



AZIENDA OSPEDALIERA DELLA PROVINCIA DI PAVIA

Sede Legale: Viale Repubblica, 34 - 27100 PAVIA

Tel. 0382 530596 - Telefax 0382 531174

www.ospedali.pavia.it

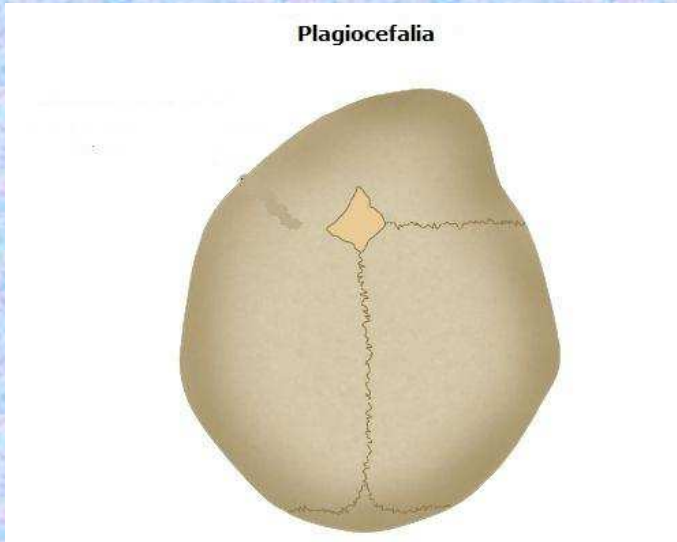
Consigli posturali per il neonato - lattante



Come favorire uno sviluppo simmetrico del capo

Nel 1992, l'American Academy of Pediatrics (AAP) pubblicò alcune raccomandazioni sulla necessità di porre i neonati a dormire in posizione supina per prevenire la sindrome della morte improvvisa del neonato (SIDS). La campagna "back to sleep" ha drasticamente diminuito l'incidenza della SIDS negli ultimi 2 decenni, ma ha contemporaneamente portato ad un aumento dei casi di plagiocefalia posizionale.

Che cos'è la plagiocefalia posizionale?



...è una malformazione cranica che si osserva nel neonato e nel lattante: la testa non ha una forma regolare e presenta alcune anomalie, riscontrabili con la semplice osservazione, quali appiattimento del capo, asimmetrie del volto e testa reclinata da un lato. La testa vista dall'alto assume un aspetto obliquo (a parallelogramma), plagiocefalia significa appunto testa obliqua.

Questa condizione deve essere sempre attentamente valutata dal pediatra perché è possibile intervenire, se diagnosticata precocemente.

Le conseguenze della plagiocefalia non sono solo di natura estetica, ma possono insorgere disturbi specifici quali: disturbi visivi, cefalea, malocclusione dentale, dolore alle articolazioni temporo-mandibolari. In alcuni casi il bambino con plagiocefalia presenta nei primi mesi un'asimmetria dei muscoli del collo e della motricità determinate proprio dalla forzata e viziata rotazione del capo.

Le cause

Le deformità craniche presenti alla nascita sono generalmente dovute a:

- posizioni assunte dal feto in ambiente uterino
- prematurità del neonato
- torcicollo muscolare congenito

La deformità cranica può anche manifestarsi nei primi mesi di vita a causa di alcune posizioni assunte dal bambino durante la giornata; in particolare la posizione supina, se mantenuta per lunghi periodi di tempo, può favorire l'appiattimento del capo.

Cosa si può fare?

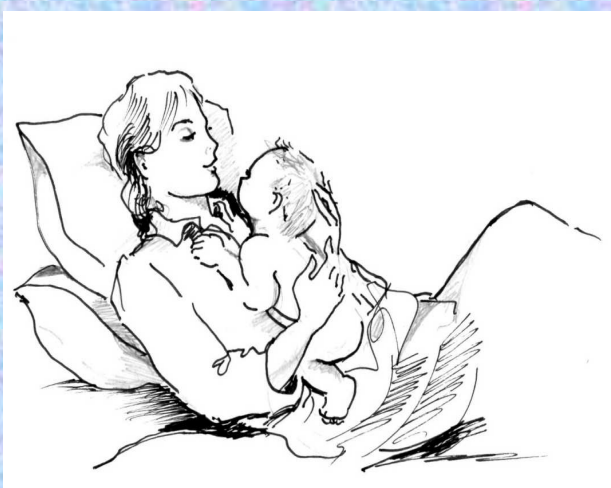
Non bisogna minimizzare il problema di **plagiocefalia** credendo in una risoluzione spontanea (non sempre certa). Il sottovalutare la situazione può portare ad un peggioramento della deformità. Spesso, il neonato tende a preferire una posizione, facendo fallire i tentativi di cambiamento con crisi di pianto che terminano solo con il ripristino della posizione viziata e il conseguente aggravarsi della deformità stessa.

Alcune regole generali

Cambiate posizione al vostro bambino, così lo aiutate ad evitare "vizi posturali"
Cambiate la posizione dei giocattoli ai diversi lati del lettino, del seggiolino o della carrozzina
Controllate che la fonte di stimoli luminosi e sonori non provenga sempre e solo da un unico punto (es. finestra, radio, televisione)
Alternate il lato ad ogni pasto quando allattate il vostro bambino
Limitate l'uso della sdraietta

Fin dai primi giorni dopo la nascita, l'AAP raccomanda di tenere il neonato in posizione prona, quando è sveglio, intrattenendolo per un tempo variabile in base al suo gradimento, per prevenire lo sviluppo di aree di appiattimento della squama occipitale e per facilitare al contempo il controllo del capo. La posizione prona da sveglio, comunemente definita "tummy time", dovrebbe entrare a far parte del quotidiano del bambino.

Il controllo del capo da prono facilita il raddrizzamento del cingolo scapolare e permette l'appoggio sugli avambracci. Il raddrizzamento raggiunge poi la zona lombare ed il bambino può liberare le braccia appoggiandosi sulle mani. In seguito potrà spostare il carico su una sola mano, alternandola, avendo così la possibilità di utilizzare l'altra per il gioco o per lo spostamento.



Prono sul torace: posizione prona da sveglio, già possibile nel periodo 0-2 mesi d'età. Questa posizione, con il contatto corporeo, favorisce il processo di attaccamento alla figura materna e promuove le prime esperienze antigraitarie. Questa posizione rinforza la muscolatura del collo e della schiena in modo simmetrico. All'inizio sembra non essere gradita ma, riproposta gradualmente, viene accettata più volentieri grazie al contatto con il genitore.

Posizione prona sul fasciatoio: sostenuta dal contatto visivo con l'adulto, adottabile dai 2 mesi di età. Questa posizione va incoraggiata in quanto propedeutica per le future acquisizioni motorie, quali lo strisciare e il gattonamento. Dal 3° mese in poi possiamo aiutarlo a mantenere questa posizione con un piccolo sostegno sotto il torace. In questa posizione il bambino può ruotare il capo liberamente e raggiungere gli oggetti da afferrare con la mano.





In braccio: l'alternare la posizione favorisce il raddrizzamento del capo e la possibilità di maturare la rotazione attiva verso entrambi i lati.

In braccio raccolto: una corretta posizione raccolta va favorita anche quando il bambino è tenuto tra le braccia dei genitori. Tenetelo alternativamente rivolto a destra e a sinistra in modo da evitare che il punto d'appoggio e l'orientamento del capo siano sempre dallo stesso lato.



Queste posizioni mantengono l'allineamento capo-tronco.



Postura semi-seduta: per assicurare una postura corretta, occorre posizionare ai lati del tronco del neonato dei teli di spugna arrotolati, lasciando libero il capo di muoversi in tutte le direzioni per esplorare l'ambiente.

Altri suggerimenti

È importante che la posizione di sonno del neonato cambi periodicamente: Si consiglia di mettere il bambino in **posizione supina con lieve inclinazione**. Tale inclinazione si può ottenere con un asciugamano arrotolato o un cuscino. Questa posizione, suggerita in età molto precoce, è comoda e stabile poiché non permette al bambino di rotolare in posizione prona.

Alternate i due lati evitando che le fonti luminose e gli stimoli siano sempre da un solo lato.

La posizione supina inclinata si può riproporre anche sulle vostre ginocchia, quando il bambino è sveglio, alternando il lato con un movimento lento favorito dal semplice abbassamento della gamba. Con l'aiuto di un gioco potete rendere questa posizione più piacevole per il vostro bambino.

Ricordatevi: In presenza di plagiocefalia mantenere il punto di appoggio più a lungo sul lato “non schiacciato”

E dai 6 mesi create per lui uno spazio a terra dove sperimentare in sicurezza le nuove conquiste!!!!!!

