



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Ospedaliero - Universitaria di Bologna
IRCCS Istituto di Ricovero e Cura a Carattere Scientifico



ALMA MATER STUDIORUM
UNIVERSITÀ DI BOLOGNA



Una Mano per il Vostro Bambino

Alcuni consigli utili su come potersi prendere cura
del proprio bambino nato pretermine
dopo la dimissione dal reparto di Neonatologia

“Orientarsi”



N. 35

Supplemento d'informazione a “Diario di Bordo” Reg. Tribunale di Bologna n. 6759 del 31/12/1997

Da che cosa e' nata l'idea della creazione di questo opuscolo?

I genitori, quando ricevono la tanto attesa notizia della dimissione del loro bambino, provano una serie di emozioni contrastanti: da un lato è forte il desiderio di ritornare a casa con il proprio piccolo, ma dall'altro emergono una serie di ansie e paure legate al fatto che mamma e papà temono di non riuscire a prendersi cura adeguatamente del loro bambino come era in grado di fare il personale di reparto, soprattutto se il piccolo è nato prematuramente.

Con questo breve opuscolo ci auguriamo di riuscire a fornire risposte ad alcune delle domande che mamma e papà solitamente rivolgono al personale di reparto (in modo particolare al fisioterapista) al momento della dimissione dal reparto di neonatologia.

*Il massaggio per il bambino
proposto in questo opuscolo
è un adattamento, per il piccolo pretermine,
del massaggio infantile diffuso dall'A.I.M.I.
(Associazione Italiana Massaggio Infantile).
Buon lavoro!*

Raffaella Migliori

Non dimenticate che...!

La prima cosa che occorre ricordare è il fatto che il vostro bambino è ancora piuttosto “indifeso”, bisognoso di protezione e di **attenzioni “speciali”**, quindi:

- “Create” intorno a lui **un ambiente a misura di “bambino prematuro”**, cioè privo di stimoli dannosi come luci o rumori troppo forti; la temperatura dovrebbe essere costante e l’ambiente adeguatamente riscaldato.
- Ogni spostamento o cambio di posizione che fate fare al vostro bambino dovrebbe avvenire con **la massima delicatezza e lentamente, cercando di mantenere il piccolo il più possibile contenuto e raccolto** con le braccia e le gambe allineate davanti al corpo (sulla linea mediana).
- Prima di prenderlo in braccio **avvolgete il piccolo in una coperta** in modo che rimanga contenuto il più possibile durante lo spostamento, evitando atteggiamenti di apertura di braccia e gambe; quando l’avrete preso in braccio **tenetelo vicino al petto**, facendogli avvertire il calore del vostro corpo (“marsupioterapia”).
- Anche quando il piccolo è nel lettino, nel passeggino o nell’ovetto, costruite intorno a lui un nido, il piccolo si sentirà più contenuto e non compariranno segni di disorganizzazione motoria (startle, tremori, agitazione...) quando il piccolo viene trasportato nel passeggino o nell’ovetto è importante che ci sia **un contenimento soprattutto lateralmente, posizionando degli asciugamani arrotolati vicino ai fianchi del bimbo**, questo darà al vostro piccolo quel “senso di confine” di cui ha tanto bisogno.

- La posizione da privilegiare quando il bimbo è sveglio è quella **sul fianco** (destra o sinistra) **poiché favorisce l'allineamento di braccia e gambe sulla linea mediana** e quindi il piccolo si trova ad essere maggiormente "raccolto". Quando il bambino dorme va evitata la posizione prona.
- **E' importante che ricerchiate il contatto con il vostro bambino e che lo stimoliate con tocchi (fermi e non superficiali) e/o con il massaggio infantile, ma prestate attenzione a non esagerare poiché potrebbero comparire segni di sovrastimolazione** (alterazioni del ritmo respiratorio e/o della motricità come tremori od agitazione, pianto, singhiozzo, rigurgito...); se dovessero comparire tali segni ricordatevi di utilizzare **"il tocco a mani ferme"** (ad esempio, una mano sulla schiena ed una sulla testina oppure una a livello dei piedini e l'altra sempre sulla testa...in questo modo i segni dovrebbero scomparire ed il vostro piccolo si tranquillizzerà).
- Durante i momenti di contatto con il vostro piccolo ricordatevi di mantenere un ritmo respiratorio tranquillo e rilassato, utilizzando respiri più profondi.

A proposito di massaggio infantile...

Quando deciderete di massaggiare il vostro bambino ricordate che dovrete essere rilassati e disponibili ad entrare in contatto intimo con lui, ad ascoltarlo, senza che vi siano “intrusioni” dall’esterno; mettetevi comodi sulla poltrona o **su una sedia con i piedi appoggiati su un panchetto** e posizionate il piccolo sulle vostre gambe come illustrato nelle foto relative ai massaggi (fate in modo che la testa sia un po’ più in alto rispetto al resto del corpo).

Inizialmente eseguite il massaggio sui vestiti poiché il bambino potrebbe avere ancora qualche problema di termoregolazione; successivamente lo si potrà effettuare direttamente sul suo corpo nudo.

Il massaggio potrete farlo 2 o 3 volte al giorno per pochi minuti ogni volta; il bambino deve essere in uno stato di veglia tranquilla e le ore migliori sono quelle lontane dai pasti.

Ricordate che il massaggio dovrebbe...

- Essere **globale** cioè interessare tutti i distretti corporei, ma per ognuno di essi **si scelgono solo una/due “manovre”** di quelle viste durante il corso e che potrete trovare “sull’opuscolo riepilogativo dei massaggi”;
- Essere **simmetrico**, cioè interessare sia la parte destra che quella sinistra del corpo;
- Avere una sua **ritmicità**, ed **un tocco**, come quello a mani ferme, **non superficiale**;
- Essere preceduto dal **“gesto di inizio” (“permesso”)** che voi avete scelto come tale fin dai primi massaggi e che **indica che sta per iniziare qualcosa di piacevole, il massaggio.**

Viso:

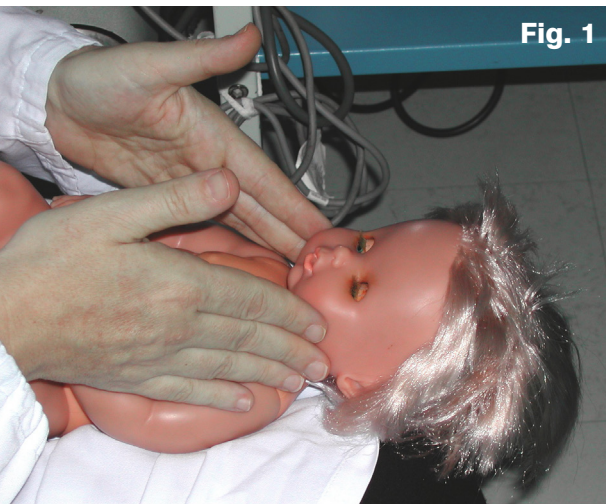


Fig. 1

I massaggi che potrete eseguire sul vostro piccolo:

Libro aperto sulla fronte: è come se si stessero spianando le pagine di un libro sulla fronte del bambino con entrambe le mani.

Sfioramento da dietro alle orecchie verso il mento: come da Fig. 1 nella quale il massaggio viene eseguito da una mamma sulla bambola.

Torace:



Fig. 2

Libro aperto: come quello sulla fronte: in questo caso ognuna delle due mani dallo sterno si porta verso le spalle e poi in basso verso le ascelle. (Vedi il massaggio eseguito da una mamma sul suo bambino alla Fig. 2).

Addome:

Ruota dall'alto in basso: le mani si susseguono a piatto sull'addome del bambino come a disegnare una ruota.

Ruota con le gambe a 90°: come il precedente, ma in questo caso una delle due mani mantiene le gambe del piccolo a 90° rispetto all'addome.

Orologio: si disegna un orologio come da Fig. 3 nella quale il massaggio viene eseguito da una mamma sulla bambola.



Fig. 3

Braccia e Mani:

Massaggio Svedese - Centripeto: pressione continua e ritmica lungo tutto il braccio, dal polso alla spalla come da Fig. 4 nella quale il massaggio viene eseguito da una mamma sul suo bambino.

Con la mano il dorso della mano: favorisce l'apertura della mano del bambino.

Semicerchi nel palmo della mano e lungo ogni dito.



Fig. 4

Gambe e Piedi:



Massaggio svedese-centripeto: dalla caviglia all'anca.

Semicerchi coi pollici sulla pianta del piede.

Per il braccio e la gamba inizialmente si privilegia il “Massaggio svedese” a quello “indiano” poiché viene svolto verso il centro del corpo e quindi favorisce un atteggiamento in chiusura.

Dal collo al sederino/alle caviglie: viene eseguito trasversalmente alla spina dorsale come da Fig. 5 nella quale il massaggio viene eseguito da una mamma sulla bambola.

Schiena:



Cerchi ai lati della colonna includendo i glutei: come da Fig. 6 nella quale il massaggio viene eseguito da una mamma sul suo bimbo. (Vedi il massaggio eseguito da una mamma sul suo bambino alla Fig. 2).

Pettine dal collo al sederino: come da Fig. 7 nella quale il massaggio viene eseguito da una mamma sulla bambola.

La sequenza proposta nelle immagini non è vincolante, potrà essere variata in base alle esigenze e/o preferenze del bambino.

Se quando viene massaggiato un particolare distretto corporeo compaiono segni di sovrastimolazione, si consiglia di interrompere il massaggio e di preferirvi un contatto a “mani ferme”. La ricerca del contatto di sguardi è fondamentale, ma non sempre il bambino inizialmente tollera l'utilizzo di più canali comunicativi e/o riesce a mantenere per lungo tempo l'attenzione; per questo occorre sempre procedere con estrema gradualità. Quando il bambino sarà cresciuto/si sarà sviluppato tanto da non evidenziare più segnali di sovrastimolazione, si potranno **gradualmente** aggiungere gli altri massaggi visti al corso ed infine gli esercizi di coordinazione per le braccia e gambe; il massaggio potrà durare anche 20 minuti o più se il bambino mostra di accettarlo (quando il bambino sarà cresciuto si potranno adottare altre posizioni per eseguire il massaggio: seduti per terra, sistemate il bimbo sulle vostre gambe, posizionate in modo da formare una “culla”, oppure sul fasciatoio; in posizione prona il piccolo potrà essere posto trasversalmente sulle vostre gambe come da Figure 5 o 7).



Fig. 7

Cosa fare se...

Se il piccolo soffre di **coliche** potete fare il massaggio “Ruota dall'alto in basso”, seguito da “Ruota con le gambe a 90°” e poi da alcuni piegamenti delle gambe sull'addome; oppure potete anche eseguire il massaggio “Orologio” (sempre seguito dai piegamenti) che favorisce lo **svuotamento intestinale**;

Se e il piccolo piange può avere fame, può avere dei dolori al pancino, può esserci qualcosa intorno a lui che lo disturba, ma più spesso sta esprimendo il desiderio di essere preso in braccio, coccolato... contenetelo con un tocco a “mani ferme” fino a quando non si sarà calmato; altre volte il piccolo può piangere poiché non riesce a prendere sonno...un massaggio alla schiena potrebbe essergli di aiuto! Con il tempo imparerete a riconoscere i significati dei diversi “tipi” di pianto e sarete in grado di fare ciò che è meglio per il vostro bambino...abbiate pazienza e **voglia di ascoltare** ciò che vi comunica.

Godetevi il più possibile i momenti che trascorrerete con il vostro bambino e non abbiate paura di viziarlo...dovete recuperare il tempo che non avete potuto spendere insieme al vostro piccolo quando era ricoverato in ospedale...egli ha bisogno di sentire tutto l'amore che gli potete dare!

Riferimenti Bibliografici

BOND C.

Positive touch and massage in the neonatal unit: a british approach.
SEMIN. NEONATAL, 2002; 7: 477-486

<http://www.aimionline.it/massaggio/prematuro>

IL RUOLO DEL FISIOTERAPISTA IN T.I.N.

a cura dei Fisioterapisti del G.d.S. della S.I.N. sulla "Care in Neonatologia"
e Fisioterapisti sottogruppo "Neonatologia" del G.I.S.
"Riabilitazione pediatrica" A.I.F.I.

IL BAMBINO PREMATURO E LA RIABILITAZIONE. LA "CARE", I SEGNI E LA CLINICA,
L'EVOLUZIONE DEL SEGNO PATOLOGICO

Atti del Convegno tenutosi a Milano il 15, 16, 17 maggio 1998

KENNEL J.H., KLAUS M.H., KLAUS P.H.

Dove comincia l'amore. I primi contatti con il neonato.
Torino: Bollati Boringhieri Editore S.p.I., 1998

McCLURE V.

Massaggio al bambino. Messaggio d'amore.
BONOMI EDITORE, 2001

MOLLOY GUENTHER CAROLYN, L.M.T., C.I.M.T.,

Tender touch for premature infants
MESSAGE MAGAZINE, luglio/agosto 19

TESSIER R., CRISTO M., VALEZ S., GIRON M., FIGUEROA DE CALUME Z., RUIZ-PALAEZ J. G.,
CHARPAK Y., CHARPAK N.

Kangaroo mother care and the bonding hypothesis
PEDIATRICS, 1998 August; vol. 102 No: p.e 17

VICKERS A., OHLSSON A., LACY J.B., HORSLEY A.

Massage for promoting growth and development of preterm and/or low birth weight infant
COCHRANE DATABASE SYST. REV, 2000; (2): CD000390

Dipartimento Attività Integrate
Medicina Interna, dell'Invecchiamento e Malattie Nefrologiche
Unità Operativa Medicina Fisica e Riabilitazione - Taricco
Azienda Ospedaliero - Universitaria di Bologna
Policlinico S. Orsola-Malpighi

Direzione Servizio Infermieristico, Tecnico e Riabilitativo
Area della Riabilitazione - Dr. V. Manigrasso

Per informazioni
Fisioterapista Raffaella Migliori
Fisioterapista Silvana Massa
presso studio Fisioterapisti - Area S. Orsola
tel. 051.6364980 - 051.6363485

Testo e foto (ad eccezione della foto di copertina)
di Daniela Bonora, fisioterapista,
con la collaborazione di Raffaella Migliori, fisioterapista,
insegnante A.I.M.I. (Associazione Italiana Massaggio Infantile)