



A BeCeDario

per i genitori di neonati
dimessi dall'Ospedale Alto Vicentino



Cari genitori

qui troverete un elenco di temi relativi alla cura del vostro piccolo e della sua alimentazione, ma non solo, da consultare al bisogno una volta tornati a casa... buona lettura!

L'Ospedale Alto Vicentino in cui sono nati i Vostri Bambini aderisce al Progetto Regionale per la promozione, la protezione e il sostegno dell'allattamento al seno ed è diventato Ospedale Amico dei Bambini e delle Bambine da marzo 2018.



A - aiuto dove cercarlo

**Se hai bisogno di fare domande sull'alimentazione e sui comportamenti del tuo bimbo,
se ti sembra di avere un problema con il seno,
se ti senti un po' giù, puoi cercare aiuto presso:**

AMBULATORIO SEZIONE NEONATALE - Ospedale Alto Vicentino

c/o Poliambulatori 1, Ospedale Alto Vicentino, via Garziere 42, Tel 0445/571511
lunedì, mercoledì e venerdì mattina non festivi dalle 11:00 alle 13:00.

PEDIATRA DI LIBERA SCELTA DI RIFERIMENTO

CONSULTORI FAMILIARI - SPAZIO OSTETRICO con presenza di ostetrica

THIENE: c/o Centro Sanitario Polifunzionale (ex Ospedale), via Boldrini 1,
Tel 0445/389037, martedì e giovedì dalle 11:00 alle 13:00

SCHIO: c/o Casa della Salute (ex Ospedale), via C. De Lellis 1,
Tel 0445/509059, mercoledì e venerdì dalle 11:00 alle 13:00

Per problemi urgenti: **PRONTO SOCCORSO OSPEDALE ALTO VICENTINO**

Buono a sapersi

Puoi trovare sostegno e aiuto competenti presso altre strutture e consulenti in allattamento nella lista del sito aziendale alla pagina: <https://www.aulss7.veneto.it/sostegno-allattamento>

Alcuni Comuni dell'Alto Vicentino forniscono **consulenze gratuite con personale ostetrico a domicilio** (nell'ambito del progetto: "Aggiungi un'ostetrica ai tuoi contatti"): chiedi informazioni al momento dell'iscrizione del tuo bambino/della tua bambina all'ufficio anagrafe di riferimento o all'ufficio anagrafe in ospedale.

Altri Comuni forniscono **consulenze gratuite con IBCLC** (consulente in allattamento).

Nel **sito della Lega del Latte** (<https://www.lllitalia.org>)
in MENU'-RISORSE troverete interessanti VIDEO per accompagnarvi
nella gestione dell'allattamento e della cura del seno.



B - bilancia non sempre ti aiuta

Chiedi che il tuo bimbo sia pesato da operatori in grado di interpretare la sua crescita (vedi A come AIUTO).

La crescita del tuo bambino è relativa al peso alla nascita e all'età gestazionale in cui è nato. In linea generale, ricordati che dal 3° mese di età in poi fisiologicamente la crescita rallenta e dal 6° mese si dimezza (vedi allegato 3).





C - capezzoli

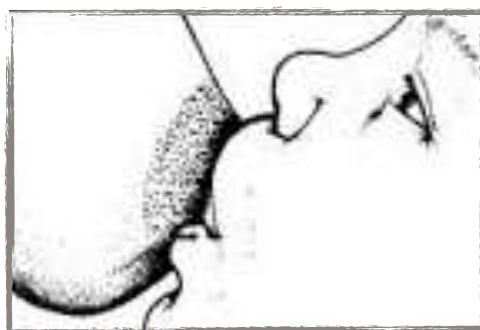
Sono ancora irritati o presentano ragadi dopo la dimissione? Il tuo colostro e il tuo latte sono la miglior crema da spalmare dopo la poppata. Dopo aver spalmato il latte lascia il seno all'aria il più possibile, se hai ragadi meglio evitare le coppette assorbilatte quando chiudi il reggiseno, che dovrebbe essere di cotone e molto morbido senza cuciture che lascino il segno sulla pelle.

E ricorda: la miglior strategia per prevenire questi problemi è l'attacco corretto al seno.



ATTACCO CORRETTO

Non provoca dolore
Bocca del bebè ben spalancata
Labbra estroflesse
Mento che tocca il seno
Assenza di rumori di schiocco



ATTACCO SCORRETTO

La prerogativa per un attacco corretto al seno, in qualunque posizione tu decida di allattare, è che tu e il tuo bimbo siate comodi, che lui sia contenuto e sostenuto in particolare alle spalle, con viso e corpo rivolti verso di te.

Orecchio, spalla e anca del bambino dovrebbero essere in asse, cioè tutti allineati.

Nella posizione semireclinata (fig1) tutto ciò si verifica in modo spontaneo.

Figura 1





D - dieta

Quando allatti puoi mangiare di tutto? Sì! Con buon senso, favorendo l'assunzione di frutta e verdura di stagione. Il tuo piccolo si abituerà così a tutti i sapori della vostra tavola.

Caffè? Consentito con moderazione.

Alcool? Evita gli alcolici: quando assumi bevande che contengono dell'alcol, in allattamento, anche il tuo bambino "beve" con te...

Quanta acqua? Solo quella che senti il bisogno di bere, senza dimenticare di prepararti il bicchiere pieno d'acqua vicino a te quando allatti.



E - eccomi

Il vostro neonato mangia, dorme, fa cacca e pipì, piange...ma non solo!

Ci saranno dei momenti, sempre più frequenti nel tempo, in cui sarà sveglio, tranquillo, durante i quali vi cercherà e vi guarderà.

Favorite queste occasioni, facendo "4 chiacchiere" con lui.

Il pianto dei neonati è un atteggiamento di richiamo per i genitori; è importante non ignorarlo e accogliere il piccolo tra le proprie braccia o provare ad attaccarlo al seno, senza aver paura di viziarlo.



F - farmaci

Una donna che allatta può assumere i farmaci che le vengono prescritti, la maggior parte delle volte senza bisogno di sospendere l'allattamento.

Ad esempio, gli antidolorifici sono tutti consentiti, tranne quelli a base di codeina.

I più idonei sono ibuprofene, paracetamolo (ottimi anche in caso di dolore “solo” ai capezzoli).

Se non sei allergica a questi farmaci la corretta posologia per IBUPROFENE è 400MG ogni 8 ore a stomaco pieno.

In linea generale, se ti viene prescritto un farmaco, se devi essere sottoposta a RX, TAC o RMN con mezzo di contrasto, o a un intervento in anestesia locale o generale, puoi valutare la compatibilità con l'allattamento dei farmaci/anestetici/mezzi di contrasto in questione contattando i seguenti centri di riferimento nazionali:

-U.O. Tossicologia Clinica-Centro Antiveneni Ospedali Riuniti di Bergamo, attivo 24 ore su 24: [Numero verde 800883300](tel:800883300)

-FIRENZE (ENTIS) Centro di Riferimento Regionale di Tossicologia Perinatale. Tossicologia Medica. Azienda Ospedaliero Universitaria Careggi. [Per il pubblico: 055.7946731. Lunedì:14.00 – 17.00 Da martedì a venerdì: 10.00 – 14.00.](tel:055.7946731)

Oppure puoi richiedere informazioni al personale sanitario di riferimento (vedi A come AIUTO).

Informazioni utili sono presenti anche nel sito aziendale.

Infine, in previsione di un eventuale intervento che potrà tenerti separata dal bambino per un tempo superiore all'intervallo tra le poppate, può essere utile conservare del latte spremuto preventivamente, da far somministrare al bambino in tua assenza.



G - gemelli

Il tuo lavoro in questo caso raddoppia, così come il bisogno di aiuto.

Torna alla A!



H - ho bisogno di papà

Caro papà, il neonato ha bisogno della tua presenza, e la tua compagna ha bisogno della tua fiducia, del sostegno pratico nelle attività quotidiane, sia di giorno che di notte.

C'è bisogno di te per creare un clima sereno nella neofamiglia, per filtrare visite e telefonate di parenti e amici che, soprattutto durante i primi giorni dopo la dimissione, possono essere fonte di stress.

Se poi familiari e amici esagerano con i consigli chiedete loro di regalarvi un po' d'aiuto pratico (preparazione pasti, accudimento degli altri figli, faccende domestiche).



I - ingorgo mammario

Seni diffusamente duri, tesi, caldi, dolenti, dai quali il latte esce con fatica/non esce o il bambino fatica ad attaccarsi.

LA PREVENZIONE:

poppate frequenti, anche a TUA richiesta, quando i seni cominciano a darti fastidio perché troppo tesi.

LA SEQUENZA DELLA CURA: IMPACCO FREDDO - MASSAGGIO - SPREMITURA

Impacco freddo:

con borsa del ghiaccio/gel termico appoggiato sul seno (*con panno interposto per evitare ustioni da freddo!*) oppure panno da cucina bagnato con acqua e raffreddato in congelatore per 15 minuti.

Massaggio:

a mani aperte a panino sopra e sotto il seno, o con movimenti rotatori con le nocche delle dita per qualche minuto.

Spremitura:

vedi S come SPREMITURA.

SE TUTTO CIÒ NON È SUFFICIENTE:

FAI PRIMA DI TUTTO LA **MANOVRA DELLA PRESSIONE INVERSA AMMORBIDENTE**

(Reverse Pressure Softening)

- Posiziona le dita o i pollici nella zona circolare attorno ai capezzoli (areola) come nelle figure
- Se il gonfiore è molto pronunciato puoi stenderti sulla schiena
- Premi gentilmente ma con decisione verso le costole
- Mantieni la pressione costante per 1-3 minuti, ripeti più volte il ciclo di pressione
- Potrebbero formarsi delle "fossette" che dureranno abbastanza a lungo da consentire un facile attacco del bambino al seno
- Non appena l'areola sarà morbida attacca il bambino al seno





L - latte materno

Fino al 6° mese di età il tuo bambino, oltre al latte, non ha bisogno di altri liquidi. Anche d'estate con il caldo il latte lo aiuta a idratarsi!

Aggiunte, tisane e camomilla disturbano la sua crescita armoniosa e possono far calare la produzione di latte della mamma.

Il tuo bambino sarà pronto ad assaggiare cibi solidi verso i 6 mesi con ampia variabilità individuale. Per capire quando iniziare, potrai “leggere” i segnali che indicano che il tuo bambino è pronto: capacità di portare con la mano oggetti alla bocca, possibilità di rimanere ben seduto con sostegno, scomparsa del riflesso di protrusione della lingua quando si offre un cucchiaino con cibo...



Per maggiori informazioni sull'introduzione dei cibi complementari vedi opuscolo "Mangio bene con voi" nel sito Genitori più

alla pagina <https://www.genitoripiu.it/mys/apridoc/iddoc/375>.

Se il tuo bambino è **nato prematuramente**, ricordati di considerarne l'età corretta, cioè quella calcolata dalla data presunta del parto, altrimenti si rischia di offrire prematuramente del cibo solido ad un bambino che non è ancora pronto, col rischio di ottenere rifiuto.

Dopo l'avvio dell'alimentazione con cibi complementari, il tuo latte continua a proteggerlo dalle infezioni e riduce la probabilità di sviluppare alcune malattie in età successive quali allergie, sovrappeso, obesità, diabete, e puoi allattarlo fino ai 2 anni di vita ed oltre, secondo il desiderio di mamma e bambino (indicazioni OMS).

I bimbi alimentati artificialmente continuano fino al compimento dell'anno di età dopo il quale non vi è più reale necessità di somministrare latte artificiale.

L'**acqua** può essere offerta con un bicchierino in parallelo all'introduzione dei cibi complementari.



M - montata lattea

Alcune mamme con la montata lattea provano tensione e calore alle mammelle e hanno un lieve aumento della temperatura corporea (ricordati di misurare la febbre all'inguine, non all'ascella!), altre mamme non percepiscono differenze, ma il latte arriva comunque.

Le azioni per ridurre il fastidio sono le stesse che per I come INGORGO e il tuo bambino ti ringrazierà se agisci per tempo: **non è mica facile attaccarsi a un seno teso e duro!**



N - notte

Durante le prime settimane di vita il tuo bambino poppa più spesso di notte che di giorno: cerca il seno, ma soprattutto la presenza e il calore dei genitori.

Per recuperare il sonno perduto per la mamma è meglio adattarsi ai ritmi del proprio bambino riposando sia di giorno che di notte tra le poppate.

Tenerlo nella camera da letto dei genitori per i primi 6 mesi di vita aiuta a rispondere al meglio ai suoi bisogni notturni e, come l'allattamento al seno, ha un ruolo nella prevenzione della SIDS ("morte in culla").

Per un approfondimento sul Sonno sicuro: vedi Allegato 1



O - orari

Per produrre il latte di cui il tuo bambino ha bisogno meglio **allattare a richiesta**, cioè quando il neonato mostra segni precoci di fame: risveglio, apertura della bocca, ricerca del seno, lingua protrusa, mani alla bocca.

Il pianto è segnale tardivo di fame: se non ti sei accorta che iniziava ad avere fame prova a calmare il tuo piccolo, con le coccole e con un po' di latte spremuto in un cucchiaino e offerto al piccolo, e poi via con la poppata!

NB: dopo il calo di peso fisiologico dei primi giorni, quando inizierà a crescere, non serve svegliare un neonato a termine sano affinché mangi, buttate via l'orologio!

E se è un dormiglione o è nato piccino? Ti avranno suggerito di svegliarlo ogni 2 ore-2 ore e mezza (**almeno 8 pasti/24ore**): giusto! Finché non inizia a crescere meglio essere solerti, poi potrai rilassarti e adeguarti alle sue richieste.



P - pancia in su nel sonno

La posizione sicura nel sonno è a pancia in su! (vedi allegato 1)

Quando il bambino è sveglio tuttavia meglio favorire altre posizioni: in braccio, in fascia (o in marsupio dopo le prime settimane di vita), disteso su di voi a pancia in giù, così imparerà a controllare il capo e gli eviterete appiattimenti della testina.



R - ritmi

I bambini non sono tutti uguali e succhiano in modo molto differente l'uno dall'altro: questa diversità va rispettata.

Lascia che sia il tuo bambino a decidere quando terminare la poppata: gli garantirai tutto quello di cui ha bisogno! E ricordati che le poppate possono essere molto frequenti, soprattutto nelle prime settimane: questo è del tutto normale.

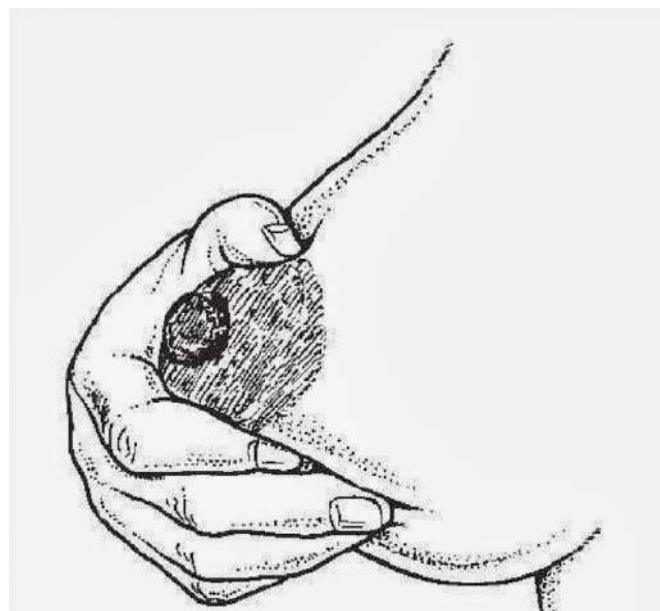
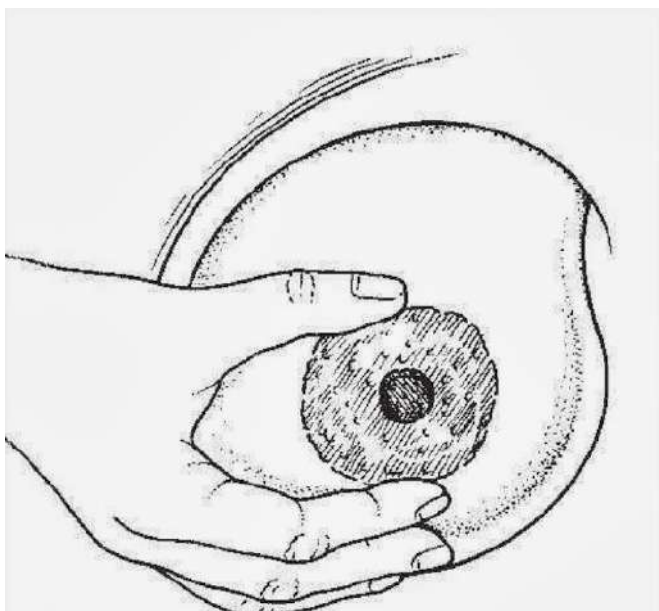
Inoltre, esistono periodi in cui il bambino improvvisamente per qualche giorno sembra non volersi più staccare dal seno. Niente paura: più il neonato stimola il seno e più quest'ultimo si adegua alle richieste con una maggiore produzione: in capo a qualche giorno il bambino tornerà ai suoi personali ritmi...probabilmente sta sperimentando il cosiddetto "scatto di crescita".





S - spremitura

La spremitura manuale (sempre preceduta da massaggio: vedi I come INGORGIO) quando ben eseguita ti aiuta: a stimolare il seno quando ancora non è arrivata la montata latte, ad aumentare la produzione di latte, a detendere il seno, a raccogliere latte spremuto da sfruttare in varie situazioni (calmare un neonato che piange molto, aiutarlo ad attaccarsi quando vi siano difficoltà, sostituire un pasto diretto al seno).



Mano a C appoggiata al seno - distanza tra pollice e indice di circa 4 cm - capezzolo in linea con i polpastrelli.

PRESS: pressione di pollice e indice verso il torace.

COMPRESS: compressione a pinza dell'areola senza far scivolare le dita.

RELAX: rilascio della pressione mantenendo le dita aderenti alla pelle.

Ripeti più volte la sequenza: **PRESS-COMPRESS-RELAX**, ruotando le dita rispetto ai quadranti del seno.



T - tiralatte

Ti sono state date indicazioni al suo utilizzo? Ricorda che la seduta al tiralatte andrebbe preceduta da massaggio e impacco caldo.

Quante volte al giorno? Per aumentare o mantenere la produzione di latte servono almeno 8 spremiture al giorno (non serve osservare intervalli fissi, segna su un quaderno le sedute).

Pausa notturna? Consentita fino a 5-6 ore.

Per quanto tempo tirare? Per 1-2 minuti supplementari quando non esce più il latte, alterna pure i seni più volte! Ti sembrerà meno gravoso. Di regola non serve superare i 20-30 minuti per seno.





U - urine (e feci)

Per capire se il tuo neonato stia assumendo latte a sufficienza puoi allenarti a contare il numero dei pannolini inzuppati di pipì nelle 24 ore: dopo il 5° giorno di vita dovresti contarne almeno 5-6, e le urine dovrebbero cominciare a essere chiare e inodore. Se non ti ritrovi in questi numeri: torna alla A.

E le feci? Almeno 3 scariche di feci giallastre e grumose nelle 24 ore fino ad arrivare a una scarica durante o dopo ogni poppata al seno. Eccezioni: qualche neonato nei primi giorni di vita potrebbe trattenere le feci anche per più giorni di seguito, al termine dei quali emetterà una grande scarica di feci morbide: non si tratta di stitichezza.

Dopo il 1° mese di vita panni bagnati e scariche potrebbero diminuire di numero nelle 24 ore (aumentando di quantità) perché il tuo bambino inizia a controllare e trattenere più a lungo (vedi allegato 3).



V - vizio

Se il tuo bambino potesse parlare ti direbbe: “Coccolami, abbracciarmi, contienimi, scaldami! Non é questo che mi vizia, non sono autonomo, non so badare a me stesso! Ho un infinito bisogno di te e di papà!”

Allegato



Z - zuppa di tutto un po'

I neonati starnutiscono per liberarsi il nasino; la respirazione neonatale è essenzialmente nasale per cui se il nasino è chiuso, i neonati presentano sia difficoltà nella respirazione che nell'alimentazione: in questi casi è utile instillare alcune gocce di soluzione fisiologica nelle narici (lavaggio nasale), in particolare prima dei pasti.

I neonati possono avere il singhiozzo in particolare dopo i pasti; è un fenomeno che si autolimita nel tempo ma i neonati possono esserne infastiditi; potrebbe risultare utile attaccarli nuovamente al seno e il singhiozzo si esaurirà prima.

I neonati possono presentare rigurgiti di latte (fuoriuscita dalla bocca e o dal naso di modeste quantità di latte) anche dopo 2-3 ore dalla poppata; questo avviene solitamente dopo la prima settimana; dopo i pasti è utile pertanto tenere il neonato in posizione eretta per permettergli di fare il **ruttino**, che a volte non arriva; pazienza!

Se i neonati presentano **secrezioni oculari** è utile pulirle con garze sterili e fisiologica avendo cura di partire dalla zona sporca verso quella pulita. Se le secrezioni sono abbondanti anche dopo qualche giorno di detersione sentire il proprio pediatra.

La temperatura del neonato può essere misurata all'ascella con un comune termometro: consideriamo febbre la temperatura ascellare se superiore ai 37°C.

Il bagnetto al neonato può essere fatto per immersione fin dai primi giorni, anche se il cordone ombelicale non si è ancora staccato; bisogna accertarsi della temperatura dell'acqua prima dell'immersione; non è strettamente necessario usare detergenti: se si utilizzano, sono preferibili quelli neutri e senza profumazioni. La frequenza e l'orario del bagnetto sono a discrezione della mamma in base alle esigenze del neonato.

È preferibile **tagliare le unghie** dopo circa 1 mese di vita, utilizzando una forbice con punte arrotondate, altrimenti si rischia di tagliare la pelle attaccata all'unghia.

La temperatura a casa deve essere mantenuta intorno ai 20°C.

Per il **trasporto in auto** è raccomandabile usare gli appositi seggiolini a norma, adeguatamente fissati; anche per tragitti brevi.

Il bimbo può essere portato a passeggio da subito, evitando le ore più calde in estate e le ore più fredde in inverno. Si consiglia inoltre di evitare ambienti chiusi e affollati.

Nessun problema a salire in **montagna** o a portarlo in **aereo**: può essere utile farlo poppare durante la salita in auto, o durante le fasi di decollo e atterraggio in aereo.

Allegato 1

Sonno sicuro

La posizione più sicura per il sonno del bambino è:

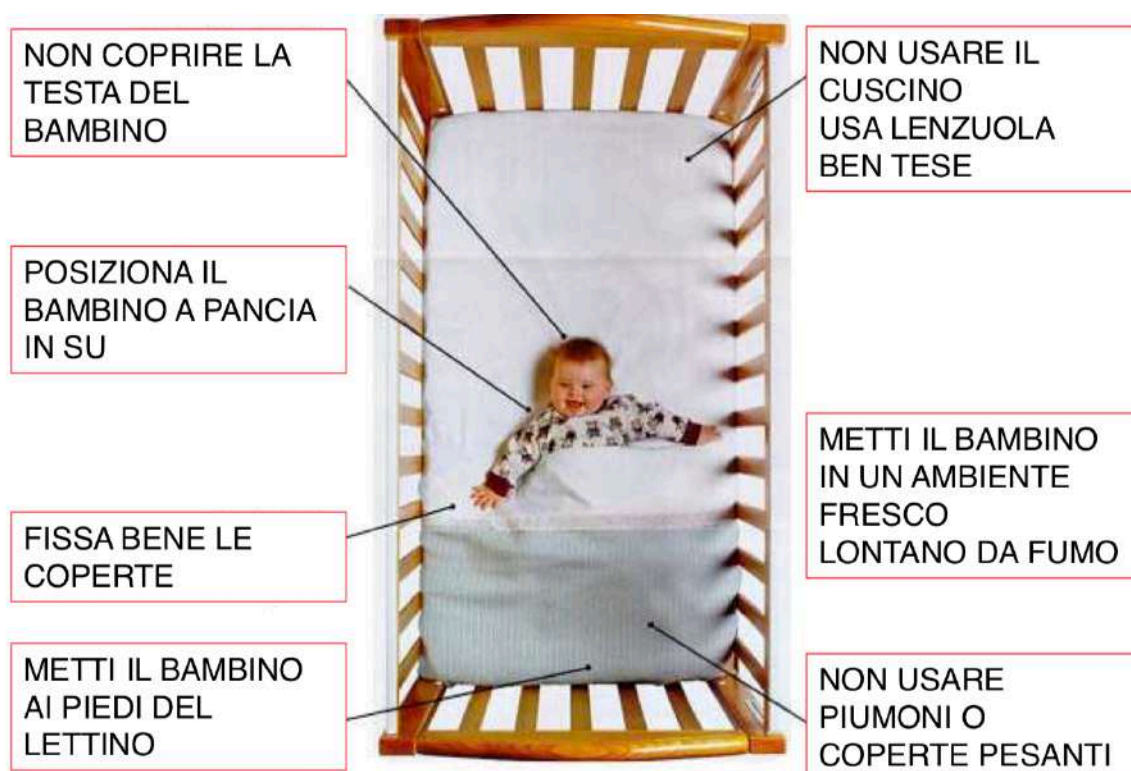
- nella propria **culla**
- a **pancia in su**, non di fianco, né a pancia in giù
- nella **stessa stanza dei genitori** fino ai 6 mesi
- in un **ambiente fresco**, attorno ai 20°

Durante il sonno è consigliato:

- **vestire** il bambino in modo **leggero**
- mantenere la **testa libera da coperte o cuscini**
- lasciar **libera la culla da piumini soffici o pupazzetti, paracolpi**

La condivisione del letto dei genitori (bed sharing) non è la scelta più sicura perchè nei primi mesi di vita può portare ad un aumento del rischio di SIDS (morte improvvisa di un bambino apparentemente sano durante il sonno) ed è particolarmente pericolosa se:

- **viene praticata su un divano**
- **i genitori sono fumatori o hanno fatto uso di alcol, farmaci o sostanze psicoattive o non sono in buone condizioni di vigilanza**
- **il bambino è nato pretermine o piccolo per età gestazionale o ha poche settimane di vita.**



Sonno sicuro

Quando i genitori condividono la stanza con il loro bambino l'alimentazione notturna risulta più semplice, i bambini piangono meno e i genitori e i bambini dormono di più.

Avere una culla affiancata al letto permette alla mamma di allattare e mantenere la sicurezza del bambino, che si sentirà rasserenato dalla sua vicinanza.

Il bambino può essere tenuto sul letto dei genitori mentre lo si allatta spostandolo poi nella culla dopo la poppata e le coccole una volta riaddormentato.

Soprattutto nelle prime settimane di vita può essere utile creare un contenimento nello spazio della culla, per esempio arrotolando un asciugamano e disponendolo a forma di U creando così un nido dove appoggiare il proprio bambino ben addormentato, con l'accortezza che la testa rimanga nella parte libera della U.



Allegato 2

Quando il tuo bambino piange

Prevenzione "shaken baby"

Prevent Shaken Baby Syndrome

وقاية Shaken Baby

防止摇晃婴儿综合症

EVITA DI SCUOTERLO

Non scuotere il tuo bambino se piange. La sua testa, più pesante del corpo, potrebbe subire dei contraccolpi. Può essere pericoloso. Evitalo.

*Avoid shaking him
Do not shake your child if he cries. His head,
heavier than his body, could suffer
the consequences. It is dangerous. Avoid it.*

لا تهزه
لا تهزه عندما يبكي الطفل
رأسه أثقل من جسمه ويمكن يتأثر
ويكون خطيرا لهذا
تجنبيه

避免摇晃寶寶
你孩子哭的时，別搖晃他。
為嬰兒的頭部比身體大，搖
晃嬰兒會造成嚴重後果，
這是很危險的。



ATTENZIONE AL GIOCO!

A volte per giocare si usa la modalità di far saltare il bambino verso l'alto. Non lo fare. La sua testa può subire traumi irreparabili.



*Be careful when you play!
As part of play, people sometimes
toss their children up and down. Do not do this.
His head could undergo irreparable trauma.*



إنتبهى للعبة
في بعض الأحيان تحملين الطفل للعب معه وتحملينه
للاعلى فمن الممكن يألّمه في رأسه وهنا الصدمة التي
لا تعوض

作为游戏的一部分，有时候人们把小孩子
抱着上下摆动，请不要这样做。
他的头部会造成无法弥补的创伤。

IL PIANTO DEL NEONATO È L'UNICO STRUMENTO CHE HA PER COMUNICARE: PUÒ AVERE FAME, SONNO, CALDO, FREDDO O IL BISOGNO DI ESSERE CAMBIATO O SEMPLICEMENTE AVERE BISOGNO DI COCCOLE E DI UN CONTATTO FISICO PER ESSERE RASSICURATO. CONSOLALO, MA NON SCUOTERLO. MAI.

*A child's crying is the only method he has for communicating. He could:
be hungry, sleepy, hot, cold, need changing or simply need physical,
loving contact as reassurance. Comfort him, but never shake him.*

البكاء هي الوسيلة لديه لكي يتواصل معك ممكن يكون
يحبس بالجوع و لا النوم وممكن الحرارة وحتى
لكن.. البرودة او يريد تغيير الحفاضة او يريد الاهتمام
لا تأخديه بين ذراعيك ابدا

对于宝宝，哭泣是表达情绪的唯一方法。宝宝哭，
可能是他饿了、累了、热了、病了、尿布湿了、觉
得挫折... 或者他其实只是需要你的支持和爱护。
所以你可以安慰他，但千万不要摇晃他。

Allegato 3

Come cresce il tuo bambino

REGIONE DEL VENETO

genitori più




















a cura dell'ULSS 9 Scaligera

Foto: [best start](#) [mamma e papà](#) [mamma e papà](#)

Come cresce il tuo bambino?

Come cresce il tuo bambino?

Età del tuo bambino	1ª settimana												
	1º giorno	2º giorno	3º giorno	4º giorno	5º giorno	6º giorno	7º giorno	2ª settimana	3ª settimana	4ª settimana	5ª settimana	6ª settimana	
Grandezza dello stomaco del tuo bambino	 Grandezza di una ciliegia		 Grandezza di una noce		 Grandezza di un'albicocca			 Grandezza di un uovo					
Di quanto latte ha bisogno il tuo bambino al giorno?	 Da 10 a 100 ml Da 1 a 10 cucchiaini		 200 ml Quasi una tazza					 Da 700 a 800 ml Da 2 tazze e mezzo a 3 tazze e mezzo circa					
Pannolini bagnati al giorno (24 ore)	 Almeno 1	 Almeno 2	 Almeno 3	 Almeno 4	 Almeno 5	 Almeno 6							
Pannolini sporcati al giorno (24 ore) Numero e colore delle feci	 Almeno 1-2 nero - verde scuro		 Almeno 2-3 marrone - verde - giallo senape			 Almeno 1-3 abbondanti giallo senape			 1 o più abbondanti* giallo senape				
Peso del tuo bambino	La maggior parte dei bimbi perde il 5-7% del peso alla nascita o nei primi 3-4 giorni di vita					Il bimbo recupererà il suo peso alla nascita entro 10-15 giorni			Il bimbo dovrebbe crescere di circa 200 grammi la settimana per i primi 3 mesi				

Ricordati che il latte materno rappresenta tutto il nutrimento di cui ha bisogno il tuo bambino per i primi 6 mesi.
A sei mesi inizia ad aggiungere gradualmente cibi solidi continuando ad allattare il tuo piccolo fino a 2 anni e oltre, se tu e il tuo bambino lo desiderate.



* Oltre la 6ª settimana la capacità del neonato di contenere latte cresce ed il bimbo può scaricarsi meno frequentemente

Allegato 4

Medicazione del moncone ombelicale

QUANDO pulire:

2 volte al giorno o più spesso se si sporca di urine o feci.

COSA ti serve:

garze sterili e soluzione fisiologica.

COME procedere:

1. *lavati le mani*
2. *pulisci con garza imbevuta di fisiologica* il moncone, quindi solleva il moncone per pulire anche la base ombelicale (non fa male al bambino!).
3. *asciuga bene tamponando con altra garza asciutta.*

TEMPI di caduta del moncone:

8-10 giorni dalla nascita, in rari casi alla terza/quarta settimana di vita.

Quando cade il moncone puoi notare normalmente *qualche goccia di sangue residuo*.

Dopo la caduta continua a pulire per qualche giorno con fisiologica.

Puoi fare al neonato il **bagnetto per immersione** anche prima della caduta del moncone ombelicale, asciuga accuratamente il moncone dopo il bagno.





REGIONE DEL VENETO



ULSS7
PEDEMONTANA

A cura del personale delle U.O.C. di Pediatria e Ostetricia-Ginecologia
Ospedale Alto Vicentino