

## CHI SIAMO

L'associazione "Il Trenino di Elia ODV" è nata in seguito alla perdita del piccolo Elia, deceduto il 21 maggio 2024, a pochi giorni dal suo terzo compleanno, dopo aver sviluppato la Sindrome Emolitica – Uremica per aver consumato un prodotto caseario a latte crudo (senza trattamenti termici per abbattere la carica batterica) contaminato da Escherichia Coli STEC.

A seguito di questo profondo dolore e di una promessa fattagli, durante quei terribili 51gg di ospedale, ci siamo attivati per far sì che non debba più succedere ad altro bambino e nessuna altra famiglia passare ciò che abbiamo vissuto noi.

### Cos'è la SEU?

È una malattia acuta rara che rappresenta la causa più importante di insufficienza renale acuta in età pediatrica, in particolare nei primi anni di vita (0-10 anni).

Può avere decorso grave, in alcuni casi con esito fatale, e può essere causa di conseguenze a lungo termine. Tra le più frequenti: ipertensione, insufficienza renale cronica, conseguenze neurologiche anche gravi, coma.

<https://www.epicentro.iss.it/seu/registro-italiano-seu>

### Come si contrae?

Attraverso l'ingestione del batterio Escherichia Coli STEC. L'infezione si trasmette principalmente per via alimentare: in particolare con il consumo di prodotti caseari a latte crudo freschi o media stagionatura, consumo di carne cruda o poco cotta o affumicata, verdure non lavate, acqua non controllata e può essere contratta anche con un contatto stretto con ruminanti infetti o con un ambiente contaminato.

### Come si evita?

Pretendiamo chiarezza nelle etichette quando acquistiamo. I bambini sotto i 10 anni di età non devono consumare prodotti caseari "a latte crudo" freschi o di media stagionatura (acquistare prodotti a latte pastorizzato, nel dubbio scartiamo il prodotto), la carne deve essere ben cotta anche al cuore del prodotto, frutta e verdura ben lavata e asciugata, bere acqua sicura e lavare e igienizzare le mani ogni volta che si ritiene necessario, in base all'attività effettuata.

**Il Trenino di Elia ODV - n. repertorio RUNTS 164073**

**C.F. 95249420100 – Arenzano (GE)**

**[iltreninodielia@gmail.com](mailto:iltreninodielia@gmail.com) – [www.iltreninodielia.it](http://www.iltreninodielia.it)**

**IBAN IT12 I 05034 31830 000000006578**

### Bibliografia:

- ASL3 Genovese: opuscolo "Malattie trasmesse da alimenti: prevenzione delle patologie legate al consumo di alimenti in gravidanza" progetto del Piano aziendale di prevenzione e promozione della salute 2013 – 2015
- Ce.I.R.S.A.: opuscolo "Consigli di comportamento per bambini immunocompromessi" [www.ceirsa.org](http://www.ceirsa.org)
- <https://www.ospedalebambinogesu.it/alimentazione-la-sicurezza-non-va-in-vacanza-90005/>
- Newsletter AOU Meyer: "I funghi: per i bambini, è meglio aspettare" [www.meyer.it](http://www.meyer.it)
- <https://www.msmanuals.com/it-it/casa/problemi-di-salute-dei-bambini/infezioni-del-neonato/infezioni-dei-neonati-acquisite-in-ospedale>
- <https://www.uppa.it/acqua-ai-neonati/>
- <https://ferrandoalberto.blogspot.com/>



## Conosci i rischi dell'alimentazione in età pediatrica?



**A partire dai primi mesi di vita dei bambini l'alimentazione presenta sempre dei dubbi per i genitori; si agisce sempre scegliendo i migliori prodotti dal punto di vista della qualità e delle caratteristiche organolettiche.**

Non sempre però le scelte fatte sono corrette, a volte sono dovute ad abitudini popolari oppure a convinzioni personali.

Vediamo insieme quali sono i prodotti da evitare e/o limitare.

**Queste nozioni sono puramente indicative.**

**Per chiarimenti e per svezzare al meglio il proprio bambino chiedere sempre al proprio pediatra.**

## Comportamenti igienici da adottare:

- Lavare accuratamente frutta e verdura e possibilmente sbucciarli, poiché potrebbero essere contaminati da batteri, tra cui Escherichia Coli STEC, che può provocare lo sviluppo della SEU (Sindrome Emolitica – Uremica);
- Lavare sempre anche insalate e verdure in busta, poiché potrebbero essere contaminati da batteri, tra cui Listeria monocytogens, Toxoplasma;
- Lavare i gusci delle uova con disinfettanti IMMEDIATAMENTE PRIMA dell'utilizzo, e le mani dopo averli manipolati;
- Lavarsi bene le mani dopo aver toccato carne cruda, pesce crudo, uova fresche, verdura e frutta non lavate;
- Far bollire l'acqua (del rubinetto o confezionata) per preparare il latte artificiale, poiché la polvere non è sterile.

## Alimenti da evitare

Tipologia alimenti	Possibili patogeni	Malattie
Prodotti caseari a latte crudo Freschi, a breve e media stagionatura	Escherichia Coli	Gastroenterite batterica, SEU
	Listeria monocytogens	Listeria
	Salmonella	Salmonellosi
Uova crude o poco cotte	Salmonella	Salmonellosi
Carne cruda o poco cotta o affumicata	Escherichia Coli	Gastroenterite batterica, SEU
	Salmonella	Salmonellosi
	Campylobacter	Infiammazione colon
	Toxoplasma	Toxoplasmosi
Salumi freschi o poco stagionati (es. cacciatorini)	Listeria monocytogens	Listeria
	Toxoplasma	Toxoplasmosi
Pesce crudo o poco cotto o affumicato	Salmonella	Salmonellosi
	Campylobacter	Infiammazione colon
	Anisakis	Anisakidosi
Frutti di mare	Salmonella	Salmonellosi
	Virus HAV	Epatite A
Miele e sciroppo d'acero (fino a 12 mesi)	Spore clostridi batteri	Botulismo infantile Infezioni batteriche

<b>Alcool</b>	Danni irreversibili alle cellule cerebrali e interferisce con la crescita
<b>Frutta secca: mandorle, noci e nocciole (fino a 12 mesi)</b>	Possono causare allergie, insorgenza di dermatiti, shock anafilattico
<b>Frutti allergizzanti: fragole, ciliegie, frutti rossi e uva (fino a 2 anni), kiwi (fino a 12 mesi)</b>	poiché possono causare allergie, insorgenza di dermatiti o shock anafilattico
<b>Bevande zuccherate (compresi succhi di frutta) - (almeno fino a 5 anni)</b>	obesità infantile
<b>Caffè, tè e altre bevande con caffeina</b>	insonnia, mal di stomaco, irrequietezza, aumento della frequenza cardiaca
<b>Funghi (fino almeno a 12-13 anni)</b>	presenza di sostanze che l'intestino non è in grado di scindere e metabolizzare

## Alimenti da limitare (fino a 3 anni, ma anche oltre)

<b>Prodotti caseari grassi (es. mascarpone e gorgonzola) e salumi (salame, pancetta, mortadella, coppa)</b>	favoriscono obesità
<b>Conservas casalinghe</b>	Il bambino può sviluppare il botulismo e altre infezioni batteriche
<b>Sale</b>	malattie cardiovascolari; da introdurre un pochino solo dopo il primo anno di vita. N.B.: Secondo l'OMS i bambini non dovrebbero assumere sale nel periodo dello svezzamento e fino ai 24 mesi. Tra i 2 ed i 15 anni la quantità può variare in base alle necessità del bambino (il sodio e il potassio contenuti nel sale sono utili all'organismo), ma in ogni caso è meglio utilizzare il sale iodato.
<b>Zucchero bianco e dolci</b>	obesità infantile, danneggiando ossa e denti, si corre il rischio di creare una vera e propria dipendenza, sia dal punto di vista fisiologico che psicologico, perché spesso abituiamo i nostri bambini a vedere i dolci come una ricompensa
<b>Cioccolato (fino a 2 anni)</b>	per il suo contenuto di acido ossalico sottrae calcio all'organismo con azione rachitogena, irrequietezza, presenza di grassi saturi e zucchero