

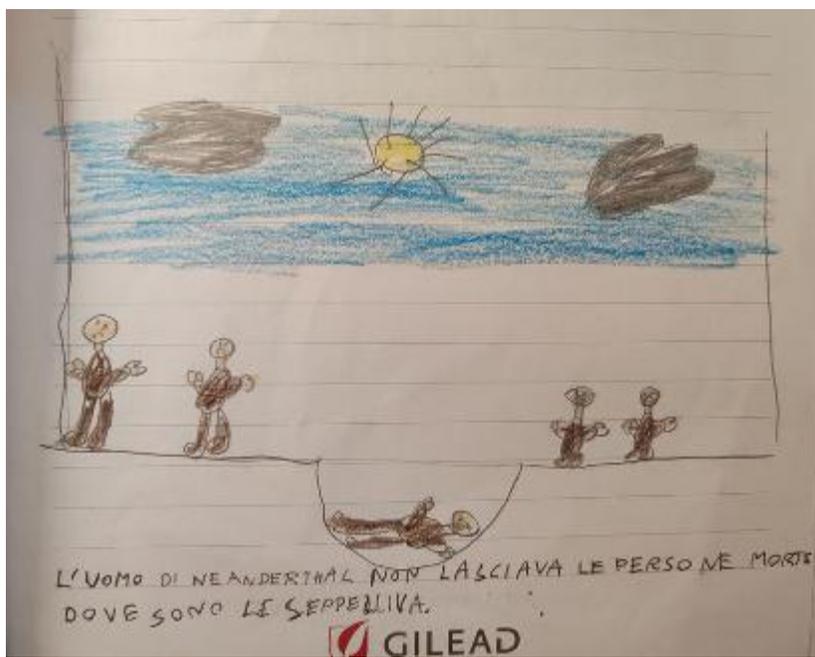
La storia della cura dell'uomo Dalla Preistoria fino a oggi

Accudire il cuore per assistere il corpo e l'anima. Malattie cardiovascolari principale causa di morte
CLASSE III A SCUOLA PRIMARIA «OBERDAN», PISA

Sappiamo che per tenere in forma il nostro cuore dobbiamo mantenere uno stile di vita adeguato. Secondo l'Oms (Organizzazione mondiale della sanità) ogni anno muoiono più persone a causa delle malattie cardiovascolari che per qualsiasi altra causa. La scienza ci insegna che molte malattie possono essere prevenute praticando regolarmente uno sport, stando attenti ad un'alimentazione equilibrata con varietà di cibi. Dallo studio della storia abbiamo imparato che l'uomo all'inizio della sua comparsa sulla Terra seguiva i ritmi della natura: seguiva «un'alimentazione stagionale»... L'Uomo di Neanderthal si nutriva di bacche, piante, vegetali e carne.

Ai giorni nostri cerchiamo di avere un'alimentazione sana mangiando semi, bacche, verdure colorate, carne e pesce ma i ritmi delle nostre giornate ci costringono a mangiare velocemente e anche cibi ricchi di grassi e sostanze non proprio salutari che purtroppo non fanno bene al nostro cuore.

Con il suo «stile di vita» l'Uomo di Neanderthal, forse, sapeva già che si stava prendendo cura del suo cuore? Se a questa domanda è difficile rispondere con certezza, invece, possiamo essere sicuri di rispondere ad un'altra domanda: «si prendeva cura delle persone "CON" il cuore?» A questa domanda ci hanno aiutato a risponde-



L'Uomo di Neanderthal e la sepoltura

re gli studi della dottoressa Penny Spikins dell'Università di York dimostrando che dai resti ritrovati in un sito di la Chapelle aux Saints gli antropologi hanno studiato un individuo di 40 anni vissuto circa 60.000 anni fa e considerato molto vecchio per quei tempi. La sua vita era continuata solo grazie all'aiuto ricevuto dai suoi «parenti».

Infine, come tutti gli esseri della sua specie ha ricevuto una degna sepoltura come testimoniano i reperti. Possiamo dire che prendersi cura del corpo è prendersi cura dell'altro come persona e questo fa bene al cuore in tutti i sensi. Pri-

ma di lui nessuna specie si era occupata dei propri simili dopo la morte e questo comportamento dimostra che l'Uomo di Neanderthal non era una creatura selvaggia e irrazionale.

Era in grado, invece, di provare compassione. L'esperta J.M.B. De Castro ha sottolineato che nonostante non abbiamo le prove per affermare che i Neanderthal avessero emozioni e sentimenti, non potremmo neanche affermare il contrario perché considerata la loro somiglianza a noi Sapiens c'è da aspettarsi che provassero gioia, paura, tristezza, sorpresa e perché no...amore!

LA REDAZIONE

Tutti i nomi dei protagonisti

La pagina del campionato di giornalismo, organizzata da La Nazione di Pisa, è stata realizzata dalla **III A**: Maria, Sasha, Anna, Andrea, Elisa, Samuele, Pierluigi, Caleb, Eleonora, Lorenzo, Cassandra, Viola, Francesco, Francesco, Ismael, Ilyas, Letizia, Leo, Gioele, Riccardo, Antonio, Pietro, Sonia.

Docenti tutor:

Mariateresa Chioccola
Alessandra Pellegrini
Maria Pelliccia

Giuseppina De Martino
Simona Mori

Le altre insegnanti della classe:

Amalia Verzera
Antonella Burchi
Dirigente scolastica
prof. Ssa. ing. Rossana Condello.



Noi: i bambini di ne... Oberdan

A scuola di gentilezza: con un cuore «grande così!»

Noi bambini e bambine dell'I.C. «Galilei» abbiamo una certa dimestichezza con «il benessere» perché frequentiamo la scuola che «costruisce gentilezza» e ogni giorno ne siamo i protagonisti e i testimoni allo stesso tempo. Arrivare ogni mattina alla «Oberdan» ci fa stare bene. Non solo un ambiente fisico con «aule» luminose e spaziose e oggetti colorati di viola, ma la vera accoglienza la sentiamo come «classe». Ci sentiamo al centro del progetto educativo della

nostra scuola e siamo valorizzati e accolti come alunni e alunne in modo speciale come persone, cioè: i bambini e le bambine delle Oberdan. Un saluto affettuoso, un rito quotidiano fatto di gesti, sguardi, sorrisi, abbracci tra di noi e con le nostre maestre e poi tutti al lavoro. Studiando la storia abbiamo scoperto che i bambini di Neanderthal erano bambini fortunati come noi perché grazie ad alcuni ritrovamenti di reperti archeologici simili ai nostri giocattoli, possiamo affermare che anche

loro vivevano in un ambiente a misura di bambino, proprio come noi! Ogni giorno dopo aver studiato, ricercato e imparato con le nostre maestre e i nostri compagni, ci dedichiamo a un bel momento di socialità. Certo, ogni tanto bisticciamo un po' tra noi, siamo bambini! Però siamo bambini empatici e gentili: un abbraccio, un sorriso e tutto passa. Allora vogliamo sperare che studiando studiando, tra un gioco e l'altro abbiamo anche scoperto chi ha «inventato» la gentilezza.



La piramide alimentare

