

Δύσκολες συνθήκες και τοξικό στρες κατά την παιδική ηλικία και ο ρόλος του παιδίατρου: «μεταφράζοντας» την αναπτυξιακή επιστήμη σε μακροχρόνια υγεία

Η πρόοδος σε ένα ευρύ φάσμα βιολογικών, συμπεριφορικών και κοινωνικών επιστημών έχει διευρύνει τη κατανόηση των τρόπων με τους οποίους οι πρώτες επιρροές του περιβάλλοντος και η γενετική προδιάθεση επηρεάζουν τις μαθησιακές ικανότητες, τις συμπεριφορές προσαρμογής, τη σωματική και ψυχική υγεία, όπως και την παραγωγικότητα στην ενήλικη ζωή. Οι παιδίατροι έχουν στη διάθεση τους νέες πληροφορίες σχετικά με τις αρνητικές επιπτώσεις του υπερβολικού στρες στην ανάπτυξη του εγκεφάλου, ενώ έχει γίνει καλύτερα αντιληπτό το γεγονός ότι οι ρίζες διαφόρων νοσημάτων των ενηλίκων βρίσκονται στα πρώτα χρόνια της ζωής. Παράλληλα με το θέμα της έγκαιρης ανίχνευσης αναπτυξιακών προβλημάτων, είναι απαραίτητο να δοθεί έμφαση σε παρεμβάσεις και προγράμματα που μειώνουν τις εξωτερικές «απειλές» της υγιούς ανάπτυξης του εγκεφάλου.

Συστάσεις

1. Όλοι οι επαγγελματίες υγείας πρέπει να κατανοήσουν την επίδραση που έχουν οι κοινωνικοί, συμπεριφορικοί και οικονομικοί καθοριστικοί παράγοντες των ανισοτήτων στη σωματική και ψυχική υγεία. Τα ψυχοκοινωνικά προβλήματα και οι νέες μορφές νοσηρότητας δεν πρέπει πια να θεωρούνται ως διαφορετικές κατηγορίες από τις αιτίες και τις συνέπειες άλλων προβλημάτων υγείας που έχουν βιολογική βάση.
2. Η αυξανόμενη επιστημονική γνώση η οποία συνδέει το τοξικό στρες κατά την παιδική ηλικία με διαταραχές στην ανάπτυξη βιολογικών συστημάτων όπως το νευρικό, το καρδιαγγειακό, το ανοσοποιητικό και το μεταβολικό, καθώς και οι ενδείξεις ότι αυτές οι διαταραχές μπορούν να οδηγήσουν σε σοβαρά προβλήματα μάθησης, συμπεριφοράς, ψυχικής και σωματικής υγείας, πρέπει να ενσωματώνονται στην εκπαίδευση όλων των ιατρών.
3. Οι παιδίατροι πρέπει να υιοθετήσουν πιο ενεργητικό ρόλο στην εκπαίδευση των γονέων, των δασκάλων, όσων ασχολούνται με τη φροντίδα των παιδιών και όσων διαμορφώνουν πολιτικές, καθώς και του ευρύτερου κοινού, σχετικά με τα μακροχρόνια αποτελέσματα του τοξικού στρες και τα πιθανά οφέλη της πρόληψης ή της μείωσης των πηγών που προκαλούν σοβαρές δυσκολίες κατά την πρώτη παιδική ηλικία. Η προστασία των παιδιών από αντιξοότητες είναι μία ελπιδοφόρα, επιστημονική στρατηγική για την αντιμετώπιση πολλών επίμονων και δαπανηρών προβλημάτων που αντιμετωπίζει η σύγχρονη κοινωνία, συμπεριλαμβανομένης της περιορισμένης εκπαιδευτικής απόδοσης, της μειωμένης παραγωγικότητας, της εγκληματικότητας και των ανισοτήτων στην υγεία.
4. Οι παιδίατροι πρέπει να είναι ένθερμοι υποστηρικτές και συνήγοροι της ανάπτυξης και της εφαρμογής νέων, επιστημονικά τεκμηριωμένων παρεμβάσεων, που μειώνουν τις πηγές του τοξικού στρες ή/και μετριαζουν τις δυσμενείς συνέπειες τους στα παιδιά. Είναι πιθανότερο οι παρεμβάσεις αυτές να έχουν καλύτερα αποτελέσματα και να είναι οικονομικά πιο αποδοτικές από την προσπάθεια θεραπείας ή αποκατάστασης των πολυάριθμων και μακροπρόθεσμων επιπτώσεων του τοξικού στρες. Αυτού του είδους η συνηγορία είναι ιδιαίτερα σημαντική όταν οι περιορισμοί στους οικονομικούς πόρους επιφέρουν και επαναπροσδιορισμό των προτεραιοτήτων στις δημόσιες δαπάνες.
5. Οι παιδιατρικές δομές πρέπει:
 - α) να ενισχύσουν την παροχή καθοδήγησης για την υποστήριξη των κοινωνικών, συναισθηματικών και γλωσσικών δεξιοτήτων των παιδιών, καθώς και την υιοθέτηση θετικών γονεϊκών πρακτικών
 - β) να πραγματοποιούν ελέγχους για παράγοντες που ενισχύουν το τοξικό στρες και συναντώνται συχνά στην καθημερινή τους πρακτική



- γ) να αναπτύσσουν, να εξασφαλίζουν χρηματοδότηση και να συμμετέχουν σε καινοτόμες προσαρμογές της παροχής υπηρεσιών, οι οποίες αυξάνουν τις δυνατότητες για υποστήριξη των παιδιών που βρίσκονται σε κίνδυνο
- δ) να εντοπίζουν τοπικούς πόρους και δυνατότητες για την αντιμετώπιση των παραγόντων που συμβάλλουν στο τοξικό στρες και οι οποίοι συναντώνται συχνά στο πλαίσιο της κοινότητας.

Διαβάστε το άρθρο εδώ: <http://pediatrics.aappublications.org/content/129/1/e224.long>

Τίτλος άρθρου: “Early Childhood Adversity, Toxic Stress, and the Role of the Pediatrician: Translating Developmental Science Into Lifelong Health”

Κύριοι συγγραφείς: Andrew S. Garner, Jack P. Shonkoff

Περιοδικό *Pediatrics*, Vol. 129 No. 1 January 1, 2012, pp. e224 -e231, doi: 10.1542/peds.2011-2662

2013 © Copyright American Academy of Pediatrics. All rights reserved.

