

è ormai un nemico silenzioso”

Le polveri sottili che avvolgono la Pianura Padana non si vedono ma entrano nei polmoni e lì restano. I più esposti al pericolo? I bambini

Un bambino dovrebbe avere tutto il tempo per giocare, imparare, sognare. E invece, prima ancora di affacciarsi alla vita, si trova già a fare i conti con qualcosa di invisibile e pesante: l'aria che respira. All'Iis Cavour di Vercelli, la pediatra Elena Uga ha parlato agli studenti delle classi 2ªA SSAS, 2ªB SSAS, 1ªA SSAS e 1ªB SSAS di un tema che non ha bisogno di presentazioni: l'inquinamento e le sue conseguenze sulla salute.

L'aria che respiriamo: un nemico silenzioso Non è una novi-

La plastica è diventata regina delle abitudini ma il prezzo da pagare è altissimo

tà che l'inquinamento sia uno dei più insidiosi pericoli per la salute, eppure lo trattiamo ancora come un fastidio da sopportare, piuttosto che un problema da risolvere. Le polveri sottili che avvolgono la Pianura Padana non si vedono, ma entrano nei polmoni e lì restano, soprattutto nei bambini. Il cambiamento climatico è un fenomeno che si riflette nelle ondate di calore, nelle malattie respiratorie in crescita, nelle allergie sempre più diffuse.

La dottoressa Uga ha mostrato come l'inquinamento non sia solo una questione ambientale, ma anche sociale. L'intervento è stato interattivo: una



Una ruota da colorare con i sentimenti riguardo il cambiamento climatico ha rotto il ghiaccio

IL VADEMECUM

Spostarsi in bici e scegliere con cura che cosa mangiare

Che cosa si può fare contro l'inquinamento? Agire per cambiare abitudini quotidiane spesso radicate soprattutto negli adulti. Camminare o usare molto di più la bicicletta per gli spostamenti. Scegliere

giore. Poi ci sono i bambini, i più esposti e i meno responsabili di questa crisi. Se l'aria non è più trasparente, il cibo non è più così sano. Gli alimenti ultra-processati, ricchi di additivi e zuccheri, sono sempre più presenti nelle diete dei ragazzi, e i danni non si limitano solo al fisico: aumentano i disturbi mentali, i problemi metabolici, le malattie cardiovascolari. E poi c'è l'acqua. La plastica monouso è diventata la regina incontrastata delle abitudini quotidiane, ma il prezzo da pagare è altissimo. Microplastiche sono nei mari, nei fiumi,

comprare bottiglie di plastica, a gettarle con leggerezza, a ignorare il problema sperando che lo risolva qualcun altro.

Possiamo cambiare rotta? Sì, qualcosa si può fare. Usare di più la bici o i mezzi pubblici. Scegliere cosa mangiamo. Educare i bambini non solo a riconoscere il problema, ma anche a diventare parte della soluzione. Gli studenti hanno ascoltato, qualcuno avrà annotato pensieri su un quaderno, qualcun altro avrà fissato un punto lontano cercando di immaginare un domani diverso. Forse non tutti cambieranno il mo-