

AVIS

ASSOCIAZIONE VOLONTARI ITALIANI SANGUE

Comunale Torino

IL NEONATO E... I PRIMI MESI DI VITA

A cura del
dott. IGINO ARBOATTI

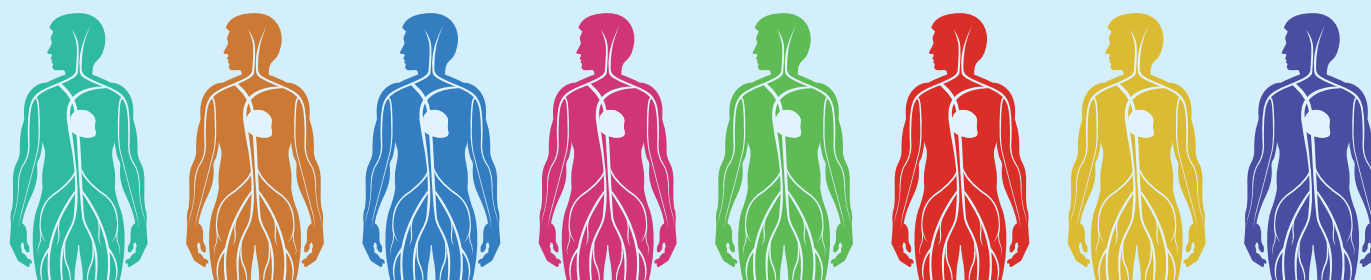
+ CONOSCENZA + PREVENZIONE

Normalmente si usa il termine "neonato" per designare il bambino nel periodo intercorrente tra la nascita e il primo mese di vita. Nel nostro caso, però, possiamo estendere questo periodo di alcuni mesi.

Prima di parlare del neonato ritengo sia interessante esporre alcune informazioni sulle tappe dello sviluppo embrionale. Il sistema nervoso centrale ha origine nel feto al diciottesimo giorno dal concepimento, per continuare poi al momento del parto e per anni dopo la nascita. Il sistema cardiovascolare comincia a funzionare in modo rudimentale circa alla terza settimana ed il battito cardiaco si può evidenziare all'ecografia transvaginale già in trentaquattresima giornata ed apprezzare acusticamente attorno alla nona/decima settimana di gravidanza. L'abbozzo del sistema muscolo-scheletrico si ha attorno alla quarta settimana di vita intrauterina, così come quello del sistema gastro-intestinale. Il sistema respiratorio inizia la sua formazione verso la ventiseiesima giornata e prosegue dopo la nascita, mentre la sintesi dei globuli rossi e di alcune componenti del sistema immunitario avviene in modo precoce a partire dal quattordicesimo giorno dal concepimento e gli abbozzi renali iniziano a funzionare dopo sette/otto settimane dalla fecondazione. Il sesso si identifica ecograficamente fra la diciottesima e la ventiduesima settimana di vita intrauterina.

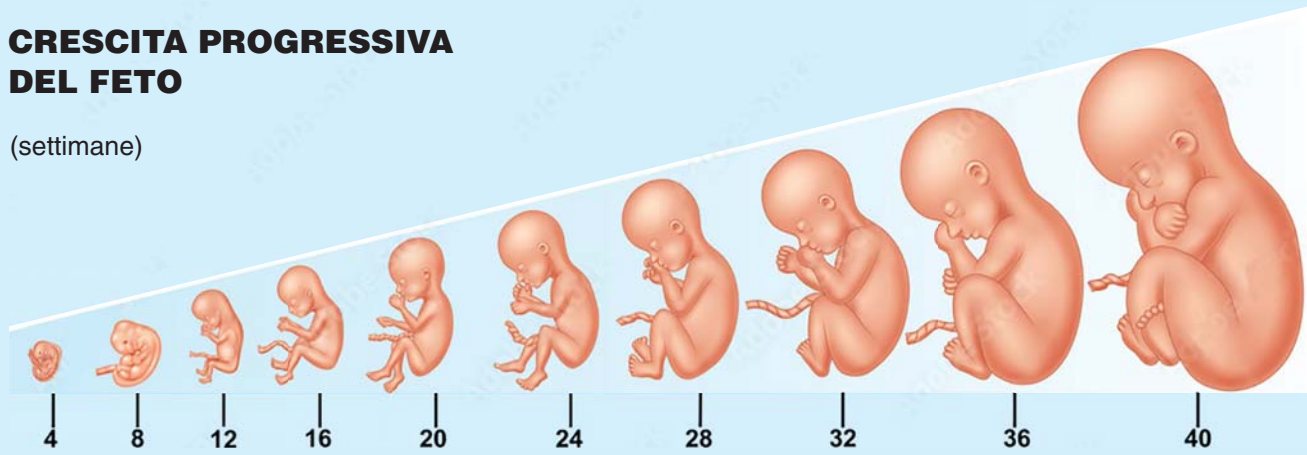
Il bambino, quando nasce, ha un peso che oscilla attorno ai Kg 3,500 e, per i primi tre mesi, dopo il calo fisiologico neonatale, cresce di circa 150/200 g la settimana. Dopo il terzo mese il ritmo ponderale tende progressivamente a rallentare, per cui il suo peso mediamente raddoppia al quinto mese di vita per triplicare all'anno. La circonferenza cranica misura circa 35 cm (è la parte più impegnativa al momento del parto), nel p r i m o mese aumenta di 2/3 cm e poi di

circa 1 cm al mese. La frequenza cardiaca è decisamente superiore a quella di un soggetto adulto: oscilla attorno ai 120/130 battiti al minuto, ma subisce frequenti variazioni in conseguenza di diversi stimoli come il pianto, il sonno, l'alimentazione.



CRESCITA PROGRESSIVA DEL FETO

(settimane)



Anche la frequenza respiratoria è più accelerata rispetto alla nostra: durante l'allattamento è di circa 35 atti al minuto, nel sonno scende a 32 e può superare anche i 60 durante il pianto. Il neonato possiede inoltre una capacità assente in noi adulti che è quella di riuscire a succhiare, deglutire e respirare quasi contemporaneamente (a intervalli estremamente ravvicinati)... Avete mai provato a respirare ed inghiottire in contemporanea?

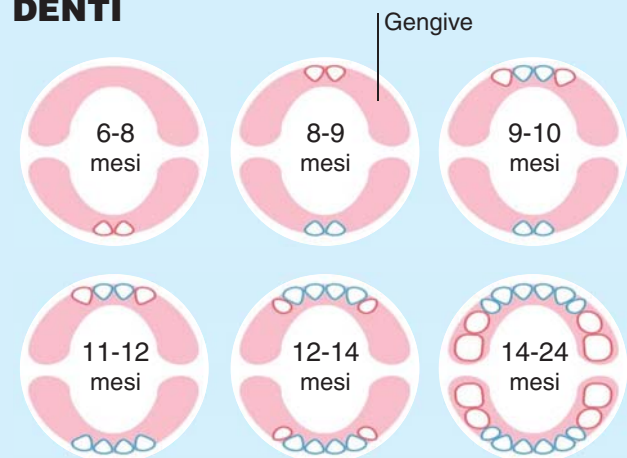
Poche ore dopo la nascita è già in grado di seguire un punto luminoso o un oggetto che si sposti lentamente e vede indistintamente in bianco e nero, a due/tre mesi mette a fuoco oggetti vicini e lontani e distingue il volto della mamma, ma ancora con una visione appiattita, come se vedesse una fotografia, in quanto il cervello riceve le immagini dai due occhi ma non riesce a fonderle e ad avere il senso della tridimensionalità, a quattro/sei mesi riesce a vedere come un adulto e ad un anno riconosce tutti i colori e ha il senso completo della tridimensionalità, anche se la completezza visiva viene raggiunta circa ai quattro anni di vita. Fino a sei/dieci mesi un leggero strabismo può rientrare nella normalità, così come è normale che ci possa essere un aumento della lacrimazione, causato da una leggera ostruzione fisiologica del sacco lacrimale.

È in grado di riconoscere, fra tante voci, quella della mamma (già percepita durante la fase gestazionale), per lui fonte di rassicurazione. Per questo motivo è importante che la mamma gli parli sovente in modo dolce, soprattutto nei momenti di più intensa emotività (poppate, bagnetto, cambio di pannolino, massaggi...). A tre mesi individua il luogo da dove proviene il rumore e tende a



girare la testa in quella direzione. A un anno ascolta attentamente la voce degli adulti e inizia a pronunciare le prime parole. Al **momento della nascita** è in grado di distinguere il dolce, l'amaro, l'acido, mentre la capacità gustativa completa si raggiunge verso il secondo/terzo mese. Anche la sensibilità dolorifica è già presente alla nascita e si sviluppa ulteriormente nei primi otto giorni di vita, però la localizzazione dello stimolo doloroso avviene solo dopo l'ottavo/decimo mese. Il neonato si può annoiare. Se, per esempio, resta a lungo nella culla e non riceve stimoli per qualche ora può innervosirsi, piangere o diventare irrequieto: sarebbe allora opportuno parlargli dolcemente, giocare con lui, fargli sentire della musica o il suono dei carillons. L'olfatto si affina più tardivamente, verso il secondo anno di vita, anche se è stato dimostrato che il lattante è già in grado di riconoscere alcuni odori pochi giorni dopo la nascita, soprattutto se legati alla mamma.

DENTI



Gli incisivi mediani inferiori sono i primi dentini (dentizione decidua) che compaiono verso il sesto/ottavo mese, poi spuntano gli incisivi mediani superiori (8/9 mesi), a 9/12 mesi quelli laterali superiori e quelli inferiori. I primi molari possono presentarsi circa fra il decimo e il sedicesimo mese, i canini dal sedicesimo al ventesimo e i secondi molari fra il secondo ed il terzo anno di vita.

Il bambino deve vivere in un ambiente il più sano possibile, evitare di respirare il fumo attivo e passivo

di sigaretta. La stanza dove soggiorna deve essere aerata frequentemente, anche nel periodo invernale. Se in questa stagione, causa termosifoni, l'aria è troppo secca è consigliabile l'uso di un umidificatore, senza l'aggiunta di essenze profumate o balsamiche (possibile effetto irritativo a livello respiratorio), ricordando che il tasso di umidità non dovrebbe essere superiore al 60/65 per cento, al fine di evitare lo sviluppo di muffe (se soffre di broncospasmo non bisogna utilizzare l'umidificatore nella stanza in cui soggiorna il lattante).

POSIZIONE PER DORMIRE



È consigliabile che sia messo a dormire di schiena, a pancia in su (prevenzione della SIDS o morte in culla), non deve essere coperto in modo eccessivo (non utilizzare piumoni) e soprattutto deve stare a capo scoperto; meglio usare un materasso rigido e farlo dormire senza cuscino, assicurarsi che non ci siano spazi liberi fra il materasso e le sponde del lettino e non mettere mai pupazzi di peluche "a nanna" con il bebé (rischio di soffocamento) ed altri oggetti, tipo catenine... perché potrebbero rappresentare pericoli durante il sonno. Per quanto riguarda il metterlo nel letto con i genitori ci sono pensieri diversi, in quanto se da un lato può favorire l'attaccamento, dall'altro esiste un rischio piuttosto serio di possibilità di soffocamento causato da movimenti nel sonno da parte dei genitori. Molto meglio tenere il lettino in camera con mamma e papà per i primi mesi di vita.

Il succhiotto può essere concesso (mai intingerlo nello zucchero o nel miele), deve essere pulito e lavato se cade per terra (la mamma non deve "sterilizzarlo" mettendoselo in bocca). Può essere utilizzato solamente fino al diciottesimo mese di vita, eccezionalmente fino ai due anni, in quanto il suo utilizzo prolungato potrebbe determinare deformità del palato (palato ogivale) e dell'arcata dentaria.

Il pianto rappresenta un senso di disagio del lattante. La causa più probabile è che pianga per fame, soprattutto se sono passate 2 o 3 ore dal pasto precedente, oppure per il fastidio creato



dal pannolino sporco, per noia, per sensazioni dolorose (orecchie, dentizione), per situazioni climatiche sfavorevoli (troppo caldo o troppo freddo), per coliche gassose (primi tre mesi di vita) o per reflusso gastro-esofageo.

Il bagnetto può essere fatto tutti i giorni o a giorni alterni o semplicemente due volte la settimana, utilizzando prodotti specifici od oli che abbiano anche un'azione idratante, la temperatura dell'acqua deve oscillare fra i 35°/37° e la durata non dovrebbe superare i 10/15 minuti. Per la pulizia del culetto e dei genitali è preferibile il latte detergente.

Il latte della mamma rappresenta l'alimento ideale in quanto completo per le necessità nutrizionali, diminuisce il rischio di infezioni intestinali, di allergie, di obesità, aumenta le difese immunitarie per la presenza di lattoferrina, protegge dal diabete e dall'ipertensione arteriosa, è a costo zero ed aiuta mamma e bambino a rinforzare il legame affettivo: esiste un legame molto stretto tra il benessere della mamma e la riuscita dell'allattamento. Il lattante deve essere attaccato al seno tutte le volte che lo richiede. La mamma deve bere molta acqua, non deve fumare, può seguire un'alimentazione varia, anche bere uno/due bicchieri di vino al giorno (no superalcolici). I cibi con cui la mamma si è nutrita durante la gravidanza sono stati "assaporati" dal bambino durante la vita embrionale e quindi non gli creeranno alcun problema



se assunti dalla mamma durante l'allattamento (esclusi i funghi). Bisogna però fare molta attenzione ad eventuali farmaci utilizzati dalla mamma, perché normalmente tendono a passare nel latte.

Nel caso in cui la mamma non possa allattare al seno si usano i latti umanizzati. Questi derivano dal latte di mucca che viene trattato, "umanizzato", per renderlo simile al latte materno secondo i dettami dell'ESPGAM (Ente internazionale di controllo che valuta le necessità alimentari del bambino in funzione di un corretto sviluppo). A questo scopo ne viene modificata la composizione degli zuccheri, dei grassi e delle proteine, con una integrazione di vitamine, lattoferrina, ferro, sali minerali, lattosio e oligosaccaridi. Normalmente esiste un tipo 1 che si utilizza dalla nascita fino al quinto/sesto mese di vita, un tipo 2 che dal quinto/sesto mese va fino all'anno e un terzo tipo, detto "di crescita", che può essere somministrato fino ai 18/24 mesi. Il latte di latteria, quello intero (tipo tappo rosso) - non quello parzialmente scremato in

quanto il bambino ha bisogno di un maggior apporto di lipidi da impiegare per la formazione del sistema nervoso - non deve mai essere usato prima dell'anno di vita per la possibilità di creare reazioni allergiche e disturbi digestivi. Lo svezzamento inizia normalmente verso il sesto mese di vita se il bambino è allattato al seno, può essere anticipato di 15 gg/un mese se è alimentato con latte umanizzato. Il latte materno, naturalmente integrato dagli altri alimenti, può essere somministrato anche fino al ventesimo/ventiquattresimo mese di vita.

La comparsa di crosta latte (dermatosi seborroica del cuoio capelluto) o di particolari reazioni cutanee caratterizzate da cute arrossata, pruriginosa e tendenzialmente arida (dermatite atopica) possono essere, nella maggior parte dei casi, un segno di allergia al latte vaccino (i lattini umanizzati derivano da quello di mucca, ma anche la mamma che allatta al seno, assumendo con l'alimentazione latte, latticini e formaggi, trasmette attraverso il suo latte le proteine di quello vaccino responsabile delle manifestazioni allergiche). Queste tendono normalmente a scomparire con il passare dei mesi, vanno trattate con creme idratanti particolarmente grasse (per il cuoio capelluto va bene anche l'olio di mandorle); l'alimentazione materna va modificata eccezionalmente e solo se sono presenti manifestazioni particolarmente gravi ed estese, così come il latte umanizzato va sostituito con lattini a base di proteine idrolizzate o con lattini di soia solo nel caso di peggioramento clinico o di situazione di particolare disagio del bambino.

Alcuni cenni sullo sviluppo psico-motorio

Primo mese: coricato a pancia in giù tiene la testa sollevata per alcuni secondi o la gira per sollevare il nasino dal materasso. Tiene le mani chiuse a pugno e tende ad afferrare un oggetto solo come riflesso. Piange ed emette suoni gutturali. Si calma se è preso in braccio o se vede qualcuno. Presta attenzione al suono della voce. Può avere sorrisi generici, cerca il contatto con gli occhi, segue un oggetto.

Secondo mese: sdraiato sul pancino tiene la testa in centro e, in braccio, la mantiene diritta per alcuni minuti. Fa la bicicletta con braccia e gambe. Afferra gli oggetti in modo volontario. Comincia a sorridere alla mamma. I suoni diventano mugolii. Fissa ciò che lo circonda. Guarda le persone e si eccita sgambettando e muovendo le braccia. Sobbalza ai rumori.

Terzo mese: a pancia in giù sostiene bene la testa e gira contemporaneamente braccia e gambe. Controlla in modo più consapevole i movimenti del corpo. Sostentato con cuscini può stare seduto. Scopre le sue mani e tenta di afferrare gli oggetti. Il sorriso diventa consapevole. Gorgoglia, ride e pronuncia i primi monosillabi.



Distingue suoni e voci e prolunga le azioni piacevoli (senso della memoria). Osserva attentamente mani e piedi. Smette di piangere in relazione a chi lo tiene in braccio.

Quarto mese: a pancia in giù si appoggia sulle braccia e dondola, si rotola da un lato all'altro. Gira la testa in tutte le direzioni e la tiene diritta per brevi periodi. Può tenere in mano un sonaglio. Pronuncia e vocalizza suoni di varia tonalità. Gira la testa verso la fonte di un suono. Esprime diversi stati d'animo e si diverte giocando.

Quinto mese: rotola dalla posizione supina alla prona. Sostentato sotto le ascelle si tira facilmente in piedi. Porta il piedino in bocca e cerca di succhiarne le dita. Può stare seduto anche per mezz'ora se appoggiato ad uno schienale rigido. Riesce a tenere il biberon con le due mani e unisce le mani per giocare. Rigira, si mette in bocca e mastica gli oggetti. Vocalizza spontaneamente e prova ad imitare i suoni. Si sporge a guardare l'oggetto caduto. Si dondola e solleva le braccia per essere preso in braccio.

Sesto mese: si gira in tutte le direzioni, si alza sulle mani, si sporge in avanti e indietro. Sta seduto e si tiene in equilibrio. Ruota il polso e raggiunge gli oggetti che entrano nel suo campo visivo tendendo il braccio. Varia il volume della propria voce ed emette suoni lunghi che esprimono piacere o dispiacere. Si gira quando sente pronunciare il proprio nome e smette di piangere al suono della musica. Mostra piacere a giocare con le persone.

Dal settimo al nono mese: inizia a muoversi a carponi o strisciando, sostenuto per le braccia riesce a stare in piedi, verso i nove mesi si alza e sta in piedi attaccato a un mobile e può iniziare qualche passo tenuto per mano. Comincia a dire mamma e papà, poi balbetta suoni da solo, schiocca la lingua, imita la tosse, dice parole senza senso, balbetta. Risponde bene al suono del suo nome e riconosce i suoni che gli sono familiari, teme gli estranei e ha paura a separarsi dalla mamma (fase dell'angoscia del nono mese). Sperimenta l'azione "dentro-fuori" mettendo in un contenitore i giochi, per tirarli poi fuori, costruisce una torre di due cubi, passa le cose da una mano all'altra, si sceglie i giocattoli e li difende.

Dal decimo mese all'anno: va sempre più spedito a quattro zampe, si arrampica sulle sedie, sta in piedi da solo e all'anno può fare i primi passi, può scavalcare il bordo del lettino e arrampicarsi sulle scale. Confronta gli oggetti, batte le manine e gli oggetti uno contro l'altro, costruisce una torre di tre cubi. Capisce i comandi, imita gli altri, porta il cucchiaino in bocca, si toglie le calze. Progetta le azioni prima di metterle in pratica. Farfuglia una o più parole per lunghi periodi, balbetta brevi frasi e il suo vocabolario si arricchisce di parole semplici. Preferisce alcune persone e manifesta affetto a persone e oggetti.

E poi... a sei anni va a scuola, a quindici ha il primo innamoramento, poi inizia a lavorare, verso i 30 anni si sposa e poi diventa genitore e... la storia ricomincia.