

# Neonato

... 4 settimane

**Cosa fa un neonato:** respira, dorme, mangia, digerisce, cresce, urla (espressione), osserva l'ambiente (impressioni)

**Come si evolve un neonato:** Dopo il parto, il neonato è staccato completamente dall'utero materno. Deve:

- o Respirare da solo
- o Nutrirsi succhiando
- o Digerire il cibo
- o Defecarsi

In più cominciano evolversi i sensi, perchè l'ambiente è molto diverso che nell'utero e scopre che riesce a esprimersi. L'organismo comincia ad adattarsi alle nuove sfide.

**Cosa ha bisogno un neonato:**

- o Temperatura confortevole
- o Sonno: buio, calma
- o Veglia:
  - essere allattato,
  - attenzione,
  - coccole,
  - stimoli per i sensi,
  - essere cambiato
  - essere lavato e curato



Nutrizione di neonati  
Disturbi di sonno in neonati  
Disturbi digestivi in neonati  
Ricettari digestivo in infanzia

# Nutrizione di neonati

La nutrizione biologica del neonato consiste in latte materna. Contiene glucidi, lipidi, proteine, minerali e vitamine in proporzioni adatte per le esigenze del neonato.

La composizione di latte materna (matura)		(per 100g)		
Fonte: S.W. Souci, W. FACHMANN, H. KRAUT, DIE ZUSAMMENSETZUNG DER LEBENSMITTEL - NAEHRWERTTABELLEN, CRC PRESS, 1994				
<b>Vitamine</b>				
<b>A</b>		69.0 µg		
	Retinol	69.7 µg		
	Beta-Carotin	3.0 µg		
<b>D</b>	Calciferol	0.1 µg		
<b>E</b>	Tocopherol	353.0 µg		
<b>K</b>	Chinoni	0.5 µg		
<b>B1</b>	Thiamin	15.0 µg		
<b>B2</b>	Riboflavin	38.0 µg		
<b>B3</b>	Nicotinamid	170.0 µg		
<b>B5</b>	Pantothensäure	210.0 µg		
<b>B6</b>	Pyridoxin	13.6 µg		
<b>H</b>	Biotin	0.6 µg		
<b>Bc</b>	Folsäure	8,5 µg		
<b>B12</b>	Kobalamin	0.1 µg		
<b>C</b>	Ascorbinsäure	4.4 µg		
			0.3 gr/litro	
			0.3 permille	
<b>Minerali</b>			=> 32.2 mg	NaCl
			=> 39%	
	Sodium	12.7 mg		
	Potassium	47.4 mg		
	Magnesium	3.1 mg		
	Kalzium	31.8 mg		
	Mangan	0.7 µg		
	Eisen	57.6 µg		
	Kobalt	0.1 µg		
	Kupfer	72.2 µg		
	Zink	148.0 µg		
	Nickel	2.9 µg		
	Chrom	4.1 µg		
	Molybdän	1.0 µg		
	Vanadium	0.5 µg		
	Phosphor	15.0 mg		
	Chlor	40.0 mg		
	Fluor	17.0 µg		
	Jod	6.3 µg		
	Bor	Tracce		
	Selen	3.3 µg		
	Brom (calmante)	100.0 µg		
	Silizium	Tracce		
			Energia	Massa
			kCal	%
<b>Acqua</b>	87.5 g			88%
<b>Proteine</b>	1.1 g	5 kCal	1%	7%
<b>Lipidi (grassi)</b>	4.0 g	36 kCal	4%	53%
<b>Glucidi (lattosio)</b>	7.0 g	28 kCal	7%	41%
		69 kCal	100%	100%

Un'altro fattore importante è, che gli anticorpi della madre raggiungono il neonato in modo che quest'ultimo è temporaneamente immune alle malattie infettive che ha subito la madre. Anche altri ingredienti immunitari (lisozimi, cellule immunitarie) vengono fornite.

Si noti, che la composizione di latte materno non corrisponde agli ideali di una "sana alimentazione": la metà dell'energia viene fornito di grassi, 40% di glucidi (lattosio) e ca. 10% di proteine.

In surrogati di latte materno è da osservare bene, che la composizione sia simile a questa.

Molti disturbi anche pericolosi vengono dalla somministrazione di altri nutrienti (bibite), che sballano completamente l'equilibrio idroelettrolitico. Si può ammazzare un infante con succhi di frutta (troppo potassio, poco sodio, fruttosio invece di lattosio) o con tisane (poco potassio / sale, saccarosio invece di lattosio).

# Disturbi di sonno in neonati

I "disturbi di sonno" sono molto frequenti non nei bimbi (che hanno il loro ritmo) ma nei loro genitori (che hanno dei ritmi diversi. Se non si tratta di fame o di indigestioni, servono di più i seguenti due metodi:

- Battere il ritmo del polso della madre (ci sono anche delle cassette per gli imbranati)
- far evaporare in aria una goccia di Aeth. di Mandartino



## Disturbi digestivi in neonati

Disturbi digestivi di neonati sono dovuti:

- All'ingerimento di tanta aria senza seguente rutto
- Alla preoccupazione di genitori quando un infante nutrito con latte materno non va di corpo: fino a tre settimane può essere normale, significa che il piccolo digerisce tutto
- A una flora intestinale che non è ancora idealmente formata e può creare dei spasmi abdominali.

Un metodo molto efficace per sciogliere spasmi abdominali è l'uso di un asciugacapelli a temperatura tra 35 e 40 gradi. Applicata sulla zona abdominale (da vestito) fa spesso miracoli.

Un altro rimedio tradizionale ed efficace è il tè di finocchio non addolcito o semmai con lattosio (in farmacia).

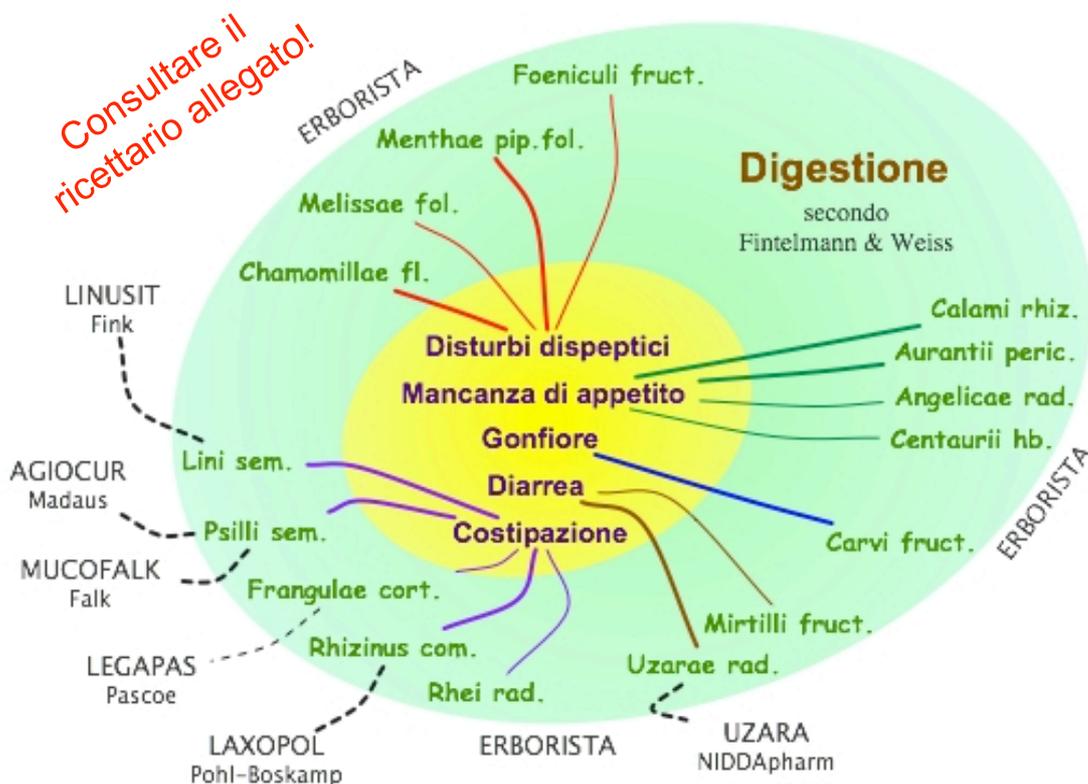
Si dà a cucchiaini di caffè, perché nel biberon toglie l'appetito e squilibra (per la dose troppo alta) l'equilibrio idroelettrolitico.

# Nutrizione e disturbi digestivi in infanzia

Il cambiamento di nutrizione di un'infante è sempre delicato: si deve adattare la flora intestinale alla nuova composizione alimentare. Inoltre il cambiamento da meno grasso e dolce a più proteico deve avvenire lentamente. L'adattamento della flora richiede da 2 ... 4 settimane. Anche l'adattamento del gusto succede solo molto lentamente: ci sono dei meccanismi biologici (molto sani) che rifiutano gusti non noti. E l'intelligenza e la memoria "enterale" è altamente sviluppata in un piccolo bambino. Rifiuta inizialmente tutto ciò che non è grasso e dolce. Altri gusti richiedono tra 2 ... 4 settimane finché vengono accettati (o meno).

In bimbi un po' più grandi succedono disturbi digestivi come:

- Diarrea: al solito causate da infezioni o intolleranze alimentari
- Costipazione: al solito causate da flora intestinale non adatta
- Gonfiore: al solito causate da alimentazione fibrosa
- Disturbi dispeptici: da chiarire
- Mancanza di appetito: al solito una fissa (ossessione) dei genitori; finché il peso è accettabile non c'è da preoccuparsi
- Tutti disturbi digestivi possono essere anche espressione di distress psichico!



Il grafico a fianco elenca dei rimedi tradizionali e approvati per i diversi disturbi digestivi infantili.

Ma più importante è un'osservazione cauta, delle riflessioni misurate circa la causa e solo dopo (eventualmente) il ricorso a un rimedio. Normalmente un'organismo sano si cura da solo.

# Ricettario digestivo in infanzia

I disturbi digestivi in infanzia sono molto frequenti. Si deve formare la flora intestinale. Non è il caso di subito intervenire.

## Ricettario pediatria: **Disturbi digestivi**

In disturbi digestivi duraturi è meglio consultare il pediatra

### Diarrea

Rp. Diarrea infantile - adulti	
Tinct. <i>UZARA</i>	30
D.S. secondo la prescrizione del produttore. <b>Cave! Sostituire liquidi e s ali persi!</b>	
NIDDAPHARM Bad Vilvel (Germania)	

### Costipazione

Rp. Costipazione infantile	
Fruct. <i>Foeniculi</i>	Carminativo
f. Decoct. 2 gr/dl 5 min.; adde:	
Vitam. <i>C (acido ascorbico)</i>	mg/ kg 7
<i>Lattosio</i>	gr/ dl 2
D. da bere a sorsi o cucchiali	

Rp. Costipazione ragazzi	
Sir. <i>Ficus (puro)</i>	500
D.S. Ingerire dopo cena 1 cucchiaino da m inestra di s ciropo (eventl. diluire in acqua tiepida o tè)	
Farmacista	

Rp. Costipazione ragazzi	
<i>DUPHALAC</i>	Lactulose
D.S. secondo la prescrizione del produttore	
Solvay	

Rp. Costipazione adolescenti - adulti	
Tinct. <i>Berberis</i>	
Tinct. <i>Taraxaci</i>	aa 12
Tinct. <i>Rhamni</i>	
Tinct. <i>Rhei</i>	
Tinct. <i>Foeniculi</i>	
Tinct. <i>Centaurii aa</i>	ad 50
D.S. in caso di necessità ingerire 40 gtt. alla sera in un po' di acqua tiepida. Cave! Non consumare più di un mese	