

● OLTRE LO STUDIO · GULU, UGANDA · 2024

Sustainable Oral Health in Uganda

Prevention Program 2024 – Il resoconto della missione al St. Mary's Hospital Lacor

Dott. Ezio Calzavara · Resoconto generale (general debrief) della missione al St. Mary's Hospital Lacor, 6-15 agosto 2024



Salute orale e alimentazione, a partire dalle scuole

Il progetto vuole avviare un programma di prevenzione della salute orale in alcune scuole del distretto di Gulu, facendo conoscere il legame tra alimentazione e abitudini di vita da una parte e, dall'altra:

- la salute della bocca;
- le malattie croniche non trasmissibili (NCD).
- L'obiettivo finale è portare la prevenzione orale nei percorsi della scuola primaria e secondaria e sviluppare insieme il tema dell'alimentazione e delle NCD, così strettamente collegati, secondo l'approccio della Primary Health Care.

Coinvolgere chi educa, per arrivare ai bambini

Con una comunicazione adeguata e il coinvolgimento di educatori sanitari, presidi, direttori scolastici e insegnanti, il programma vuole rendere i bambini consapevoli delle buone abitudini che proteggono la salute della bocca e prevengono le malattie non trasmissibili.

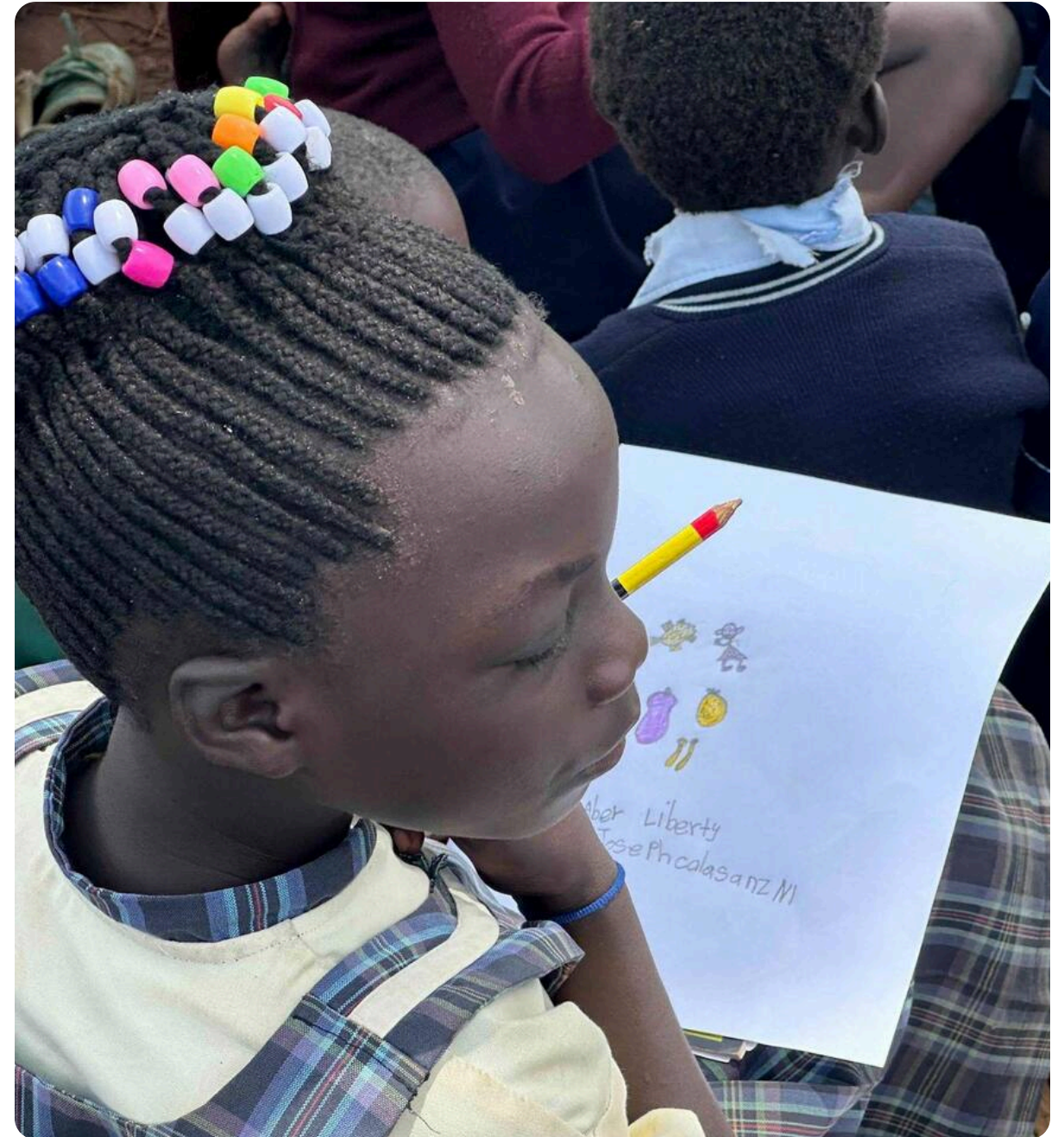
- Come passo preliminare si consiglia un'indagine a campione secondo il protocollo dell'OMS, per valutare lo stato di salute orale della popolazione del distretto di Gulu.
- I risultati serviranno a mettere a punto i contenuti del programma di prevenzione.



Donne della comunità con gli ingredienti della cucina tradizionale.

Tre obiettivi per la missione

- 1. Capire se nelle scuole c'è interesse per il programma: presentare a presidi, direttori e insegnanti i concetti di base della salute orale e i legami con le NCD, e raccogliere informazioni sul bisogno e sull'interesse a introdurre questi temi a scuola.
- 2. Valutare quanto sono diffuse le malattie orali nella popolazione scolastica (non previsto nel 2024): un'indagine su gruppi di bambini di 6 e 12 anni con l'indice Caries Free e/o il DMFT (denti cariati, mancanti, otturati), il PUFA (coinvolgimento pulpare visibile, ulcerazioni da frammenti dentali dislocati, fistole e ascessi) e in ogni caso il BMI (indice di massa corporea), per ottenere statistiche sullo stato di salute orale.
- 3. Dare la forma giusta al percorso educativo per i bambini: mettere a punto contenuti e strumenti dell'educazione alla prevenzione. Per ottenere il meglio è importante coinvolgere i bambini, per esempio con sessioni di disegno su cibo, denti e igiene della bocca.



Una sessione di disegno in classe.

Oltre la scuola

- 4. Possibilità di andare oltre le scuole: azioni di prevenzione nella comunità, nei centri sanitari e nei luoghi di incontro.
- 5. Integrare il più possibile la salute orale nell'attività degli educatori sanitari, a cominciare dalla loro formazione e soprattutto nell'area materno-infantile: consigli precoci alle madri, controlli precoci dei denti da latte e conoscenze sull'alimentazione nello svezzamento, come prevenzione della malnutrizione infantile.



Educatori sanitari e infermieri al lavoro nella comunità; un incontro all'aperto con i pannelli del programma.

Dieci giorni a Gulu, giorno per giorno

DATA	ATTIVITÀ
6 agosto	Primo incontro di persona al Lightray Centre con la coordinatrice
7 agosto	Al Lacor Hospital: incontri con il responsabile della Sanità pubblica, con il responsabile del Dipartimento scientifico e di ricerca e con il responsabile del reparto odontoiatrico
8 agosto	Incontro con la preside della Hilder Primary School; incontro di formazione al Lightray con tutto il personale (coordinatrice, insegnanti, personale sanitario, educatori sanitari, amministrazione) e raccolta dei loro riscontri
9 agosto	Hilder Primary School: formazione degli insegnanti, sessione di disegno con 200 bambini (classi P4-P6), canzone sulla salute orale per le classi P1 e P2
10 agosto	Formazione del Lacor in biblioteca; incontro con una comunità locale a Fun City per uno spettacolo Acholi, alla scoperta della cultura del luogo
12 agosto	Formazione in biblioteca per educatori sanitari, dentisti e specializzandi in chirurgia orale; sessione di disegno alla Lightray Primary School con 20 bambini (P5, P6) e canzone per le classi P1 e P2
13 agosto	Outreach nella comunità di Omoro con educatori sanitari e infermieri (vaccinazioni e diagnosi dell'anemia falciforme) e incontro sulla salute orale con la popolazione
14 agosto	Christ the King Demonstration Primary School: formazione degli insegnanti, disegno con circa 60 bambini (P4-P6), canzone per P1 e P2; la sera cena tradizionale a Gulu
15 agosto	Scuola dell'infanzia e primaria nel distretto di Amuru (Pabo): formazione, disegno con circa 50 bambini (soprattutto K1-K3), canzone; visita al Saint Jude Children's Home con vestiti e materiale da disegno

Prima settimana 6-11 agosto, seconda settimana 12-15 agosto 2024.

I bambini coinvolti nelle sessioni di disegno

200

**bambini alla Hilder
Primary School**

classi P4-P6, 9 agosto

20

**bambini alla Lightray
Primary School**

classi P5 e P6, 12 agosto

60 circa

**bambini alla Christ the
King Demonstration
Primary School**

classi P4-P6, 14 agosto

50 circa

**bambini nella scuola
di Pabo (Amuru)**

soprattutto K1-K3, 15 agosto

In ogni scuola, mentre i più grandi disegnavano, i più piccoli delle classi P1 e P2 imparavano una canzone sulla salute della bocca.

Il primo contatto

Dopo i contatti via email con il Lightray Centre, abbiamo incontrato la coordinatrice per presentarci come squadra e spiegarle le attività in cui volevamo coinvolgere il centro.

- Abbiamo fissato il calendario degli incontri con il personale del Lightray.
- Abbiamo organizzato la sessione di disegno nella loro scuola primaria.



La «School Mission» dipinta sul muro di una scuola primaria.

I consigli del Dipartimento scientifico e di ricerca

Il responsabile del Dipartimento scientifico e di ricerca del Lacor ci ha ricevuto per conoscere gli scopi della missione. Le sue indicazioni:

- le malattie orali stanno diventando un problema visibile;
- le cure dentali sono difficili da garantire e diventano a poco a poco un bisogno;
- c'è interesse a sviluppare un'attività di screening ed è consigliabile partire da un programma di prevenzione;
- per entrare in un contesto bisogna passare dai riferimenti locali: educatori sanitari, VHT (Village Health Teams), capi delle comunità, presidi e insegnanti;
- coinvolgere gli educatori sanitari, che già incontrano le persone negli ambulatori e i pazienti in attesa nei reparti;
- il disegno è già stato usato con i bambini sul tema della pace, nel loro percorso di recupero (GUSCO / Invisible Children);
- prevedere un piccolo regalo per i bambini, per esempio uno spazzolino.



Un incontro di formazione al Lacor Hospital.

Che cosa si mangia, e perché

Dal confronto sulle abitudini alimentari è emerso che:

- dopo vent'anni di guerra civile la popolazione è piuttosto povera e ha vissuto a lungo in «modalità sopravvivenza»;
- il cibo all'europea, sentito come «altro», può piacere ed essere commestibile, ma non è considerato vero cibo;
- il cibo tradizionale è considerato in genere buono;
- si compra ciò che è disponibile, e non è detto che sia locale e sano (per esempio i fritti);
- quando si chiede che cosa sia cibo buono o cattivo bisogna sempre tenere conto del contesto (benessere, cultura locale);
- le conoscenze sulla nutrizione possono essere sviluppate;
- nel costruire un campione sulle abitudini alimentari bisogna considerare i diversi tipi di scuola: private, governative, SOS e altre.



Cereali e legumi al mercato di Gulu.

Con gli educatori sanitari, verso le scuole

Abbiamo incontrato il responsabile del Dipartimento di Sanità pubblica per presentare la squadra e le attività in cui volevamo coinvolgere gli educatori sanitari.

- Ci ha confermato che gli educatori sanitari visitano periodicamente le scuole per screening, vaccinazioni, ispezioni ed educazione.
- Abbiamo condiviso i pannelli preparati per le sessioni di formazione.
- Abbiamo raccolto le informazioni utili per coinvolgere le scuole; con il coordinatore degli educatori sanitari ci ha aiutato a organizzare una sessione alla Christ the King Demonstration Primary School.



Il Dott. Calzavara con il team e il responsabile della Sanità pubblica del Lacor.

Il bastoncino da masticare non va abbandonato

Il responsabile del reparto odontoiatrico ha sottolineato un punto importante: quando spazzolino e dentifricio vengono presentati come indispensabili, i mezzi tradizionali per pulire i denti, come il bastoncino da masticare (chewing stick), vengono abbandonati, come se non fossero efficaci. Così, chi non può permettersi spazzolino e dentifricio smette del tutto di curare la propria bocca.

- Abbiamo consegnato i pannelli preparati per la formazione e per la comunicazione ai pazienti.



Il Dott. Calzavara con i pannelli sulla piramide alimentare.

L'incontro con la preside

Abbiamo incontrato la preside della Hilder Primary School per presentarci e spiegare le attività in cui volevamo coinvolgere la scuola, e abbiamo fissato gli incontri con gli insegnanti e le sessioni di disegno e di canto. I suoi suggerimenti:

- definire in futuro un obiettivo di numeri (quanti studenti raggiungere) e di composizione (scuole governative o private, bambini di villaggio o di città);
- raggiungere i bambini che non vanno a scuola attraverso i capi locali e le persone conosciute;
- contattare i funzionari dell'istruzione della città per coinvolgere altre scuole.



La preside della Hilder Primary School.

La lezione a tutto il personale

Dopo la presentazione della squadra, il Dott. Calzavara e un collaboratore hanno raccontato le esperienze di volontariato già svolte sul campo per la salute orale, in particolare in Ladakh, nella regione himalayana, dove un programma di prevenzione nelle scuole della valle dello Zaskar ha coinvolto in tutto circa 1.400 bambini.

- Il legame tra salute orale e malattie non trasmissibili: fattori di rischio comuni (tabacco, alcol, cattiva alimentazione) e buone abitudini utili alla salute della bocca e a quella generale.
- Il programma di prevenzione in costruzione: serve davvero? E se sì, con quali contenuti e quali mezzi di comunicazione?
- Le sessioni di disegno per conoscere come i bambini vedono il cibo di tutti i giorni e la salute della bocca: una comunicazione dal basso, che cattura l'attenzione imparando facendo.



La lezione al Lightray Centre e un murale nei suoi corridoi.

«Quando c'erano i nonni, certe malattie non c'erano»

- Si osserva un cambiamento dello stile di vita, che copia la cultura occidentale.
- Va chiarito il passaggio dal bastoncino da masticare agli strumenti moderni per l'igiene orale: bisogna far sapere che cosa è giusto e che cosa è sbagliato.
- La salute orale incide sulla vita sociale e sulla comunicazione: l'alitosi, per esempio, spesso non è percepita da chi ne soffre, ma a scuola un bambino può essere evitato dai compagni o preso in giro, e questo lo blocca quando deve parlare in classe.
- Se i bambini crescono con buone abitudini, le passeranno alla generazione successiva.
- Il cambiamento climatico, che colpisce l'agricoltura, può incidere sulla disponibilità del cibo indicata dalla piramide alimentare africana.



Il team con il personale del Lightray Centre e i pannelli del programma.

Gli insegnanti sono la chiave

- Si vedono gengive gonfie e infiammate e altri segni di malattie orali: servono controlli regolari per i bambini.
- A casa le cattive abitudini portano alla carie: dolci e cioccolato non sono seguiti dallo spazzolino. È utile mostrare come si puliscono i denti. In gravidanza la bocca può peggiorare e non si possono fare cure.
- Quando si organizzano controlli, la gente arriva. Gli insegnanti influenzano molto: coinvolgerli è un passaggio decisivo.
- I bambini imparano facendo: una poesia, un tema da disegnare, mostrare e raccontare. Con la comunità, quando si cambiano abitudini tradizionali, bisogna spiegare passo per passo l'igiene orale corretta.
- Una partecipante, figlia di un produttore di canna da zucchero, avrebbe voluto sapere prima queste cose per evitare troppo zucchero e il mal di denti. Quello che dicono gli insegnanti è percepito come «buono e vero».
- La salute orale non è solo denti ma anche lingua: consigliare anche i risciacqui; insegnare carie e gengivite.
- «Sbagliamo anche noi»: troppo tè zuccherato, mentre gli antenati non mangiavano lo zucchero da solo. Un detto: «Non sei africano se non mangi carne».
- I giovani sono esposti a droghe e alcol: serve un cambio di mentalità, perché spesso si aspetta di stare male. Il messaggio va esteso a tutta la comunità e ripetuto più volte.

Formazione con gli insegnanti

Agli insegnanti abbiamo presentato le esperienze in Ladakh, il legame tra salute orale e malattie non trasmissibili e il programma in costruzione, chiedendo il loro parere. I partecipanti hanno confermato che la salute orale è un problema emergente: spesso non ci si cura ai primi segni e poi si arriva all'estrazione, senza affrontare le cause. Le loro richieste:

- chiarire meglio il legame tra carie e sistema immunitario;
- spiegare come bilanciare i cibi con la piramide alimentare per migliorare la dieta;
- trasmettere ai bambini quanto imparato, compreso l'uso corretto degli strumenti per l'igiene orale e l'importanza della prevenzione.



La lezione sulla carie e il gruppo degli insegnanti della Hilder Primary School.

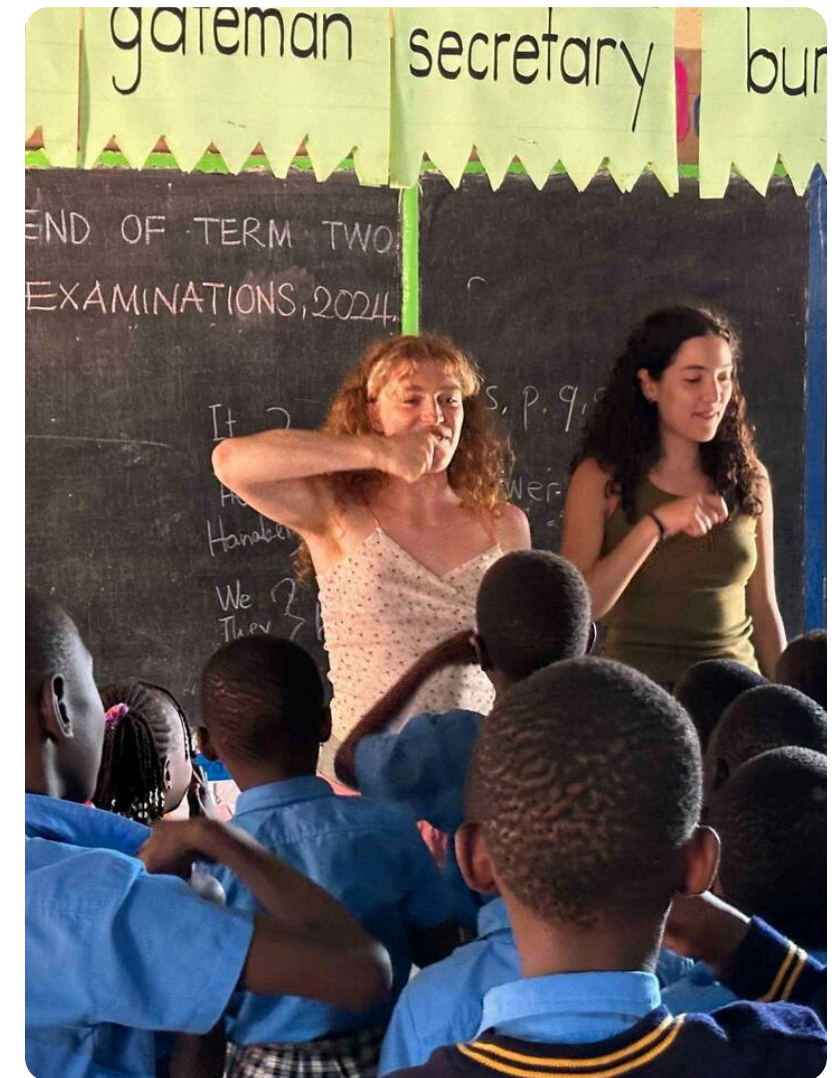
Disegni, canzoni e una jam session



Sessione di disegno con 200 bambini delle classi P4-P6: un gruppo ha disegnato il cibo di tutti i giorni e quello delle feste, un altro le buone abitudini per la bocca.



Intanto due volontarie del team insegnavano ai più piccoli (P1 e P2) una filastrocca cantata e ballata sulla salute orale.



Alla fine una musicista del team ha dato il via a una jam session con tutta la scuola, ripetuta con gioia anche nei giorni seguenti.

Alla scoperta della cultura Acholi

Grazie a un contatto locale siamo stati invitati a uno spettacolo di danze e musiche tradizionali Acholi. Lì abbiamo conosciuto una comunità di Limu e il direttore di The Great Acoli Cultural Movie Industry, che insegna danza e musica Acholi ai bambini delle baraccopoli di Limu per dare loro un po' di istruzione e di speranza e farli esibire nelle feste locali.

- Un'insegnante d'inglese della comunità ci aiuta con le traduzioni da e verso l'Acholi.
- Abbiamo conosciuto le due donne che cucinano i piatti tradizionali Acholi e iniziato a imparare ingredienti e ricette.
- Con una ballerina professionista e una musicista del nostro team è nato un buon legame per sviluppi futuri.



Lo spettacolo di danza Acholi a Fun City; il Dott. Calzavara con due donne della comunità.

La lezione al personale del Lacor

Con educatori sanitari e chirurghi dentisti, dopo la presentazione delle esperienze in Ladakh (circa 1.400 bambini nelle scuole dello Zanskar), il Dott. Calzavara e un collaboratore hanno affrontato:

- l'eziopatogenesi delle malattie orali: carie, malattia parodontale e tumore del cavo orale;
- i principi della composizione degli alimenti (macro e micronutrienti) e di una dieta equilibrata;
- il legame tra salute orale e malattie non trasmissibili e i loro fattori di rischio comuni (tabacco, alcol, cattiva alimentazione);
- il programma di prevenzione in costruzione, per raccogliere i riscontri del personale.



Il team con il personale del Lacor Hospital dopo la lezione.

Le domande del Lacor

- Il rapporto tra il consumo di alcol, in particolare dei distillati locali molto concentrati, e il tumore del cavo orale.
- Il rapporto tra le nuove abitudini di fumo, come le sigarette elettroniche, e il tumore del cavo orale.
- L'uso complementare dei mezzi di igiene: bastoncino da masticare oppure spazzolino e dentifricio.
- Il controllo dei batteri responsabili di carie e malattia parodontale oltre alla pulizia dei denti e alla dieta, compresi eventuali farmaci antibatterici specifici.
- Esiste la convinzione locale che la canna da zucchero si possa usare come bastoncino per pulire i denti.
- In conclusione, è stato condiviso che la salute orale sta diventando un peso.

In outreach con il Lacor Hospital

La mattina ci siamo uniti all'outreach organizzato dal Lacor Hospital con due educatori sanitari e un'infermiera, dedicato alla diagnosi dell'anemia falciforme e alle vaccinazioni.

- Un componente del nostro team, infermiere di professione, ha aiutato a registrare i risultati dello screening.
- Al termine, con la traduzione di un'educatrice sanitaria, abbiamo tenuto un incontro sulla salute orale e la prevenzione con la popolazione.



L'ambulanza del St. Mary's Hospital Lacor durante l'outreach a Omoro.

Il sapere che già c'è

Con il coordinatore e gli altri educatori sanitari, dopo le ispezioni e le vaccinazioni HPV, abbiamo tenuto la formazione per gli insegnanti. Il coordinatore ha ricordato le conoscenze già diffuse sulle qualità dei cibi (il malakwang per le donne, i semi di zucca contro i vermi intestinali).

- L'insegnante di scienze ha proposto di integrare i libri di «integrated science» con le nostre informazioni, così che gli insegnanti possano trasmettere ai bambini i concetti base della salute orale.
- Sessione di disegno con circa 60 bambini (classi P4-P6).
- Canzone sulla salute orale per le classi P1 e P2, con il coinvolgimento diretto degli educatori sanitari.

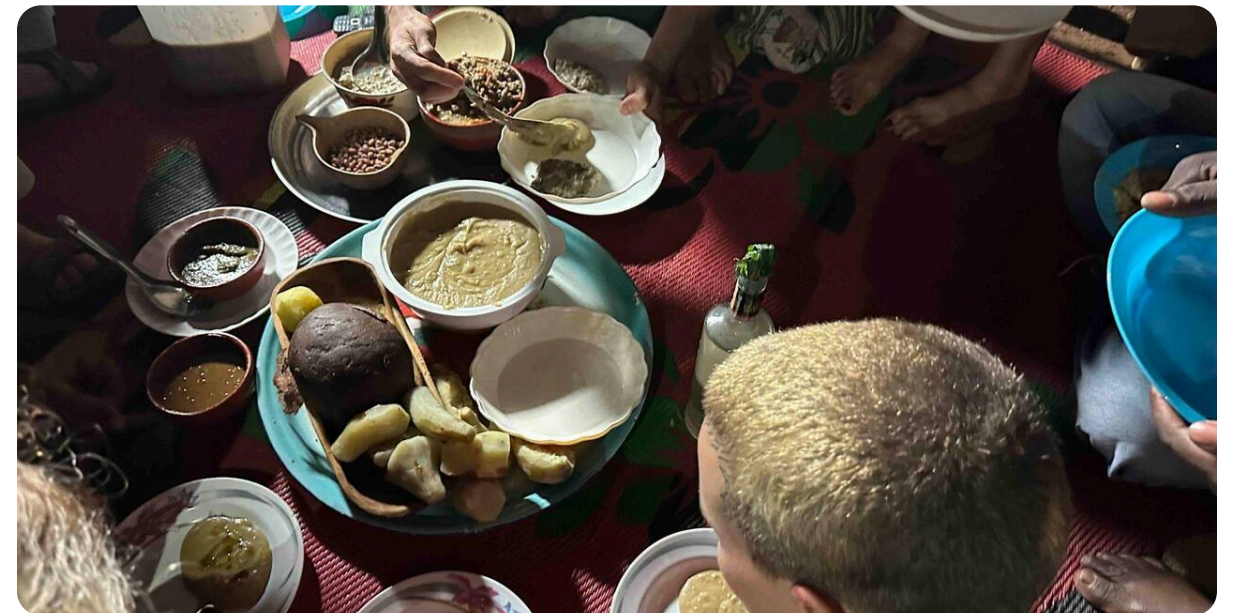


La formazione degli insegnanti all'aperto e la scuola riunita per la canzone.

Una cena tradizionale Acholi

Dopo l'incontro a Fun City, la comunità di Limu ha organizzato per noi una cena tradizionale: sono stati preparati molti piatti locali e gli ingredienti ci sono stati spiegati in Acholi, con la traduzione in inglese.

- Abbiamo potuto apprezzare la buona qualità della cucina locale.
- Abbiamo capito l'importanza sociale del mangiare insieme, dentro la comunità.



La cena tradizionale nella comunità di Limu.

Nella scuola dell'infanzia di Pabo

Su invito del coordinatore degli educatori sanitari abbiamo lavorato in una scuola dell'infanzia e primaria del distretto di Amuru.

- Formazione semplificata per insegnanti e bambini.
- Sessione di disegno con circa 50 bambini, soprattutto delle classi K1-K3.
- Canzone sulla salute orale per le classi P1 e P2.
- All'inizio e alla fine i bambini, guidati dagli insegnanti, ci hanno regalato molte canzoni danzate: la prova che questo tipo di attività cattura davvero la loro attenzione.



La scuola di Pabo, nel distretto di Amuru.

Una visita di solidarietà

- Abbiamo consegnato i pannelli usati per la formazione.
- Abbiamo donato materiale da disegno e cancelleria per i bambini.
- Abbiamo lasciato anche dei vestiti.



Al Saint Jude Children's Home di Gulu.

Gli obiettivi della missione: com'è andata

- Primo obiettivo, capire se nelle scuole c'è interesse per il programma: raggiunto, soprattutto grazie ai riscontri di tutti gli interlocutori (istituzioni e personale sanitario, presidi, insegnanti, educatori sanitari, capi delle comunità).
- Secondo obiettivo, misurare la diffusione delle malattie orali nella popolazione scolastica: non previsto per il 2024, ma possiamo confermare che c'è interesse a svolgere l'indagine in futuro.
- Terzo obiettivo, dare la forma giusta al percorso educativo: l'esperienza sul campo ha fornito molti spunti per mettere a punto contenuti e mezzi del programma. Ora vanno analizzati e rielaborati per definire un approccio multidisciplinare.

● CONCLUSIONI

Gli obiettivi a lungo termine

- Andare oltre le scuole, nei centri sanitari e negli altri luoghi d'incontro della comunità, è fortemente consigliato: così si raggiunge una popolazione più ampia, non solo chi frequenta la scuola (insegnanti e alunni).
- Gli educatori sanitari del Lacor Hospital e del Lightray sono stati coinvolti fin da subito: integrare la salute orale e le malattie non trasmissibili nella loro formazione è un obiettivo su cui si può lavorare ancora, una volta sviluppato l'approccio generale.



Il team davanti al St. Mary's Hospital Lacor.



Da soli possiamo fare così poco, insieme possiamo fare così tanto. Speriamo che questo sia l'inizio di un cammino comune.

IL TEAM DELLA MISSIONE 2024

Sorrisi senza confini

Il racconto completo dell'impegno umanitario del Dott. Ezio Calzavara è su
www.studiocalzavara.com/oltre-lo-studio

Studio Calzavara · Specialisti in odontostomatologia · C.so Buenos Aires, 9 – 20124 Milano · 02 29405123

Ricostruzione della presentazione originale del Dott. Ezio Calzavara. Dati come nell'originale; nomi di privati e dati sanitari omessi.