



ERBA - Le tanto attese e sognate ferie estive stanno arrivando per milioni di famiglie italiane. Ma non c'è solo il caldo negli incubi delle mamme in vacanza. Sono molte le insidie per la salute del bambino alla vigilia del viaggio al mare o in montagna. Siamo tutti attraversando un'enorme incertezza per la pandemia in corso da COVID-19. Molti genitori si trovano a dover prendere decisioni difficili in merito alla sicurezza dei propri figli durante l'estate del coronavirus. Soprattutto, i genitori hanno innumerevoli domande quando si tratta di mantenere i bambini al sicuro e riguardano le attività consentite senza correre pericoli.



Lo conferma il primario di Pediatria dell’Ospedale Sacra Famiglia Fatebenefratelli di Erba (Como), Gaetano Mariani: “Le mamme ci rivolgono tante domande: quest’anno oltre ai soliti consigli (farmaci da portare in vacanza, la prevenzione del mal d’auto o di mare, la corretta esposizione al sole o la prevenzione dei colpi di calore o come affrontare viaggi in aereo fino ad arrivare alle allergie, le punture e le vaccinazioni da eseguire per chi va all’estero), ci sono tutte le domande inerenti alle precauzioni da seguire circa la protezione nei riguardi di questo nuovo virus”. Di seguito i consigli del pediatra.

Non allarmiamo i bambini

I più piccoli devono essere informati di quanto accade e resi consapevoli di ciò che sta avvenendo intorno a loro. Molto probabilmente dovremo convivere con questo stato di emergenza ancora per molti mesi, e non dovremo abbassare la guardia neanche durante il rientro a scuola e il prossimo inverno. E’ quindi importante che i genitori

infondono consapevolezza e danno messaggi chiari ai propri figli, senza per questo allarmarli eccessivamente.

In particolare bisognerà fare attenzione ai bambini, spiegando ai più grandicelli l'importanza del rispetto delle regole di distanziamento sociale e facendo attenzione ai più piccoli, per evitare che condividano spazi e giochi con altri bambini soprattutto in ambienti chiusi

Il Governo e le Regioni hanno stabilito alcune misure di sicurezza cui i gestori degli stabilimenti balneari dovranno attenersi per limitare le occasioni di contatto stretto tra le persone.

Mantenere le distanze, anche al mare!

Resta l'obbligo di mantenere sempre e comunque la distanza interpersonale di almeno un metro tra i bagnanti, di indossare la mascherina quando non si sta nella propria area ombrellone, di evitare assembramenti e condivisione di aree ombrelloni. Il senso di tali provvedimenti è ovvio: evitare almeno la diffusione virale tra un gruppo familiare e l'altro.

Il mare genera un "effetto aerosol" che aumenta il rischio di contagio?

No, non vi sono evidenze per ora che la ventilazione e "l'effetto aerosol" causato dalle onde aumenti tale rischio.

Sulla spiaggia e in mare il rischio di contagio è simile a qualsiasi altro luogo aperto. Al mare quindi, come sempre quando si sta all'aperto, se si rispetta una corretta distanza interpersonale, è minore il rischio di trasmettersi il virus rispetto ai luoghi chiusi.

Quali sono le distanze da rispettare in spiaggia

Al mare, la distanza minima tra le persone è di un metro ma, attenzione, intorno a ogni ombrellone dovranno esserci 10 metri quadri, cioè circa 3 metri lineari tra un ombrellone e l'altro.

Tra lettini e sdraio il distanziamento deve essere di 1 metro e mezzo. Anche i galleggianti e le cabine devono sempre essere disinfettati a ogni cambio di persona e a fine giornata.

I lidi devono mettere a disposizione dei bagnanti soluzioni per igienizzare le mani facilmente fruibili.

Trasmissione per contatto in spiaggia

Il rischio di contagio attraverso la sabbia e l'acqua, sulla base dei dati attualmente disponibili, non sembra significativo.

Anche in questo caso, tuttavia, possiamo fare la nostra parte:

evitando la condivisione con altri di asciugamani, accappatoi e altri oggetti di comune impiego in spiaggia, come salvagenti e braccioli;

utilizzando frequentemente gel disinfettanti quando si toccano superfici per esempio rubinetto nelle docce, in cabina o al bar;

portandoci magari per prudenza un po' di alcool o candeggina da utilizzare per sanificare a nostra volta la postazione ombrellone al primo utilizzo, se riteniamo che le misure igieniche del gestore non siano adeguate.

Attenzione agli ambienti chiusi!

Molto della vita quotidiana al mare si svolge all'aperto, e questo è un bene. Anche al mare tuttavia è necessario fare attenzione al rischio di contagio negli ambienti chiusi, come ristoranti, alberghi e luoghi di shopping, soprattutto se aerati in modo artificiale e forzato invece che naturalmente. In questi contesti, quindi, sono ancora più importanti le precauzioni come indossare la mascherina, rispettare le distanze, utilizzare frequentemente gel disinfettanti (soprattutto prima e dopo aver utilizzato la toilette!), lavarsi frequentemente le mani.

Mio figlio può frequentare la piscina pubblica?

Per molti bambini, la piscina pubblica è una parte iconica della vacanza estiva, che si tratti della piscina del campeggio, di una piscina locale o della parrocchia del quartiere. Il coronavirus non può essere trasmesso in acqua, quindi non c'è niente di pericoloso riguardo al nuoto.

Giocare all'aperto

C'è chi decide di restare in città, chi si concede un po' di mare, chi le passeggiate in montagna. Quel che conta davvero è giocare all'aria aperta. "Stare all'aperto, con un clima caldo, secco, rende anche più difficile la trasmissione di goccioline di saliva rispetto a quando si sta in ambienti chiusi in cui c'è più umidità, come accade di solito in autunno o in inverno" ricordano i pediatri. A partire dal 15 luglio anche in Lombardia è possibile stare all'aperto senza mascherina.

Giocare in piccoli gruppi

I bambini dovrebbero seguire questa regola: giocare in piccoli gruppi.

Giocare con lo stesso gruppo di amichetti fa correre loro meno rischi di contagio e rende inoltre più semplice risalire all'origine di un eventuale contagio.

L'utilizzo delle mascherine

Se si viaggia sui mezzi di trasporto come treni, autobus, navi e aerei, metropolitana, nei quali si sta al chiuso e non sempre è possibile mantenere la distanza di sicurezza di un metro, sarà necessario indossare la mascherina.

Le mascherine devono essere utilizzate anche dai bambini che hanno compiuto i 6 anni, a meno che non abbiano difficoltà peculiari incompatibili con l'uso del dispositivo.

Norme igieniche

Lavarsi spesso le mani è un presidio igienico sempre valido, anche in vacanza. E' buona norma prestare attenzione all'igiene delle mani, soprattutto quando si toccano le superfici. Fate lavare le mani ai bambini per almeno 1 minuto cantando due volte "tanti auguri a te" e ricordatevi di chiudere il rubinetto dell'acqua con un fazzolettino di

carta.

Pulite accuratamente gli smartphone e altri dispositivi almeno una volta al giorno e evitate di farli utilizzare da altre persone, anche della stessa famiglia.

Pulite le superfici dove il bambino gioca con disinfettanti a base di alcol (etanolo) al 75% o a base di cloro all'1% (candeggina).