

Informazioni
per
i miei genitori



TORNIAMO
A CASA!



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE

ASL
ROMA 2



REGIONE
LAZIO

PERCHÉ QUESTA BROCHURE

Cari Genitori,
il reparto di Neonatologia e Terapia Intensiva Neonatale dell' Ospedale S. Eugenio di Roma vuole esserci vicino, ora che stiamo per tornare finalmente a casa insieme. Ecco, quindi, che nasce questa mini guida per sostenere una nuova fase della nostra vita, un modo utile per far crescere in sicurezza e in armonia la nostra famiglia, con l' augurio di un felice ritorno a casa!



INDICE

1	Pronti, partenza...via!
2	Andiamo in macchina
7	Igiene del neonato
21	Cure giornaliere
28	Crosta lattea
30	L'aerosol
32	La febbre
34	Alimentazione
64	Se piango
69	Aiutatemi a dormire in sicurezza...
74	Consigli
77	Incidenti domestici
81	Esposizione agli schermi luminosi
84	Nati per leggere
86	Shaken Baby Syndrome
88	Link utili
89	Contatti



PRONTI, PARTENZA..VIA!



- Vestitemi in base alla stagione e mettete a contatto della mia pelle solo fibre naturali, preferibilmente cotone
- Evitate di coprirmi eccessivamente, il troppo calore mi disturba tanto quanto il troppo freddo
- Sia d'inverno che d'estate, però, potete farmi indossare un cappellino
- Portatemi spesso a passeggiare, scegliendo le ore più confortevoli per luce e temperatura
- A casa, la temperatura ideale è di 18-20°C, con una umidità del 50-60%

ANDIAMO IN MACCHINA



Tutti i bambini devono viaggiare in dispositivi adatti alla loro età e alle loro dimensioni e, per i neonati come me, il dispositivo più adeguato è l'ovetto.

La posizione più sicura dove collocare l'ovetto è la parte centrale del sedile posteriore.

L'ovetto deve essere installato contro il senso di marcia fino ai 15 mesi di vita e fino ai 76 centimetri di altezza, poiché è questa è la posizione che garantisce la migliore protezione per testa, collo e schiena.

Cerchiamo di viaggiare al massimo per 2 ore consecutive e, se il nostro viaggio è più lungo, facciamo delle pause.

Da novembre 2019, è obbligatorio, per i bambini fino ai 4 anni di età, avere il dispositivo anti abbandono.

PROTEGGI TUO FIGLIO DAGLI INCIDENTI STRADALI

Attenzione ai seggiolini usati, verifica sempre l'adeguatezza.

Assicurati che il seggiolino di trasporto auto di tuo figlio sia **installato correttamente**.

Posiziona il seggiolino **sul sedile posteriore**, meglio se al centro.

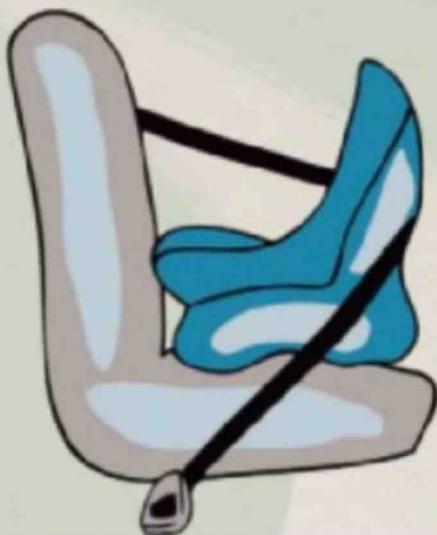
Posiziona il seggiolino su un sedile che **non abbia l'air-bag attivato**.

Posiziona il seggiolino **in senso contrario** alla marcia quando il tuo bambino è molto piccolo (pesa meno di 10 Kg)

DAI IL BUON ESEMPIO: quando sei in auto allaccia sempre le cinture di sicurezza e guida con prudenza. Se tuo figlio non vuole usare il seggiolino non lasciarti convincere dalle sue proteste: capirà presto che il seggiolino è l'unico modo di viaggiare in auto e che **non esistono deroghe alla sicurezza!**



**SI RICORDA CHE È VIETATO IL TRASPORTO
DI BAMBINI DI MENO DI 5 ANNI
SU MOTOCICLI E CICLOMOTORI!**



**Da gennaio 2017,
tutti i bambini con
un'altezza inferiore a 125
cm, dovranno utilizzare un
seggolino auto dotato
di schienale
(Normativa ECE R44/04)**



STOP

PROTEGGI TUO FIGLIO DAGLI INCIDENTI STRADALI

PROTEGGI TUO FIGLIO DAGLI INCIDENTI STRADALI.
In auto il seggiolino allacciato è l'abbraccio più sicuro:
un bambino trasportato correttamente corre un rischio
5 volte inferiore rispetto a un bambino non allacciato.

Usa il seggiolino **tutte le volte** che viaggi
in auto con il tuo bambino anche per
percorsi brevi.

Usa seggiolini **omologati** ed adatti al peso
del tuo bambino.

Sostituisci il seggiolino in base alla crescita
di tuo figlio.



GRUPPO 0

Bambini di peso inferiore ai 10 kg.
Vanno montati in senso contrario
a quello di marcia o in avanti se il
bambino pesa almeno 6 kg.

In questo gruppo sono comprese
anche le "navicelle", da fissare con
le cinture dell'automobile.



GRUPPO 0+

Bambini di peso inferiore ai 13 kg.
Hanno le stesse caratteristiche di
quelli appartenenti al gruppo pre-
cedente ma offrono una protezione
maggiore alla testa ed alle gambe.

PROTEGGI TUO FIGLIO DAGLI INCIDENTI STRADALI



GRUPPO 1

Bambini di peso compreso tra 9 e 18 kg. Sono montati nel senso di marcia e fissati con la cintura di sicurezza del veicolo.

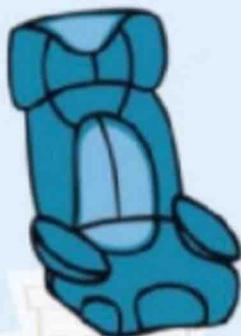
GRUPPO 2

Bambini di peso compreso tra i 15 e 25 kg. Cuscini con braccioli omologati (si usano le cinture del veicolo con l'aggiunta di un dispositivo di aggancio che si fissa nel punto in cui la cintura incrocia la spalla).



GRUPPO 3

Bambini di peso compreso tra 22 e 36 kg. Cuscini senza braccioli da utilizzare sul sedile del veicolo per aumentare, da seduto, la statura del bambino affinché possa fare uso delle normali cinture di sicurezza.

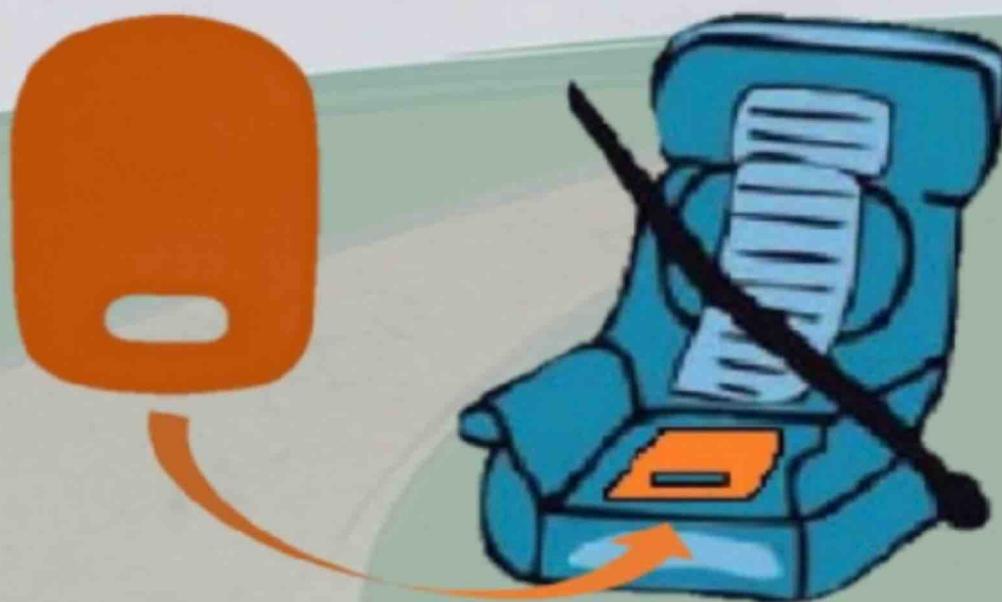


"Da gennaio 2017, tutti i bambini con un'altezza inferiore a 125 cm, devono utilizzare un seggiolino auto dotato di schienale"

(Normativa UN ECE R44/04)

"Da novembre 2019, per i bambini di età inferiore ai 4 anni, è stato introdotto l'obbligo di installazione di dispositivi anti-abbandono nei veicoli chiusi"

(Art. 172 del Codice della Strada)





Igiene del Neonato

Ombelico

Lasciatelo stare! Si deve seccare da solo.....così cadrà nel giro di una settimana.

Se vedete secrezioni o avvertite un odore forte, lavatelo con fisiologica e acqua ossigenata e fatelo asciugare all'aria. Se le secrezioni persistono consultate il pediatra!

Temperatura

L'acqua del bagnetto deve essere a 37°C . Usate il termometro apposito o la vostra mano per controllare la temperatura, vedrete che se la temperatura è giusta, non piangerò quando mi immergerete! La temperatura esterna deve essere 24-26°C

Orecchie

Pulitele solo all'esterno utilizzando l'angolo di un asciugamano.

NON utilizzate i bastoncini per le orecchiesono pericolosi per me!

Occhi

Utilizzate garzine sterili e soluzione fisiologica, pulendo dal punto vicino al nasino verso l'orecchio.

Se preferite esistono apposite salviettine sterili

Igiene del Neonato

Unghie

Evitate di tagliarle, si sfaldano da sole. Dopo i primi 15 gg usate le forbicine apposite con punta arrotondata .. con estrema cautela!

Pannolino

Cambiatemi spesso, pulitemi con l'acqua ed utilizzate le salviette solo quando siamo fuori casa. Per le BIMBE: lavatemi sempre andando dalla vagina all'ano e non viceversa, meglio sotto l'acqua corrente

Primo bagnetto

Acqua e amido di riso sono l'ideale per la mia pelle delicata i detergenti profumati e schiumosi, invece, non vanno bene per me

CURA DELL'OMBELICO

Generalmente il moncone ombelicale si mummifica e cade spontaneamente nel giro di 7-14 giorni lasciando la "cicatrice ombelicale", ossia l'ombelico

Medicate il moncone ombelicale avvolgendolo con una garza sterile asciutta, senza applicare nessuna sostanza

Tenete pulito e asciutto il moncone ombelicale e l'area circostante, controllando ad ogni cambio di pannolino che non sia sporco di feci o di pipì

Lasciate il più possibile il moncone ombelicale scoperto così da favorirne la mummificazione, per esempio fuori dal pannolino

Rossore, gonfiore o dolore quando si tocca la zona dell'ombelico richiedono l'aiuto del pediatra

CURA DELLE UNGHIE

Prima dei 15 giorni usate una limetta di carta per smussare gli angoli delle unghie

Dai 15-20 giorni di vita usate le forbicine con la punta arrotondata, mentre per gli angoli usate sempre la limetta

Procedete alla mia manicure con molta attenzione, rischio di tagliarmi! Questo mi provocherebbe dolore e mi metterebbe a rischio di infezioni!

Evitate di mettermi i guanti, mi fanno correre il rischio di soffocamento e di infezioni, in quanto sono un ricettacolo di polveri e di sporco

IL FASCIATOIO

Esistono vari tipi di fasciatoio: a mobiletto, a muro, pieghevole e da viaggio. Fate sempre attenzione ai requisiti di sicurezza ed alle indicazioni fornite al momento dell'acquisto, ai materiali di cui è costituito ed alle sue dimensioni.

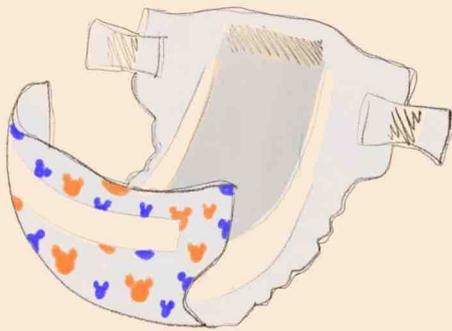


Raccomandazioni essenziali

- Tenete tutto a portata di mano quando mi dovete cambiare, e mai, mai, mai lasciatemi solo sul fasciatoio!
- Non mettete mensole sopra la mia testa, per evitare cadute accidentali di prodotti
- Scegliete un fasciatoio che sia comodo anche per voi

BREVE GUIDA AI PANNOLINI IN COMMERCIO

PANNOLINI USA E GETTA



Sono.....

- Comodi
- Facili da reperire

Ma.....

- Possono creare allergie
- Inquinano
- Spesso sono composti con sostanze profumate

PANNOLINI LAVABILI



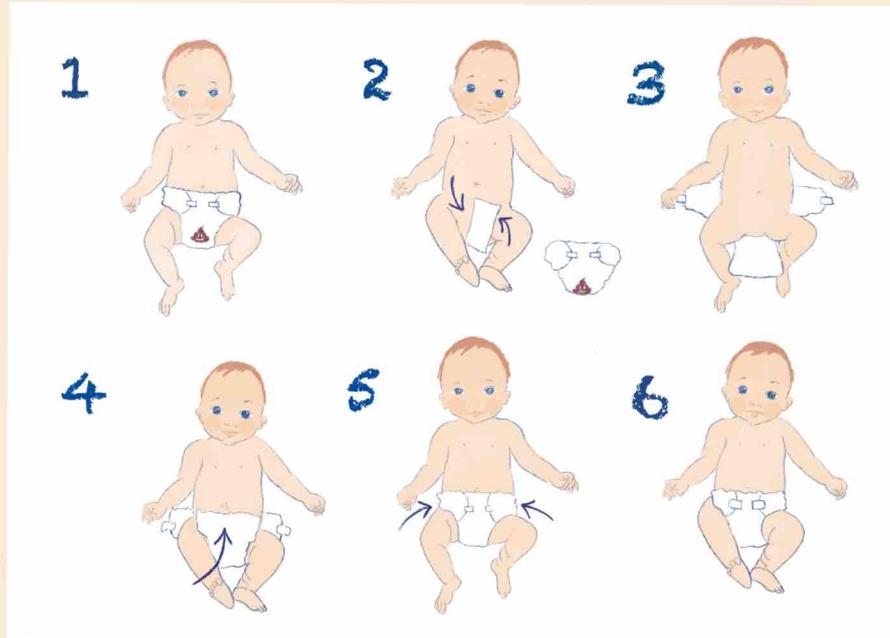
Sono.....

- Anallergici
- Riutilizzabili
- Regolabili da 0 a 2 anni
- Ecologici

Ma.....

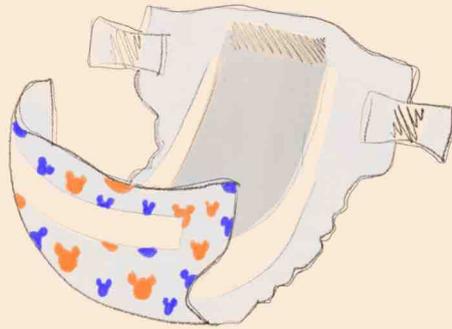
- Richiedono più cura dei pannolini usa e getta

CAMBIO DEL PANNOLINO



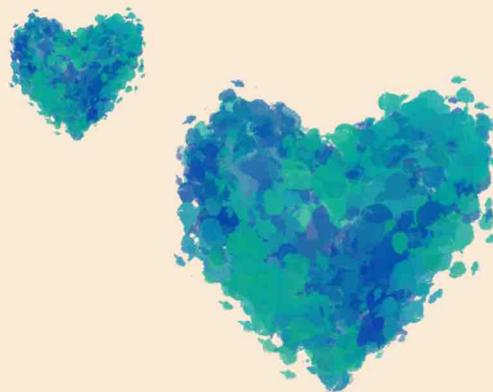
- Prima di cambiarmi il pannolino è importante che abbiate tutto il materiale vicino
- Serviranno acqua e ovatta (o salviettine adatte a ph 5.5 se siamo fuori casa) e il pannolino pulito
- Slacciatemi il body, se indossato, e aprite le alette del pannolino
- Lasciate il lato superiore del pannolino sotto il mio sederino
- Pulitemi dall'alto verso il basso e non al contrario
- Procedete fino a che la zona genitale e anale non siano completamente pulite
- Togliete il pannolino sporco e gettatelo nei rifiuti
- Mettetemi il nuovo pannolino con le alette nella zona della schiena e chiudetelo, facendo attenzione che sia ben adeso al mio pancino.
- Richiudete il body e poi lavatevi le mani
- Ogni manovra dovrebbe essere svolta con una mano, mentre l'altra contiene le mie gambe rannicchiate sul pancino
- La pasta all'ossido di zinco va applicata solo se il mio sederino è arrossato

CONSIGLI SUL CAMBIO DEL PANNOLINO

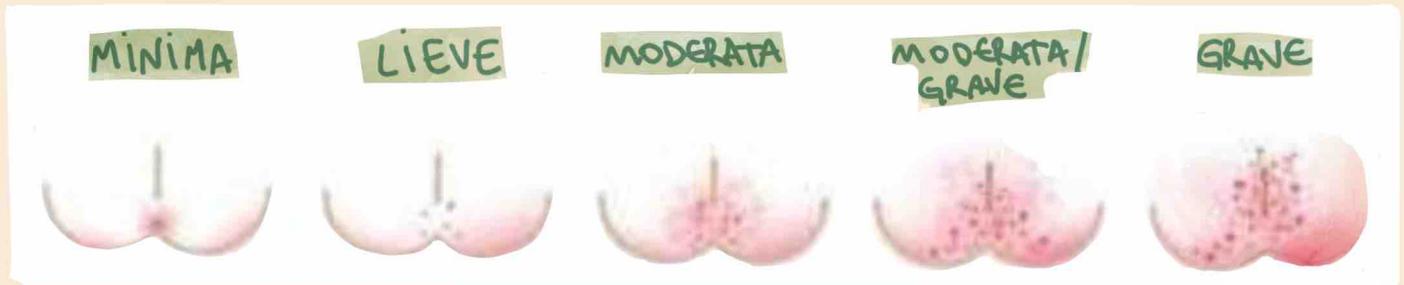


- Cambiatemi sempre PRIMA di ogni poppata, evitate di farlo subito dopo per il pericolo di rigurgito. Cambiatemi ogni 3 ore circa
- Al cambio potrei piangere perché non amo essere spogliato, né passare dal caldo al freddo e dal contenimento delle braccia e dei vestitini al vuoto dello spazio intorno a me
- Meglio se mi lavate sotto l'acqua corrente tiepida, per i neonati come me non è indicato usare il detergente. Se proprio non volete rinunciarci, scegliete un detergente delicato. In alternativa usate un pezzo di stoffa imbevuto di olio di mandorle o di oliva

- NO a salviettine per uso quotidiano! Fate attenzione se contengono sapone, olii o profumi che potrebbero essere non adatti a me
- NO a borotalco in polvere, potrei respirarlo.....!
- Attenzione anche all'uso eccessivo di creme perchè la mia pelle si idrata e si protegge da sè, in modo naturale.
Applicate la pasta all'ossido di zinco solo se la mia pelle è arrossata
- Se mi viene la dermatite, meglio i pannolini lavabili che quelli usa e getta



I LIVELLI DELLA DERMATITE DA PANNOLINO



La **dermatite** o **eritema da pannolino** è un'irritazione della pelle limitata all'area del pannolino.

Il prolungato contatto con feci e urine sono alla base di questa irritazione che, se non riconosciuta o trattata, apre le porte ad infezioni più importanti come la candida.

Se ho già il sederino rosso:

1. Lavatemi con acqua non troppo calda
2. NON usate detergenti né salviettine
3. Asciugatemi accuratamente tamponando (non sfregando) la mia pelle, meglio con un tessuto naturale bianco (lino, cotone, bamboo)
4. Se possibile lasciatemi un pò all'aria prima di rimettermi il pannolino
5. Utilizzate i pannolini lavabili, oppure i classici usa-e-getta inserendo un foglio di tessuto naturale o di tessuto-non-tessuto fra il pannolino ed il mio sederino
6. Utilizzate la pasta all'ossido di zinco ad OGNI cambio di pannolino
7. Se non notate miglioramenti entro 2-3 giorni, portatemi dal pediatra

IL BAGNETTO

Il bagnetto è un momento di legame e di grande condivisione tra di noi. Dobbiamo viverlo senza stress, con gioia e delicatezza!

Coccoliamoci usando parole calme e toni dolci e bassi e, se mi fate il bagnetto di sera, utilizzate luci calde. Ci piacerà moltissimo e potrebbe diventare una routine quotidiana per farmi addormentare....



Evitate di schizzarmi l'acqua in faccia, non mi piace troppo.....quando diventerò più grande, potremo giocare di più!

Però dovete anche sapere che il bagnetto potrebbe non piacermi e, invece di rilassarmi, potrei piangere molto.....in questo caso, abbiate pazienza, pian piano mi abituerò

PREPARAZIONE AMBIENTE ED OCCORRENTE

1. Bacinella/catino/vaschetta/lavandino puliti
2. Controllate SEMPRE la temperatura dell'acqua con termometro e/o gomito
3. Mantenete la temperatura del bagno intorno ai 24-26 °C per evitare che mi raffreddi (non regolo ancora adeguatamente la mia temperatura corporea perchè sono piccolo)
4. Evitate correnti d'aria
5. Potete usare una mussola in cui avvolgermi prima di immergermi nella vaschetta (il contenimento mi rilassa...)
6. Non servono detergenti di nessun tipo, ma se proprio volete, potete usare amido di riso o olio naturale (poca quantità, non eccedere)
7. Finito il bagnetto, asciugatemi con un accappatoio, mussola o telo di cotone, tamponando la pelle e controllando bene tutte le mie pieghe (sotto il collo, fra le gambe, sotto le braccia, ecc.), dove non deve rimanere umidità

ALTRE INDICAZIONI UTILI PER IL BAGNETTO

1. Durata del bagnetto

Il bagnetto adesso deve durare alcuni minuti, ma quando sarò più grande potrà durare più a lungo. Ricordate che il bagnetto è una piacevole esperienza che amplifica il nostro legame, prima ancora di avere finalità di pulizia

2. Temperatura dell'acqua 37°C

Utilizzate il termometro o il gomito per verificare che l'acqua non sia troppo fredda o troppo calda

3. Temperatura ambientale 24-26°C

Evitate correnti d'aria e create un ambiente confortevolmente caldo; dopo il bagnetto, quando sono tutto vestito, la temperatura ambientale ideale per me torna ad essere 18-20 °C

4. Detergenti

Non usate shampoo e saponi che creano schiuma o profumati, preferite olii naturali o amido di riso (ma è sufficiente anche solo l'acqua), ideali per la mia pelle delicata

5. Frequenza

Quotidiana o anche 2/3 volta a settimana, come volete. Il bagnetto si può fare prima o dopo la poppata, non fa alcuna differenza! Per sicurezza però aspettiamo che il mio moncone ombelicale sia caduto.....

6. Crema/ lozioni post bagnetto

Scegliete olii naturali se volete farmi un massaggio, ma non abbondate in quantità. Evitate il talco in polvere, corro il rischio di respirarlo. Usate la crema per il sederino solo quando sono arrossato

7. Profumi

Meglio evitare.....





Cure
Giornaliere

LAVAGGI NASALI



Noi neonati non possiamo soffiarcì il naso come i bimbi piú grandi, per questo i lavaggi risultano essere molto utili anche per la prevenzione del raffreddore o delle malattie dell'apparato respiratorio

I lavaggi nasali consistono nell'introduzione di soluzione fisiologica sterile tramite siringa (senza ago!!) alternativamente all'interno delle mie narici per rimuovere muco secrezioni e/o croste

Occorrente

- Siringa da 2,5 ml (neonato) o 5 ml (lattante) senza ago: la siringa permette di liberare le mie vie aeree più efficacemente rispetto all'utilizzo dei flaconcini, grazie alla leggera pressione che viene esercitata
- Sono disponibili degli adattatori da inserire nella siringa che aderiscono alle mie narici con più facilità, come illustrato nella figura
- Fazzoletti: servono per pulirmi dopo il lavaggio
- Soluzione da utilizzare: solitamente si preferisce la soluzione di sodio cloruro allo 0.9% (soluzione fisiologica) oppure quella consigliata dal pediatra



Come procedere:



- Riempite la siringa con la soluzione da utilizzare
- Mettetemi a pancia in su (posizione supina) con la testa girata di lato oppure su un fianco
- Inserite il beccuccio della siringa in una narice, inclinando la siringa in modo che punti verso l'orecchio dello stesso lato: questa posizione permette una migliore fuoriuscita del muco dal mio nasino
- Iniettate la soluzione con un movimento continuo e deciso, la soluzione uscirà dall'altra narice

- Asciugatemi il naso e fatemi qualche coccola per tranquillizzarmi.....il lavaggio delle narici non è una esperienza piacevole....
- Quando sarò di nuovo tranquillo posizionatemi sul fianco opposto e ripetete la procedura con la seconda narice
- Se sono tanto raffreddato e la presenza di muco è abbondante, ripetete l'operazione da entrambe le narici

Quando?

- Prima delle poppate, perchè mantenere le narici libere favorisce l'allattamento: mentre ciuccio infatti, posso respirare quasi esclusivamente tramite il naso
- Prima di dormire, riposerò meglio
- Prima di eseguire l'aerosol, così i farmaci passeranno attraverso il mio naso con maggiore facilità

SWADDLE, WRAPPING (fasciatura)



Ricrea la sensazione ancora vicina di stare nel pancione

Benefici

- Aiuta a sentirmi contenuto
- Mi tiene al caldo
- Aumenta il mio senso di protezione e di sicurezza
- Facilita il mio sonno

Quando iniziare lo swaddling?

Potete iniziare subito dopo la nascita, ma dovete sospendere quando inizio a provare a rotolare, di solito intorno a 3 - 4 mesi

Accortezze

- Non mettetemi fasciato sul lettino se non potete controllarmi
- Imparate la tecnica giusta di fasciatura, non troppo stretta!
- Non tenetemi fasciato per molte ore consecutive
- Vestitemi con abiti leggeri e utilizzate tessuti adatti per lo swaddling
- Non mi fasciate più appena inizio a rotolare

Tessuto consigliato

Mussola di 100% cotone o fibra di bamboo



CROSTA LATTEA

La crosta lattea è la presenza di squame bianco/giallastre generalmente localizzate sul cuoio capelluto, sopracciglia, pieghe del collo, dietro le orecchie e, in alcuni casi, nella zona del pannolino



La crosta lattea compare tra la 2^a e la 6^a settimana di vita e tende a scomparire verso l'anno, anche se in alcuni casi persiste fino ai 3 anni.



Come curarla?

Non servono trattamenti particolari, perchè spesso risultano inefficaci e possono essere tossici per me. Per lavarmi, potete usare detergenti specifici che trovate in farmacia. Non rimuovete le crosticine, altrimenti la mia situazione peggiorerà.

L' AEROSOL

La parola aerosol indica una miscela di aria e liquido visibile come goccioline microscopiche; questa "nebbiolina" è generata da un piccolo compressore che la dirige, attraverso un tubicino, dentro una mascherina.



L'aerosol è un sistema molto efficiente, rapido e sicuro per curare alcuni disturbi delle vie aeree. Con l'aerosol terapia, il farmaco arriva direttamente nelle vie aeree rendendo la terapia più efficace rispetto a quando viene somministrata per altre vie (ad esempio per bocca o per suppostina) e riducendone, di conseguenza, anche gli effetti collaterali.

Scegliete il macchinario giusto, che può essere:

- pneumatico (meccanico o a pistoni)
- a ultrasuoni
- a membrana perforata (MESH)

L'apparecchio pneumatico è meno costoso, più robusto e resistente, è capace di somministrare tutti i tipi di farmaco, ma deve essere sufficientemente potente da somministrare 3 ml di farmaco in meno di 10 minuti

L'apparecchio a ultrasuoni può ridurre l'efficacia di alcuni farmaci per l'effetto del surriscaldamento dei liquidi, non sempre è adatto per me, che sono neonato

Gli apparecchi a membrana perforata o MESH sono efficienti, rapidi e silenziosi e meno ingombranti rispetto a quelli pneumatici, ma più costosi

LA FEBBRE

L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) definisce la febbre come una temperatura corporea (ascellare) superiore a 37.5 °C.

La febbre è una reazione di difesa dalle infezioni di virus e batteri, quindi non è di per sé una malattia, ma un sintomo.

Le Linee Guida della Società Italiana di Pediatria (SIP) raccomandano a domicilio la misurazione della febbre da parte dei miei genitori o dei tutori con termometro elettronico in sede ascellare.



I **termometri** digitali sono affidabili, a basso costo e rapidi; sono necessari 2 minuti per rilevare la temperatura, che è visibile su un display, e sono anche dotati di un allarme acustico.

Altri dispositivi potrebbero essere usati in modo non corretto, e non sono raccomandati per i neonati come me.

Quando avvertire il pediatra?

Dovete contattare il pediatra quando la mia temperatura ascellare è superiore a 37.5 °C e...

- La mia età è inferiore a 3 mesi, in particolare se inferiore a 1 mese
- Sono sonnolento e fatico a svegliarmi
- Piango in modo lamentoso e continuo e sono poco consolabile
- Vi sembro irritabile
- Ho scarso appetito /vomito /diarrea
- Ho difficoltà respiratoria
- Ho malattie croniche già diagnosticate prima di tornare a casa (del cuore, dei polmoni ecc...)

Nel frattempo.....



non mi coprite troppo
per evitare ulteriore
riscaldamento



fatemi bere, possibilmente
attaccandomi al seno



Alimentazione

COME INIZIARE NEL MODO GIUSTO.....



Skin to skin

Entro il minor tempo possibile, mettetemi nudo sul torace della mia mamma

Lasciatemi fare

Vedrete che dopo aver fatto conoscenza con il corpo della mia mamma, mi dirigerò verso il seno

Giusto attacco

Per natura mi attaccherò al seno, fate in modo che prenda con la bocca capezzolo e areola (succhierò meglio e tu, mamma, non avrai dolore)

Poppate

Chiederò di essere attaccato al seno spesso, questo per imparare a ciucciare e per stimolare la produzione di latte

Durata della poppata

Decido io... posso ciucciare anche solo da un seno, vorrà dire che la poppata successiva inizierò da quello che ho lasciato

SEGNALI DI FAME



Inizio a svegliarmi, inizio a girare la testa cercando il tuo seno, mamma, o la tettarella del biberon, piagnucolo o mi lamento. Se non ascoltati, i miei segnali di fame aumenteranno

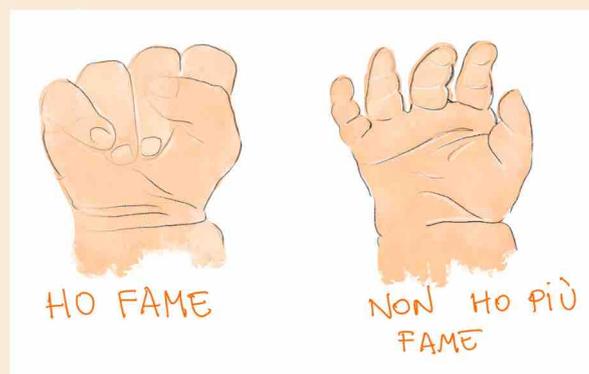
Datemi ora da mangiare, mi attaccherò al seno più facilmente

Se non mi date retta, il mio respiro diventerà più accelerato, porterò le mani alla bocca, tentando di ciucciarle

Se non mi fate mangiare ancora, inizierò a piangere

Attaccarmi al seno o alla tettarella in questa fase è molto più difficile, devo essere prima calmato

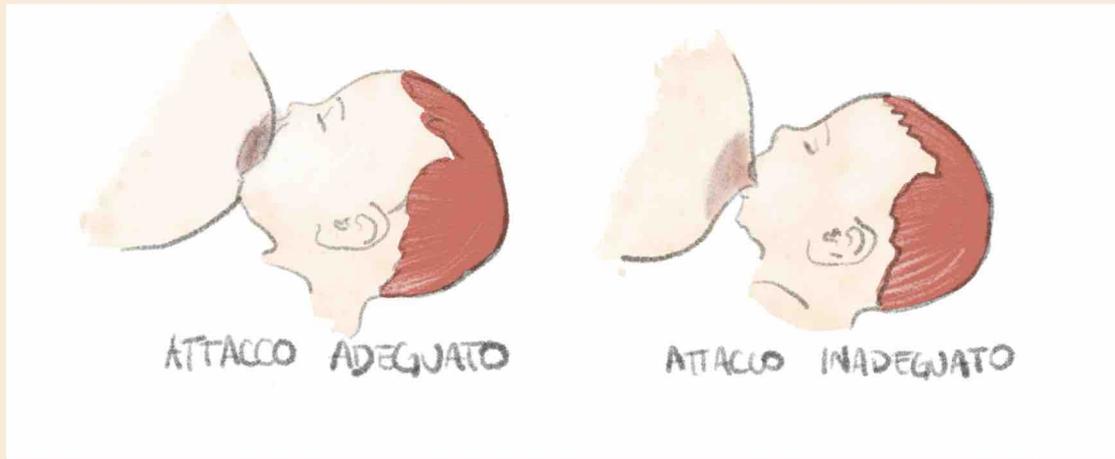
Attaccami al seno ai primi segnali, sarà una poppata molto più serena e rilassante per entrambi



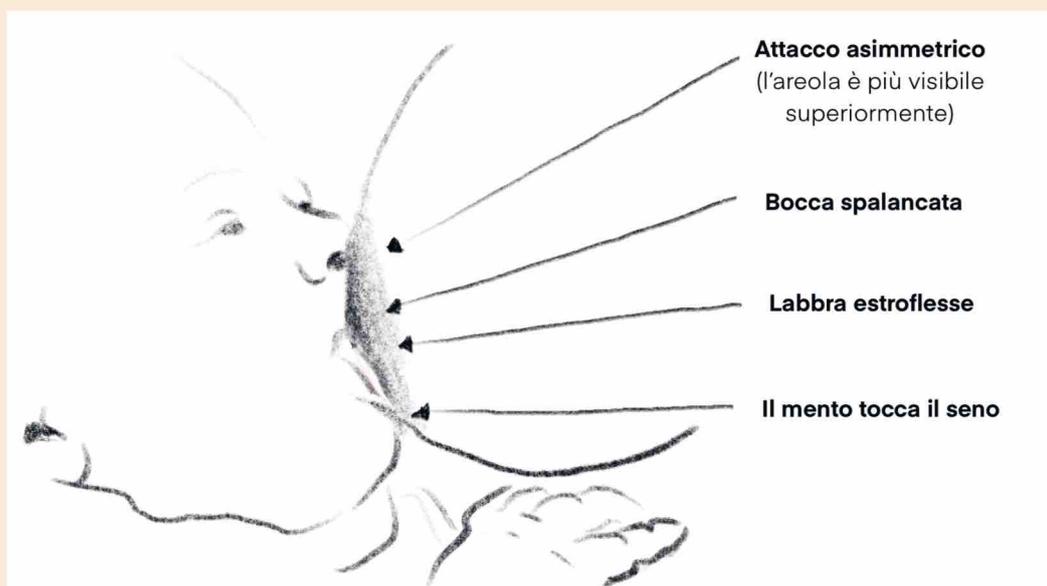
CORRETTA POSIZIONE AL SENO



- Orecchio, spalla, anca su un unico asse
- Nasino libero
- Mento appoggiato al seno
- Bocca spalancata

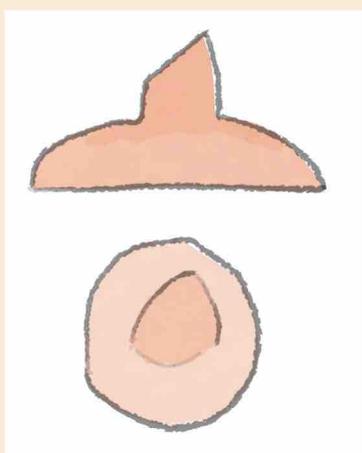
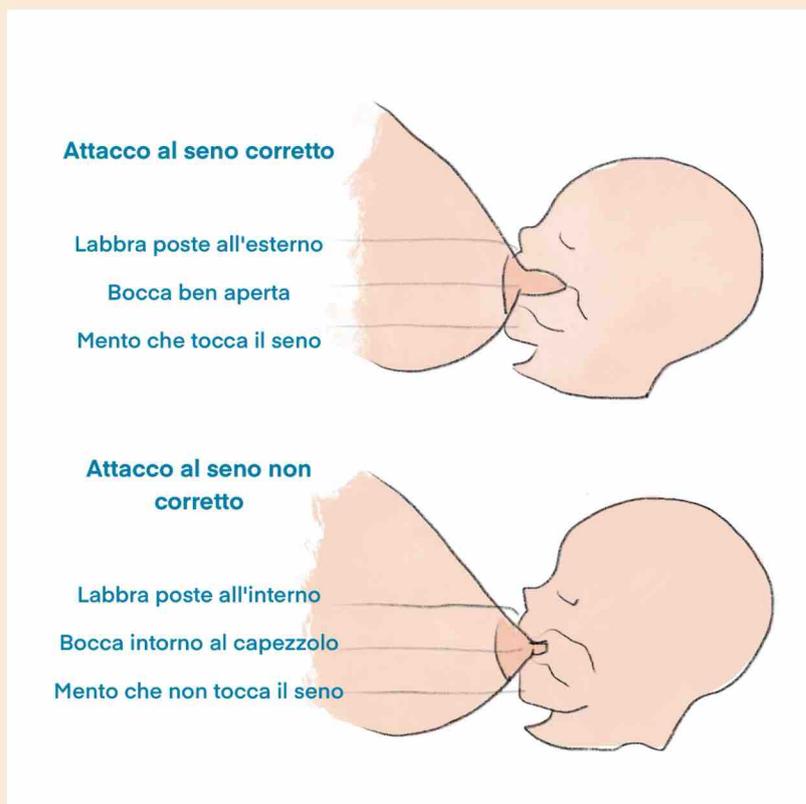


Devo avere nella bocca gran parte dell'areola, non solo il capezzolo, come illustrato nelle figure! In questo modo prenderò più latte e tu non sentirai dolore



POSIZIONE AL SENO SCORRETTA

Un attacco scorretto causa ragadi (piccole ferite sul capezzolo) e dolore al capezzolo, e di conseguenza non mi vorrai più allattare.



Controlla la forma del capezzolo dopo la poppata: se è a punta di rossetto, l'attacco è scorretto. Mamma, staccami e riattaccami meglio!

COME CAPIRE SE MANGIO ABBASTANZA!

Numero di pannolini ben bagnati di pipì

- 1° giorno = 1
- 2° giorno = 2
- 3° giorno = 3
- 4° giorno = 5-8

Emissione delle feci

almeno una al giorno
(ma vedrai che
saranno molte
di più)

Colore delle feci

dal verde scuro al
colore giallo oro senape

IL mio benessere

aumento di peso e
sonno tranquillo

MITI E LEGGENDE SULL'ALLATTAMENTO AL SENO



Attaccarmi spesso al seno fa perdere il latte ?

FALSO, nei primi giorni è normale che io voglia attaccarmi fino a 8 -12 volte

Birra, brodi e integratori aiutano la produzione di latte ?

FALSO, ciò che fa produrre tanto buon latte è l'attacco corretto al tuo seno

La poppata notturna va saltata?

FALSO, l'alimentazione al seno è a richiesta.

La prolattina (ormone della produzione di latte) aumenta di notte e se passano troppe ore senza allattarmi avrai una diminuzione di latte, per questo voglio mangiare anche di notte! Ma se io dormo tranquillo.....lasciami riposare

Con i capezzoli piatti o invertiti non si puo' allattare?

FALSO, non si allatta al capezzolo, ma al seno.

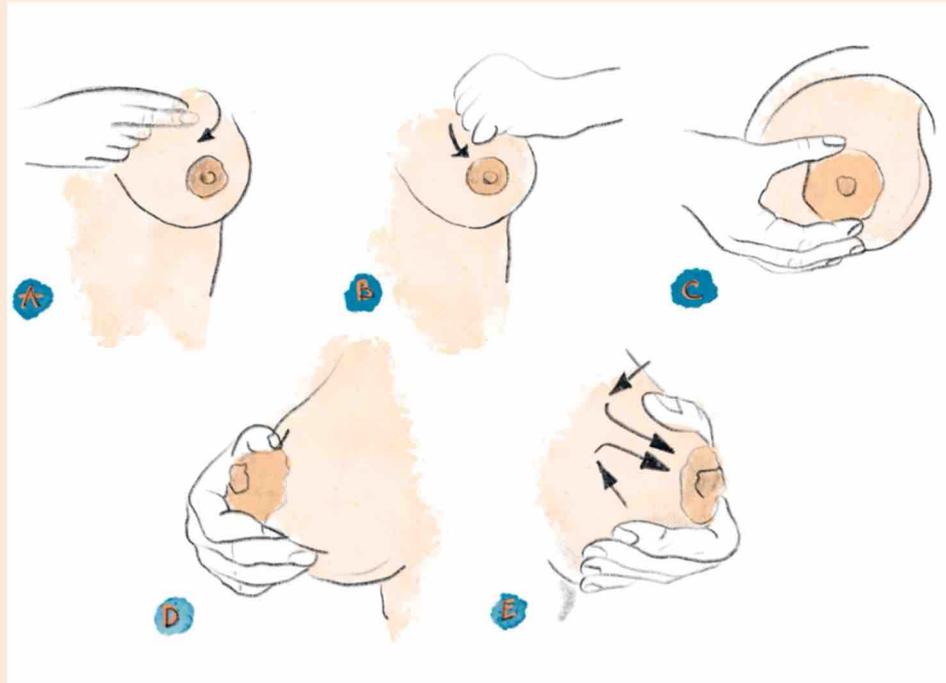
Un corretto attacco al seno potrebbe bastare per riuscire ad allattarmi

Devono passare 3 ore tra una poppata e l'altra ?

FALSO, l'allattamento è a richiesta. Il latte nel seno si può riformare anche dopo un'ora e mezza. Se fai passare tanto tempo tra una poppata e l'altra potrebbe verificarsi un ingorgo di latte nel tuo seno o una riduzione della produzione di latte che dispiacere per me!



SPREMITURA MANUALE DEL SENO



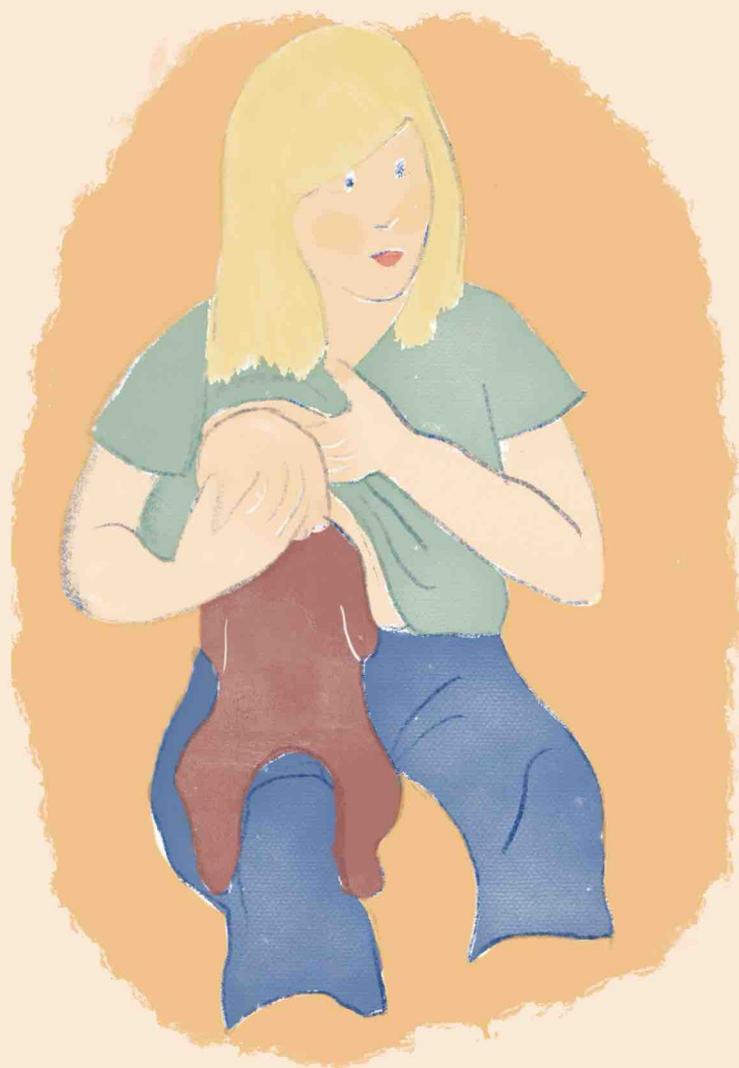
Tecnica

- Esegui un massaggio di 2 minuti sul tutto il seno (A-B)
- Metti la mano a C sul seno
- Spingi il seno indietro verso il torace (C)
- Stringi la C (D)
- Rilascia la C (E)
- Ripeti
- Questi passaggi sono sovrapponibili all'azione del tiralatte

Quando si usa?

- Quando avverti un senso di pienezza del seno
- Quando non riesco o non posso attaccarmi al seno
- In caso di forte emissione del latte
- Per estrarre il colostro (primo latte) in caso fossimo separati

Posizione di attacco al seno se produci tanto latte o in caso di reflusso



Se ho il reflusso o mi stacco spesso durante la poppata, prova ad attaccarmi in questa posizione

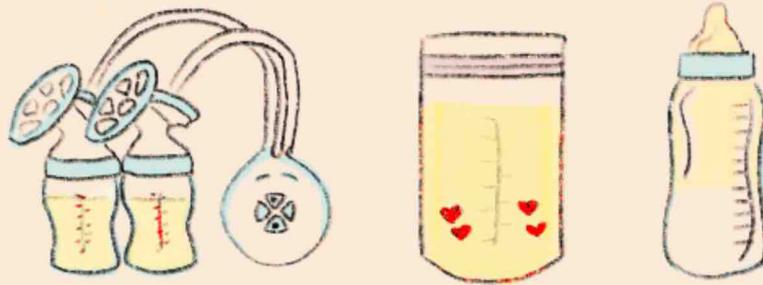
ALLATTAMENTO MISTO



Che cos'è?

Mi darete un allattamento misto quando, oltre al seno, riceverò un'integrazione con il biberon

CHE TIPO DI INTEGRAZIONE MI POTETE DARE?



- latte materno spremuto
- latte umano donato
- latte artificiale

Si possono mischiare latte materno e latte artificiale nello stesso biberon?

Meglio di no. Offritemi il seno, aspettate qualche minuto e poi datemi l'aggiunta

Quanta aggiunta bisogna dare?

Dopo avermi attaccato ad entrambi i seni, se mostro ancora segnali di fame e se non cresco abbastanza bene di peso, potete propormi poche decine di ml di latte artificiale dopo ogni poppata

Problemi in corso di alimentazione mista

In corso di alimentazione mista, che deve essere avviata solo se il latte della mia mamma non è sufficiente, potrei avere problemi intestinali e la produzione di latte al seno potrebbe ridursi

COME SI OFFRE IL BIBERON?

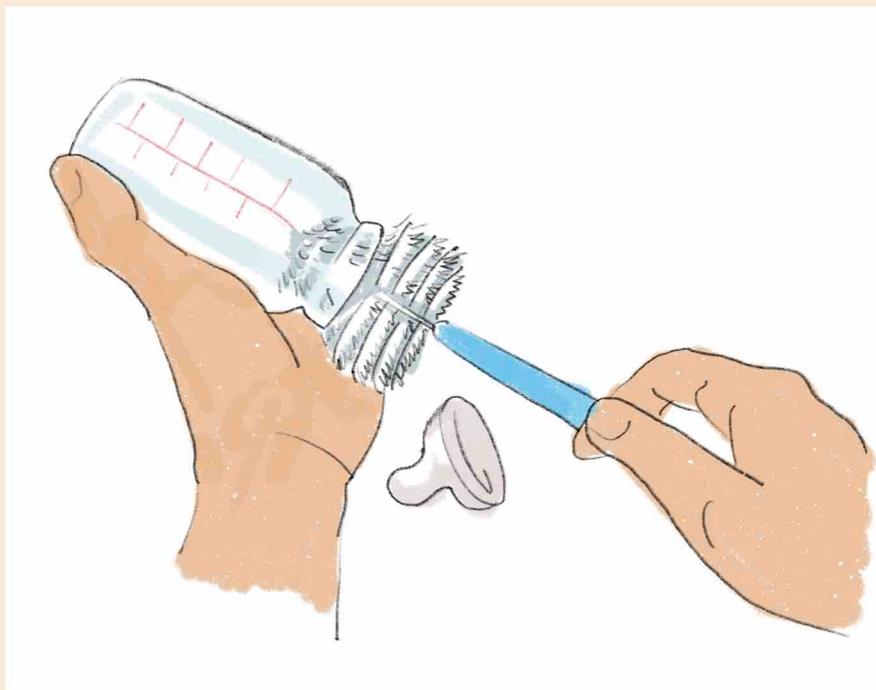


- Usate una tettarella numero 0-1 (a flusso lento)
- Mettetemi in posizione semiseduta
- Mettete il biberon in posizione quasi orizzontale nella mia bocca
- Prima di offrirmi il biberon, strofinate delicatamente la punta della tettarella sul mio labbro superiore, spalancherò la bocca

- Appoggiate quindi la base della tettarella sul labbro inferiore, in modo che io possa attaccarmi correttamente
- Il Tempo della poppata può durare fino a 15-20 minuti
- Evitate gli orari e rispettate i miei tempi
- La quantità di latte la decido io, posso non finire la quota che mi avete preparato, vorrà dire che farò una poppata in più



PULIZIA BIBERON E TIRALATTE



IGIENIZZAZIONE

1. Lavate le mani
2. Separate tutte le parti del biberon e del tiralatte
3. Usate una bacinella dedicata solo a questa operazione
4. Riempite di acqua e detersivo
5. Immergete gli oggetti e strofinateli con lo scovolino per eliminare ogni residuo di latte
6. Sciacquate
7. Asciugate all'aria

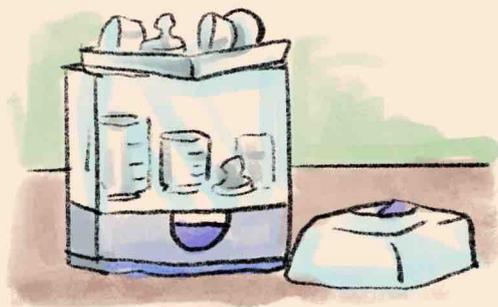
STERILIZZAZIONE CASALINGA (igienizzazione + uso degli sterilizzatori)

ATTENZIONE! La sterilizzazione si annulla se non si igienizza prima

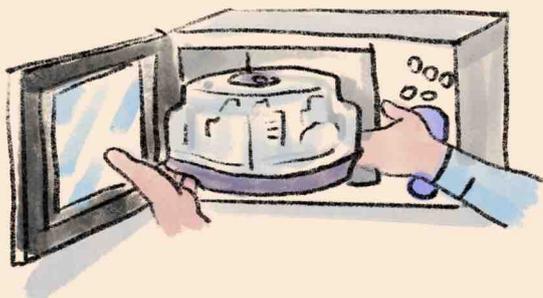
Metodi di sterilizzazione:



- a freddo

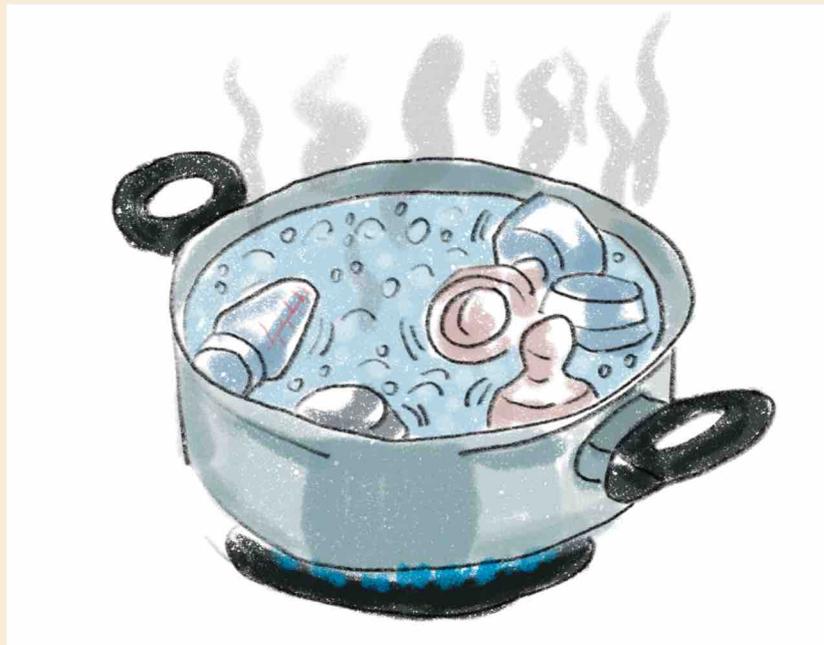


- a vapore



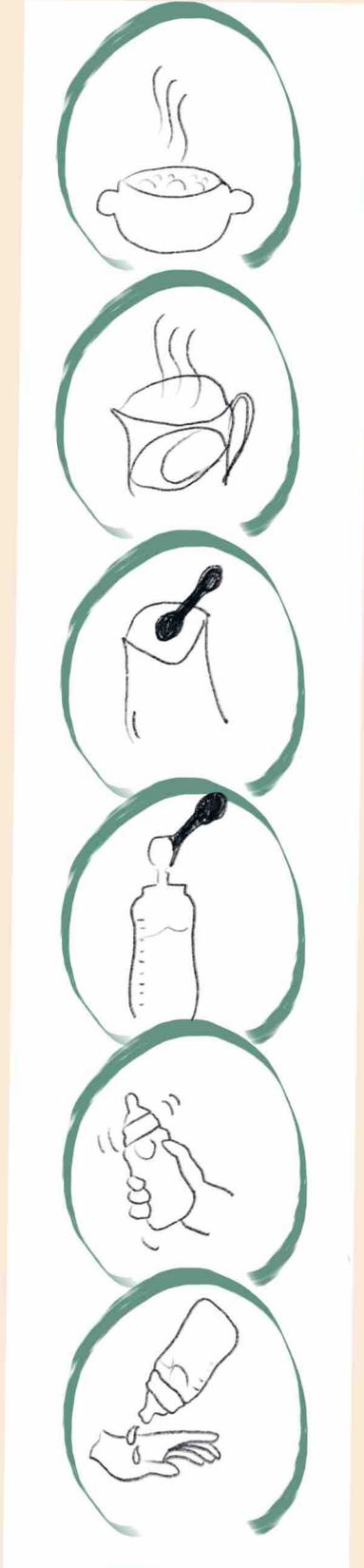
- al microonde

Si può sterilizzare anche ponendo gli oggetti in immersione in una pentola di acqua portata ad ebollizione x 10 minuti, ma è un metodo che tende a usurare i materiali





Prepariamo il latte
in polvere



- Pulite il piano di lavoro
- Scaldate l'acqua di rubinetto o l'acqua in bottiglia consigliata dal pediatra in un bollitore a 100°C (così la sterilizzate)
- Lasciatela raffreddare fino a 70°C (30 minuti per 1 lt d'acqua)
- Mettete prima l'acqua nel biberon secondo le indicazioni del pediatra
- Aggiungete quindi i misurini necessari
- Di regola, si utilizza un misurino di polvere ogni 30 ml di acqua
- Chiudete il biberon
- Agitate
- Raffreddate sotto l'acqua corrente
- Verificate la temperatura sulla faccia interna del polso
- Datemi il biberon appena pronto!

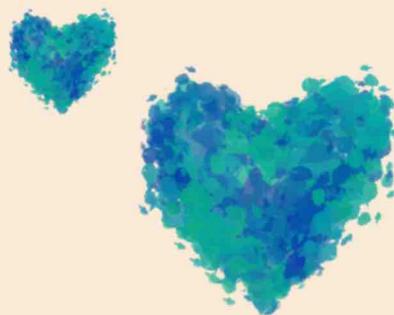


Suggerimenti
utili

I misurini di polvere devono essere rasi, altrimenti la diluizione non sarà corretta, e il latte ricostituito risulterà troppo pesante da digerire...

Un misurino si scioglie in 30 ml di acqua sterilizzata portata a 70°C, ad esempio, se devo mangiare 70 ml di latte, preparate comunque il biberon con 90 ml di acqua e 3 misurini di polvere...
i 20 ml in più rimarranno nel biberon

Se non avro' finito la quantita' di latte che mi avete preparato, potete darmi il latte avanzato entro 2 ore, poi andrà gettato.



RIGURGITO



Il rigurgito è una emissione di piccole quantità di latte dalla bocca risalente dallo stomaco.

Il reflusso, invece, non sempre si manifesta con rigurgito dalla bocca.

Il rigurgito è un fenomeno transitorio e innocuo, frequentissimo nei bambini, che si risolve spontaneamente entro l'anno.

Può avvenire subito dopo il pasto e fino a dopo 2 ore.

E' dovuto a

- alimentazione liquida
- posizioni scorrette durante l'alimentazione
- suzione vorace

Quando preoccuparsi?



- Se non cresco o perdo peso
- Se nel rigurgito sono presenti tracce di sangue o se il rigurgito ha un colore verdastro
- Se ho vomito a getto
- Se sono irritabile
- Se rifiuto il cibo

Se rigurgito ma cresco e sto bene allora...pazienza, farete un pò più di lavatrici

Rimedi

- NON è necessario farmi fare il ruttino
- Fatemi dormire a pancia in sù
- Se mi allattate con il biberon, usate una tettarella a flusso lento e posizionate il biberon più orizzontale possibile
- Se sono allattato al seno continuate tranquillamente, ma allattatemi in posizione antireflusso

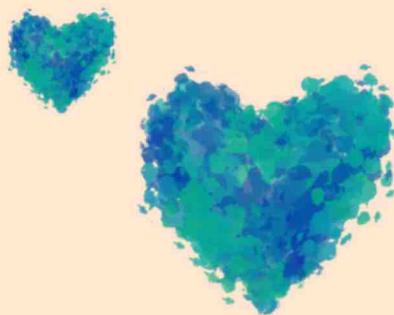


DOVETE SEMPRE FARMI FARE IL RUTTINO?

Non tutti i neonati hanno bisogno di fare il ruttino

Generalmente ne hanno più bisogno i bimbi allattati con il biberon ed i bimbi particolarmente voraci

Se dopo la poppata mi addormento sereno, non è necessario farmi fare il ruttino, ma non mettetemi nel lettino subito dopo aver mangiato



POSIZIONI CONSIGLIATE



La testa poggiata sulla vostra spalla: con una mano sostenete la mia testa, mentre con l'altra massaggiare la mia schiena



Poggiatemi in avanti sulle gambe di profilo: con una mano sorreggetemi il petto e la testa, mentre con l'altra datemi delle leggere pacche sulla schiena



Mettetemi sdraiato a pancia in giù sul grembo: massaggiatemi la schiena per favorire l'eliminazione dell'aria in eccesso; Questa posizione però non è consigliata se tendo a rigurgitare facilmente

SUGGERIMENTI PER SMETTERE DI ALLATTARE



MOTIVI

- Fine del desiderio da parte della mamma o del bambino
- Farmaci (parla con il pediatra, sono pochissimi i farmaci che interferiscono con l'allattamento)

GRADUALITÀ

Mamma, riduci le poppate togliendo quella notturna se sono già svezzato, eviterai così ingorghi/mastiti

SOSTITUZIONE

Al posto del seno incominciamo insieme una nuova routine di favole, canzoncine e coccole di ogni tipo

ABBANDONO DEI SENSI DI COLPA (SE PRESENTI)

Smettere di allattare rientra in un processo fisiologico

EVITA ALTRI CAMBIAMENTI

E' più facile per me se non ci sono troppe novità tutte insieme.....





Se piango...

COLICHE GASSOSE DEL NEONATO



Con il termine di colica gassosa si intende un pianto inconsolabile causato da aria nel mio pancino

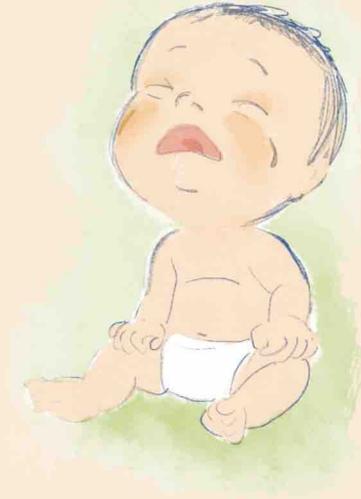
Possono essere associate a:

- reflusso gastroesofageo
- stipsi/difficoltà ad evacuare
- difficoltà all'addormentamento
- dolore/stress

RIMEDI UTILI

- Mettetemi sul vostro petto
- Lasciatemi ciucciare il seno se lo desidero
- Se l'allattamento al seno è avviato, o prendo anche il biberon, potete darmi il ciuccio
- Create un ambiente rilassato e massaggiare la mia pancia da destra a sinistra
- Mettetemi sul fasciatoio e portate le mie gambe verso il torace
- Stimolate l'evacuazione di feci con una garza imbevuta di acqua calda, non bollente, passata intorno all'ano
- Evitate clisterini neonatali se non strettamente necessari
- Le tisane o la camomilla non sempre sono utili, e possono interferire con l'allattamento, anche quello artificiale...ma potete provare
- Provate a farmi un bagnetto con acqua a 37°C e amido di riso, aiuta a rilassarmi
- State tranquilli, queste crisi passano da sole entro i 3 mesi di vita

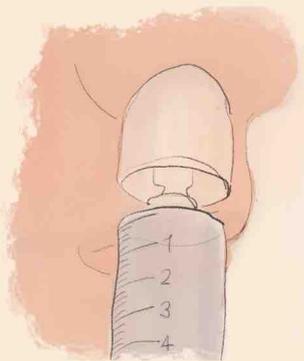
ALTRE SITUAZIONI CHE MI FANNO PIANGERE



Naso chiuso

Spesso un rigurgito di latte verso le prime vie aeree e un ambiente troppo secco possono causare la presenza di secrezioni nel naso che non aiutano a farmi respirare bene.

Provate a farmi dei lavaggetti nasali con soluzione fisiologica



Pannolino da cambiare

Rifiuto il cibo e piango perchè sono sporco e voglio essere cambiato!

Provate a cambiare il mio pannolino sempre prima di farmi mangiare



Fame

Quando piango perchè ho fame, non inizio con un urlo ma il mio pianto è un crescendo! Ricordate che nei primi giorni potrei voler fare tante poppate (8-12), soprattutto se sono alimentato esclusivamente al seno.

Provate ad attaccarmi al seno o al biberon appena sveglio, prima che inizi a piangere



Sonno

Piango in modo piuttosto lamentoso per i troppi stimoli (tante braccia che mi prendono) e per il mancato rispetto dei miei ritmi.

Provate a creare un ambiente calmo, lontano dalla confusione, utilizzate una luce calda per illuminare la stanza e provate con la fascia o con il marsupio



Coccole / attenzioni

Ho bisogno di sentirmi protetto, non mi viziare se mi prendete in braccio!!

Provate a utilizzare la fascia o il marsupio, o a tenermi un poco tra le vostre braccia e vedrete che mi calmerò



Aiutatemi a
dormire
in sicurezza..

AIUTO! IL VOSTRO BIMBO NON DORME !!

- 01 Durante le ore diurne stimolatemi in modo adeguato alla mia età
- 02 Pisolini di giorno non più lunghi di 3 ore
- 03 Alimentazione a richiesta
- 04 Verso sera iniziate a ridurre gli stimoli
- 05 Favorite un ambiente rilassante intorno a me
- 06 Fatemi rilassare, il pianto non mi stanca, mi innervosisce
- 07 Iniziamo una routine della nanna: pochi passaggi sempre quelli sempre alla stessa ora

CONSIGLI PER LA ROUTINE DI ADDORMENTAMENTO

- Bagnetto caldo
- Cambio del pannolino
- Massaggio neonatale
- Fasciatura (swaddle) per i neonati 0-3 mesi
- Utilizzo del sacco nanna
- Luci soffuse
- Musica rilassante
- Contatto (fascia o braccia)
- Coccole
- Ninna nanna o favola
- Poi..... luci spente e nanna



Allattami al seno

Se puoi, allattami al seno. Gli studi di tutte le maggiori associazioni scientifiche concordano nel considerare il latte materno una valida prevenzione per la SIDS

NO all'alcool

Se mi allatti al seno, non bere alcool mamma, e non assumere sostanze che, oltre a ridurre la capacità di prenderti cura di me, possono passare nel latte e farmi male

Posizione

Devo dormire a pancia in su per tutto il 1° anno. Se mi giro da solo e non sono capace di tornare a pancia in su, rigiratevi voi! Potete usare il SACCO NANNÀ anziché le coperte

Ciuccio

Ad allattamento materno avviato (quindi dopo 30gg di vita) il ciuccio aiuta a ridurre il rischio di SIDS, ma questo deve essere privo di catenella reggiciuccio. Evitate di mettermi a nanna il con i bavaglino o guantini per le mani

PER PREVENIRE LA MORTE IN CULLA O SIDS*

Il mio lettino

No cuscini (neanche i cuscini antisofofoco), no paracolpi, peluche o giocattoli. Mettetemi a dormire su un materasso rigido con i piedini che toccano il bordo del lettino. Non inclinate il materasso (deve essere piano)

Temperatura

La temperatura della mia stanza deve essere 18-20°C, il troppo caldo non mi fa respirare bene

NO al fumo

Non fumate, non tenete vestiti impregnati di fumo dove dormo, lavatevi o fate lavare chi ha usato sigarette, anche quelle elettroniche

NO al COSLEEPING

Se assumete farmaci per dormire o se siete in forte sovrappeso cercate di evitare il cosleeping (che significa dormire nello stesso letto), meglio se mi tenete nel lettino a fianco a voi

* SIDS = Sudden Infant Death Syndrome

QUINDI.....PER UNA NANNA SICURA

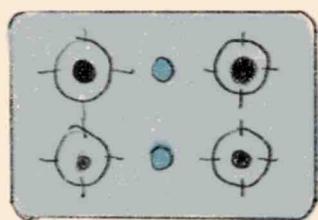
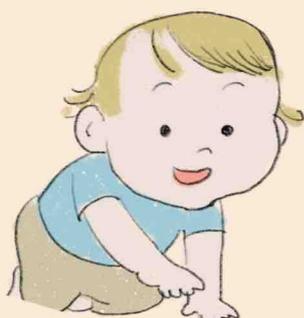


- Fatemi dormire su un materasso rigido in modo che il mio corpo non sprofondi
- Non lasciate nel mio lettino giochi o peluches
- La cordicella del ciuccio o i lacci del bavaglino mi possono nuocere
- Se usate il sacco nanna non ho bisogno di altro, se usate le lenzuola e/o coperte rimboccatele saldamente
- Evitate biancheria da letto morbida e ingombrante come piumone, trapunte, cuscino e paracolpi
- Fate in modo che i miei piedini tocchino il fondo del lettino
- Dormo sicuro solo a pancia in su con la testa e il viso scoperti



Consigli

Lo ammetto, sono curioso e ho tanta energia e sarò così soprattutto nei miei primi 4 anni di vita! Mi piace esplorare, portare tutto alla bocca, annusare e arrampicarmi



QUINDI....

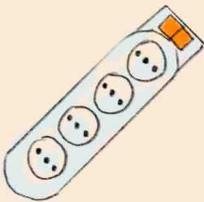
Non lasciatemi mai solo e non delegate il mio controllo a un fratellino o una sorellina più grandi, potrebbero non pensare al pericolo



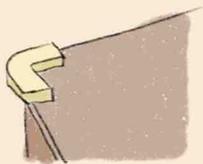
Finchè sono piccolo decora la casa con oggetti grandi in modo che io non li possa ingoiare!



La stella di natale è un pianta tossica, state attenti a non farmi entrare in contatto con lei o con altre piante che potrebbero essere pericolose per me



Ricordatevi di coprire le prese di corrente, adoro infilarci le dita, ma è pericoloso.....



Non dimenticate i paraspigoli, per proteggermi dagli spigoli appuntiti presenti in casa

I pediatri che mi hanno curato vi invitano a leggere il poster che riguarda gli incidenti domestici che si trova nelle prossime pagine, ci sono tante notizie che possono esserci utili.....

PROTEGGI TUO FIGLIO DAGLI INCIDENTI DOMESTICI

Quando è ancora molto piccolo, tra la nascita ed i 6 mesi d'età, i rischi principali sono rappresentati dalle cadute e dalle ustioni: non lasciare mai il tuo bambino da solo sul fasciatoio o su un letto senza le apposite barriere.

FASCIATOIO:

prima di cambiare il bambino, fai in modo che tutto l'occorrente sia a portata di mano.

SDRAIETTA:

tieni sempre la sdraietta per terra, mai su tavoli o sedie: il tuo bambino potrebbe muoversi e ribaltarsi.



LETTI, DIVANI, SEDIE:

non lasciare mai il bambino da solo, se non puoi tenerlo in braccio, ponilo nel suo lettino con le sponde alzate, nel box o per terra.

Fai attenzione ai possibili urti della testa quando il bambino è in braccio.

Quando lavi il tuo bambino, assicurati prima di immergerlo, che l'acqua sia tiepida.

BAGNETTO:

verifica la temperatura dell'acqua con un termometro (37°C) o con il gomito, prima di immergere il tuo bambino; fissa la temperatura dello scaldabagno a 55°C.



Assicurati che la bevanda del biberon (thè, tisana, latte) sia a temperatura tiepida, soprattutto se usi il forno a microonde.

PROTEGGI TUO FIGLIO DAGLI INCIDENTI DOMESTICI

Quando il tuo bambino è un po' più grande, tra i 6 mesi e l'anno d'età, i rischi principali sono ancora rappresentati dalle cadute e dalle ustioni, ma attenzione anche all'ingestione di corpi estranei ed allo stratonamento.

QUANDO INIZIA A GATTONARE NON LASCIARLO MAI SOLO.

MOBILI: scegli mobili con spigoli arrotondati o proteggi con gli appositi paraspigoli i mobili "appuntiti".



PORTE E SCALE: tieni bloccate le porte delle stanze per evitare che il bambino si schiacci le dita negli stipiti o nella chiusura della porta. Puoi impedire l'accesso alle scale con gli appositi cancelli con apertura in sicurezza.



Allaccia sempre le cinture al tuo bambino quando è sul seggiolone.

EVITA L'USO DEL GIRELLO.

Può essere pericoloso perché il bambino può rovesciarlo, cadere dalle scale o raggiungere mobili dai quali far cadere oggetti pesanti o cibi bollenti.

EVITA GLI STRATTONAMENTI.

Il bambino è delicato, non va tirato su di peso per un braccio, come fosse un pacco.

Non lasciare a portata di mano del tuo bambino piccoli oggetti che potrebbe mettere in bocca, rischiando il soffocamento. Attenzione anche ad alcuni alimenti (noccioline, caramelle, legumi).

Copri le prese elettriche con i copripresa e non lasciare da solo il bambino in ambienti dove sono in funzione elettrodomestici.

PROTEGGI TUO FIGLIO DAGLI INCIDENTI DOMESTICI

Quando il tuo bambino è tra il **primo ed il quarto anno d'età**, i rischi principali sono ancora rappresentati dalle **ustioni e dall'ingestione** di corpi estranei, ma attenzione anche al rischio **annegamento, ferite da taglio e cadute**.

Non lasciare mai da solo il bambino, soprattutto **in cucina ed in bagno per il rischio di ustioni**.

RISCHIO USTIONI IN CUCINA: il bambino potrebbe avvicinarsi al forno caldo o far cadere pentole dal piano cottura o toccare i fornelli caldi.

Non lasciare bevande o cibi bollenti sui bordi dei tavoli o dei ripiani a portata di mano del bambino. Usa barriere apposite per i fuochi della cucina, è utile proteggere il piano cottura con una griglia metallica che impedisca al bambino di toccare pentole o fornelli. Prediligi i fornelli posteriori.

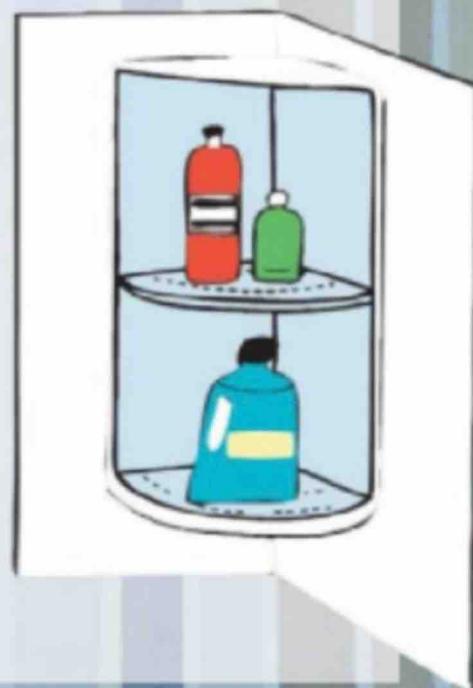
RISCHIO USTIONI IN BAGNO: il bambino potrebbe aprire il rubinetto dell'acqua calda ed ustionarsi. Fissa la temperatura dello scaldabagno a 55°C.

Scegli per la **conservazione di sostanze tossiche** luoghi della casa inaccessibili al bambino.

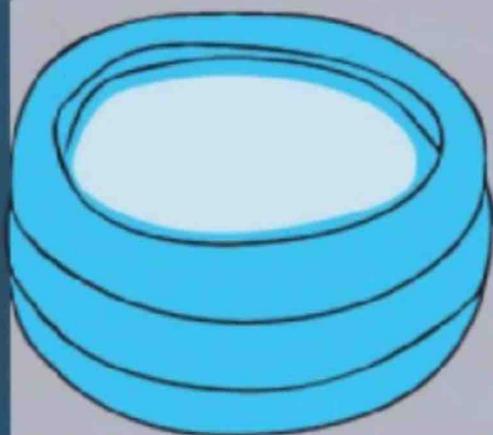
RISCHIO INGESTIONE: conserva detersivi, disinfettanti, medicinali ecc. in mobili posti in alto e mai sotto il lavello della cucina o del bagno.

Attenzione alle piante d'appartamento: alcune sono tossiche; sistema eventuali piante ornamentali fuori dalla portata del bambino.

Conserva sempre i prodotti tossici nei loro contenitori originali dotati di chiusura di sicurezza ed appropriata etichettatura.



PROTEGGI TUO FIGLIO DAGLI INCIDENTI DOMESTICI



Non lasciare **mai da solo il bambino nella vasca da bagno o piscina gonfiabile** e svuotala completamente dopo l'uso.

RISCHIO ANNEGAMENTO: bastano pochi centimetri d'acqua per correre il rischio di annegamento.

Ancora attenzione al **rischio cadute!** Il tuo bambino ha imparato a camminare ed arrampicarsi.

Non lasciarlo mai solo, specialmente in ambienti dove ci sono sedie, librerie a giorno, scale.

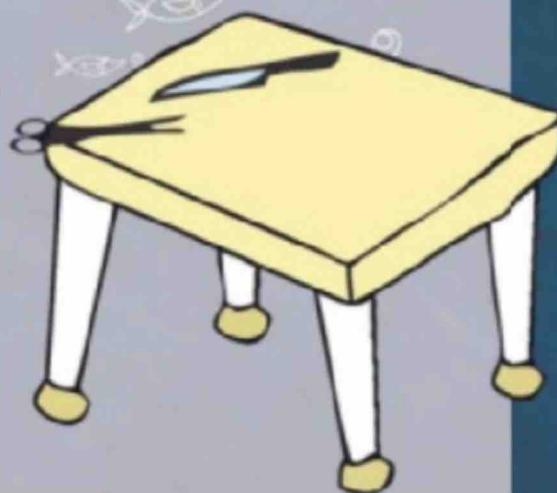
Rendi stabili (fissa alle pareti) quei mobili, come le librerie, che i bambini scalano volentieri.

Fai in modo che i cassetti non possano essere estratti dai mobili: usa il blocco di sicurezza.

Non lasciare sedie o sgabelli davanti a tavoli, ripiani o finestre ed, eventualmente, installa fermi di sicurezza alle finestre.

Non far andare il bambino da solo sul balcone, impedisci l'accesso alle scale con i cancelletti.

Rendi **inaccessibili** al tuo bambino gli oggetti taglienti.



ESPOSIZIONE AGLI SCHERMI LUMINOSI

Cari Genitori, leggete attentamente queste poche righe....

- Le linee guida sull'uso degli strumenti tecnologici redatte dalla Società Italiana di Pediatria (SIP, 2018) e dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS, 2019) raccomandano la limitazione nell'utilizzo giornaliero dei dispositivi tecnologici in funzione della mia età
- L'esposizione agli schermi luminosi (televisione, tablet, smartphone) nei primi due anni di vita può causarmi disturbi del sonno e della vista, tendenza all'isolamento, irritabilità o apatia e difficoltà a mantenere l'attenzione
- E' importante che voi genitori abbiate un ruolo attivo nella mia educazione e non utilizzate gli schermi luminosi per rispondere ad alcune delle mie reazioni, come pianto o rabbia
- Al contrario, in qualità di genitori, dovete essere per me un modello educativo, perché noi bambini osserviamo e imitiamo il vostro comportamento: siete le nostre figure di riferimento!
- In particolare, se ho meno di 2 anni, è consigliata l'astensione dall'uso degli smartphone e l'esposizione passiva alla luce di uno schermo.

ESPOSIZIONE AGLI SCHERMI IN FUNZIONE DELL'ETA'



Da 0 a 3 anni: gli schermi sono vietati per me!
Devo sviluppare le mie competenze interagendo con l'ambiente attraverso i cinque i sensi

Da 3 a 6 anni: consigliabile per 30 minuti al giorno, ma non lasciatemi navigare su internet autonomamente

Da 6 a 9 anni: dovrete spiegarmi come funzionano la smart tv e i videogiochi e l'utilizzo del telefonino. Assolutamente no ai social, inoltre posso accedere ad internet solo dopo i 9 anni, momento in cui il mio pensiero smette di essere legato alle favole per diventare più logico razionale

Da 9 a 12 anni: datemi poche regole ma buone: internet solo a casa con il computer posto in una zona accessibile a tutti, con password e parental control



Un uso corretto della tecnologia mi permetterà uno sviluppo cognitivo migliore, tutelando anche la mia sicurezza



NATI PER LEGGERE.....

- L'evidenza scientifica dimostra che i primi anni di vita sono fondamentali per la mia salute e per il mio sviluppo intellettuale, linguistico, emotivo e relazionale, con effetti significativi per tutta la vita adulta
- Leggere per me ad alta voce fin dalla più tenera età è un'attività molto coinvolgente che rafforza il nostro legame e che ha innumerevoli risvolti positivi per la mia crescita
- Se ricevo letture quotidiane acquisirò un vocabolario ricco, avrò più immaginazione, mi esprimerò meglio e sarò più curioso di leggere



- Un domani questo mi consentirà una più facile comprensione dei testi scolastici, una minore fatica nello svolgimento dei compiti e una capacità di comprensione maggiore del mondo che mi circonda
- Leggere insieme è piacevole, crea l'abitudine all'ascolto, aumenta la capacità di attenzione e accresce il mio desiderio di imparare a leggere, quando sarò più grande, e anche la mia curiosità
- I pediatri indicano come la lettura insieme fin dai primi mesi di vita sia la cosa più importante che voi genitori possiate fare per prepararmi alla scuola e alla vita



SHAKEN BABY SYNDROME (sindrome del bambino scosso)

- La Shaken Baby syndrome (SBS) è una grave conseguenza che può verificarsi se io vengo scosso energicamente per reazione ad un pianto inconsolabile
- In pratica può accadere che, in risposta ad un pianto inconsolabile di cui non riuscite a capire le ragioni, inconsapevolmente e nel tentativo di calmarmi, mi scuotiate energicamente
- Purtroppo bastano pochi secondi di scosse per causare gravi traumi al mio cervello e determinare danni neurologici permanenti
- Il rischio è maggiore se lo scuotimento avviene tra le 2 settimane e i 6 mesi di vita, età in cui non ho ancora il controllo del capo





Potranno capitare dei momenti in cui non riuscirò proprio a calmare il mio pianto e a farvi capire di cosa ho bisogno. È possibile che in quei momenti vi sentiate esasperati, nervosi ed impotenti. Ecco alcuni comportamenti da adottare per affrontare la situazione con maggiore lucidità:

1. Riprendete fiato, lasciandomi in un posto sicuro (il mio lettino o la mia carrozzina)
2. Aspettate di sentirvi di nuovo tranquilli prima di riprendermi in braccio
3. Chiedete aiuto ad altri membri della famiglia/ amici
4. Fatemi controllare da un medico se sospettate che il pianto inconsolabile sia dovuto a problemi di salute

LINK UTILI

Lega del Latte Italia

<https://www.lllitalia.org/>

Incidenti domestici

<https://www.salutelazio.it/nasce-una-mamma/proteggi-il-tuo-bambino/incidenti-domestici>

Sudden Infant Death Syndrome (SIDS)

<https://www.pnrr.salute.gov.it/portale/saluteBambinoAdolescente/dettaglioContenutiSaluteBambinoAdolescente.jsplingua=italiano&id=1923&area=saluteBambino&menu=nascita>

Sicurezza in auto

<https://www.salute.gov.it/portale/saluteBambinoAdolescente/dettaglioContenutiSaluteBambinoAdolescente.jsp?lingua=italiano&id=6094&area=saluteBambino&menu=nascita>

Società Italiana di Neonatologia

<https://www.sin-neonatologia.it/>

Società Italiana di Pediatria

<https://sip.it/>

Per accedere ai siti di interesse è necessario fare copia e incolla del link sulla barra di ricerca del vostro dispositivo.

Testo a cura di **Cinzia Negri, Anna Marotta, Tiziana Volpi e Camilla Gizzi**

Illustrazioni a cura di **Elisa Rosato**

Impaginazione a cura di **Jacopo Gizzi**

Roma Febbraio 2025

CONTATTI



UOC NEONATOLOGIA E UTIN
OSPEDALE S.EUGENIO
P.LE DELL'UMANESIMO,10 - ROMA
06 51002247/2248

