



Troppi esami preoperatori

Robuste evidenze scientifiche confermano un eccesso di esami preoperatori prima di interventi chirurgici programmati e non urgenti, le cui ragioni sono da ritrovare in timori medico-legali, routine professionali consolidate, limitata condivisione dei rischi operatori con i pazienti. L'Osservatorio GIMBE, dopo aver identificato i test preoperatori come possibile fonte di sprechi diretti e indiretti, pubblica la sintesi italiana delle linee guida NICE per indirizzare i comportamenti professionali, riorganizzare i percorsi locali e informare i pazienti su quali esami sono realmente appropriati.

In camera con mamma e papà? **Solo pochi mesi**

Sonno condiviso sì o no. La questione continua ad essere molto dibattuta, all'estero come in Italia. Generalmente la risposta, secondo gli esperti, sta nel tenere in considerazione due fattori importanti, per il neonato e per i genitori: ottimizzare la durata e la qualità del sonno del primo e conseguentemente dei secondi, e garantire ai neonati un sonno sicuro.

Negli USA Società scientifiche importanti con l'American Academy of Pediatrics (AAP) e l'American Academy of Sleep Medicine riconoscono sempre di più l'importanza di un sonno notturno adeguato e qualitativamente sufficiente. Al contrario, una scarsa qualità del sonno unitamente ad una durata insufficiente sono associate ad uno ridotto sviluppo cognitivo, psicomotorio, fisico ed emotivo del bambino, oltre a rappresentare fattori di rischio per obesità. Parallelamente alla qualità del sonno, non vanno sottovalutati i fattori di rischio e le abitudini del sonno correlate alla sindrome da morte improvvisa del lattante (*sudden infant death syndrome* - SIDS).

L'AAP in particolare raccomanda la condivisione della stessa stanza fino all'età di 1 anno del bambino; in particolare per ridurre il rischio di SIDS è consigliata la condivisione della stanza – ma non del letto – almeno fino a 6 mesi, idealmente 12. Tale raccomandazione però – secondo una recente ricerca pubblicata su “Pediatrics” – non ha il supporto dei dati. “La raccomandazione oltre i 6 mesi di età non si basa su dati reali ma piuttosto sull'opinione di esperti” dichiara Ian Paul, primo autore dello studio. “E’ per questo che l’abbiamo messa in discussione”. Obiettivo dello studio è indagare nello specifico l'associazione tra la condivisione del sonno nella stessa stanza – in un letto diverso – e le conseguenze sul sonno; valutazione che è stata effettuata utilizzando la coorte dell'Intervention Nurses Start Infants Growing on Healthy Trajectories Study (INSIGHT Study) i cui gruppi di intervento previsti erano dormienti indipendenti precoci (nella propria stanza prima dei 4

mesi), dormienti indipendenti tardivi (nella propria stanza tra i 4 e i 9 mesi) e dormienti con stanza condivisa a 9 mesi. L'ipotesi per cui il dormire nella stessa stanza delle madri/genitori rispetto al dormire separatamente in stanze diverse si associa a una durata del sonno notturno più bassa e a comportamenti problematici legati al sonno durante l'infanzia è stata avvalorata dai risultati dello studio: il sonno condiviso nella stessa stanza a 4 e 9 mesi si associa a minore sonno notturno a breve e lungo termine, consolidamento ridotto del sonno e pratiche notturne associabili a morte nel sonno.

E a conferma però della coesistenza di opinioni diverse sul tema, un commento che accompagna lo stesso studio su “Pediatrics” considera il risvolto della medaglia, valutando per esempio non significative le differenze di durata del sonno tra chi condivide la stanza a 4 mesi rispetto a

chi dorme precocemente da solo: “7 ore confrontate con le 7 e ore e 49 minuti di chi dorme separatamente da solo. Sette ore è comunque un range di tempo normale a questa età” afferma Fern Hauck, coautore del commento. Vanno considerati i pro e i contro, prosegue Hauck, tenendo presente che il “room-sharing” secondo alcune ricerche riduce il rischio di SIDS, incoraggia l'allattamento al seno e rasserena i genitori che possono monitorare il bambino durante la notte e se necessario confortarlo.

E allora, cosa dovrebbero fare i genitori? Su un punto sembra vi sia accordo tra studio e commento: “6 mesi sembrerebbe un buon momento per far uscire il bambino di notte dalla stanza dei genitori” conclude Paul; “il mio suggerimento è di condividere la stanza almeno fino a 6 mesi”, dichiara Hauck.

► Paul IM, Hohman HE, Loken E, et al. Mother-Infant Room-Sharing and Sleep Outcomes in the INSIGHT Study. *Pediatrics* 2017;140:e20170122.

► Moon RY, Hauck FR. Are There Long-term Consequences of Room-Sharing During Infancy? *Pediatrics* 2017;140: e20171323.

