

## IN SALUTE

IL PEDIATRA  Alberto FerrandoAttenzione  
ai baby campioni  
Lo sport deve  
essere un gioco

Una delle domande che frequentemente viene posta al pediatra è quella di quando e quale sport far fare al figlio. Addirittura alcuni vorrebbero far iniziare una attività sportiva già a 2-3 anni! Una delle funzioni principali per far fare sport ai bambini è quello di supplire alla mancanza di spazi per praticare il gioco "libero" con la conseguenza che invece di poter giocare e correre liberamente i bambini, dopo ore di scuola e di regole, ne subiscono altre: quelle dello sport organizzato.

Bisogna anche fare attenzione al fatto che altri interessi, oltre a quello di far fare movimento e attività fisica, prevalgano: soprattutto quello delle ambizioni, voglie ed aspettative di allenatori e società sportive e quelle dei genitori. Fortunatamente il livello di preparazione e formazione degli allenatori dei vari sport per bambini e ragazzi è notevolmente aumentato e, rispetto ad anni fa, si dà molta impor-



## IDENTIKIT



*Il pediatra di libera scelta e vicepresidente dell'Ordine*

Alberto Ferrando, vicepresidente dell'Ordine dei Medici, pediatra di libera scelta, ha conseguito la laurea in medicina e chirurgia presso l'Università degli Studi di Genova con la votazione del 110/110 e lode. Specializzato in Clinica Pediatrica. Corso biennale di formazione multidisciplinare alla pratica della ricerca in Pediatria istituito dal Mario Negri. Responsabile del Laboratorio di Ecocardiografia Pediatrica della Clinica Pediatrica dell'Università degli Studi di Genova (1980-86) ha effettuato oltre 8000 valutazioni ecocardiografiche a pazienti, affetti da cardiopatie congenite ed acquisite. Nel 1995 ha contribuito a costituire l'Associazione Pediatri Extraospedalieri, costituita da 140 specialisti. Dal 2002 gestisce siti Internet e forum su tematiche mediche e, in particolare, pediatriche

Ma soprattutto non caricatelo di aspettative eccessive ma dedicate del tempo a vostro figlio, con la lettura, la musica e il dialogo

altro. Frequente la "dispnea psicogena" che si manifesta con profonde inspirazioni a riposo). Un ragazzo ha aspettato il compimento dei 18 anni per comunicare ai genitori che non avrebbe più praticato tennis che fin da piccolo si sentiva obbligato di fare dai genitori. Alcuni ci riescono prima e altri non ci riescono affatto. Una raccomandazione a tutti i genitori: non spingete vostro figlio verso uno sport. Cercate di capire se la scelta di uno sport da praticare viene fatta per le vostre aspettative o per il desiderio di vostro figlio. Inoltre se gioca male o non fa quel goal che sembra già fatto o non fa una parata facile sappiate che Vostro figlio sarà già triste per questo. Ha bisogno della Vostra comprensione e affetto e non delle vostre critiche. E' meglio avere un figlio felice e sorridente, anche se non è il migliore della squadra, che un "campioncino" che difficilmente diventerà campione.

tanza agli aspetti educativi e pedagogici (almeno fino ad una certa età) dello sport e non ai risultati. Un fattore di più difficile contenimento è, a volte, quello delle ambizioni e delle aspettative dei genitori. Capita in alcuni casi che lo sport che dovrebbe servire a formare e a ridurre lo stress diventi esso stesso causa di stress. Alcuni bambini per "amore" e per accontentare i genitori praticano uno sport contro voglia, con ansia e possono manifestare segnali di sofferenza per cui vengono portati dal pediatra. Si tratta nella maggior parte dei casi di patologie dette "da somatizzazione" (mal di testa, mal di pancia, disturbi del sonno, difficoltà scolastiche ed