

LIGIENE DEL NEONATO

Un neonato ha bisogno di molte attenzioni, tra cui anche regole igieniche per poter vivere bene e in piena salute. Ma come si deve muovere una neomamma appena uscita dal reparto maternità? Ecco qualche consiglio pratico.

di

M.Cristina Renis

Il bagnetto del neonato personale della nursery, prima della dimissione, insegna alla neo mamma come fare il bagnetto al bebè. Ma a casa, da sole, tutto sembra più difficile e pericoloso. Niente paura: innanzitutto è bene prepararsi tutto il necessario prima, in modo da avere asciugamani e vestiti puliti a portata di mano, vicino alla vaschetta, e comunque in un luogo ben riscaldato. L'importante è immergere il bimbo piano piano fino al collo e sostenuto con il nostro braccio. Basta abituarlo all'acqua, anche se in realtà è un elemento che già conosce bene, avendoci convissuto durante i mesi di gestazione suggerisce Daniela Callegari, pediatra presso il **Centro Medico Santagostino** di Milano. Nonostante ciò ci sono alcuni neonati che piangono disperatamente durante il bagnetto perché ancora non sono abituati alla sensazione di vuoto e libertà assoluta che si prova nell'acqua, preferendo invece la sicurezza che offre un abbraccio. Se il bagnetto gli crea malessere si può diradare e farlo ogni due o tre giorni piuttosto che quotidianamente, ma va detto che il neonato facendo esperienza e notando che non gli succede nulla, si abitua e imparerà ad apprezzare questo momento.

Il momento ideale per fare il bagnetto? Sicuramente la sera in quanto concilia il sonno, prima dell'ultima poppata. E la temperatura? L'acqua deve essere poco più calda della temperatura corporea, quindi attorno ai 37 gradi. Ricordate che il bagnetto deve durare pochi minuti, soprattutto se parliamo di neonati consiglia Callegari. Uno degli strumenti che vi servirà è il termometro per misurare meglio la temperatura dell'acqua. Potete acquistare anche, magari a partire dai 3 mesi di età, particolari sdraiette da bagnetto: si tratta di un sedile dove appoggiare il bimbo in tutta sicurezza. Procuratevi poi a vostro piacimento anche dei giochi appositi da mettere in acqua durante il bagnetto.

Un consiglio che mi preme dare ai papà è quello di fare il bagnetto insieme al proprio bambino, perché consente di vivere un momento di identità fisica con il proprio figlio, sensazione che invece la mamma ha già vissuto per nove mesi. Naturalmente bisogna essere sempre in due per motivi di praticità e sicurezza.

Per quanto riguarda i capelli del neonato, si possono lavare durante il bagnetto oppure, per non fargli prendere troppo freddo, basterà avvolgerlo nell'accappatoio a triangolo, studiato apposta per i piccoli, e procedere al lavaggio dei capelli con uno shampoo delicato. Consigliati in questa fase di crescita sono gli shampoo-olio, delicati sulla cute e utili anche per rimuovere la crosta latte.

La crosta latte: come comportarsi? La crosta latte (il nome scientifico è dermatite seborroica) è una formazione di materiale a crosticine per lo più grasse e umide sul capo e talvolta su fronte e sopracciglia, frequente nel primo e secondo mese del neonato dice Callegari. Ma va chiarito che nonostante il nome non vi è alcun nesso né con l'alimentazione né con il latte. Solitamente la crosta latte va via da sola, in alternativa prima del bagnetto si può passare il cuoio capelluto con una garza e olio di mandorle e poi lavare il capo con sapone di Marsiglia tutti i giorni e asciugare bene. I casi con manifestazioni più estese e intense vanno valutati dal pediatra per la possibilità di dovere essere trattati con farmaci.

Il cordone ombelicale: come medicarlo? Il moncone è quella parte di legame che il bebè aveva con la mamma, dall'interno del pancione. Alla nascita, l'ostetrica provvederà a tagliare il cordone ombelicale, lasciandone attaccato solo un pezzo. Per consentirne la

caduta, che avviene circa 10 giorni dopo la nascita, è necessario medicarlo. A ogni cambio di pannolino disinfettare il moncone con del cotone idrofilo imbevuto di alcool e spruzzare sul pezzo di moncone (sollevandolo con la mano) del disinfettante in vendita in farmacia e comunque consigliato in ospedale. Poi, basterà coprire la parte di moncone con una garza sterile e fissarla con la classica retina. La retina va cambiata solo se si sporca o si bagna, altrimenti non è necessario. Consultate il pediatra solo se vi accorgete di alcuni fenomeni, come per esempio la presenza di pus color giallognolo o tracce di sangue sulla garza, o ancora se notate la pelle arrossata attorno all'ombelico.

Le unghie del neonatoLe unghie dei neonati crescono davvero in fretta e si sporcano facilmente, ma vanno tenute corte per evitare che si graffino. Il consiglio è quello di procedere alla pulizia e al taglio con un'apposita forbicina a punte smusse almeno una volta a settimana quando è particolarmente tranquillo, magari durante una poppata o addirittura quando dorme.

Le orecchie del neonato: come pulirlePer la pulizia delle orecchie è bene precisare che non vanno usati assolutamente i bastoncini (aiutano a formare tappo di cerume e sono pericolosi): è sufficiente far entrare durante il bagnetto acqua calda senza sapone nelle orecchie. Il piccolo, appoggiato al braccio del genitore, può stare immerso nell'acqua così che il livello raggiunga le orecchie. Questa posizione provoca lo scioglimento del cerume, mentre quello che compare alla vista si toglie con un po' di garza consiglia la pediatra Callegari.

L'eritema da pannolinoData la delicatezza della pelle del lattante, il contatto frequente con pipì e popò, la sigillatura con il patello di plastica che crea un ambiente caldo e umido (anche se lo si cambia spesso) è possibile che compaia un eritema nella zona dei genitali e del culetto: si manifesta con zone rosse di pelle più calda, irritata fino anche a presentare piccole escoriazioni. In questi casi bisogna aumentare la frequenza dei cambi del pannolino e a ogni cambio lavare con sapone di Marsiglia e asciugare delicatamente, molto bene, e lasciare libero da patello affinché la pelle respiri per il maggior tempo possibile, suggerisce Callegari. Infine fare dei veri e propri impacchi con pasta all'ossido di zinco, mentre nei casi di forte arrossamento alternare con Fitostimoline crema. È molto importante differenziare l'eritema da pannolino dall'infezione da candida: per questo è indispensabile la visita del pediatra che dovrà prescrivere una cura con farmaci sotto forma di crema antimicotica.