

## **GIORNATA MONDIALE DELLA PREMATURITÀ**

*Dalla SIN Società Italiana di Neonatologia i consigli post-dimissione per i genitori*

*“I genitori come veri protagonisti della salute dei propri figli, fin dal concepimento e dai primi giorni di vita del bambino”*: è questo il messaggio principale della SIN Società Italiana di Neonatologia.

I genitori devono essere più consapevoli delle loro importantissime risorse, poiché sono i principali attori nel quotidiano impegno per lo sviluppo sano e privo di rischi del loro piccolo.

Compito della SIN e di tutti i neonatologi e professionisti coinvolti nella cura del neonato è anche quello di migliorare l’informazione ed accrescere le competenze dei genitori, affinché le scelte di salute siano consapevoli ed effettivamente praticabili.

La dimissione del neonato pretermine è un traguardo molto importante, a cui si arriva dopo tante tappe; naturalmente devono essere garantite la stabilità di tutte le funzioni fisiologiche e l’autonomia nell’alimentazione al seno (o, in sua mancanza, al biberon), ma è anche necessario che i genitori e la mamma in particolare, siano in grado di entrare in relazione con il piccolo, di riconoscere e soddisfare i suoi bisogni: quando e come prenderlo in braccio, come offrirgli il pasto, come contenerlo, massaggiarlo, tranquillizzarlo ecc.

In un colloquio pre-dimissione, comunque non si dovranno trascurare alcune semplici raccomandazioni.

- **Attenersi alle prescrizioni mediche, non ricorrere alle autoprescrizioni** (sia per l’alimentazione che le terapie previste).
- **Seguire il programma di follow-up impostato per il proprio neonato, non trascurare i controlli previsti** (clinico, neurologico, oftalmologico, ecc.).  
Un programma di massima di follow-up deve essere impostato insieme alla famiglia, con l’obiettivo di offrire un accompagnamento del nucleo genitori-figlio e non semplicemente una tappa di controllo.
- **Promuovere, proteggere e mantenere l’allattamento materno**  
La cessazione precoce dell’allattamento materno ha importanti ed avverse conseguenze sanitarie, sociali ed economiche per le donne, i bambini, la comunità e l’ambiente.  
L’allattamento al seno:
  - rafforza e consolida il legame del neonato con la madre (bonding)
  - fornisce al neonato un’alimentazione completa (benefici nutrizionali)
  - protegge il neonato dalle infezioni
  - fa bene anche alla salute della mamma

- **Proteggere il bambino dall'esposizione al fumo di tabacco**

È dimostrata un'associazione tra esposizione al fumo, malattie respiratorie ed otite media, in particolare nel primo anno di vita. I bambini esposti al fumo passivo sono destinati a soffrire di bronchiti, polmoniti, tosse e dispnea e ad essere ospedalizzati più dei bambini non esposti.

Esiste inoltre una forte associazione tra esposizione al fumo e Sindrome della morte improvvisa del lattante (SIDS). Pertanto:

- non fumare in casa, in auto e nei luoghi dove si è assieme al bambino
- chiedere a chiunque frequenti la casa di astenersi dal fumare
- non portare il piccolo in ambienti dove si fuma.

- **Mettere a dormire il neonato in posizione supina (a pancia in su)/consigli posturali**

La posizione nel sonno riduce il rischio di morte improvvisa del lattante (SIDS).

La SIDS è la principale causa di mortalità nel primo anno di vita dopo il periodo neonatale; è possibile ridurre il rischio con interventi semplici e di dimostrata efficacia:

- posizione supina (a pancia in su) durante il sonno
- evitare cuscini o imbottiture e peluches o giocattoli morbidi nel lettino
- temperatura ambientale mantenuta attorno ai 20 gradi
- astensione dal fumo di sigaretta da parte dei genitori/familiari

È inoltre importante fornire consigli posturali per favorire lo sviluppo simmetrico del capo.

- **Promuovere le vaccinazioni**

I numerosi studi sulle vaccinazioni condotti nel neonato pretermine, hanno dimostrato come la risposta appaia sufficiente per assicurare la protezione, sia nel breve sia nel lungo periodo, anche se in alcuni casi i livelli anticorpali risultano lievemente inferiori rispetto al neonato a termine.

Tutti i genitori dovrebbero essere informati:

- sulla pericolosità delle malattie prevenute con le vaccinazioni
- sulla sicurezza di vaccinare il piccolo pretermine
- sui rischi per la salute del proprio figlio derivanti dalla scelta di non vaccinarlo
- sui rischi per la comunità in cui vivono, compresi gli altri bambini, causati dalla scelta di non vaccinare il proprio figlio
- sulla opportunità della vaccinazione antinfluenzale per i conviventi.

- **Evitare ambienti con maggior rischio di contagio con infezioni respiratorie**

Tutti i genitori devono:

- evitare ambienti affollati, comunità di bambini con affezioni respiratorie
- limitare le visite in casa di parenti e amici
- utilizzare la mascherina quando hanno tosse o raffreddore.

- **Evitare di scuotere il bambino**

Quando il bambino piange, bisogna coccolarlo, non scuoterlo. Il pianto è l'unico strumento che ha per comunicare, non bisogna mai scuoterlo per calmarlo. La Sindrome del bambino scosso (**Shaken Baby Syndrome**) indica quelle forme di abuso legate a violento scuotimento del piccolo con conseguente trauma sull'encefalo e successive sequele neurologiche; può avere conseguenze drammatiche.

Il 25-30% delle vittime muore, solo il 15% sopravvive senza esiti. Le vittime hanno quasi sempre meno di un anno e sono più spesso neonati pretermine, di basso peso.

- **Osservare norme igieniche nell'accudimento del bambino**

Si tratta di molti consigli di puericultura: il lavaggio delle mani, il bagno di pulizia, la cura dell'igiene ambientale, la temperatura della stanza, come preparare il biberon, il vestiario del piccolo, il sonno, il soggiorno climatico ecc.

- **Utilizzare i mezzi di protezione in auto**

I genitori dovrebbero essere informati sul fatto che:

- per il trasporto dei bambini in auto è indicato l'utilizzo degli appositi dispositivi di ritenuta (seggiolini, navicelle o adattatori) fissati al sedile con le normali cinture di sicurezza. Il trasporto è regolato dall'Art. 172 del Codice della Strada
- fin dai primi giorni di vita il bambino deve essere sempre allacciato, anche per brevi tragitti; non deve essere utilizzata la normale culla del bambino ed è vietato dalla legge italiana tenere il bambino in braccio ad un adulto.

- **Non essere timorosi di chiedere aiuto nei momenti di difficoltà**

È possibile rivolgersi sempre per ogni dubbio o supporto al medico curante della TIN, al personale del reparto, allo psicologo, al proprio medico di fiducia ecc., sia nella fase cosiddetta "dell'autonomia accompagnata a distanza" che nelle fasi successive.

In particolare chiamare il pediatra curante quando il piccolo:

- dorme più del solito, o è irritabile o mangia meno del solito
- presenta difficoltà respiratoria
- ha un colorito cianotico alle labbra, o attorno alle labbra o attorno agli occhi
- ha febbre oltre i 37.5° ascellari o temperatura al disotto dei 36°C
- ha vomito o diarrea
- non emette urine da oltre 12 ore o non scarica da oltre 4 giorni
- ha feci di colorazione nera o rosso brillante.