

NEONATI

in famiglia

Per le
famiglie
più fragili
e un'infanzia
più serena

Comunità solidali 2020

DD n. 014743 del 07/12/2020



moige

proteggiamo i nostri figli



movimento per la vita



Dopo il parto e la degenza ospedaliera, ecco finalmente il ritorno a casa! È la cosa più desiderata da chi si appresta a diventare mamma o papà, ma è anche un periodo molto delicato, sia per i singoli individui sia per la coppia. La neo-mamma attraversa infatti una fase di passaggio ricca di tante nuove emozioni, aspettative e impegni che, spesso, unitamente al normale stravolgimento ormonale, può apparire complessa e molto impegnativa: il bambino tanto atteso è finalmente tra le sue braccia, ma improvvisamente si trova a fare i conti con nuove necessità che, soprattutto all'inizio, possono spaventarla e farla sentire inadeguata.

Tranquilla, il MOIGE è qui al tuo fianco per sostenerti e darti i giusti consigli!

Allattamento

Lavvio dell'allattamento è un momento molto delicato. Lo stomaco del tuo piccino è minuscolo i primi giorni. Basta il tuo colostro (il liquido prodotto dalle mammelle durante la gravidanza i primi giorni dopo il parto) per sfamarlo. Niente aggiunte o acqua glucosata! L'importante è che abbia accesso al tuo seno quando lo desidera, specialmente all'inizio quando l'allattamento va avviato. In media, i bambini mostrano segnali di fame 8-10 volte durante le 24 ore. Imporre delle regole restrittive, susciterebbe solo proteste e opposizioni.

Mettendo, infatti, dei limiti alla fisiologica richiesta del bambino si può causare una produzione di latte materno inferiore alla quantità di cui il bambino ha bisogno e questo molto probabilmente costringerebbe prima o poi la mamma ad aggiungere del latte artificiale. Infatti, le prime 6-8 settimane sono cruciali per la produzione del latte: è il periodo della "calibrazione". La produzione del latte viene calibrata in funzione delle richieste del bambino che succhia, ma se al bambino viene impedito di succhiare quando ne ha bisogno, si ha una calibrazione non adeguata e a un certo punto il latte non sarà più sufficiente.

Allo stesso tempo, un buon allattamento a richiesta, una volta avviato, dovrà prevedere un periodo di pausa tra una poppata e l'altra per consentire alla mamma un po' di riposo, il tempo necessario a riempire nuovamente il seno di latte e lentamente allungare il periodo di riposo notturno per favorire l'acquisizione di un equilibrio sonno-veglia, tem-

po diurno e tempo notturno. In ogni caso non è opportuno utilizzare il seno materno come un "ciuccio" anche se in determinate circostanze può essere consolatorio. Bisogna imparare a decifrare il pianto del neonato, che non è sempre dovuto alla fame.

L'ingorgo mammario è spesso la causa dell'interruzione dell'allattamento, ma se gestito bene è un problema risolvibile con semplici rimedi. Quasi sempre è la conseguenza di un non adeguato deflusso del latte materno: si arriva all'ingorgo quando la quantità di latte prodotta è superiore alla quantità di latte che il bambino succhia. Il motivo per cui questo accade è a volte la limitazione imposta al bambino da regole che prevedono poppate a orario e durata imposta rigidamente. In questi casi il bambino non viene attaccato al seno quando mostra i segnali di fame, oppure fa poppate più brevi di quanto vorrebbe: di conseguenza il latte si accumula dentro gli alveoli che si riempiono a dismisura. Cosa fare?

Nella fase acuta la mamma può sentirsi meglio utilizzando, tra una poppata e l'altra, impacchi freddi (come si fa per la distorsione della caviglia) per ridurre l'edema e l'infiammazione, può avere bisogno di un anti-infiammatori come l'ibuprofene e può anche giovare di una doccia o di un impacco caldo prima di attaccare il bambino al seno.

Se, nonostante questo, la mammella dovesse risultare tesa e dolente, la spremitura manuale in aggiunta alla suzione del bambino, può essere d'aiuto.

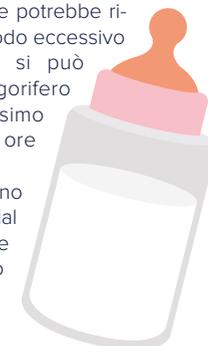


Perché il latte di mamma?

Esistono diversi buoni motivi per conservare e congelare il latte materno e somministrarlo al bambino quando non può prenderlo direttamente dalla mamma. Potrebbe essere il caso dei bambini che non riescono ad attaccarsi al seno, come i neonati pretermine. In altri casi, invece, che sono anche i più comuni, è la mamma stessa che non può essere presente al momento della poppata e, dunque, lascia che il bambino venga alimentato da altri con latte materno conservato: è il tipico esempio di madri che tornano a lavoro e si assentano anche per parecchie ore al giorno. O ancora, può accadere che la produzione di latte sia superiore alle necessità del bambino e venga tirato per evitare fastidiosi ingorghi: in questi casi il latte materno in eccesso può essere conservato per eventuali future necessità. Per una conservazione ottimale del latte materno, il contenitore scelto andrà riempito al massimo per tre quarti; è anche possibile raccogliere tutto il latte tirato della giornata in un unico contenitore, purché si trovi alla stessa temperatura prima di essere mescolato. Sul contenitore è bene apporre un'etichetta con la data dell'estrazione, in modo da utilizzare sempre quello meno recente. Quando il latte materno viene tolto dal congelatore per essere riscaldato, bisogna:

- scongelarlo lentamente lasciandolo in frigo (ad esempio dalla sera prima) oppure farlo sciogliere e/o intiepidire sotto acqua corrente a temperatura moderata o a bagnomaria
- scaldare il latte materno evitando di farlo bollire o fargli raggiungere temperature elevate
- agitarlo delicatamente prima di controllarne la temperatura
- evitare di scaldare il latte materno con il forno a microonde, perché potrebbe diminuire la qualità oppure potrebbe riscaldare il latte in modo eccessivo
- Il latte scongelato si può conservare in frigorifero e utilizzare al massimo nelle ventiquattro ore successive.

Non va ricongelato, a meno che non sia stato fuori dal freezer per meno di 8 ore e non è mai stato utilizzato o scaldato.



L'alimentazione durante l'allattamento

In fase di allattamento non esistono cibi vietati, è possibile mangiare tutto con l'unica accortezza di prestare attenzione a fattori genetici legati a particolari allergie e restando in ascolto delle possibili risposte del bambino a cibi che possono essere maggiormente "tossici". Durante l'allattamento la mamma svolge l'importante ruolo di educatrice alimentare del bambino attraverso i sapori che permeano il suo latte. Per questo motivo, sono senza dubbio da introdurre nell'alimentazione, questi alimenti:

- verdure a foglia verde crude o cotte per ingegririre acido folico, utile per assicurarsi un'efficace assimilazione del ferro
- cibi biologici e integrali
- abbondante acqua, frutta e verdura che possano idratare il bambino favorendo una perfetta funzionalità di tutto l'organismo
- proteine non significa solo carne, specie se rossa, ma un corretto e bilanciato equilibrio tra proteine vegetali ed animali, applicando il sano principio della rotazione degli alimenti

Un buon "alimento" per la mamma è anche il riposo: se con l'aiuto di un familiare si riesce a riposare il necessario, specialmente la sera quando la stanchezza è maggiore, il latte si riforma più facilmente favorendo una poppata più abbondante prima della notte.

Il bagnetto

Accarezzando il corpicino del bambino, ci si rende conto che è ricoperto e avvolto da una "crema" vellutata e morbida, la vernice caseosa.

Questa sostanza si forma nell'ultima parte della gravidanza ed è ricca di molte proprietà. La sua principale funzione è quella di proteggere la pelle dalla macerazione da parte del liquido amniotico (pensate di stare nella vasca da bagno per più di qualche giorno!), fornisce inoltre, un'elevata protezione antibatterica. Altra proprietà importante è quella di proteggere dalla disidratazione, dunque la sua funzione non si esaurisce in utero ma continua anche dopo la nascita.

Detto questo, sarebbe sempre auspicabile mantenere la vernice caseosa fino al suo spontaneo

assorbimento, ritardando il cosiddetto primo bagnetto al bambino almeno fino alla caduta dell'ombelico.

Cosa serve per il bagnetto?

La risposta forse vi sorprenderà: acqua tiepida. Se si vuole con un cucchiaino di amido di riso o di amido di mais. E basta? E basta, perché il neonato non è sporco. Il bagnetto serve per rilassarsi, rinfrescarsi nei mesi caldi, creare una piacevole routine, non per "sgrassare" la pelle con saponi e detergenti. Quando il bambino inizierà a sporcarsi perché gattonerà in giardino e mangerà pasta-sciumma, un normale detergente delicato, utilizzato anche per il resto della famiglia, andrà benissimo. E lo shampoo? Per i capelli del neonato non serve certo un prodotto ad hoc e per i bambini con chiome particolarmente fluenti si potrà usare una piccola quantità di shampoo delicato (sempre quello della famiglia) diluita in acqua, o una saponetta alla calendula, insaponando le dita per frizionare la testolina del bambino.

Un'ultima considerazione riguarda la "location" del bagnetto, ovvero la vaschetta. In commercio si trovano molteplici modelli, ma una valida alternativa è quella di fare il bagnetto nel lavandino o in un normalissimo catino per il bucato. Non solo il risultato è lo stesso, ma in genere le vaschette per i panni sono dotate di manici che le rendono più pratiche e maneggevoli rispetto alle vaschette per bebè. E quando non verrà più usato per il bagnetto, il nostro catino potrà tornare utile per il bucato o per raccogliere i giochi del bambino.

E dopo il bagno... Un bell'asciugamano morbido svolgerà la medesima funzione di un accappatoio. Il phon è meglio non utilizzarlo con i bimbi piccoli perché i capelli si asciugano massaggiandoli delicatamente con l'asciugamano.

Una volta cresciuto, il bambino potrà tranquillamente usare l'asciugacapelli di famiglia. Un'ultima riflessione riguarda il borotalco. Cospargere la pelle del bebè dopo il bagnetto con la famosa polvere profumata era un'abitudine molto comune, ma oggi si sconsiglia l'uso di questo prodotto che non presenta un'utilità specifica, rischia di interferire con la normale traspirazione della pelle (occludendone i pori) e può essere molto pericoloso se inalato.



Prodotti per l'igiene intima

Ora sfatiamo un altro mito: quello che a ogni cambio pannolino occorre lavare il bimbo con il sapone o utilizzare salviette umidificate. In realtà, un uso molto frequente di detergenti o salviette rischia di privare la cute delle sostanze grasse che la proteggono. Un lavaggio accurato con acqua tiepida, in genere, è sufficiente per garantire l'igiene del bebè. Quando necessario si potrà ricorrere a un detergente privo di schiuma e profumi (che possono irritare la pelle) o usare un pezzo di stoffa morbida imbevuta di qualche goccia di olio di oliva o di mandorla.

Cordone ombelicale: cura e igiene

Quali sono le procedure corrette per la cura e l'igiene del cordone ombelicale e le indicazioni per prevenirne l'infezione?

Si agisce su due piani: impedire la presenza di germi e facilitare il naturale processo di cicatrizzazione. Per fare ciò si possono applicare sul moncone delle sostanze disinfettanti (come alcool o mercurocromo) che hanno anche un effetto sui tempi di distacco del moncone dalla cicatrice dell'ombelico oppure, in ambienti puliti dove la mamma è vicina al neonato e si occupa personalmente dell'igiene, sarà sufficiente lavarsi bene le mani con acqua e sapone prima di procedere alla cura del moncone, preoccupandosi solo di guardarlo, controllando cioè che non vi siano segni di infezioni, ma che la cute si presenti morbida, rosea, non gonfia e non produca cattivo odore. Sarà necessario inoltre asciugarlo bene con una garza nel caso si sia bagnato e proteggerlo con una nuova garza pulita.

È necessario consultare tempestivamente il pediatra se:

- si rilevano segni di possibile infezione: la cute circostante il moncone diventa rossa, gonfia e il neonato manifesta dolore o irritabilità se toccato in quella zona
- il neonato presenta la febbre
- quando c'è un ritardo nel distacco del moncone oltre le quattro settimane di vita

Come vestire un neonato: comfort e sicurezza

Un bambino sempre troppo vestito (da inutili tute, doppi strati, scarpe, cappellini, guanti, ecc.) non potrà imparare a usare i meccanismi di termoregolazione di cui la natura lo ha dotato e sarà facile preda dei germi ambientali. I microrganismi, infatti, per entrare nel nostro corpo e infettarlo, approfittano anche della poca abilità sviluppata dall'organismo ad affrontare le variazioni termiche.

Il caldo eccessivo degli ambienti crea poi un ulteriore problema alle sue difese: l'aria secca prosciuga le mucose che rivestono le prime vie respiratorie, ed è proprio su queste mucose che sono localizzate le nostre prime barriere contro i germi, gli anticorpi di superficie. Il danneggiamento delle mucose e il loro seccarsi porta inevitabilmente alla distruzione di queste difese.

Quindi, per mantenere la salubrità degli ambienti durante l'inverno è necessario attenersi a poche regole:

- il riscaldamento deve rimanere acceso solo poche ore al giorno
- sono utili umidificatori nel caso di aria troppo secca
- le finestre vanno regolarmente spalancate ogni giorno, sia per l'indispensabile ricambio dell'aria degli ambienti, sia per far penetrare la luce solare (la cui positiva azione battericida viene ostacolata dai vetri) che peraltro favorisce il riconoscimento giorno/notte.

Le correnti d'aria non rappresentano alcun rischio per un organismo abituato a termoregolare: i genitori non dovrebbero dunque aver paura delle correnti d'aria ma piuttosto del surriscaldamento a cui spesso sottopongono il bambino.

Meglio eliminare dal guardaroba del bambino le magliette di lana. Quando fa freddo la lana è certamente utile, ma solo se indossata come capo esterno, come maglione ad esempio. Sotto, a contatto con la pelle, la maglietta dovrà essere di cotone: questo consentirà una maggior agilità quando occorrerà alleggerire prontamente il vestiario.

Il pianto

Colpa delle coliche, della dentizione o di altri disagi del bambino?

Il pianto del neonato rappresenta una comunicazione da ascoltare e da accogliere. Sempre. Non è importante capire subito quello di cui ha bisogno il bambino (latte, cambio pannolino, e così via) e forse nemmeno lui sa quello di cui ha bisogno in quel momento. Ma i genitori sanno che, per il neonato, comunicare vuol dire anche piangere: conoscendosi reciprocamente impareranno anche a capire le differenze tra un pianto e l'altro.

Il modo con cui i genitori provano a offrire una risposta efficace è molto importante: parlandogli, accarezzandolo, prendendolo in braccio, cullandolo, rimanendo sempre attenti alle sue risposte. Gli sguardi, i movimenti del corpo, i cambiamenti nel ritmo e nel tono dei vocalizzi del bambino sono veri e propri metodi di comunicazione rivolti a chi si trova vicino a lui.

Quanto durano le coliche?

Molti bambini, fino al 28%, presentano questo particolare comportamento durante i primi tre mesi di vita. Le coliche iniziano nei primi giorni di vita fino ad arrivare al massimo verso la sesta-ottava settimana, e poi passano alla fine del terzo o quarto mese.

C'è il bambino che piange per una o due ore, e il bambino che piange anche più di cinque ore, mettendo così a dura prova la pazienza dei genitori. Sembra che questo pianto rappresenti il segnale di un periodo di sviluppo fisiologico di maturazione che molti bambini devono attraversare nei primi mesi di vita. Ed è proprio per questo motivo che, molto spesso, i medicinali utilizzati per cercare di ridurre queste crisi di pianto hanno uno scarso effetto.

Cosa serve allora a questi neonati?

Sicuramente non le goccioline per l'aria, né tanto meno farmaci antispastici, ma semplicemente un genitore che, con calma e una buona dose di pazienza, si accosti a lui e cerchi di calmarlo prima ancora di capirlo, sperimentando via via soluzioni (cambiarlo, coccolarlo, nutrirlo, massaggiare il pancino), che possano rassicurarlo e interrompere il pianto.

Ecco come stare vicino a un neonato che piange:

- Tenerlo in una fascia, petto contro petto, e fare una passeggiata
- Cantargli una canzone che già conosce
- Massaggiarlo dolcemente
- Abbracciarlo e cullarlo al ritmo di una ninna nanna
- Parlargli con un tono di voce affettuoso
- Ridurre le stimolazioni visive, uditive e tattili in modo da offrirgli un ambiente tranquillo

Il primo dentino non si scorda mai

Nei bambini l'età di crescita dei denti da latte varia molto: alcuni hanno già un dentino fin dalla nascita, altri a un anno di età non ne hanno ancora uno.

Di solito il primo dentino spunta intorno ai 6 mesi e la prima dentizione si completa intorno ai 2 anni/2 anni e mezzo.

Nel periodo della prima dentizione si osservano:

- aumento della salivazione e della secrezione nasale, che possono determinare la presenza di feci molli ma a volte anche stitichezza
- sfoghi cutanei: a questo proposito bisogna stare molto attenti a non utilizzare zuccheri per tentare di lenire il fastidio alle gengive
- pianto, agitazione, irrequietezza e risvegli notturni. Cosa fare? Il bambino va consolato e gli va dato qualcosa di duro da masticare, come un anello da dentizione, una crosta di pane o una carota pulita (in questi casi è indispensabile la vostra presenza costante e attiva per evitare soffocamenti!)
- permettetegli di bere tanta acqua, perché con l'aumentata secrezione salivare si perde una discreta quantità di liquidi
- dopo i 4 mesi è possibile usare gel gengivali lenitivi (senza zucchero)

Lo svezzamento

È dimostrato che i comportamenti alimentari acquisiti nei primissimi anni di vita sono mantenuti anche nell'età adulta, perciò è importante investire in questo periodo per favorire una buona salute in futuro.

Lo chiamiamo svezzamento (che significa "levare il vizio" di succhiare), ma si tratta solo di un cambiamento nell'alimentazione: si passa dal solo latte a tanti cibi diversi.

Il bambino, crescendo, matura le funzioni digestive, neuro-motorie, immunitarie e renali che gli permettono di assumere gli alimenti comunemente consumati dagli adulti. Non ha ancora i denti, perciò il cibo sarà sminuzzato (ma non liquido). Un'alimentazione di solo latte comincia a essere insufficiente sul piano calorico, delle proteine e dei micronutrienti, ferro e zinco soprattutto. È il momento di favorire lo sviluppo della masticazione, per questo il nuovo cibo va offerto sempre con il cucchiaino e mai con il biberon.

L'ora del pasto diventa così un momento delicato, non solo dal punto di vista nutrizionale, ma anche per lo sviluppo psicofisico. Il passaggio dall'alimentazione unicamente con latte ai tanti alimenti diversi non corrisponde solo allo sviluppo di capacità digestive, ma anche al perfezionamento dell'esperienza gustativa mediante l'incontro diretto con i cibi solidi, determinante nella scelta degli alimenti anche a lungo termine e deve avvenire in

maniera graduale, considerando che ci sono bambini che accettano subito la novità e altri che sono più lenti ad accogliere i cambiamenti (che non vanno forzati ma accompagnati lentamente).

Sette semplici regole

1. tenere sempre il bambino a tavola con i genitori, non appena è in grado di stare seduto con un minimo appoggio sul seggiolone o in braccio
2. alimentare con solo latte fino al compimento dei sei mesi, come raccomandato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità
3. aspettare le richieste di cibo del bambino, di solito attraverso il tentativo di raggiungerlo con le mani o uno sguardo sostenuto ed eccitato
4. soddisfare qualsiasi sua richiesta, sempre e ovunque, purché si tratti di cibo idoneo a giudizio dei genitori
5. interrompere gli assaggi se il bambino smette di chiederli, o se il pasto della famiglia è finito
6. non cambiare ritmi e durata dei pasti dei genitori: il bambino deve, necessariamente, e lo farà senza alcuno sforzo, prendere il loro ritmo
7. l'allattamento materno deve proseguire a richiesta fin quando la mamma e il bambino saranno, entrambi, d'accordo a continuarlo.

Favorire lo sviluppo del linguaggio: 5 consigli pratici

La lingua si sviluppa prima nella mente del bambino attraverso l'ascolto per poi divenire espressione. Intorno ai 30 mesi avviene quella che Maria Montessori definisce "l'esplosione del linguaggio". Più gli stimoli linguistici che offriamo si mostreranno ordinati, chiari, interessanti, migliore sarà l'organizzazione mentale del bambino e maggiormente ordinata e chiara si mostrerà l'esposizione linguistica quando si rivelerà. Pertanto parlare ai neonati bene e tanto si dimostra una scelta vincente per iniziare al meglio.



La narrazione

Quando si è genitori di un bimbo neonato trovare di che parlare non è semplice. Narrate allora ciò che accade: «Dobbiamo cambiarci! Ora ti sfilo i pantaloni... ti slaccio il pannolino... faccio scorrere un po' d'acqua... senti com'è fresca? Ora ti asciugo...». Oltre a essere un ottimo esercizio di sviluppo linguistico, è una perfetta strategia per rassicurare il bambino durante le operazioni di igiene personale che spesso lo intimoriscono: il suono tranquillo e dolce della voce di mamma e papà trasmette al bambino sicurezza e calma.

Date un nome alle cose

Ogni oggetto ha un suo nome. Quando porgete un oggetto al bambino, sia esso una pallina, un pupazzo, un cucchiaino, un sonaglio, nominatelo lentamente, offrendo al bambino solo il nome dell'oggetto: «Pallina», invece di «guarda che bella! Una pallina! Ti piace? La vuoi prendere? Me la dai? La tengo io?».

I racconti brevi

Fin dalla primissima infanzia i piccoli adorano sentir parlare mamma e papà di cose vissute che devono rielaborare o dei programmi per il futuro prossimo.

Ad esempio, raccontare al bambino la giornata trascorsa per addormentarsi può essere una valida strategia per farlo rilassare, sentir nominare con cura tutto ciò che ha visto e rielaborare i vissuti.

Le caratteristiche delle frasi

È importante che il linguaggio che usate abbia una struttura semplice. La semplicità non deve ricercarsi nei termini scelti, ma nella struttura: frasi brevi, con soggetto, predicato e complemento. I messaggi brevi e chiari sono più facilmente accolti e compresi.

L'assenza di correzione

Mai correggere direttamente un bambino che non pronuncia correttamente, mai chiedere a un bambino di parlare quando non si sente pronto a farlo. Il bambino pronuncia male certi termini o parla molto poco? Allora potrete offrirgli maggiori e migliori occasioni di ascolto, leggete di più, chiacchierate con semplicità e con maggior frequenza. «Voio aca, mama!», «Vuoi acqua? Ecco: acqua». Anche filastrocche e canzoncine sono di grande aiuto.

Il papà, un aiuto fondamentale

Nella nostra cultura, l'uomo è sempre rimasto fuori: dalla camera quando il parto avveniva in casa, dalla sala parto nell'ospedale, dall'ambulatorio pediatrico, dalle cure, dai primi giochi del bambino. Entrare in sala parto ha voluto dire per l'uomo un cambiamento profondo del suo modo di porsi, a livello psichico e fisico, di fronte alla donna e al neonato. Una vera e propria uscita dallo stato di "attesa passiva".

Nell'uomo, durante la gravidanza della compagna, compaiono spesso una serie di manifestazioni psicosomatiche (disturbi che interessano la schiena, la pancia): manifestazioni che vanno riconosciute, utilizzate per una presa di coscienza del fatto che la nascita di un figlio investe anche la vita psichica del padre, che anche l'uomo si sta preparando alla nascita. Per il neonato avere un padre che si è preparato alla nascita vuol dire trovare un'altra persona, oltre la madre, attenta ai suoi bisogni, pronta a un rapporto corporeo con lui, che ha elaborato e riconosciuto le proprie debolezze e le esigenze dell'altro. È importante capire che anche i papà possono e sanno accudire.

L'approccio al corpo del neonato può essere per il padre fonte di emozioni positive: la scoperta del rapporto con un'altra persona. I gesti e le posizioni nell'accudire un neonato, nel nutrirlo, i modi di sostenerlo, non sono da intendersi come modalità geneticamente femminili: di fatto si evidenziano come atteggiamenti specificamente femminili perché da sempre praticati quasi esclusivamente dalle donne. Questo significa ad esempio che il modo di tenere in braccio un neonato, facendo una nicchia con le braccia, tenendolo vicino al proprio torace, guardandolo negli occhi, non è qualcosa che appartiene al sesso femminile, né deriva dall'essere donna, ma appartiene al neonato. È un suo bisogno, legato a precise caratteristiche anatomico-funzionali, e all'esigenza di rivivere la rassicurante esperienza delle posizioni uterine, a lui note.

L'uomo che accudisce e cura "fisicamente" il figlio neonato può sembrare "fare il verso" alle donne, ma in realtà si "neonattizza", si adatta cioè al neonato. E attraverso questi gesti inizia a costruire la relazione con suo figlio, relazione che la mamma già ha instaurato durante la gravidanza.

Aspetti burocratici

È necessario ufficializzare l'arrivo di questo piccolo "cittadino" registrandone la nascita presso gli uffici competenti. Ma non solo, serviranno anche alcuni documenti per neonati, come il codice fiscale e la tessera sanitaria, indispensabili per usufruire delle prestazioni del Servizio Sanitario Nazionale.

La denuncia di nascita del neonato:

- la prima mossa "burocratica" è la denuncia di nascita. Ad occuparsene in genere è il neopapà, poiché i tempi sono piuttosto stretti. La denuncia può infatti essere effettuata entro 3 giorni presso il presidio ospedaliero (o la casa di cura privata) dove ha partorito la mamma, oppure entro 10 giorni presso l'ufficio di Stato Civile del Comune nel quale è avvenuta la nascita o, ancora, sempre entro 10 giorni presso il Comune di residenza dei genitori (in caso di residenza diversa, di regola si fa riferimento al Comune di residenza della mamma). Se la dichiarazione viene effettuata presso l'ospedale, è la struttura stessa che trasmette l'atto al Comune di riferimento (ovvero quello dove ha sede l'ospedale). Su specifica richiesta, l'atto può essere trasmesso al Comune di residenza della neomamma.
- ad effettuare la denuncia in genere è un genitore, ma se mamma e papà fossero entrambi impossibilitati possono delegare questo incarico a un "procuratore speciale" (che si recherà presso gli uffici munito di procura

speciale), oppure al medico, all'ostetrica o a un'altra persona che abbia assistito alla nascita. In caso di parto a domicilio, a certificare la nascita è l'ostetrica che ha assistito il parto, ma se il bimbo è venuto al mondo senza il suo aiuto il certificato può essere firmato dal neopapà. Nella rara eventualità in cui non sia stato presente nessuno, neanche il papà, al momento del parto, si procederà con un'autocertificazione.

- al momento della denuncia – che non comporta costi per i genitori – è necessario presentare l'attestazione di nascita rilasciata dalla direzione sanitaria dell'ospedale dove è nato il piccolo e un documento d'identità (valido e aggiornato) della persona che si sta occupando della dichiarazione.
- per i genitori stranieri, non titolari di carta d'identità, occorre esibire il passaporto e/o il permesso di soggiorno.
- in caso di ritardo, ovvero se la dichiarazione viene fatta dopo il termine di 10 giorni dalla nascita, l'Ufficiale dello Stato Civile può riceverla solo se vengono espressamente indicate le motivazioni del ritardo e in ogni caso la situazione viene segnalata al Procuratore della Repubblica.
- se i genitori non sono sposati, devono recarsi insieme presso gli uffici competenti (in ospedale o in Comune) per sottoscrivere la denuncia di nascita: in questo modo il piccolo viene riconosciuto da entrambi e riceve il cognome del papà.
- se invece, a riconoscere il bebè in questa occasione è solo la mamma, il piccolo riceverà il suo cognome e, nel caso in cui il papà – successivamente – voglia procedere al riconoscimento, diventa necessario presentare un'istanza al Tribunale dei minori, corredata dal consenso dell'altro genitore.
- la scelta del nome: il certificato di nascita, redatto in occasione della denuncia di nascita, è il primo atto che riconosce il neonato come cittadino soggetto di diritto. In questa occasione, oltre al cognome il piccolo riceve ufficialmente anche il nome. I genitori possono scegliere fino a tre nomi che, da questo momento, verranno riportati per esteso e senza virgola (come avveniva invece un tempo) in tutti i documenti del bambino. La legge vieta l'attribuzione al neonato dello stesso nome del padre, dei fratelli o delle sorelle, e vieta, altresì la scelta di nomi ridicoli o vergognosi.



Il codice fiscale del neonato:

- il codice fiscale rappresenta lo strumento di identificazione del cittadino nei rapporti con gli enti e le amministrazioni pubbliche ed è un documento indispensabile che accompagnerà il bebè fino all'età adulta.
- il codice fiscale viene recapitato a casa della famiglia, generalmente un mese circa dopo la nascita del bebè. In alcune Regioni a occuparsi della procedura di attribuzione è il Comune stesso, che avvia la pratica al momento della dichiarazione di nascita o – se la denuncia di nascita è stata fatta in ospedale – quando giunge all'ufficio anagrafe la richiesta di trascrivere l'atto. In altre Regioni il genitore deve recarsi all'Agenzia delle Entrate della propria città e compilare un apposito modulo.
- per sapere come organizzarsi, se attendere semplicemente l'arrivo del tesserino magnetico o andare all'Agenzia delle Entrate, è bene informarsi presso il proprio Comune di residenza subito dopo la nascita.

La tessera sanitaria del neonato:

- la tessera sanitaria è il documento che garantisce al bambino la possibilità di usufruire delle prestazioni del Servizio Sanitario Nazionale. Ai nuovi nati, dopo l'attribuzione del codice fiscale da parte del Comune o di un ufficio dell'Agenzia delle Entrate, viene inviata automaticamente una prima tessera sanitaria con validità di un anno; alla sua scadenza, la famiglia riceve la tessera con scadenza standard (la validità è di 5 anni, salvo diversa indicazione da parte della Regione e/o Azienda Sanitaria locale).
- nella tessera sanitaria sono indicati i dati anagrafici del bambino e il suo codice fiscale, la data di scadenza ed eventuali dati sanitari regionali.
- la tessera è valida anche all'estero e consente di usufruire dell'assistenza sanitaria in tutti i paesi dell'Unione Europea (e in altre nazioni con cui sono in vigore apposite convenzioni).

La richiesta del pediatra:

- ecco un'ultima questione burocratica di cui è necessario occuparsi in tempi brevi: la scelta del pediatra di famiglia. Affinché al bambino venga "assegnato" un professionista che lo seguirà negli anni della crescita, è necessario rivolgersi agli sportelli dell'A-

zienda Sanitaria cittadina provvisti di carta d'identità del genitore richiedente e del codice fiscale del bambino

- il genitore verrà informato a proposito dei pediatri "disponibili" (il pediatra di famiglia può avere un numero preciso di assistiti, quando ha già raggiunto il limite non è possibile sceglierlo) e potrà eventualmente esprimere una preferenza. Sempre in questa occasione, il genitore riceverà i riferimenti necessari per contattare il pediatra che è stato "assegnato" al bebè e fissare il primo appuntamento.
- nel caso in cui i genitori desiderino scegliere un pediatra iscritto nell'elenco di una zona limitrofa a quella di residenza, possono farlo, ma è necessario presentare l'accettazione del medico prescelto. Infine, se in famiglia c'è più di un bimbo, al nuovo nato verrà assegnato, se la famiglia lo desidera, il pediatra del primogenito, anche se il medico non avesse posti vacanti. La familiarità con il paziente è infatti ragione di deroga.

L'attestato d'identità (o carta d'identità) del neonato:

Se mamma e papà hanno in programma qualche viaggio fuori dai confini nazionali, diventa necessario un certificato valido per l'espatrio del bambino. L'attestato d'identità per i bambini e i ragazzini al di sotto dei 15 anni viene rilasciato dall'ufficio anagrafe del Comune di residenza. Questo documento certifica l'identità del minore e permette l'espatrio nei Paesi dell'Unione Europea e in altri Paesi non comunitari che hanno stipulato un'apposita convenzione. Ecco come procedere per ottenerlo:

- un genitore (munito di documento d'identità) si presenta presso gli uffici anagrafici del proprio Comune con due foto tessera del bambino.
- l'ufficio rilascia il certificato anagrafico di nascita e di cittadinanza italiana del piccolo e fornisce l'apposito modulo prestampato (l'istanza per chiedere la possibilità dell'espatrio) che dovrà essere compilato da entrambi i genitori.
- il certificato rilasciato dagli uffici comunali, l'istanza di assenso all'espatrio sottoscritta da mamma e papà e le copie del documento di identità di entrambi dovranno essere consegnate presso gli uffici della Questura che convaliderà l'autorizzazione all'espatrio del bambino.

- per conoscere i Paesi (oltre a quelli che fanno parte dell'Unione Europea) dove è possibile recarsi con l'attestato d'identità del bambino, è opportuno consultare l'elenco che il Ministero degli Affari Esteri ha curato in collaborazione con l'ACI, oppure informarsi presso l'Ufficio Relazioni con il Pubblico della Questura o rivolgersi ai Consolati esteri in Italia.

Oltre alla tessera sanitaria, quando ci si reca all'estero è buona norma portare con sé anche il libretto pediatrico regionale che il bimbo riceve direttamente nel presidio ospedaliero in cui è nato. Nel libretto è indicato il gruppo sanguigno e vengono annotati tutti i trattamenti vaccinali e sanitari, nonché eventuali patologie importanti. Inoltre i pediatri di base vi inseriscono il resoconto dei periodici bilanci di salute.



Vaccinazioni

Sulla base delle novità introdotte dalla legge 31 luglio 2017, n. 119 "Conversione in legge, con modificazioni, del decreto-legge 7 giugno 2017, n. 73, recante disposizioni urgenti in materia di prevenzione vaccinale", per i minori di età compresa tra 0 e 16 anni e per i minori stranieri non accompagnati sono obbligatorie e gratuite le seguenti vaccinazioni: anti-poliomielitica, anti-difterica, anti-tetanica, anti-epatite B, anti-pertosse, anti-Haemophilus influenzae tipo b, anti-morbillo, anti-rosolia, anti-parotite, anti-varicella. L'obbligatorietà per le ultime quattro (anti-morbillo, anti-rosolia, anti-parotite, anti-varicella) è soggetta a revisione triennale in base ai dati epidemiologici e alle coperture vaccinali raggiunte. A queste 10 vaccinazioni se ne aggiungono altre 4 fortemente raccomandate che il Decreto prevede ad offerta attiva e gratuita, ma senza obbligo, da parte di Regioni e Province autonome: anti-meningococcica B, anti-meningococcica C, anti-pneumococcica, anti-rotavirus.

Quando serve il passaporto per il neonato:

se la meta del viaggio della neofamiglia è una località che non fa parte della comunità europea e/o con cui non sono in vigore particolari convenzioni, è necessario chiedere l'iscrizione del bambino sul passaporto del genitore, dove vengono riportati i dati anagrafici del piccolo (fino al decimo anno di età non è necessaria la foto del minore). In alternativa, è possibile richiedere un passaporto personale per il bambino. In entrambi i casi, gli uffici competenti sono quelli della Questura della propria città.

Documenti per neonati: cosa fare on-line
Grazie all'informatizzazione delle pubbliche amministrazioni, oggi è possibile richiedere i primi documenti del bebè anche per via telematica. È il caso della denuncia di nascita, che può essere effettuata anche on-line e della richiesta del codice fiscale e della tessera sanitaria. Per saperne di più, è possibile consultare il sito comuni.it e il sito dell'Agenzia delle Entrate.

C.A.V. Centri di Aiuto alla Vita di Roma Capitale



Cosa sono i CAV

I Centri Aiuto Vita sono associazioni o gruppi di volontariato in collegamento con il Movimento per la Vita Italiano, che da più di trent'anni si impegnano per:

- favorire la serena accoglienza della Vita nascente
- sostenere in particolare donne e famiglie che vivono la gravidanza e la maternità con difficoltà
- sensibilizzare la comunità sul valore della Vita e della solidarietà.

Servizi offerti

DESTINATARI	OBIETTIVI
Donne e famiglie in attesa di un bambino e/o con bambini (0-3 anni) che stanno vivendo una situazione di difficoltà	accompagnamento e aiuto concreto a donne e famiglie in attesa di un bambino e con figli fino a tre anni che vivono una situazione di difficoltà
Territorio: cittadinanza, scuole, parrocchie, enti del privato sociale, CAV della Rete per la Vita	sostegno della maternità e prevenzione dell'interruzione volontaria della gravidanza
Enti pubblici: Comuni, ASL, Regioni	sensibilizzazione di gruppi e comunità al valore della vita umana, formazione al volontariato; sensibilizzazione di gruppi e comunità al valore della vita umana, formazione al volontariato
	promozione di rapporti di collaborazione con enti pubblici e privati operanti sul territorio



Asl: territori di competenza

- **Asl Roma 1:** Cav Roma Talenti,
- **Asl Roma 2:** Cav Roma Tiburtino, Cav Roma Palatino, Cav Roma Torrino, Cav Roma Ardeatino
- **Asl Roma 3:** Cav Roma Acilia, Cav Roma Ostia

Tabella dei servizi

AREA	NOME SERVIZIO
PRIMA ACCOGLIENZA E ASCOLTO	Primo ascolto e prevenzione IVG
	Colloqui di approfondimento della situazione e valutazione del bisogno
	Colloqui di prevenzione IVG
SOSTEGNO AFFETTIVO / PSICOLOGICO / EDUCATIVO / ETICO-MORALE / SANITARIO	Sostegno psicologico
	Mediazione familiare
	Supporto educativo ed affettivo
	Supporto etico-morale
	Supporto pre-post nascita
	Supporto post-aborto
SOSTEGNO CONCRETO	Erogazione programmata beni di prima necessità - Adulti
	Erogazione programmata beni di prima necessità Prima Infanzia
	Sostegno economico
SOSTEGNO ALL'ACCESSIBILITÀ SOCIALE	Consulenza legale
	Percorsi di inserimento sociale e professionale
	Comunità di prima accoglienza
	Seconda accoglienza in appartamenti indipendenti
	Spazio diurno per bambini
	Spazio diurno per donne in gravidanza, mamme con bambini
SENSIBILIZZAZIONE	Giornata per la vita
	Iniziative culturali / formative sul tema della vita
	Promozione del volontariato e della solidarietà
FORMAZIONE	Corsi di formazione per avviamento e per gestione
	Corsi di formazione su competenze relazionali
RELAZIONI ESTERNE	Contatti enti
	Comunicazione esterna
SUPPORTO	Gestione raccolta fondi

La tabella sovrastante rappresenta una classificazione generale dei servizi della Rete. Nelle schede di ogni CAV sono indicati solo quelli che vengono erogati da ciascuno.

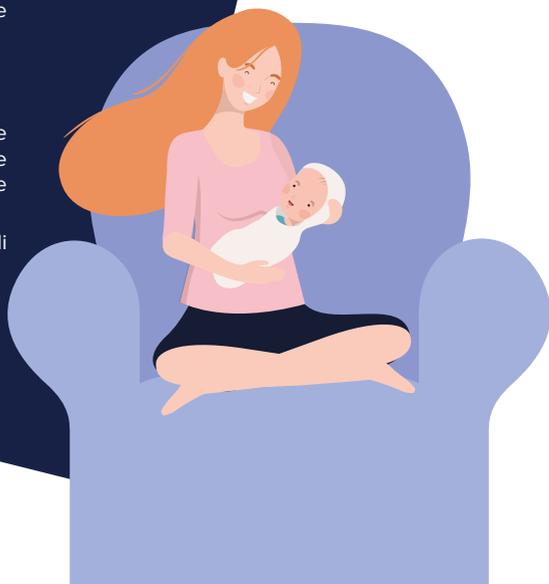
NEONATI

in famiglia

Iniziativa per supportare nel compito educativo e genitoriale le famiglie con fragilità sociali, versanti in condizioni di svantaggio economico e le famiglie con minori in difficoltà.

attività

- **incontri con esperti della rete Moige** per una conoscenza approfondita delle dinamiche e delle difficoltà vissute e per un supporto concreto nelle attività di vita quotidiana
- **counselling psico sociale**
- **orientamento ai servizi territoriali**
- **incontro con esperto** per la strutturazione di un percorso di inserimento professionale e valorizzazione delle competenze possedute dal genitore
- **contributo economico** per l'acquisto di beni di prima necessità



Comunità solidali 2020



DD n. 014743 del 07/12/2020



moige

proteggiamo i nostri figli



movimento per la vita

