



ΕΘΝΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ ΚΥΠΡΟΥ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ

ΕΚΣΤΡΑΤΕΙΑ 2023

« ΑΣΤΙΔΑ ΠΡΟΦΥΛΑΞΗΣ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ »



Υπό την αιγίδα της Υπουργού Υγείας Δρος Πόπης Κανάρη



**ΟΙ ΣΤΟΧΟΙ & ΓΙΑΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΚΑΙ ΑΠΟ ΤΙ ΝΑ
ΠΡΟΦΥΛΑΞΟΥΜΕ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ**



Παρουσίαση Δρ Στέλλα Κάννα Μιχαηλίδου
Πρόεδρος ΕΕΠΥΠ

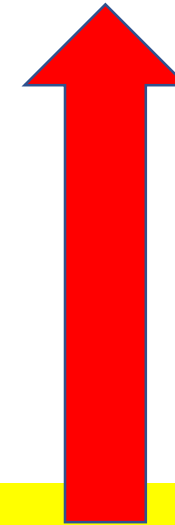
ΕΚΣΤΡΑΤΕΙΑ

ΑΣΠΙΔΑ ΠΡΟΦΥΛΑΞΗΣ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ - ΜΕΙΩΣΗ ΤΗΝ ΕΚΘΕΣΗΣ ΤΟΥΣ ΣΕ ΤΟΞΙΚΟΥΣ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ

- A. **Ευαισθητοποίηση, - Ενημέρωση-Εκπαίδευση** των γονιών και εκπαιδευτικών για τους κινδύνους και τις σωστές πρακτικές Προφύλαξης του εμβρύου και των παιδιών
- B. **Ενημέρωση των παιδιών** για τους κινδύνους αλλά **?** και τις καλές πρακτικές που τα ίδια μπορούν να εφαρμόσουν.
- Ενδυνάμωσή** τους για αυτοπροστασία και διεκδίκηση του δικαιώματος στην υγεία

ΠΑΡΑΤΗΡΕΙΤΑΙ ΑΝΟΔΙΚΗ ΤΑΣΗ ΣΤΙΣ ΠΑΙΔΙΚΕΣ ΑΣΘΕΝΕΙΕΣ ΠΟΥ ΣΧΕΤΙΖΟΝΤΑΙ ΜΕ ΤΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ ΚΑΙ ΤΟ ΣΥΓΧΡΟΝΟ ΤΡΟΠΟ ΖΩΗΣ

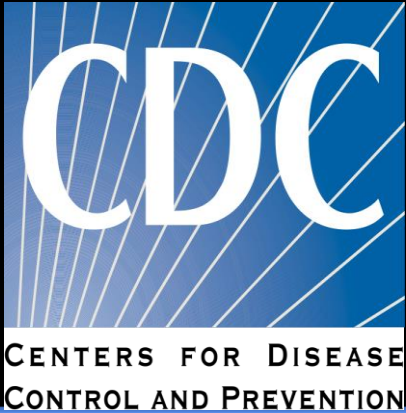
- ❖ Άσθμα και ασθένειες του πνεύμονα
- ❖ Παχυσαρκία διαβήτης καρδιαγγειακές παθήσεις,
- ❖ Ανωμαλίες αναπαραγωγικών οργάνων
- ❖ Κάποιες μορφές καρκίνου
- ❖ Η σιωπηλή πανδημία της καταστροφής της
εγκεφαλικής λειτουργίας των παιδιών



Suggested citation: U.S. Environmental Protection Agency. (2017). NIEHS/EPA Children's Environmental Health and Disease Prevention Research Centers Impact Report: Protecting children's health where they live, learn, and play. EPA Publication No. EPA/600/R-17/407. Retrieved from https://www.epa.gov/sites/production/files/2017-10/documents/niehs_epa_childrens_center_impact_report_2017_0.pdf?pdf=chidrens-center-report.

- Neira M et al. Environmental threats to children's health – a global problem. *Int J Environment and Health*, 2008, 2(3/4):276., CDC 2022
- Pronczuk J, Bruné MN, Gore F. Children's environmental health in developing countries. In: *Encyclopedia of Environmental Health*. J. Nriagu, ed. Elsevier, 2011.
- Trasande L, Landrigan PJ. The National Children's Study: a critical national investment. *Environ Health Perspect*, 2004, 112(14): A789–A790.

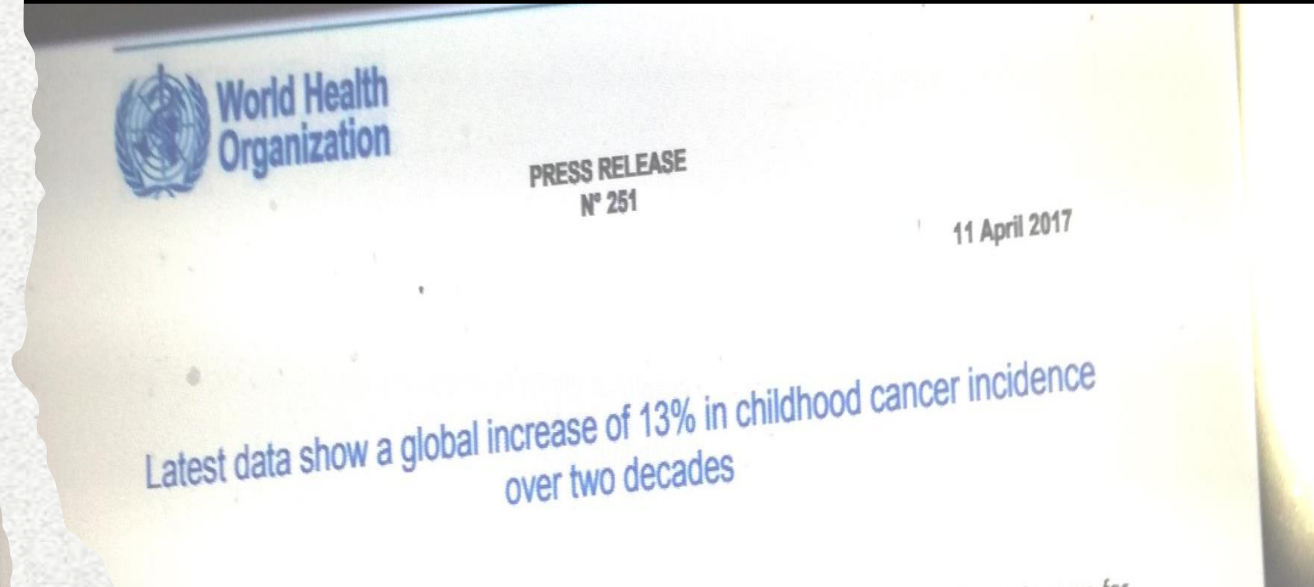
ΑΥΞΗΤΙΚΗ ΤΑΣΗ ΣΕ ΟΡΙΣΜΕΝΕΣ ΜΟΡΦΕΣ ΠΑΙΔΙΚΟΥ ΚΑΡΚΙΝΟΥ



2018 από έρευνα 2001-2014 98%
πληθυσμού 0-19 : Αύξηση 41%, ετήσια 0.8%

Αυξητική τάση σε ορισμένες μορφές παιδικού καρκίνου: *non-Hodgkin lymphomas* νεοπλασίες του κεντρικού νευρικού συστήματος, όγκοι νεφρών , ήπατος και θυροειδούς

• <https://www.cdc.gov/eis/conference/dpk/Incidence-Rates-Pediatric-Cancer.html>



2001-2010: 13% αύξηση στα περιστατικά παιδικού καρκίνου , 140/million age 0-14 , 185/million adolescence
ΛΕΥΧΑΙΜΙΑ 30% ,
ΚΑΡΚΙΝΟΣ ΤΟΥ ΚΕΝΤΡΙΚΟΥ ΝΕΥΡΙΚΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ 20%

Η ΣΙΩΠΗΛΗ ΠΑΝΔΗΜΙΑ: ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΤΗΣ ΝΕΥΡΟΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗΣ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑΣ, ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ,

Εκατομμύρια παιδιά, 1 στα 6 σε βιομηχανικές χώρες βιώνουν Ref

Dietrich K, 2005, Grandjean 2014

- Ελλειμματική προσοχή με ή χωρίς υπερκηνιτικότητα (ADHD)
- Αυτισμός
- Αναπτυξιακή υστέρηση
- Εγκεφαλική πάρεση
- Κ.ά

- ΜΕΙΩΣΗ ΤΟΥ IQ
- Μαθησιακές αδυναμίες



Παιδικός εγκέφαλος ένα θαύμα της φύσης ...όμως

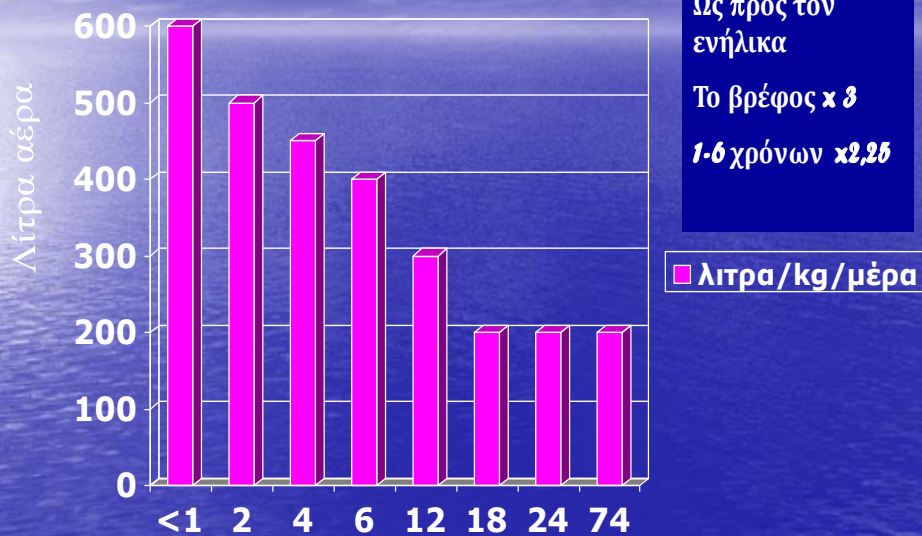
- Το παιδί έχει **μόνο μια ευκαιρία** να αναπτύξει τον εγκέφαλο
- Πέραν **του 80% του εγκεφάλου** αναπτύσσεται **πριν το 4ο ετος**.
- **Γενετικοί παράγοντες** καθορίζουν ένα αρχικό σχεδιασμό της αρχιτεκτονικής του εγκεφάλου και το νοητικό κληροδότημα κάθε παιδιού όμως.
- **Σημαντικό μέρος της αξιοποίησης των δυνατοτήτων πνευματικής ανάπτυξης διαμορφώνεται μέχρι την ηλικία των τεσσάρων χρόνων** και
- **επηρεάζεται από περιβαλλοντικούς παράγοντες ιδιαίτερα τις τοξικές εκθέσεις**
- Τοξικοί Παράγοντες μπορούν **να «αποστραγγίσουν»** τον εγκέφαλο ιδίως των παιδιών.

Τα παιδιά είναι αναπτυσσόμενος οργανισμός πιο ευάλωτα και ταυτόχρονα η έκθεση τους σε τοξικούς παράγοντες είναι πολύ μεγαλύτερη

Τα παιδιά αναπνέουν περισσότερο αέρα (2-3x / Kg και ιατρικά τις όποιες τοξικές ουσίες

Τα παιδιά απορροούν βαθύτερα & περισσότερη ακτινοβολία / Kg

Η δυναμικά αναπτυσσόμενη Φυσιολογία του παιδιού αυξάνει τις ανάγκες του σε αέρα



Ως προς τον ενήλικα
Το βρέφος x 3
1-6 χρόνων x 2,25

Ηλικία σε έτη

Children absorb more radiation than adults



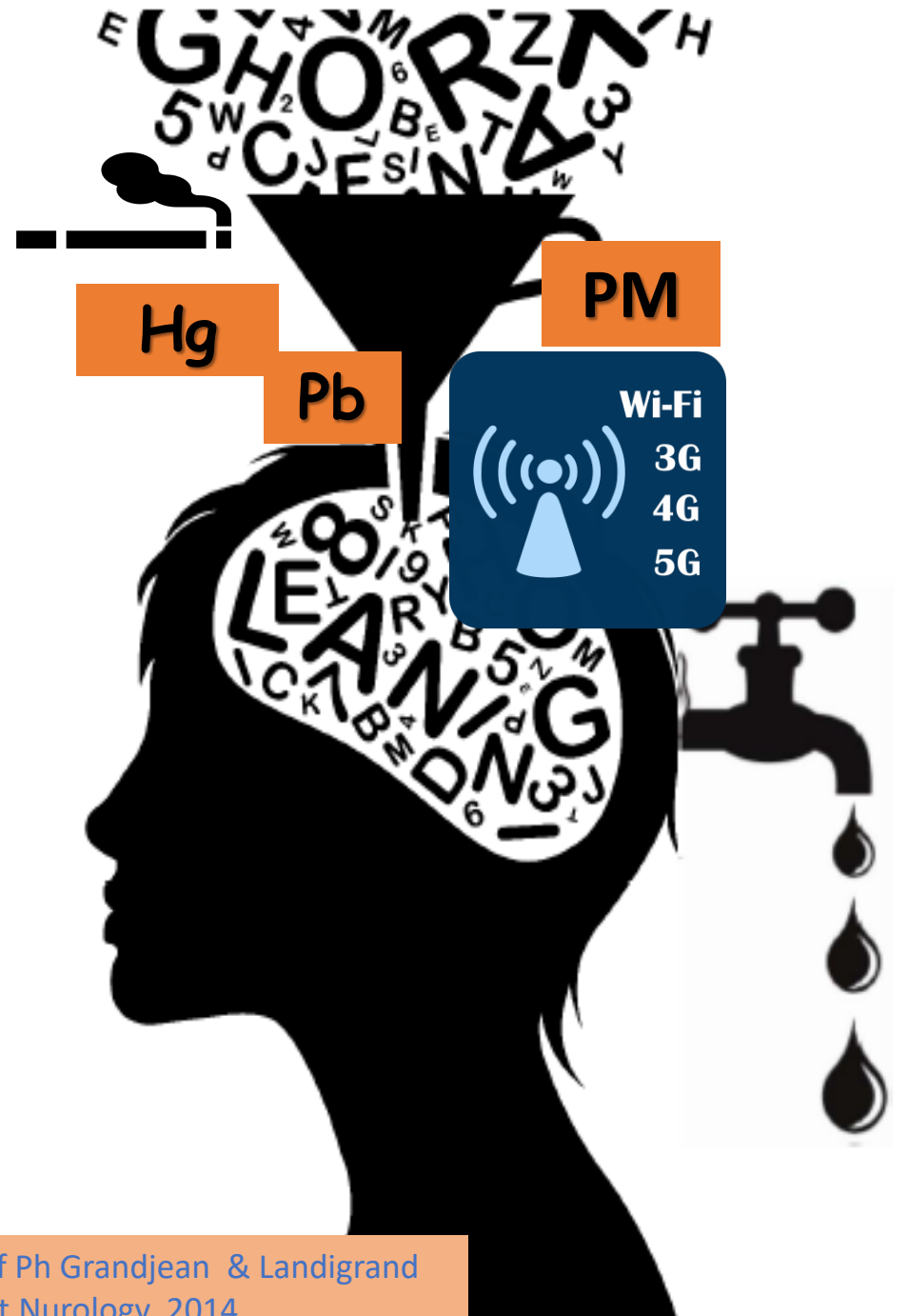
Courtesy Dr R. Gandy and Green America

Μέχρι **2x** στους ιστούς του εγκεφάλου και μέχρι **10x** στο μυελό των οστών του, Ref WHO/IARC 2011, 102

5-πλάσια στα μάτια και

30-πλάσια στον Ιππόκαμπο

ΣΤΟΧΕΥΟΥΜΕ ΝΑ
ΠΕΡΙΟΡΙΣΟΥΜΕ ΙΔΙΑΙΤΕΡΑ α)
τους ΚΑΡΚΙΝΟΓΟΝΟΥΣ ΚΑΙ b)
ΝΕΥΡΟΤΟΞΙΚΟΥΣ
ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΑΥΤΟΥΣ ΠΟΥ
ΑΠΟΣΤΡΑΓΓΙΖΟΥΝ τον παιδικό
εγκέφαλο



Modified from Ref Ph Grandjean & Landigrand
Lancet Neurology 2014



Σπίτι και Σχολείο ΟΑΣΗ
ΠΡΟΦΥΛΑΞΗΣ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ

χωρίς Καπνούς/ατμούς

καπνικών προϊόντων

μακριά από ακτινοβολίες και

κατάχρηση της ψηφιακής και

ιδιαίτερα της ασύρματης

τεχνολογίας

Προστατευμένα από τις

επιπτώσεις της κλιματικής κρίσης



ΒΑΣΙΚΗ ΣΤΟΧΕΥΣΗ ΤΟ ΣΠΙΤΙ ΚΑΙ ΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ

Ανάλογα με την ηλικία τα νήπια και τα παιδιά μέχρι την εφηβεία παίρνουν τουλάχιστον 60-90% του χρόνου τους

ΓΙΑΤΙ ?

Σπίτια: δεν ισχύουν νομοθετικές απαγορεύσεις και η προφύλαξη των παιδιών εξαρτάται αποκλειστικά από την ενημέρωση, ευαισθητοποίηση και βούληση των γονιών

- Σχολεία: καθοριστικό ρόλο παίζουν οι δάσκαλοι αλλά και ίδιοι οι γονείς που μπορούν να διεκδικούν Νομοθετικές /ή καλές πρακτικές πχ ενσύρματες ασφαλείς συνδέσεις στο διαδίκτυο, υγιεινές συνθήκες, και υγιεινή διατροφή στα κυλικεία

ΕΡΕΥΝΕΣ ΕΕΠΥΠ
2005-2012

Ο Νόμος
2010/17
Δεν καλύπτει
ΤΟ ΣΠΙΤΙ

2012

97%



Καπνός
ΤΟΥ
Τσιγάρου
Και το
ατμισμό

1



e-cigarette

ΠΡΟΤΕΡΑΙΟΤΗΤΕΣ

Κατάχρηση ψηφιακής
τεχνολογίας - έκθεση
στην ακτινοβολία

2



ΑΕΡΑΣ εξωτερικού και
εσωτερικού χώρου -
PM * καυσαερία

3

Αφού με αγαπάς
γιατί με
δηλητηριάζεις ;

1



Διαχρονικές εκστρατείες από το 2005 με τη
στήριξη του Υπουργείου ΥΓΕΙΑΣ

Τα παιδιά Απαιτούν Προφύλαξη από τον καπνό του τσιγάρου στοιχεία έρευνας 2012



Ο ΚΑΠΝΟΣ/ΑΤΜΟΣ ΤΟΥ «ΤΣΙΓΑΡΟΥ» ΣΕ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΜΟΡΦΕΣ



Τα ηλεκτρονικά τσιγάρα δεν περιέχουν καπνό αλλά είναι επιβλαβή για την υγεία και δεν είναι ασφαλή (WHO 22 και CDC).

- Τα αερολύματα που παράγονται συνήθως αυξάνουν τη συγκέντρωση σωματιδίων σε εσωτερικούς χώρους και περιέχουν δυνητικά τοξικές ή/και καρκινογόνες ουσίες ' και κάποια νικοτίνη
- Η παθητική έκθεση στον «ατμό» είναι εξαιρετικά επικίνδυνη για τα παιδιά και τις έγκυες . **Μπορεί μεταξύ άλλων να επηρεάσει την ανάπτυξη του εγκεφάλου και των πνευμόνων**
- Είναι ιδιαίτερα επικίνδυνα όταν χρησιμοποιούνται από παιδιά και εφήβους. Η νικοτίνη είναι εξαιρετικά εθιστική και επιβλαβής για τον αναπτυσσόμενο εγκέφαλο



Ο ναργιλές είναι περισσότερο επικίνδυνος από άλλους τρόπους καπνίσματος.

- Ο «ατμός» του ναργιλέ περιέχει περισσότερη νικοτίνη, πίσσα, μονοξείδιο του άνθρακα και βαρια μεταλλα από ότι ο καπνός του τσιγάρου.
- Οι διάφορες τοξικές ουσίες δεν φιλτράρονται κατά τη διέλευση του καπνού από το νερό του ναργιλέ, δημιουργώντας μια εξαιρετικά επικίνδυνη ρύπανση του αέρα και σοβαρή **ΕΝΕΡΓΗΤΙΚΗ ΚΑΙ ΠΑΘΗΤΙΚΗ ΕΚΘΕΣΗ**

Η ΨΗΦΙΑΚΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ ΕΧΕΙ ΣΗΜΑΝΤΙΚΑ ΟΦΕΛΗφτάνει να αξιοποιηθεί σωστά και να περιορίσουμε τον ΕΘΙΣΜΟ και πιθανούς κινδύνους για την πνευματική και σωματική ανάπτυξη των παιδιών

ΕΘΙΣΜΟΣ σ' όλες τις μορφές

Πιθανές Επιπτώσεις στη Υγεία από την ακτινοβολία

WHO

Εθισμός στα παιχνίδια

Εθισμός στο διαδίκτυο εξάρτηση

- Κατατάσσει τον εθισμό στα ψηφιακά και video games
- ως εθιστική διαταραχή
- της συμπεριφοράς/ διαταραχή της διανοητικής υγείας.



A) Πιθανώς καρκινογόνος 2B WHO/IARC 2011

B) Άλλες Επιδράσεις : % Τεκμηρίωσης από επικυρωμένες έρευνες :

- Νευροτοξικότητα 72%
- Γενετικές επιδράσεις 68%
- Οξειδωτικό στρες 91%

Ref Lay 2022

**ΧΡΗΣΗ ΨΗΦΙΑΚΩΝ
ΣΥΣΚΕΥΩΝ,
tablets κ.α. από
μικρά παιδιά ????**



Πριν τα 2 χρόνια αποφεύγουμε τις οθόνες και τα ψηφιακά παιχνίδια και ιδίως τη χρήση ηλεκτρονικών συσκευών χωρίς την παρουσία και συμμετοχή ενός ενήλικα

(Αμερικάνικη Παιδιατρική Εταιρεία 2016)

«Πριν από την ηλικία των 2 ετών, τα παιδιά εξακολουθούν να αναπτύσσουν γνωστικές, γλωσσικές, αισθητικοκινητικές και κοινωνικο-συναισθηματικές δεξιότητες, οι οποίες απαιτούν εξερεύνηση και επαφή με τον πραγματικό κόσμο και όχι με τον επίπλαστο των πολυμέσων. Για τη σωστή ανάπτυξη η αλληλεπίδραση με τους γονείς και φροντιστές είναι σημαντική» **Αμερικάνικη Παιδιατρική Εταιρεία 2016)**

ΧΡΗΣΗ ΨΗΦΙΑΚΩΝ ΣΥΣΚΕΥΩΝ, tablets κ.α. από μικρά παιδιά οι παιδο-νευρολόγοι διεθνώς προειδοποιούν



**Protect
the ones
you love.**



- Ανησυχίες για ελλιπή ανάπτυξη ιδίως της ικανότητας αυτοελέγχου, επικοινωνίας, αυτορρύθμισης και εν συναίσθησης και της ικανότητας ομαδικής επίλυσης προβλημάτων
- Υπάρχουν ενδείξεις για δυσκολία ανάπτυξης των ικανοτήτων στα μαθηματικά /επιστήμες,

Η ικανότητα σκέψης, μάθησης και έκφρασης των διαφορών, απαιτεί την πολλαπλή επαφή μέσω των αισθήσεων, με πραγματικά πρόσωπα κοίταγμα άγγιγμα, επαφή, οσμή και ακρόαση. Χρειάζονται τα πραγματικά δημιουργικά παιχνίδια-ζωντανή αλληλεπίδραση και τα... βιβλία!

ΚΙΝΔΥΝΟΙ ΑΠΟ ΤΗΝ ΨΗΦΙΑΚΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ

ΕΝΑ ΝΟΜΙΣΜΑ ΜΕ δυο όψεις

ΚΑΤΑΧΡΗΣΗ - ΗΛΙΚΙΑΚΑ ΑΣΥΜΒΑΤΗ ΧΡΗΣΗ ΑΠΟ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ & ΑΧΡΕΙΑΣΤΗ ΕΚΘΕΣΗ στην ακτινοβολία της ΑΣΥΡΜΑΤΗΣ



ΚΑ

ΣΥΝΟΠΤΙΚΟΣ ΟΔΗΓΟΣ ΑΣΦΑΛΟΥΣ ΑΞΙΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΗΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ ΚΑΙ ΕΦΗΒΟΥΣ

Ενδυναμώνουμε τα παιδιά μας, ώστε να μπορούν να αξιοποιούν την ψηφιακή τεχνολογία με **ΑΣΦΑΛΕΙΑ**



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ

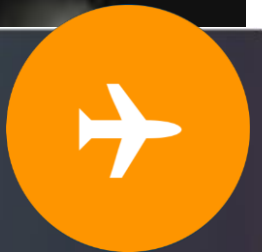


Εθνική Επιτροπή
Περιβάλλοντος και
Υγείας του Παιδιού

Για συμπληρωματικές πληροφορίες βλέπε σελ 6

Απόσταση
από την
πηγή πχ
Hands free

Προτίμηση
στο
ενσύρματο
διαδίκτυο



Οδηγός Ασφαλούς Αξιοποίησης του Διαδικτύου και Ιδίως για την
"Εξ Αποστάσεως Μάθηση" των Παιδιών

Είναι υπέροχο να μπορούμε να επικοινωνούμε τώρα που «μένουμε σπίτι». Η Τεχνολογία μας βοηθά να είμαστε μαζί, έστω και από μακριά. Μαθαίνουμε πώς να το κάνουμε με τον καλύτερο δυνατό τρόπο... ιδίως με ασφάλεια!

Βασισμένο κυρίως
στις εισηγήσεις της
Αμερικάνικης
Παιδιατρικής
Εταιρείας
και άλλων
Οργανισμών



ΣΥΝΟΠΤΙΚΟΣ ΟΔΗΓΟΣ ΑΣΦΑΛΟΥΣ ΑΞΙΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΗΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ ΚΑΙ ΕΦΗΒΟΥΣ

Ενδυναμώνουμε τα παιδιά μας, ώστε να μπορούν να
αξιοποιούν την ψηφιακή τεχνολογία με ΑΣΦΑΛΕΙΑ



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ



Εθνική Επιτροπή
Περιβάλλον και
Υγεία του Παιδιού

Για συμπληρωματικές πληροφορίες βλέπε σελ 6

. Μπορούμε να αξιοποιήσουμε τα οφέλη περιορίζοντας στο ελάχιστο την κατάχρηση και τις αχρείαστες εκθέσεις! Με «καλές πρακτικές» προστιθέμενης αξίας για την Υγεία

Βοηθούμε και ενδυναμώνουμε τα παιδιά ώστε να ελέγχουν αντί να εξαρτώνται. Έτσι θα μπορούν να βαδίζουν και να εξελίσσονται με ασφάλεια στην Ψηφιακή Εποχή.

3

Οι επιπτώσεις της κλιματικής κρίσης και
ιδιαίτερα στον ΑΕΡΑΣ εξωτερικού και
εσωτερικού χώρου -ΡΜ *



Η κλιματική κρίση βλάπτει ήδη την υγεία των παιδιών στον κόσμο, απειλώντας με δια βίου επιπτώσεις *The Lancet Countdown 2019*

-
- Η κλιματική κρίση, απειλεί την υγεία του παιδιού ξεκινώντας από τη μήτρα της μητέρας του.
-
- Η ζημιά που προκαλείται στην πρώιμη παιδική ηλικία είναι επίμονη και διάχυτη, με συνέπειες για την υγεία που διαρκούν για μια ζωή.
- Χωρίς άμεση δράση για τη μείωση των εκπομπών αερίων του θερμοκηπίου η κλιματική κρίση θα καθορίσει την υγεία μιας ολόκληρης γενιάς.

Σκόνη της Ερήμου:

1 με 3 δισεκατομμύρια τόνους/χρόνο
= 100 εκατομμύρια φορτηγά/χρόνο

MEDEA Project, Πανεπιστήμιο Κύπρου

Οδηγίες Παρέμβασης



Reduce

Time Spent outdoors

(Global Position System)



Avoid

Physical Activity

(Accelerometer)



Minimize

Home Ventilation

(Particle Sampler)



Filter

Indoor Air

(Particle Sampler)

ΔΡΑΣΕΙΣ

Δραση1. Ενημέρωση των εγκύων για την προστασία του εμβρύου και του παιδιού

- Διανομή ενημερωτικού υλικού μέσω του Κέντρου προληπτικής Ιατρικής Αμέρικος Αργυρίου, της Παιδιατρικής και Περιγεννητικής Εταιρείας σε Παγκύπρια βάση
- Διαλέξεις σε Νοσοκομεία

Δράση 2. Ενημέρωση γονιών-Εκπαίδευση σε Καλές Πρακτικές

- Ειδικό αφιέρωμα στα πλαίσια της Ημερίδας 2023
- Διαλέξεις για νέους γονείς στα Νοσοκομεία Μακάριος ο 3^{ος}, Αμμοχώστου και Λάρνακας με προοπτική επέκτασης και σε άλλα νοσοκομεία

Δράση 3 Εκπαίδευση νηπιανωνών με απώτερο στόχο την εκπαίδευση των παιδιών και ενδυνάμωσή τους ώστε να αυτοπροστατεύονται και να διεκδικούν το δικαίωμα τους στην υγεία

- σε συνεργασία με το Παιδαγωγικό Ινστιτούτο, τον ΟΕΒ και το σύνδεσμο Ιδιωτικών Νηπιαγωγείων

Δράση 4: Δημιουργία Υλικού και Προβολή

- Δημιουργία βίντεο, Πρακτικών Οδηγών
- POST CAST της Επιτροπής «ΠΑΙΔΙΩΝ ΑΣΠΙΔΑ»
- προβολή μέσω ΜΜΕ, μέσα κοινωνικής δικτύωση
- ΔΙΑΡΚΗΣ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΣΤΗΝ ΙΣΤΟΣΕΛΙΔΑ, και στο newsletter www.paidi.com.cy



**ΕΛΑΤΕ ΝΑ ΜΟΙΡΑΣΤΟΥΜΕ ΤΟ ΟΡΑΜΑ ΜΑΣ
ΜΑΖΥ ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΝΑ ΚΑΝΟΥΜΕ ΤΗΝ ΔΙΑΦΟΡΑ-για τα
παιδιά και τις γενιές που θάρθουν .**



**Ζητούμε την συνεργασία όλων των φορέων στη ανάπτυξη και
διάχυση της πληροφόρησης και της ευαισθητοποίησης . Είμαστε
ανοικτοί σε νέες ιδέες!**

Ευχαριστούμε το Υπουργείο Υγείας για την διαχρονική στήριξη την εμπιστοσύνη
και τον σεβασμό της επιστημονικής ανεξαρτησίας της Επιτροπής, τον ιατρικό
κόσμο ' και τους συνεργάτες μας στην Κύπρο και διεθνώς το ΓΤΠ, τα ΜΜΕ
όλους τους συνεργάτες μας



www.paidi.com.cy

ΣΑΣ ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ ΟΛΟΥΣ