

Il primo anno di vita

Un libro illustrato per genitori come aiuto d'osservazione nei primi 12 mesi di vita del loro bambino.

Colophon

Editore: Raggruppamento Voijta (ZVK)

Autori: Frauke Melcher, Ulrike Kuhn

Disegni: Irene Warnke

Layout: Katharina Neubert

Edizione: 5000 esemplari

© 2009 Raggruppamento Voijta (ZVK)

Introduzione

Il significato della motricità, cioè del comportamento motorio è evidente per lo sviluppo umano.

Soltanto con i movimenti, l'umano è capace di reagire ed agire ai cambiamenti del suo ambiente e confrontarsi con gli stessi. Perciò il movimento è la finestra decisiva nel riconoscimento di rilevi durante il primo anno di vita. I criteri motorie sono di importanza cruciale nelle diagnostica della neurologia genetica per osservare(esaminare) le capacità di un lattante.

Questo dipende dal fatto che la motricità di un neonato in confronto agli altri settori di sviluppo è già relativamente matura e ampiamente differenziata. Perciò si deve ben conoscere e riconoscere la completa ed enorme dinamica di sviluppo del primo anno di vita di un bambino.

Oggi la necessità della diagnosi precoce di disturbi dello sviluppo è indiscutibile. Il vantaggio del presto riconoscimento di uno sviluppo difettoso è innanzitutto che ci permette con questo di realizzare una contromisura specifica - la terapia precoce.

Così, è un grande arricchimento che con questa brossura si da in mano a genitori novelli un aiuto importante per poter valutare lo stadio di sviluppo del loro bambino.

Le autrici di questa brossura sono riuscite di mostrare le fase di sviluppo umano più importanti con una rappresentazione esatta, facile da capire e chiaramente illustrata.

L'attuale stadio di sviluppo è facile da leggere, inibizioni dello sviluppo sono rapidamente riconoscibile e non mancano neanche indicazioni a ragionevoli misure di sostegno.

Perciò si spera o cioè si parte da presupposto che questa brossura si diffonderà ampiamente per supportare uno sviluppo positivo e vantaggioso di tanti neonati.

Dr. med. Jörg Hohendahl

Direttore del settore Neurologia dello sviluppo e neuroriabilitazione

Clinica pediatrica dell'Università Ruhr di Bochum

Il neonato

Posizione prona neonata (guardi anche il disegno sulla pagina 4)

Poiché la testa è sempre girata di un lato si indica la posizione ventrale asimmetrica. La superficie di contatto del neonato si trova soprattutto nella regione della guancia laterale, nella regione sternale e nell'emicorpo voltato della faccia. Le braccia stanno nelle articolazioni delle spalle e del gomito al lato del corpo (posizione manico) e le mani in pugni rilassati.

Con questa età non si parla ancora di un funzionamento di sostegno delle braccia e quindi un neonato per girare la testa da un lato all'altro la ruota sopra il mento. Dopo le prime 4 a 6 settimane il bambino può "appoggiarsi" sulle avambracci per alzare a breve la testa a guardare qualcosa.

L'anca del neonato è sollevata e le gambe sono piegate negli articolazioni d'anca e ginocchio. La parte interna del ginocchio e le dita del piede devono avere contatto con la superficie d'appoggio, mentre il bambino "sgambetta".

Posizione supina neonata (guardi anche il disegno sulla pagina 5)

Anche la posizione supina è in questo periodo una posizione asimmetrica, ma l'appoggio è qui frequentemente sul lato facciale. A causa del suo stadio di sviluppo reagisce il bambino nella posizione supina a ogni stimolo con movimenti multimodali coinvolgendo tutte le estremità cioè le braccia e le gambe.

Questa posizione "instabile" cambia entro la quarta e sesta settimana quando il 50 – 75% dei neonati cominciano a fissare. Da ora sono capaci di concentrarsi per un certo periodo su un oggetto oppure la faccia della madre. In più si sforzano di seguire l'oggetto preso con gli occhi.

Il 3. mese

L'appoggio simmetrico sui gomiti (guardi anche il disegno sulla pagina 6)

La superficie di contatto è diventata una superficie di appoggio durante gli ultimi tre mesi. Il bimbo è ora capace di appoggiarsi sui gomiti d'avanti al cingolo scapolare (l'appoggio simmetrico sui gomiti).

Il peso si è spostato verso l'osso del pube e così il neonato riesce ad alzare la testa contro la forza di gravità.

La colonna cervicale è estesa e può essere girata liberamente. Una deviazione dello sguardo senza muovere la testa è possibile.

La posizione iniziale dell'anca "somigliante ad un animale" è sparita. Le gambe stanno in linea con l'anca e i ginocchi stanno leggermente piegato sull'appoggio.

La posizione supina stabile (guardi anche il disegno sulla pagina 7)

Da questo momento si può segnare anche la posizione supina come una posizione stabile e d'appoggio. Il tronco forma insieme con l'occipite la base d'appoggio e crea le condizioni per poter usare le mani con determinazione per prendere qualcosa e

che le gambe possono essere portate rettangolare in anca, ginocchio e piede contro la forza di gravità.

Come nella posizione prona è ormai possibile in questa posizione supina di deviare lo sguardo senza muovere la testa.

Oltre alla coordinazione mano-mano (il contatto coordinato di tutti e due mani) si può osservare una reazione associata della bocca e i piedi, cioè quando il bambino prende un giocattolo e lo porta verso la bocca, normalmente questa è già aperta in attesa e i piedi si muovono uno verso l'altro (il modello di prensione di tutto il corpo).

Il 6. mese

L'appoggio sopra un solo gomito e l'appoggio simmetrico sopra le mani (guardi anche il disegno sulla pagina 8)

Negli ultimi tre mesi è successo tanto. Sdraiato sul ventre il bambino è capace di spostare il suo peso a un lato e così appoggiarsi a turno su un braccio e prendere con l'altro, la testa ed un braccio possono ora essere mantenuti e mossi contro la forza di gravità (l'appoggio sopra un solo gomito con 4,5 mesi).

Con 6 mesi il bambino può appoggiarsi su le sue mani aperte estendendo le sue braccia e i suoi fianchi e nel contempo alzare dalla superficie il tronco fino ai femori (l'appoggio simmetrico sopra le mani).

Girarsi (guardi anche il disegno sulla pagina 9)

Anche nella posizione supina il bambino ha scoperto lo spostamento su un lato e sopra un lato. Con approssimativamente 4,5 mesi ha cominciato di prendere cose sopra il suo centro corporeo che finalmente con 6 mesi l'ha portato a voltarsi finalizzato dalla schiena al ventre.

Ora il bambino può prendere un giocattolo da quasi ogni offerta posizione, cambiarlo da una mano all'altro e comincia a toccarsi i piedi per portarli prossimamente alla bocca.

Entro il 7. e 8. mese si può osservare i primi intenzioni d'esplorare lo spazio verso sopra quando il bambino arriva sopra la posizione laterale "stabile" e la posizione seduta laterale alla posizione seduta "inclinata". Quando il bambino riesce sedersi con i piedi estesi (quasi 9 mesi) si può dire che il bambino si siede da solo.

Il 9. mese

La seduta obliqua (guardi anche il disegno sulla pagina 10)

D'ora in avanti non è più possibile di descrivere le tappe di sviluppo "separate" in posizione prona e posizione supina. Il bambino scopre sua prima forma di movimento e comincia con approssimativamente 7 mesi ad esplorare suo circondario strisciando o rotolando (si volta con circa 8 mesi sicuro dal ventre alla schiena).

Il camminare carponi (guardi anche il disegno sulla pagina 11)

In questo periodo il bambino è capace d'arrivare sopra diversi variazioni alla postura a quattro zampe. Al contrario alla somigliante posizione iniziale in quale il bambino di 6 mesi bilanciava suo sedere simmetrico avanti ed indietro ed ora capace d'alzare una mano o un ginocchio per cominciare ad camminare carponi.

Il 12. mese

Camminare da solo (guardi anche il disegno sulla pagina 13)

Per seguire l'esplorazione dello spazio sopravviene ora il movimento "in alto".

Usando le braccia per tirarsi su il bambino striscia all'insù un muro o un oggetto e passa così dalla stazione eretta su una gamba alla posizione eretta. Dopo un tempo breve il bambino comincia con i suoi primi passi laterali lungo oggetti.

D'ora in avanti durerà ancora un po' finché il bambino apprenderà che le gambe possono portare il suo corpo.

Con l'aumento di sicurezza il bambino comincia di camminare tra diversi punti d'appoggio, per esempio mobili od oltre.

Con approssimativamente 12 mesi il 50% dei bambini sono capaci a fare i suoi primi passi da soli e provano questa nuova capacità in ogni occasione, inciampando e oscillando frequentemente all'inizio.

Oltre al solo movimento, la conquista e la "comprensione" dello spazio il camminare e il "allontanarsi" serve sicuramente anche allo sviluppo dell'io, allo sviluppo sociale e alla comunicazione.

Come già nel passato è necessario che i genitori danno al bambino la possibilità di fare esperienze offrendo un ambiente adeguato e sicuro ma anche "stimolante", in più lodarli adatto alla situazione, motivarli dopo piccole "partenze false" e soltanto intervenire "aiutante" quando una situazione diventa davvero "compromessa".

Questo costa di sicuro tempo e nervi ma il loro piccolo esploratore glielo ringrazierà sul suo percorso verso l'indipendenza.

Utilità e Assurdità d'utensili per neonati

Il suo bimbo ha bisogno di che cosa?

Un buon letto, una carrozzina, un mezzo di trasporto per portare il bambino sicuramente in macchina, un seggiolone sicuro, quando il bambino può sedersi al tavolo. Non più. Ci sono tante attrezzature sul mercato che più danneggiano che aiutano. Nei paragrafi pregressi si poteva leggere qualcosa sopra le diverse tappe di sviluppo che suo bambino percorre durante il suo primo anno:

In decubito supino, prona o in decubito laterale un bambino fa le sue prime esperienze con la forza di gravità: Alza la testa, comincia a prendere, striscia o cammina carponi, comincia a tirarsi su e finalmente a camminare. I suoi movimenti diventano intanto passo a passo più sicuri e il bambino più mobile.

Le attrezzature per bambini non devono bloccare questi movimenti ed esperienze. È più importante di osservare il bambino, di sostenerlo nelle sue ambizioni, di motivarlo e di condividere l'allegrezza del bambino quando ha imparato una cosa nuova.

Qualche attrezzature visto da vicino, per esempio:

Il seggiolino per la macchina

Un bambino in ogni età deve essere protetto al cento per cento in macchina, per questo esistono buoni equipaggiamenti. Però alcuni bambini passano subito tante ore in un seggiolino per la macchina. Nonché come nell'altalena bebè manca al bambino la possibilità della libertà di movimento. Perciò si utilizza il seggiolino per la macchina soltanto durante il viaggio in macchina.

L'altalena bebé (guardi anche il disegno sulla pagina 15)

La parte dorsale dell'altalena bebé è inclinata e non può dare appoggio al bambino e dopo poco tempo il neonato sta disteso in modo storto. Questo può provocare dei problemi di postura nella colonna vertebrale. Questo è specialmente fatale quando un bambino già tiene, come posizione, un lato preferito. Questa posizione si rinforza usando l'altalena bebé. Il campo visivo è limitato e il bambino non può fare delle esperienze di movimento.

Il marsupio porta neonato e la fascia porta bebé

La fascia porta bebé può facilitare il contatto col bambino. Importante è che la tecnica di fasciatura sia adeguata all'età del bambino e che si stabilisce bene la testa e la colonna vertebrale del bambino.

I marsupi porta neonato in cui si porta il neonato davanti alla ventre della madre o il padre portano il bambino troppo presto in una posizione eretta e così possono danneggiare la colonna vertebrale del bambino quando vengono utilizzati frequentemente. Per la persona che porta il bambino diventa un forte carico per la sua colonna lombare.

Il baby jumper (guardi anche il disegno sulla pagina 16)

Tanti bambini già stanno in questi pantaloni di tela con sei mesi o già prima. In una postura più o meno eretta si respingono dalla terra soltanto con le punte dei piedi e "saltano" su e giù. Questo può provocare un piede equino con una tendine dei muscoli del polpaccio accorciata – possibilmente il bambino può diventare un camminatore del punto del piede.

Il girello bebé (guardi anche il disegno sulla pagina 17)

Questo cosiddetto "aiuto per camminare" dà ai genitori la sensazione che il loro bambino con questo imparerà di camminare molto prima. Però questo è particolarmente problematico. In una età in cui i bambini camminano carponi, si tirano su, camminano laterale lungo mobili arriva il girello bebé...

I bambini sospesi nel girello corrono nell'appartamento respingendosi dalla terra con le punte dei piedi. Azioni importanti come andare in accovacciamento, cambiare la direzione o sondare l'equilibrio mancano completamente.

"Gli aiuti per camminare dovrebbero essere vietati, perché causano ogni anno incidenti gravi."*

*Citazione: Dr. W. Hartmann, presidente dell'associazione professionale dei pediatri

Il seggiolone

Quando il bambino riesce a sedersi da solo comincia il tempo del seggiolone. Fondamentale: Il seggiolone deve essere assolutamente stabile “protetto del cadere” - bambini usano questo mobili anche per arrampicarsi! Perciò giammai lasciare il bambino inosservato nel seggiolone. La superficie della sede del seggiolone deve essere aggiustata alle misure del corpo del bambino, suoi piedi deve poter appoggiare a una superficie piana.

Il box per bambini

Serve solamente alla protezione del bambino per i pochi tempi in cui è inosservato. Alternative sono un lettino con le sponde o un cancellato con le sponde per bloccare la porta o le scale.

Appena il bambino sia capace muoversi, si deve lasciarlo soltanto nei casi d'emergenza nel box. Quando il bambino può tirarsi su o camminare non si deve più lasciarlo nel box per bambini – ai bambini piace di scavalcare sopra il box e ci possono ferirsi.

Le scarpe

Loro bambino deve ricevere le sue prime scarpe soltanto quando cammina sicuro. Così il suo piccolo piede può svolgersi liberamente.

Scarpe servono alla protezione dei piedi e non per apprendere di camminare. Date sempre importanza a scarpe buone indipendentemente dell'età del vostro bambino.

Perché neonati hanno bisogno della posizione prona?

Nella posizione prona il loro bambino è sveglio e attivo. I muscoli della schiena, delle spalle come anche delle braccia si rinforzano. Il bimbo impara ad appoggiarsi su i gomiti oppure le mani ed ad alzare la testa. Questo è indispensabile per una postura diritta ed eretta. L'equilibrio e la coordinazione vengono allenati intensivo. Questo è una premessa importante per i seguenti passi di sviluppo. In questa maniera si può inoltre reagire a possibili deformazioni della testa. Un'attiva posizione prona facilita la perfetta maturazione degli articolazioni dell'anca.

Dormire sulla schiena, giocare sulla pancia!

Rivolgetevi, per favore, al vostro pediatra, quando notate le seguenti cose:

- Suo bambino ha un lato preferito su cui sta sempre in modo unilaterale e inclinato.
- Suo bambino “sviluppa” una testa obliqua (torcicollo).
- Suo bambino beve con problemi.

- Suo bambino sta in prevalenza con le mani in “pugni rilassati”.
- Suo bambino ha sei settimane e non la guarda (in faccia).
- Suo bambino ha 4 mesi e non può ancora alzare la testa in posizione prona.*
- Suo bambino non l’ha sorriso fino alla 16. settimana.*
- Suo bambino ha 6 mesi e non prende ancora niente.*
- Suo bambino ha 7 mesi e non si gira dalla schiena al ventre.*
- Suo bimbo ha 1 anno e non cammina carponi.*

*secondo Prof. Dr.Dr. Theodor Hellbrügge

Per le sue notizie:

Vendita: Deutscher Verband für Physiotherapie –
Zentralverband der Physiotherapeuten/Krnatkengymnasten (ZVK) e.V.
Deutzer Freiheit 72-74
50679 Köln