dal mancato risciacquo. Questo fa sì che a contatto con la cute del piccolo restino residui di prodotti (conservanti, profumazioni ecc.) che, in tempi più o meno lunghi, potrebbero sensibilizzarla, con il rischio di sviluppare dermatiti da contatto. Pertanto il loro impiego deve avere carattere occasionale (evitando il loro uso nella detersione quotidiana), utilizzando salviette prodotte nel modo più semplice (pochi ingredienti) e sicuro (sistema conservante bilanciato e scarsa o nulla presenza di profumazioni).

L'idratazione

Molto spesso, le mamme ricorrono all'impiego di emollienti, soprattutto per le zone genitali e per i glutei, nella convinzione di facilitare così la protezione della pel-



Il libro analizza ciascuna delle fasi classiche in cui è suddiviso lo sviluppo del bambino da 0 a 6 anni: nel bebè (da 0 a 9 mesi); nel bambino "esploratore" (da 9 a 18 mesi); nel bambino "decisionista" (da 18 a 36 mesi); e negli anni "magici" (da 36 mesi a 6 anni). L'equipe del CHU Saint-Justine lavora in stretta collaborazione con l'esperienza clinica ospedaliera ed ha come obiettivo il miglioramento della salute dei bambini.

Danielle Laporte, L'autostima dei bambini da 0 a 6 anni, San Paolo Edizioni, 2006, €6,00.

Danielle Laporte è psicologo clinico.

le del loro bambino dall'effetto meccanico di sfregamento degli indumenti (i pannolini, in particolare) e dall'azione aggressiva dello sporco. Questi prodotti, però, se usati in modo non corretto, utilizzandone una quantità eccessiva, o scegliendo prodotti troppo occlusivi, possono risultare controproducenti per la cute. Infatti, per esempio, la concomitanza di un prodotto occlusivo e del pannolino, combinato al potere irritante di urina e feci e all'ambiente caldo-umido che ne deriva, possono aumentare il rischio di penetrazione di sostanze estranee nella pelle favorendo fenomeni di sensibilizzazione e di irritazione.

Un'adeguata azione emolliente, finalizzata cioè a rendere la cute liscia ed elastica migliorandone anche il grado di idratazione, è importante nei casi di secchezza cutanea più o meno marcata e quando la pelle presenta alterazioni, la cui natura sta naturalmente al pediatra diagnosticare e curare.

Esistono in commercio diversi prodotti che garantiscono l'idratazione della pelle, perché contengono ingredienti in grado di portarvi acqua (idratazione diretta) o di diminuirne la perdita, creando un effetto di barriera sulla superficie cutanea (idratazione indiretta o emolliente). Alcuni di questi ultimi prodotti sono adatti a svolgere, accanto all'azione di superficie, anche un'azione profonda, poiché la loro struttura chimica ne permette la penetrazione nello strato corneo. In questo caso si parla di "azione nutritiva" o di "emolliente attiva", poiché tali sostanze, penetrando nella pelle, sono in grado di stimolare la formazione dei lipidi (grassi) di barriera e integrarsi nella loro struttura.

I prodotti con proprietà di idratazione e/o di emolliente, nella maggior parte dei casi, sono arricchiti con una

L'AUTOSTIMA DA ACQUA E SAPONE

serie di ingredienti attivi, facilmente riconoscibili perché messi in evidenza nelle scritte che accompagnano le confezioni. Solitamente, si tende a prediligere sostanze di origine vegetale, sia per l'uso ormai consolidato sia per le loro riconosciute proprietà lenitive, disarrossanti, e antinfiammatorie. Inoltre, vi sono motivazioni legate ad una certa predilezione per il naturale che si osserva negli ultimi anni in tutti i settori, non solo in campo cosmetico. Questi concetti sono un po' complicati, per cui la scelta dei prodotti idratanti ed emollienti, più adatti alle specifiche necessità del bambino, è preferibile sia guidata dal consiglio del pediatra e/o del farmacista.

La protezione

Il contatto diretto tra cute e urina-feci e le condizioni di caldo-umido create dal pannolino rappresentano i principali fattori di rischio nel determinare fenomeni più o meno gravi d'irritazione, sui quali spesso si interviene con l'impiego di paste, che sono preparazioni ad alto tenore di polveri. Questo tipo di prodotti, che affondano le loro radici nella tradizione, vengono suddivise in paste magre e paste grasse, essendo le prime senza olio, a differenza delle seconde. Questa sola suddivisione, alla luce della varietà di prodotti presenti in commercio, risulta però riduttiva. Infatti, soprattutto negli ultimi anni, si è cercato di conciliare la funzione primaria di tali formulazioni, cioè la protezione, con altre funzioni quali l'emollienza e anche la gradevolezza cosmetica.

Sebbene riunite tutte sotto il nome generico di paste, la lettura delle etichette è indicativa delle notevoli differenze che le caratterizzano. In effetti, si parla di paste solo quando il tenore in polveri (per esempio, l'ossido di zinco) è elevato; altrimenti, si passa da pasta a crema. Si potrà consigliare la pasta qualora la ne-



Le fonti cui ricorrere per apprendere i metodi e i mezzi più idonei per provvedere ad una efficace igiene del corpo nell'infanzia sono numerosi sia nell'ambito dell'editoria tradizionale sia di quella informatica, per cui ogni segnalazione risulterebbe incompleta, senza tuttavia impedire di suggerire un titolo di un bel libriccino illustrato per i piccini a partire dai 3 anni: Manuela Monari e Benjamin Chaud, Lavarsi che impresa ZOOLibri, €28,50.

cessità di protezione e isolamento tra la cute del bimbo e, per esempio, il pannolino sia molto forte; mentre si sceglierà una crema protettiva se una elevata presenza di polveri non è necessaria o risulta, addirittura, controproducente. Infatti, una concentrazione elevata, per esempio, di ossido di zinco può risultare in molti casi troppo occlusiva, provocando fenomeni di macerazione della cute e conseguente infiammazione. Le creme, oltre all'azione protettiva, hanno anche un buon potere emolliente, grazie alla presenza di oli (il più delle volte vegetali) e proprietà lenitive e nutritive.

Nell'igiene per l'infanzia vengono anche impiegate polveri tali e quali. In particolare, in commercio vi sono talchi di origine minerale e talchi di origine vegetale a base di amidi. Le mamme se ne servono sia sulle pelli pruriginose (talco mentolato) sia sulle zone umide. Si tratta di prodotti dall'impiego critico, in quanto presentano il rischio di essere inalati e di essere assorbiti dalla cute del bambino.

Per risolvere questi inconvenienti, senza rinunciare alla funzione delle polveri, i produttori si sono indirizzati verso preparazioni liquide, il cosiddetto talco liquido, il cui impiego è decisamente più sicuro.

Le fonti cui ricorrere per apprendere i metodi e i mezzi più idonei per provvedere ad una efficace igiene del corpo nell'infanzia sono numerosi sia nell'ambito dell'editoria tradizionale sia di quella informatica, per cui ogni segnalazione risulterebbe incompleta, senza tuttavia impedire di suggerire due titoli:

DANIELLE LAPORTE, *L'autostima dei bambini da 0 a 6 anni*, San Paolo Edizioni, 2006, €6,00.

MANUELA MONARI E BENJAMIN CHAUD, *Lavarsi che impresa*, ZOOLibri, 2005, €28,50.