



AZIENDA ULSS N. 8 BERICA
Dipartimento materno-infantile
Unità Operativa complessa di Pediatria
Assistenza Neonatale
Direttore: Dott. M. Bellettato

Informazioni per i genitori dei nuovi nati



Cari genitori,

la mia nascita è un evento gioioso e da adesso staremo sempre insieme!

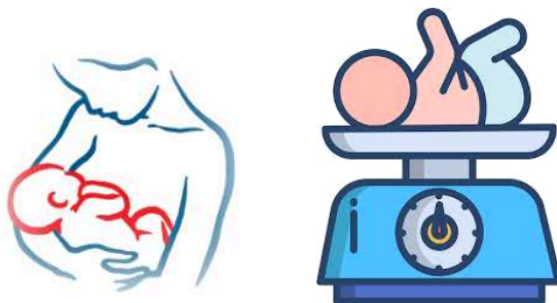
So che la mia gestione potrebbe a volte essere impegnativa.

Vi dono quindi questo libricino, pensato per voi, in cui troverete alcune informazioni utili ed importanti per aiutarmi a crescere in salute.

INDICE

Alimentazione e crescita	1
Cacca e pipì	7
Moncone ombelicale	9
Cambio del pannolino	10
Doccetta e bagnetto	11
Screening neonatali	12
Prevenzione delle infezioni	15
Igiene del sonno e prevenzione della SIDS	17
Prevenzione della Shaken baby Syndrome	19
Passeggiate e viaggi in auto	20
Prevenzione delle cadute	22
Prevenzione del rachitismo	23
Esposizione inquinanti ambientali	24
Dimissione dal nido	27
Scelta del Pediatra	28
Siti e numeri utili	29

Alimentazione e crescita

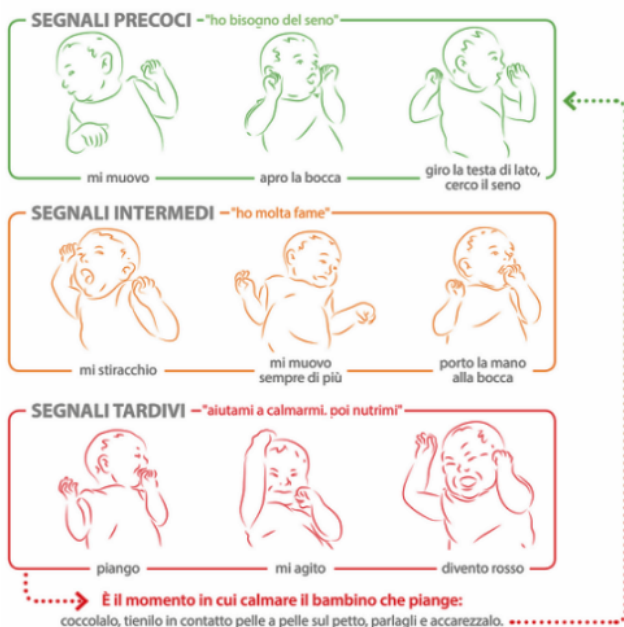


Il migliore alimento per me è il latte della mia mamma, che contiene tutte le sostanze necessarie per garantirmi una buona crescita, salvaguardare la mia salute futura e proteggermi dalle infezioni.

L'uso del latte materno ha dei benefici non solo per me, ma anche per la mia mamma (riduce il sanguinamento post partum, il rischio di patologie come l'ipertensione arteriosa, il diabete mellito 2 e l'osteoporosi, tumore al seno e all'ovaio e migliora l'umore, riducendo la depressione post partum) e per l'intera società (è una risorsa a km 0 che quindi comporta minore impatto ambientale).

Nei primi giorni di vita potrei aver bisogno di attaccarmi al seno molto spesso anche perchè ho bisogno di contatto e conforto; ciò, insieme alla suzione, favorirà la montata latte.

La montata latte, che giunge entro una settimana circa dal parto, viene favorita se sin da subito dopo la nascita vengono riconosciuti e soddisfatti i miei segnali di fame precoci.



La montata lattea può causare un aumento della tensione mammaria, che può essere alleviata attaccandomi al seno frequentemente; se l'attacco risulta difficoltoso, può essere utile eseguire degli impacchi caldo umidi o una doccia calda o una spremitura manuale del seno prima della poppata. Dopo la montata lattea, le mie poppate diventeranno più distanziate e regolari.

La frequenza e la durata dei pasti dipendono dal tipo di alimentazione, dalla mia età e dal momento della giornata. In ogni caso, nei primi giorni di vita è importante che io mangi frequentemente. E' normale che mangi 8-12 volte al giorno e quindi è importante che non passino più di 3-4 ore tra un pasto e l'altro, soprattutto se non mi sveglio autonomamente. Se sono molto piccolo o mi stanco durante il pasto, può essere necessario che mangi poco, ma più spesso.

Mamma, nel periodo dell'allattamento è importante che tu beva almeno 1,5 litri di acqua al giorno, assuma una dieta sana e varia, eviti un eccessivo introito di caffeina (contenuta in caffè, tè, coca-cola, cioccolato), non introduca alcool e droghe e non fumi.

Se devi assumere farmaci è importante che ti accerti che non siano controindicati nell'allattamento; chiedi sempre al tuo medico oppure contatta il centro antiveleni di Bergamo o Milano.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) indica che l'allattamento al seno esclusivo soddisfa le mie esigenze nutrizionali fino a 6 mesi di vita se la mia crescita è adeguata; concorderete con il mio Pediatra il momento più opportuno per introdurre altri alimenti. Dopo l'introduzione di altri alimenti, l' utilizzo del latte materno fino ad almeno 2 anni vita ne massimalizza i benefici. Dopo questa età, se io e te, mamma, lo desideriamo potremo comunque proseguire.

Esistono situazioni in cui è indicato usare la formula artificiale (per esempio in caso di ipoglicemia, o in attesa della montata lattea se ho un calo eccessivo del peso, o nel caso tu, mamma, abbia delle patologie che controindicano l'allattamento al seno); in tal caso seguite le indicazioni che vi fornirà il personale sanitario per la preparazione e la somministrazione della formula.

L'utilizzo improprio della formula artificiale interferisce con la produzione di latte e quindi con l'allattamento materno.

Per lo stesso motivo, l'utilizzo del ciuccio durante la fase di avvio dell'allattamento è sconsigliato.

La mia crescita è ottimale se recupererò il peso della nascita entro 2-3 settimane e poi aumenterò di circa 170-200 grammi alla settimana nei primi 40 giorni.

Dopo la montata, a partire dal 4°-5° giorno di vita, un altro affidabile segno di buona crescita è che io

bagni almeno 5-6 panni usa e getta di pipì al giorno.

La rilevazione del mio peso se necessaria deve avvenire prima del pasto e io devo essere nudo.

Riguardo alla frequenza della rilevazione del peso a domicilio seguite le indicazioni che vi forniranno alla dimissione.

Per ulteriori informazioni potete consultare sì l'opuscolo "Allattare al seno. Un investimento per la vita" edito dal Ministero della Salute ed elaborato dal Tavolo Tecnico Allattamento (TAS), consultabile e scaricabile dal sito: https://www.salute.gov.it/imgs/C_17_opuscoliPoster_303_allegato.pdf

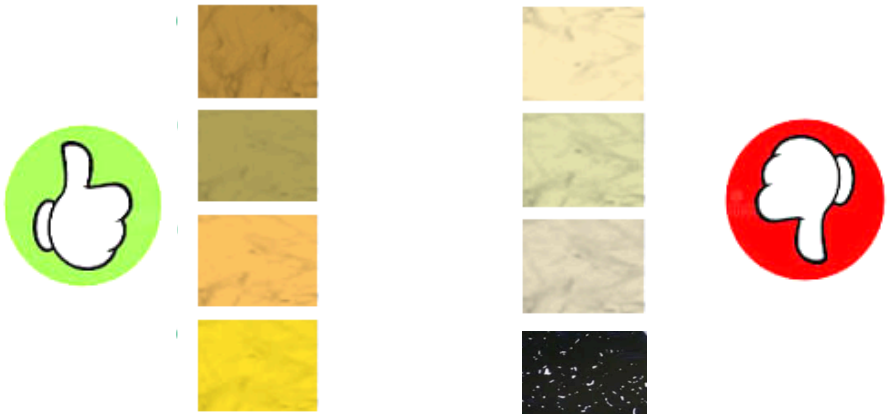
Cacca e pipì



Nei primi giorni la pipì sarà poca e molto concentrata e potrete notare delle macchioline di colore arancione-rosso (possono sembrare sangue, ma non lo sono), dovute alla presenza di cristalli presenti nell'urina che tendono a precipitare. Con l'avvio della montata la quantità di pipì sarà decisamente maggiore e di colore più trasparente.

Per quanto riguarda la cacca, nei primi giorni sarà nera e appiccicosa (si chiama meconio) poi, man mano che mangerò, assumerà il colore verde (feci di transizione) e successivamente compariranno le feci da latte, che sono semiliquide o cremose con qualche grumo e possono apparire di vari colori (gialle, marroncine, verdi, aranciate). Se doveste notare sangue nella cacca oppure feci di color

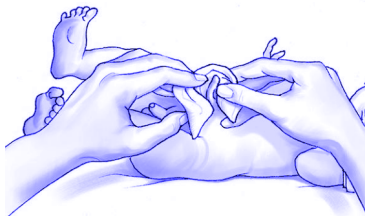
bianco-grigio oppure nere e maleodoranti occorre che io venga visitato da un Pediatra quanto prima.



La frequenza delle scariche è variabile. Se assumerò esclusivamente il latte della mamma potrò scaricare anche ad ogni pasto; se assumerò della formula artificiale potrei essere più stitico.

Eventuale stimolazione rettale in caso sia disturbato dalla difficoltà a scaricare sarà da valutare con il mio Pediatra.

Moncone ombelicale



Pulite il moncone ombelicale con garze imbevute di soluzione fisiologica e successivamente asciugatelo con garze asciutte. Non abbiate timore di farmi male, io non sentirò dolore.

Qualora notiate segni di infezione (pus, cute calda, rossa e tumefatta attorno all'ombelico) dovrò essere valutato da un Pediatra.

La caduta del moncone avviene spontaneamente entro 1-2 settimane di vita; non occorre che facciate nulla per accelerare la caduta. Dopo un paio di giorni dalla caduta del moncone, se ben asciutto, è possibile fare il bagnetto ad immersione.

Cambio del pannolino



E' importante il cambio frequente per prevenire la dermatite da pannolino ed infezioni delle vie urinarie.

Le mie parti intime devono essere lavate con cura, con acqua corrente tiepida utilizzando piccole quantità di detergente a pH neutro o leggermente acido (3.5-5.0), passando le dita delle mani tra le pieghe cutanee, per assicurare una migliore pulizia, dalla parte anteriore a quella posteriore e non viceversa.

Una volta terminata la pulizia è altrettanto importante asciugare la mia pelle con cura tamponando e non strofinando.

Se sono un maschietto non è indicato eseguire manovre aggiuntive.

Doccetta o bagnetto



Finché il moncone non è caduto mi laverete facendo una doccetta, dopo qualche giorno dalla caduta del moncone sarà possibile effettuare il bagnetto ad immersione. In ogni caso userete una temperatura dell'acqua di 36-37°C e dell'ambiente (bagno) di 24-25°C, una modica quantità di detergente a pH neutro o leggermente acido. La frequenza può essere anche quotidiana nel momento che imparerete essere meglio per me.

Screening neonatali



Metabolici: vengono eseguiti mediante raccolta di qualche goccia di sangue da tallone a 48 ore di vita compiute (in alcuni casi vengono ripetuti a 15 giorni di vita, talvolta anche a 30 giorni di vita). In caso di risultato dubbio, verrete ricontattati per ripetere prelievo da tallone o venoso, secondo le indicazioni del Centro Regionale delle Malattie Metaboliche entro 1 mese e $\frac{1}{2}$ circa.

Se non sarete contattati significa che il risultato andava bene.

Ittero: sfumatura gialla-arancione della cute e delle sclere causata dall'aumento nel sangue della bilirubina, il cui monitoraggio avviene mediante

misurazione transcutanea, o in alcuni casi mediante dosaggio ematico con puntura da tallone.

Se i valori della bilirubina raggiungeranno determinati valori, verrò posto sotto lampada per fare la fototerapia. L'ittero si risolve nella maggior parte dei casi entro 2-3 settimane; se ciò non avverrà dovrò essere visitato dal mio Pediatra entro pochi giorni.

Manovra di Ortolani: viene eseguita durante la visita pediatrica per escludere la presenza di segni sospetti di lussazione congenita dell'anca. In base all'esito di questa manovra o alla presenza di fattori di rischio, potrebbe essere indicato eseguire un' ecografia delle anche.

Cardiologico: la visita pediatrica e la misurazione dei livelli di ossigeno nel sangue mediante pulsossimetro possono identificare precocemente alcune patologie cardiache congenite complesse.

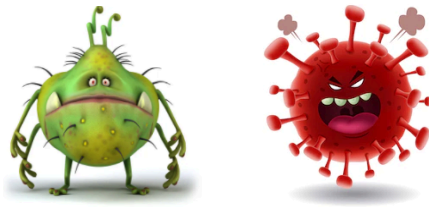
Audiologico: a tutti i neonati vengono eseguite le otoemissioni acustiche, il cui risultato è normale

se PASS BILATERALE. In caso di risultato REFER si organizzerà la ripetizione del test, che se persisterà alterato, necessiterà di essere confermato da un ulteriore esame strumentale di secondo livello.

Riflesso Rosso: viene eseguito per riconoscere precocemente segni di possibili malattie a carico dell' occhio (come la cataratta, il glaucoma o anomalie della retina), Qualora patologico, verrà eseguita una visita oculistica. In ogni caso verrà ripetuto anche dal pediatra di famiglia in occasione dei bilanci di salute.

In generale è molto importante che segnaliate se qualche vostro familiare è affetto da patologie presenti sin dalla nascita o dai primi anni di vita, in particolare, displasia congenita dell'anca, sordità, patologie oculari.

Prevenzione delle infezioni



L'allattamento materno mi aiuta a proteggermi contro tutte le infezioni. Per evitare che io venga a contatto con germi che possono farmi stare male è importante che prima di toccarmi (per darmi da mangiare, cambiarmi il pannolino, farmi il bagnetto etc.) vi igienizzate le mani, con acqua e sapone se le mani sono visibilmente sporche o dopo essere stati in bagno o dopo aver toccato secrezioni, con il gel antisettico negli altri casi. Questo vale anche per i miei fratellini e chiunque altro mi faccia compagnia.

E' buona norma arieggiare l'ambiente domestico (evitando di espormi alla corrente d'aria).

Può essere rischioso per la mia salute frequentare luoghi affollati (mezzi pubblici o centri commerciali) ed entrare in contatto con persone ammalate.

E' importantissimo che mi facciate fare tutti i vaccini previsti dal calendario vaccinale nei tempi giusti (riceverete via posta comunicazione dal SISP).

Per proteggermi dal Virus respiratorio Sinciziale, responsabile di quadri severi di bronchiolite (infezione respiratoria che può farmi stare molto male con difficoltà a respirare, necessità di ossigeno, impossibilità ad alimentarmi e possibile necessità di ricovero in ospedale, a volte anche in terapia intensiva), solo dopo vostro consenso, mi verrà somministrato intramuscolo un anticorpo (Nirsevimab) prima della dimissione dal Nido o dal mio Pediatra, a seconda del mese in cui sono nato.

Sarebbe utile per me che tutti i soggetti che vengono a contatto con me, nel periodo autunno-inverno siano vaccinati contro l' influenza stagionale.

Igiene del sonno e prevenzione della SIDS



Il sonno favorisce il corretto sviluppo del mio cervello, quindi non svegliatemi se non è necessario. Se ho il pannolino sporco e sto dormendo, potete attendere e cambiarlo in un secondo momento.

La SIDS (o morte improvvisa del lattante) è un evento raro che può avvenire nel primo anno di vita in particolare nei primi mesi da causa non nota, ma ci sono alcuni comportamenti fondamentali per

prevenirla. Le evidenze scientifiche raccomandano che nei primi mesi di vita io dorma:

- nella VOSTRA camera, ma nella MIA CULLA
- A PANCIA IN SU: può essere utile contenermi avvolgendomi con una copertina oppure utilizzando un riduttore da posizionare a U da spalla a spalla lasciando libero il capo. In questo modo la mia postura è raccolta come quando ero in utero, cioè con spalle, anche e ginocchia flesse, consentendo i miei movimenti spontanei e lasciando libera la testa
- su un materasso non troppo morbido, SENZA CUSCINI O ALTRO MATERIALE LIBERO IN CULLA
- ad una temperatura di circa 20 °C
- in ASSENZA DI FUMO (attenzione anche alle mani e ai vestiti dei fumatori che potrebbero venire a contatto con me)

Già durante la degenza al Nido sono da mettere in pratica queste raccomandazioni facendomi restare nella stanza della mamma (rooming in).

Prevenzione della Shaken baby Syndrome o sindrome del bambino scosso



Il pianto è l'unico modo che conosco per comunicare con voi. Talvolta potrebbe essere prolungato e inconsolabile e causare in voi sentimenti di frustrazione derivante dall'incapacità a calmarmi.

Mi raccomando, se piango intensamente, per tranquillizzarmi **COCCOLATEMI MA NON SCUOTETEMI**, perchè pur non volendo potreste causare delle gravi e irreversibili lesioni al mio cervello.

Passeggiate e viaggi in auto



Amerò fare passeggiate insieme a voi; in inverno preferite le ore più calde della giornata, in estate quelle più fresche.

Durante i viaggi in auto devo essere messo in un seggiolino omologato con le cinture sempre allacciate e in una posizione tale da poter respirare bene, quindi con la testina ben allineata, le spalle aperte e le gambine ben sollevate (se necessario aiutatevi con dei telini).

Ricordate che il seggiolino deve essere posto contrario al senso di marcia per i primi 15 mesi di vita. Se mi mettete sul sedile anteriore ricordatevi di disattivare l'airbag!

Durante il viaggio è importante che un adulto controlli la posizione della testina e il colore delle mie labbra, che devono essere sempre rosee, e che io respiri bene.

Fino a quando non avrò un autonomo sostegno della testa e della schiena in posizione seduta necessiterò di una pausa ogni circa mezz'ora di viaggio.

Prevenzione delle cadute



Cari genitori, non lasciatemi mai da solo su una superficie rialzata senza protezioni come il letto, la bilancia, il fasciatoio o il divano perchè, anche se ancora piccolo, non sono immobile e con qualche brusco movimento potrei cadere e farmi molto male.

Durante l'allattamento a letto in ospedale usate gli ausili di protezione disponibili (alzate le sponde del letto), in poltrona usate pure il cuscino di allattamento.

Durante la degenza in ospedale non lasciatemi mai incustodito e se usciamo dalla stanza per una passeggiata portatemi sempre all'interno del mio lettino, mai in braccio.

Prevenzione del rachitismo



E' raccomandato che io assuma per tutto il primo anno di vita la vitamina D quotidianamente.

Per la posologia seguite le indicazioni che vi fornirà il pediatra alla dimissione.

Esposizione inquinanti ambientali

Per ridurre l'esposizione ad inquinanti ambientali,
sono necessarie alcune accortezze:

- prediligere cibi freschi e senza pesticidi
- lavare con cura frutta e verdura e gli alimenti in scatola prima del consumo
- limitare il consumo di alimenti affumicati e carne
- prediligere l'acquisto di alimenti sfusi o all'interno di contenitori di vetro o carta



- per conservare gli alimenti prediligere pellicola di cera d'ape
- evitare di bere liquidi contenuti in contenitori di plastica e lattina, preferendo quelli in vetro
- limitare l'utilizzo di contenitori di plastica o monouso per gli alimenti e di bottiglie o

biberon di plastica per i liquidi, soprattutto se usurati, preferendo quelli in vetro o BPA-free

- evitare di riscaldare il cibo nel microonde in contenitori di plastica: meglio travasarli in piatto di ceramica o in contenitore di vetro
- prediligere le stoviglie in acciaio e ceramica, non PTFE-PFOA-NICHEL
- non utilizzare stoviglie antiaderenti usurate



- limitare l'utilizzo di tessuti idrorepellenti o antimacchia
- prediligere l'acquisto di indumenti in fibre tessili naturali
- evitare rivestimenti per materassi per lettini, fodere per fasciatoio o passeggini in PVC morbido contenente DEHP



- per l'igiene degli indumenti utilizzare detersivi e ammorbidenti privi di ftalati
- usare prodotti per il corpo e make up con la dicitura "senza ftalati" e "senza BPA" e "senza siliconi"
- non utilizzare le creme solari con filtro chimico, ma prediligere quelle con filtro fisico (ossido di zinco o titanio)
- se pavimenti in PVC contenenti DEHP su cui giocano i bambini, utilizzare un tappeto in fibra non trattata
- limitare l'utilizzo di profumatori per ambiente
- arieggiare casa almeno 15 minuti al giorno e passare l'aspirapolvere regolarmente



Ecco di seguito un link utile in caso vogliate approfondire questo tema:

https://www.iss.it/documents/20126/0/Decalogo_MODIFICATO_13032014_finale.pdf

Dimissione dal Nido



In occasione della mia dimissione dal Nido, vi verrà consegnato:

- **il libretto sanitario** che dovrà seguirmi ogni volta che mi porterete dal mio pediatra o a fare qualche visita medica o vaccinazione
- se sono nato prima delle 37 settimane di gestazione, **il Certificato di esenzione per prematurità**, che dovrete consegnare il prima possibile al Distretto di appartenenza.
- eventuali moduli necessari per esami o visite di cui avrò bisogno dopo la dimissione

Scelta del Pediatra



Procedete quanto prima alla dichiarazione della mia nascita (effettuabile in ospedale presso la Direzione Medica previo appuntamento, o in Comune di nascita o di residenza entro i primi 10 giorni, previo appuntamento); una volta in possesso del mio codice fiscale potete fare la richiesta del pediatra Curante presso il distretto di Residenza o online presso lo "Sportello Amministrativo distrettuale online" (<https://www.aulss8.veneto.it/sportello-amministrativo-online/>) per chi è residente nel territorio della medesima Aulss (<https://web.aulss8.veneto.it/formonline/formonline.php/f3>)

Appena possibile contattate il Pediatra per programmare il primo bilancio di salute che va effettuato entro il primo mese di vita.

Siti e numeri utili



Mamma, in caso di dubbi o difficoltà nell'allattamento puoi fare riferimento alle ostetriche in servizio presso i consultori familiari distribuiti nel territorio di appartenenza.

Le consulenze sono gratuite, non necessitano di impegnativa, ma occorre prendere appuntamento.

Scegli nell'elenco quello più vicino alla tua residenza:

- Consultorio Familiare di Contrà Santi Apostoli a Vicenza, ostetriche in servizio previo appuntamento da concordare al numero: 0444-752004 o 752045. Chiamare dal lunedì al venerdì dalle ore 8.30 alle ore 10.30, il lunedì anche dalle 13.30 alle 14.30,
- Consultorio Familiare di Sandrigo, via piazza Zanella, 9, telefono 0444-756462 dal lunedì al venerdì dalle 12 alle 13.30;
- Consultorio Familiare di Noventa Vicentina, via Capo di Sopra, 3, telefono 0444-755650 dal lunedì al venerdì dalle 11.30 alle 13
- Consultorio Familiare di Montecchio Maggiore, 0444 703540, dal lunedì al venerdì dalle 11.30 alle 13.00
- Consultorio Familiare di Arzignano, 0444 475630, dal lunedì al venerdì dalle 11.30 alle 13.00
- Consultorio Familiare di Valdagno, 0445 423138, lunedì e martedì dalle 11.30 alle 13.00

oppure rivolgendoti all' ostetrica dedicata all'allattamento, in servizio dal lunedì al venerdì nel Reparto di Ostetricia dell'Ospedale di Vicenza, contattabile al numero 0444-752813 preferibilmente dalle 8 alle 9 o a un' ostetrica di fiducia, se disponibile o alle:

- farmacie amiche dell'allattamento: l'elenco aggiornato è consultabile dal seguente link: <https://www.federfarmavicenza.eu/farmaci-e-di-turno-in-provincia-di-vicenza/> inserendo nella sezione Cerca Servizi: "Consulenza alle mamme e su allattamento"
- consulenti allattamento della Leche League (<https://www.lllitalia.org/>)



Mamma, se vuoi mettere a disposizione di altri bambini il tuo prezioso latte, puoi contattare la Banca del Latte Umano Donato (BLUD) di Vicenza, AllattandoVi, al numero telefonico 0444-752682 o per e-mail: blud@aulss8.veneto.it. Per ulteriori informazioni potete consultare il sito: www.allattandovi.it

Per eventuali comunicazioni il telefono del reparto di Assistenza Neonatale dell'Ospedale di Vicenza é: 0444-752655

Per fissare visite o esami indicati alla dimissione la segreteria del Poliambulatorio Pediatrico di Vicenza, area C, V piano é contattabile al numero 0444-757757 dal lunedì al venerdì dalle ore 9.30 alle ore 11.30 o tramite la seguente e-mail: ambulatori.pediatria@aulss8.veneto.it.

Per fissare visite o esami presso altri Servizi dell'Ospedale contattate quando siete in possesso del codice fiscale il CUP telefonicamente

- DISTRETTO EST chiamando il numero verde 800 403960 (da rete fissa, dal lunedì al venerdì dalle 8.00 alle 18.00) oppure al numero 0444 933 600 (da rete mobile/cellulare, dal lunedì al venerdì dalle 8.00 alle 18.00);
- DISTRETTO OVEST chiamando il numero verde 800 212525 (da rete fissa, dal lunedì al venerdì dalle 8.00 alle 18.00) oppure al numero 0444 934813 (da rete mobile/cellulari, dal lunedì al venerdì dalle 8.00 alle 18.00) o
- online <https://icup.aulss8.veneto.it/> o
- rivolgendovi a uno degli sportelli CUP o
- tramite il FarmaCUP delle farmacie abilitate

....E ADESSO BUONA AVVENTURA A NOI !!!

