

A close-up photograph of a woman with dark hair, wearing a white hospital gown, leaning over a newborn baby. She is gently holding the baby's hands with both of her hands. The baby is lying in a bed, looking up towards the woman. The background is bright and out of focus.

Consigli di puericoltura

per le neo-mamme

**Centro Assistenza Neonatale
Ospedale Mauriziano**

BAGNETTO

E' consigliabile fare il bagnetto quando il cordone ombelicale è caduto da un paio di giorni:

- ✓ In qualsiasi momento della giornata (indifferente prima o dopo il pasto), anche tutti i giorni
- ✓ Con acqua tiepida
- ✓ Utilizzando sapone neutro
- ✓ Lavando anche la testa
- ✓ Non utilizzare spugne (l'umidità residua dopo l'uso può essere veicolo per i batteri); si consigliano falde di cotone usa e getta
- ✓ Dopo il bagnetto non è necessario spalmare creme idratanti, emollienti o protettive perché la pelle del neonato non ha bisogno di creme particolari perché si difende, si idrata e si protegge alla perfezione da sé, grazie al suo strato idrolipidico (una miscela di grasso e acqua distribuita sull'epidermide).
Se si desidera usare un olio per massaggiare il bimbo si potrà usare dell'olio di mandorle o dell'olio extravergine di oliva.



RUTTINO

- ✓ Consiste nell'emissione di aria precedentemente deglutita con la suzione
- ✓ E' probabile che venga emesso dopo il pasto ma non indispensabile
- ✓ Non è segno di digestione del pasto



RIGURGITO

Il rigurgito, anche detto reflusso gastroesofageo, non è altro che la naturale risalita di parte del contenuto dello stomaco verso l'esofago, seguita dall'emissione di materiale alimentare dalla bocca.

Nella maggior parte dei casi è costituito da piccole quantità di latte misto a saliva e si verifica a pochi minuti di distanza dalla fine della poppata. Un rigurgito può anche verificarsi a una distanza di tempo maggiore e in questi casi il materiale espulso dalla bocca avrà aspetto simile a quello della ricotta perché costituito da latte coagulato, quindi parzialmente digerito.

Il rigurgito nei neonati è un problema abbastanza **comune**, assolutamente **naturale e innocuo**, che interessa oltre la metà dei bimbi. E' inoltre un fenomeno **transitorio**, che si risolve spontaneamente nel 90% dei bambini entro il primo anno di vita.

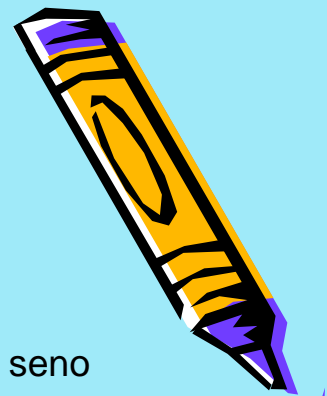
Consultare il pediatra se il piccolo presenta:

- ✓ perdita di peso o scarsa crescita
- ✓ irritabilità eccessiva
- ✓ rigurgiti molto frequenti e abbondanti o a getto
- ✓ difficoltà di alimentazione non spiegate: rifiuto del cibo, conati di vomito, apnea...



SINGHIOZZO E STARNUTO

- ✓ Sono situazioni fisiologiche nel neonato
- ✓ Non richiedono nessuna terapia specifica e si risolvono spontaneamente in poco tempo
- ✓ In caso di singhiozzo se il neonato ha un allattamento materno esclusivo si consiglia di attaccarlo al seno
- ✓ In caso di allattamento con latte artificiale si può proporre la suzione con un ciuccio



FECI

Se il neonato è alimentato con latte materno le feci di solito sono :

- ✓ Semiliquide, di colore giallo e frequenti (anche ad ogni pasto)
- ✓ Spesso sono emesse a spruzzo, evacuazioni "rumorose"

Se il neonato è alimentato con latte artificiale le feci di solito sono:

- ✓ Solide, emesse talvolta con difficoltà

Non preoccuparsi se le feci:

- ✓ Sono di colore verde
- ✓ Presentano grumi bianchi
- ✓ Vengono evacuate soltanto ogni due giorni (specie se allattati con il latte artificiale)

Se il piccolo non evacua può essere utile la stimolazione con la punta di un cotton fioc lubrificato con un po' di olio.

Se anche questo non è sufficiente, si può praticare un microclisma solo se il bambino non evacua da almeno un giorno.

Consultare il pediatra se:

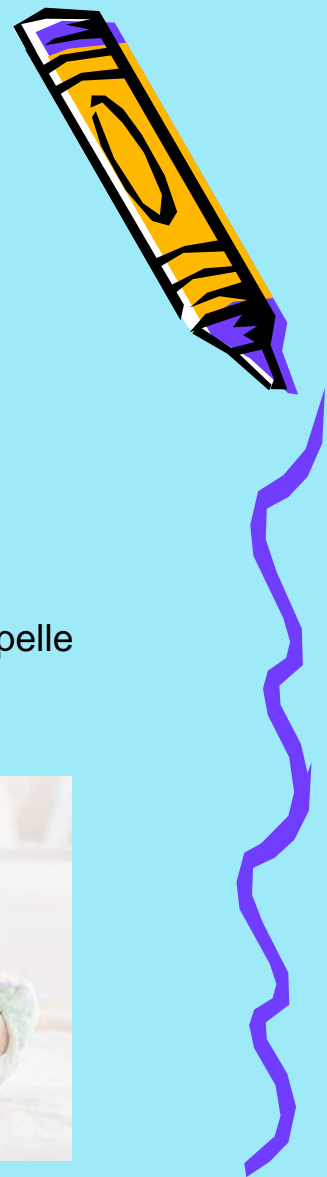
- ✓ Il bambino non riesce a evacuare da 3-4 giorni
- ✓ La stitichezza è abituale



SEDERINO E GENITALI

Il sederino va lavato con acqua tiepida ad ogni cambio, con movimenti dall'alto verso il basso (per non portare le feci in prossimità dello sbocco da dove esce la pipì)

- ✓ Nelle femmine pulire accuratamente anche la zona vulvare (tra le grandi e piccole labbra)
- ✓ Nei maschietti neonati non è opportuno abbassare la pelle del prepuzio per pulire i genitali
- ✓ Ricorrere alle salviette usa e getta solo se ci si trova fuori casa
- ✓ Utilizzare sapone detergente neutro
- ✓ Usare le pomate protettive al cambio del pannolino solo in caso di arrossamento
- ✓ Non usare il talco in polvere perché rischia di interferire con la normale traspirazione della pelle occludendone i pori e può essere molto pericoloso se inalato



MONCONE OMBELICALE

Come effettuare la medicazione del moncone ombelicale:

- ✓ lavarsi bene le mani con acqua e sapone per evitare infezioni
- ✓ sostituire la medicazione 4-5 volte al giorno con garze sterili e ogni qualvolta sia bagnato o sporco di feci e/o urine.

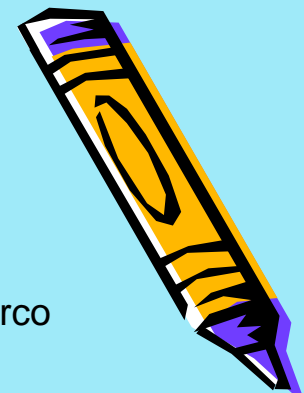
E' utile piegare l'estremità superiore del pannolino in modo che il moncone non resti al di sotto di questo dove rimarrebbe umido, per due ragioni:

- ✓ Il pannolino di plastica impedisce di smaltire l'umidità
- ✓ I piccoli, specialmente i maschietti, lo bagnano facilmente con la pipì

Cade spontaneamente entro il quindicesimo giorno di vita. Dal momento in cui cade, coprire la base ancora per 2-3 giorni con garza sterile

Consultare il pediatra se:

- ✓ Il moncone non è caduto entro il 30° giorno
- ✓ La cute circostante è arrossata o con pus



NASO CHIUSO

Se il piccolo ha il naso chiuso, una respirazione rumorosa e/o presenta secrezione nasale, è opportuno praticare un lavaggio nasale prima dei pasti.

Tecnica:

- ✓ Aspirare 5 ml di soluzione fisiologica in una siringa (senza ago), posizionare il neonato supino con la testa ruotata da un lato, verso la persona che effettua il lavaggio nasale. Introdurre la siringa (senza ago) nella narice più in alto, inclinare la siringa verso il basso e spruzzare la soluzione fisiologica. Se il lavaggio è ben effettuato la soluzione fisiologica uscirà dall'altra narice, in parte può uscire anche dalla bocca. Può essere utile mantenerlo in posizione supina ancora per qualche secondo provando a consolarlo offrendogli un succhiotto per evitare che la soluzione fisiologica vada in gola prendendolo subito in braccio.
- ✓ Se l'aria della stanza dove dorme il piccolo è secca, accendere l'umidificatore. L'umidità relativa nell'ambiente dovrebbe essere del 40-50%.
- ✓ Non sono consigliati oli ed essenze aromatiche perché possono essere irritanti per le mucose.



ORECCHIE

E' necessario pulire solo il padiglione auricolare esterno:

- ✓ Utilizzare una garza o un batuffolo di cotone inumidito.
- ✓ Sono sconsigliati i " bastoncini", specie nel condotto uditivo perché spostano il cerume in profondità favorendo la formazione di tappi di cerume e, se il bimbo si muove, possono danneggiare il timpano.



PASSEGGIATA

L'aria aperta, il sole, la luce, la natura sono importanti e necessari per un bambino piccolo. Il sole attiva la vitamina D che è importante per la crescita delle ossa e non solo.

Inoltre, il mondo da scoprire è una grande fonte di stimoli per un bambino piccolo.

Alcuni consigli:

- ✓ Preferire luoghi verdi, tranquilli, lontano dal traffico
- ✓ Scegliere le ore con il clima più mite
- ✓ Uscire tutti i giorni anche d'inverno
- ✓ Limitare le passeggiate se il livello degli inquinanti atmosferici nella zona in cui si risiede sono elevati (irritano gli occhi e le vie respiratorie specialmente nei bambini più piccoli)
- ✓ Si possono fare viaggi in aereo (può essere utile far succhiare il piccolo durante il decollo e l'atterraggio)
- ✓ Andare in montagna non è controindicato per un neonato



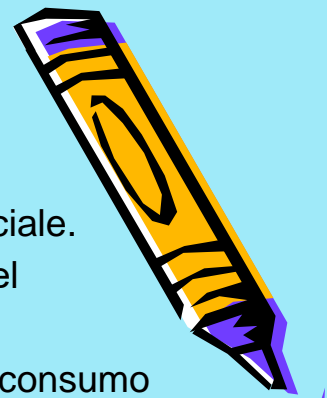
SETE

Il neonato, generalmente, non ha necessità di bere altri liquidi o bevande oltre al latte materno o artificiale. Il latte materno infatti contiene esattamente la quantità di acqua necessaria al bambino: l'88% circa del latte è costituito da acqua.

Fanno eccezione alcune situazioni in cui è presente una maggiore perdita di liquidi o un aumento del consumo di acqua.

E' pertanto opportuno somministrare al bambino acqua naturale se:

- ✓ Ha la febbre
- ✓ L' ambiente è molto caldo o la stagione è molto calda
- ✓ Sembra assetato
- ✓ Presenta vomito o diarrea



SUCCHIOTTO

La suzione non nutritiva di dito e ciuccio hanno la funzione di regolare il comportamento del bambino, con diversi effetti possibili per il suo sviluppo psicomotorio, anche in relazione con chi lo accudisce. Il ciuccio viene offerto al bambino in base all'interpretazione del suo comportamento e dei suoi bisogni, assumendo quindi diversi significati all'interno della relazione di accudimento, fatta di richieste e risposte reciproche.

Alcuni consigli sull'utilizzo del ciuccio:

- ✓ In caso di allattamento al seno esclusivo può essere indicato introdurlo ad allattamento avviato
- ✓ Non intingerlo nello zucchero o nel miele (causano carie precoci)
- ✓ Offrirlo pulito, conservato in un apposito contenitore
- ✓ Non metterlo in bocca prima di darlo al bimbo



SONNO

Le indicazioni per una nanna sicura sono:

- ✓ A pancia in su
- ✓ Sopra un materasso rigido, senza cuscino
- ✓ Nella stanza dei genitori ma non nello stesso letto
- ✓ In un ambiente non fumoso (di regola è bene non fumare in casa)
- ✓ Con temperatura, a riscaldamento acceso, non superiore ai 18°- 20° C e lontano da fonti di calore
- ✓ Non eccessivamente coperto e non avvolto stretto nelle coperte



INCIDENTI parte 1

Nel nostro paese un ricovero su cinque in età pediatrica è dovuto a un incidente. Il 60% degli incidenti dei bambini di età compresa tra 0 e 4 anni avviene in ambiente domestico, con conseguenze talvolta molto gravi. Sono eventi che spesso possono essere evitati.

Alcuni consigli sulla gestione della **casa**:

- ✓ Non lasciare mai da solo il bambino (anche molto piccolo) su qualcosa di alto come un tavolo, il letto, il fasciatoio ecc... perché può cadere. E' consigliabile tenere a terra i bambini procurandosi magari un tappeto dove il piccolo possa giocare e iniziare a esplorare il mondo
- ✓ Non utilizzare il girello perché fonte di traumi (inoltre è controindicato perché NON insegna a camminare)
- ✓ Chiudere con un cancelletto le scale interne delle case
- ✓ Assicurare il bambino sul seggiolone o sul passeggino con le apposite cinghie
- ✓ Fissare i mobili ai muri
- ✓ Mettere le spondine ai letti
- ✓ Togliere le sedie dai balconi per il rischio di arrampicamento e caduta
- ✓ Posizionare i medicinali e i prodotti per la pulizia della casa in scaffali in alto e possibilmente chiusi



INCIDENTI parte 2

- ✓ Non utilizzare mai bottiglie per l'acqua per mettervi dentro altri liquidi
- ✓ Non dare ai bambini, specie se piccoli, oggetti piccoli inalabili e ingeribili
- ✓ Mai lasciare i rubinetti girati sul "caldo" e ridurre la temperatura dell'acqua calda dello scaldabagno
- ✓ Attenzione alla manutenzione dei boiler a gas e delle stufe (pericolo di intossicazione da ossido di carbonio)
- ✓ Attenzione alle prese elettriche o ai fili elettrici senza una buona manutenzione
- ✓ Attenzione a non lasciare l'asciugacapelli con la spina inserita vicino al lavandino
- ✓ Attenzione ai rischi di ustione (pentole sul fuoco, bevande e alimenti caldi, ferro da stiro caldo)

I consigli per l'automobile:

- ✓ Trasportare i bambini sempre sui seggiolini appositi e adeguati all'età, ancorati adeguatamente con i sistemi di fissaggio idonei

Alcuni consigli per l'esterno:

- ✓ Attenzione alle piscine da giardino (pericolo di annegamento)
- ✓ Utilizzo del casco durante le attività sportive (bici, pattini a rotelle, skateboard, sci, ecc.....)
- ✓ Attenzione ai cancelli automatici in movimento



FEBBRE

La febbre è uno dei meccanismi attraverso cui il corpo umano reagisce per difendersi dagli agenti infettivi. Per tutti i bambini, la misurazione a domicilio della febbre viene raccomandata con termometro elettronico digitale in sede **ascellare**. La misurazione in altre sedi (auricolare, frontale, inguinale) non presenta la stessa attendibilità.

Si definisce febbre una **temperatura ascellare > 37,5°C**

In caso di febbre la prima importante valutazione viene effettuata dal genitore che oltre alla misurazione corretta della temperatura deve valutare con attenzione eventuali altri “**segnali di allarme**” e **contattare** prontamente il **pediatra se** è presente qualcuno di questi sintomi:

- Un'età inferiore ai 6 mesi
- Un aspetto sofferente (sonnolenza eccessiva, irritabilità, pianto flebile, colorito pallido ecc...)
- Cefalea intensa, difficoltà a muovere il collo e la testa (rigidità nucale)
- Temperatura oltre i 40 °C
- Difficoltà respiratoria
- Difficoltà di alimentazione
- Presenza di convulsioni
- Il bambino è affetto da una malattia cronica (diabete, cardiopatia, deficit immunitari ecc...)
- Associazione con altri sintomi (vomito, diarrea, eruzione cutanea ecc...)
- Febbre che persiste da oltre 48-72 ore



NATI PER LEGGERE

L'evidenza scientifica dimostra che i primi anni di vita sono fondamentali per la salute e lo sviluppo intellettuale, linguistico, emotivo e relazionale del bambino, con effetti significativi per tutta la vita adulta.

Leggere ad alta voce o raccontare storie ai bambini, rappresenta un formidabile strumento di educazione e di crescita perché:

- ✓ favorisce un precoce sviluppo del linguaggio e una migliore capacità di esprimere il proprio pensiero
- ✓ induce nel bambino capacità di ascolto e di attenzione
- ✓ accresce il desiderio di imparare e di leggere
- ✓ stimola la fantasia e la curiosità
- ✓ crea un rapporto di relazione tra chi legge e chi ascolta rafforzando il legame affettivo, ma favorisce anche il contatto con gli altri
- ✓ calma, consola e rassicura il bambino

Il Progetto **Nati per leggere** è sviluppato grazie all'Associazione Culturale Pediatri, l'Associazione Italiana Biblioteche e il Centro per la Salute del Bambino; il programma è presente in tutte le regioni italiane.

Il Progetto propone gratuitamente alle famiglie con bambini fino a 6 anni di età attività di lettura che costituiscono un'esperienza importante per lo sviluppo cognitivo dei bambini e per lo sviluppo delle capacità dei genitori di crescere con i loro figli.



Nati per

PRONTO BABY



011/508 2788



PRONTO BABY: CHE COS'E'???

Il progetto “**PRONTO BABY**” è una delle prime iniziative del nostro Dipartimento Materno Infantile e rappresenta un significativo esempio di funzionalità dello stesso indirizzata a rispondere alle richieste della popolazione sia in un’ottica di aiuto immediato, sia in un’ottica più ampia di formazione ed educazione sanitaria.

Si tratta di un servizio telefonico in grado di fornire consigli di puericultura e di aiutare i genitori nell’assistenza al bambino piccolo; è in funzione **dal lunedì al venerdì, dalle ore 8 alle ore 20 al numero 011/5082788**.

Sono coinvolti, in qualità di operatori, unicamente pediatri e/o infermiere pediatriche.



Bibliografia e Sitografia

- www.uppa.it *Un pediatra per amico*
- www.sidsitalia.it/le-regole-della-nanna-sicura/
- «salute.gov.it» *Ministero della Salute La prevenzione degli incidenti domestici in età infantile*
- *Bimbi in auto: vision zero. Regole per il trasporto sicuro*
- www.natiperleggere.it
- www.ospedalebambinogesu.it *Laura Corsi «Febbre»*

