

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11



MIG-HEALTH APPS

Mobile Health Apps for Migrants

<https://apps4health.eu/>

Modulo 8 - Sessione formativa (8.1)

Cura del neonato



Cofinanziato
dall'Unione europea

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.





MIG-HEALTH APPS

Mobile Health Apps for Migrants

8

Cura del neonato





Partners

POLIBIENESTAR
UNIVERSITAT DE VALÈNCIA

UNIVERSITAT DE VALÈNCIA
VALENCIA, SPAIN
www.uv.es


OXFAM
Italia

OXFAM ITALIA INTERCULTURA
AREZZO, ITALY
www.oxfamitalia.org/

PROLEPSIS
INSTITUTE

PROLEPSIS
ATHENS, GREECE
www.prolepsis.gr

IAT
Institute for Work and Technology

WESTFALISCHE HOCHSCHULE GELSENKIRCHEN,
BOCHOLT, RECKLINGHAUSEN
GELSENKIRCHEN, GERMANY
www.w-hs.de


RESET

RESET
CYPRUS
www.resetcy.com


media k

media k GmbH
Bad Mergentheim, GERMANY
www.media-k.eu



connexions
ICT for Education and Social Impact

CONNEXIONS
ATHENS, GREECE
www.connexions.gr

coordina
Strategy and Sustainable Results

COORDINA ORGANIZACIÓN DE EMPRESAS Y
RECURSOS HUMANOS, S.L.
VALENCIA, SPAIN
coordina-oerh.com


AMSED

AMSED
STRASBOURG, FRANCE
www.amsed.fr





Sessione formativa: contenuto

1. [Introduzione: il bambino neonato](#)

2. [Allattamento e alimentazione](#)

3. [Abitudini del sonno](#)

4. [Applicazioni sanitarie sui neonati](#)





Obiettivi

- ✓ Conoscere le informazioni di base sull'assistenza neonatale.
- ✓ Conoscere l'importanza dell'allattamento al seno e le tipologie di allattamento
- ✓ Conoscere le informazioni di base sull'alimentazione complementare
- ✓ Conoscere le applicazioni sanitarie per la cura dei neonati



Fonte: Immagine da nuraghies su Freepik



Competenze

Gli studenti acquisiranno conoscenze di base su:

- ✓ I neonati e le loro caratteristiche
- ✓ L'importanza dell'allattamento al seno e dell'alimentazione complementare
- ✓ L'importanza delle abitudini del sonno.
- ✓ I discenti conosceranno le applicazioni relative ai neonati e impareranno ad utilizzarle in modo appropriato.



[Immagine da vectorjuice su Freepik](#)



8.1.1

Introduzione: il bambino neonato

Obiettivi

- Gli studenti conosceranno i neonati e le loro caratteristiche.



[Progettato da Freepik](#)



Cosa sono i neonati

Il neonato può anche essere chiamato infante ed è inteso come il bambino nel periodo (periodo neonatale), che comprende le prime 4 settimane di vita, in cui si verificano rapidi cambiamenti (MedlinePlus, 2021).



Tipi di neonati

I neonati vengono classificati in base all'età gestazionale, cioè in base alla durata della gravidanza. Esistono tre tipi di neonati:

NEONATI NATI A TERMINE

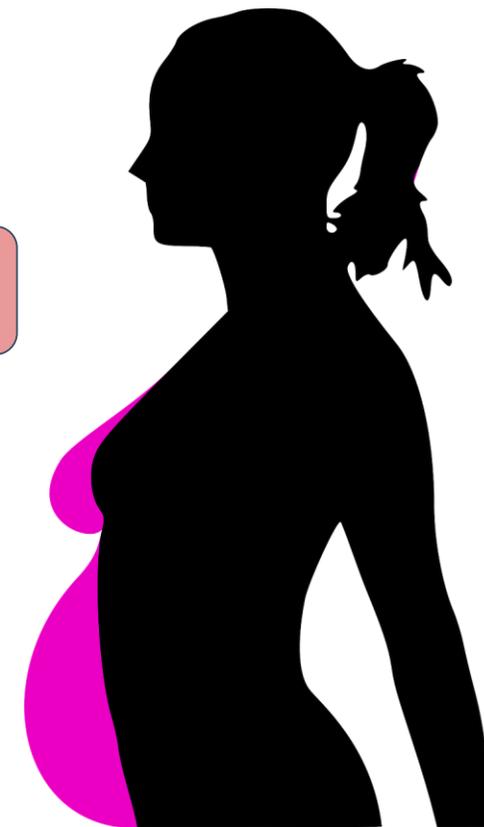
Nati tra la 38a e la 42a settimana di gestazione (Cannizzaro e Paladino, 2011).

NEONATI PREMATURI

Nati prima delle 38 settimane di gestazione (Cannizzaro e Paladino, 2011).

NEONATI NATI POST-TERMINE

Nato dopo 42 settimane di gestazione.



Caratteristiche dei neonati

Il video seguente spiega le principali caratteristiche di un neonato.

<https://youtu.be/MAhav3V9KV8?si=v6ba3yC7-Gwn-8ra>





8.1.2

Allattamento e alimentazione

Obiettivi

- Per capire cos'è l'allattamento al seno e perché è così importante.
- Conoscere quali alternative esistono all'allattamento al seno e quali alimenti possono essere utilizzati per integrarlo nelle diverse età.



[Progettato da Freepik](#)



Contenuto formativo

- Cos'è l'allattamento al seno e quali sono i suoi benefici?
- Quali sono le alternative all'allattamento al seno?
- Alimentazione complementare.



Che cos'è l'allattamento?

- L'allattamento al seno è un processo in cui la madre nutre il suo neonato attraverso il seno (cuidateplus, 2016). Questo processo è raccomandato almeno per i primi 6 mesi di vita del bambino (Younger and Noble, 2022).
- L'allattamento al seno presenta numerosi benefici sia per il neonato che per la madre (AAP, 2021).

Qualsiasi domanda riguardante l'allattamento al seno deve essere discussa con il pediatra.



Fonte | [Pixabay license](#)



Benefici dell'allattamento

VIDEO ESPLICATIVO DELLE POSIZIONI PIÙ COMUNI PER
L'ALLATTAMENTO: <https://www.youtube.com/watch?v=or4OnMxihUg>

NEONATI

I neonati allattati al seno riducono il rischio di alcune malattie (AAP,2021):

- Obesità o sovrappeso
- Asma
- Otite media
- Dermatite atopica
- Diabete
- Celiachia...

MADRI

L'allattamento al seno presenta anche una serie di benefici per la madre, diminuendo il rischio di (AAP,2021):

- Tumori della mammella, dell'ovaio, dell'endometrio e della tiroide
- Diabete di tipo 2
- Artrite reumatoide
- Ipertensione



Alternative all'allattamento

- Le formule per neonati preparate commercialmente rappresentano un'alternativa al latte materno per le madri che scelgono di farlo, sebbene l'OMS raccomandi l'allattamento al seno quando possibile.
- Prodotte in condizioni sterili, le formule commerciali cercano di riprodurre il latte materno utilizzando una complessa combinazione di proteine, zuccheri, grassi e vitamine che non è possibile creare in casa. Pertanto, se non stai allattando il tuo bambino, è importante utilizzare solo formule preparate in commercio. (Salute dei bambini, 2018)

Qualsiasi domanda riguardante le alternative al latte materno dovrebbe essere discussa con il pediatra.



Alimentazione complementare

- Si consiglia di introdurre l'alimentazione complementare gradualmente dai 6 mesi di età in poi.
- Il video seguente spiega in quali fasi iniziare a inserire alcuni alimenti

Video esplicativo sull'alimentazione complementare:
<https://youtu.be/97mOI52QqqY?si=IRcyltEFpctHPIp>

Qualsiasi domanda riguardante l'alimentazione complementare dovrebbe essere discussa con il pediatra.





8.1.3

Abitudini del sonno

Obiettivi

- Gli studenti apprenderanno l'importanza delle abitudini del sonno.



[Progettato da Freepik](#)



L'importanza delle abitudini del sonno

- Stabilire buone abitudini e routine del sonno nei neonati è molto importante, poiché i disturbi del sonno fin dalla tenera età hanno un impatto negativo sul bambino.
- L'incapacità di stabilire buone routine di sonno fin dalla tenera età può influenzare lo sviluppo cognitivo, il comportamento, la salute e la qualità della vita sia dei bambini che dei genitori (Martins et al., 2018).
- Dormire correttamente aiuta a migliorare l'attenzione dei neonati, così come l'apprendimento, la memoria e la regolazione emotiva (AASM, 2016).



Ore di sonno consigliate

A seconda delle diverse fasi di sviluppo, i bambini hanno bisogno delle ore di sonno consigliate per svilupparsi correttamente (AASM)

Video esplicativo sulle ore di sonno
<https://youtu.be/se00vkpziuU?si=NINFrPjhLLB5-CvA>

4-12 mesi	<ul style="list-style-type: none">- Dovrebbero dormire tra le 12 e le 16 ore al giorno.- I pisolini sono inclusi
1 - 2 anni	<ul style="list-style-type: none">- Dovrebbero dormire tra le 11 e le 14 ore al giorno.- I pisolini sono inclusi
3 - 5 anni	<ul style="list-style-type: none">- Dovrebbero dormire tra le 10 e le 13 ore al giorno.- I pisolini sono inclusi
6 - 12 anni	<ul style="list-style-type: none">- Dovrebbero dormire dalle 9 alle 12 ore al giorno.

Qualsiasi domanda riguardante le abitudini del sonno dovrebbe essere discussa con il pediatra.





8.1.4

Applicazioni sanitarie sui neonati

Obiettivi

- ✓ Essere in grado di distinguere tra ciascuna delle applicazioni per i neonati.
- ✓ Per saperli utilizzare correttamente.



[Progettato da Freepik](#)



Contenuto formativo

- Quali sono le applicazioni sanitarie sui neonati?
- Quali sono gli obiettivi di ciascuna applicazione?
- Quali sono le loro caratteristiche?



Quali sono le applicazioni sanitarie sui neonati?

- Queste applicazioni hanno lo scopo di aiutare i nuovi genitori nella cura dei neonati. In questo modulo mostreremo applicazioni incentrate sui seguenti argomenti relativi all'assistenza neonatale:
 - Registri giornalieri
 - Alimentazione
 - Consulenza pediatrica
 - Abitudini del sonno
 - Allattamento al seno

Queste applicazioni non sostituiscono le consultazioni con i pediatri. Dovrebbero essere usati solo come complemento.



App per registrazioni giornaliere, abitudini del sonno...

My Baby - Baby Diary:

IOS: <https://apps.apple.com/es/app/mi-beb%C3%A9-diario-del-beb%C3%A9/id1439575933>

Baby Tracker

ANDROID:

https://play.google.com/store/apps/details?id=com.nighp.babytracker_android&hl=es&gl=US



My Baby - Baby Diary

Questa applicazione aiuta i genitori a monitorare lo sviluppo del loro bambino, concentrandosi su:

- Alimentazione
- Cambi del pannolino
- Abitudini del sonno, attività e cambiamenti di umore.
- Cambiamenti di dimensioni e peso.



E' disponibile solo per IOS.

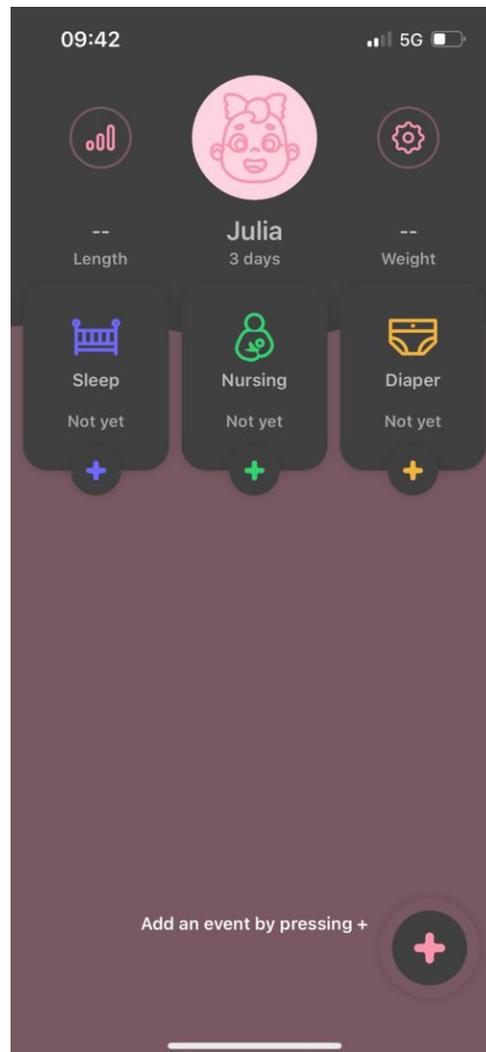
- IOS: <https://apps.apple.com/es/app/mi-beb%C3%A9-diario-del-beb%C3%A9/id1439575933>



My Baby - Baby Diary

1

Una volta inserite le informazioni del tuo bambino, l'applicazione ti porterà alla sua home page, dove potrai registrare tutti i dati rilevanti relativi al sonno, all'alimentazione, al cambio del pannolino...

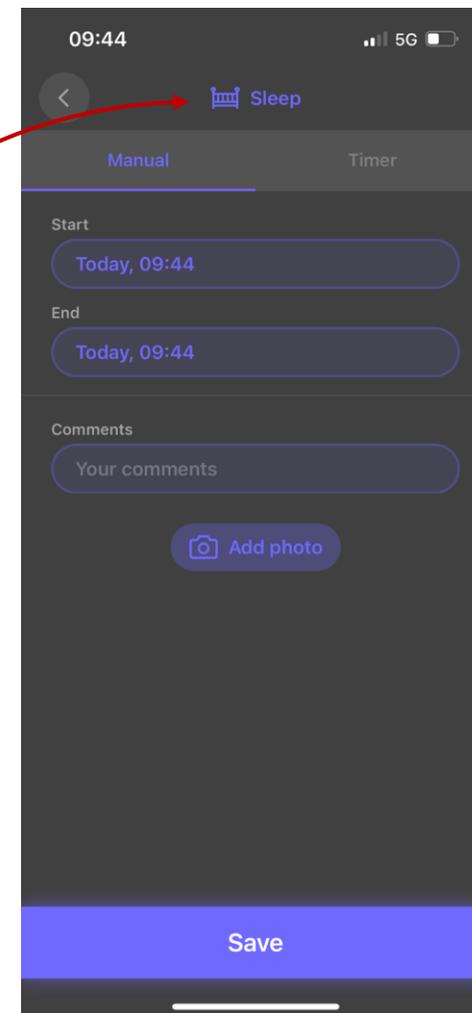
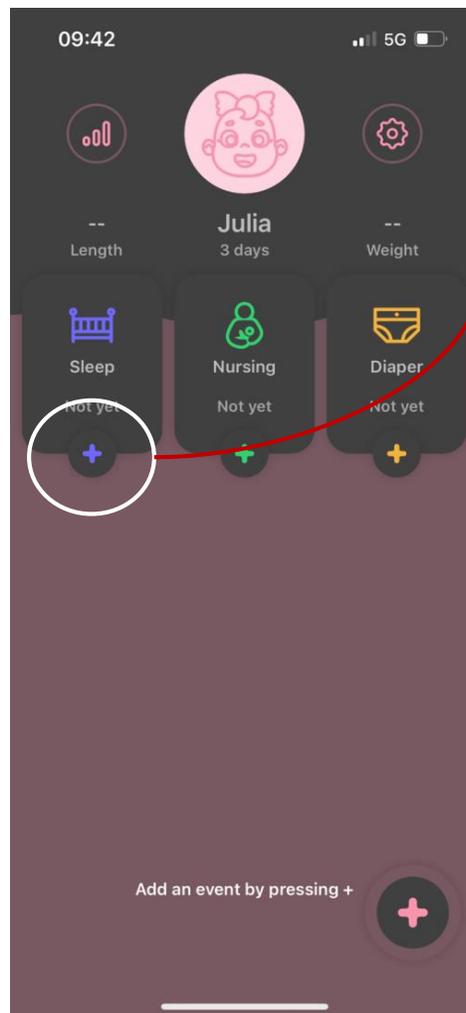


My Baby - Baby Diary

Ecco un esempio di come puoi registrare le abitudini del sonno del tuo bambino.

Innanzitutto, fai clic sul pulsante "+". Quindi, aggiungi l'ora in cui il tuo bambino è andato a dormire e l'ora in cui si è svegliato.

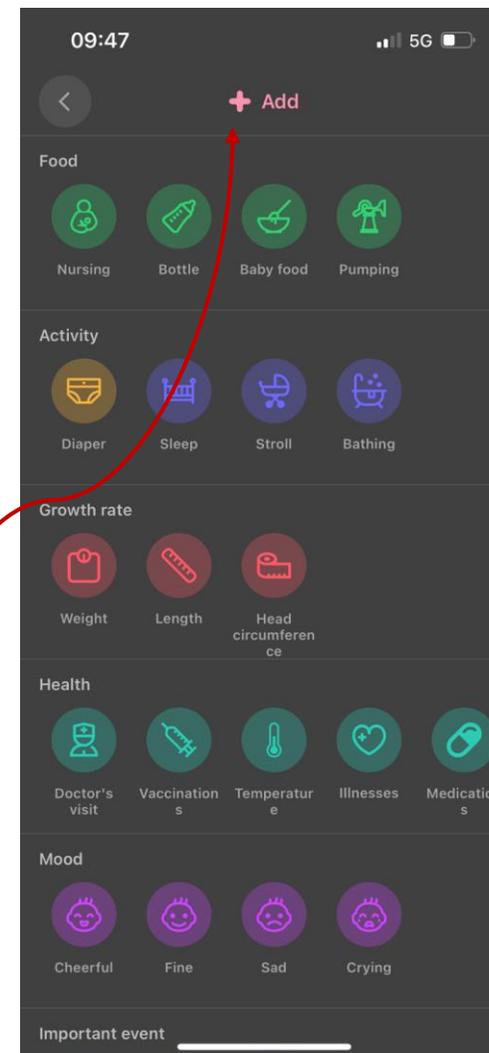
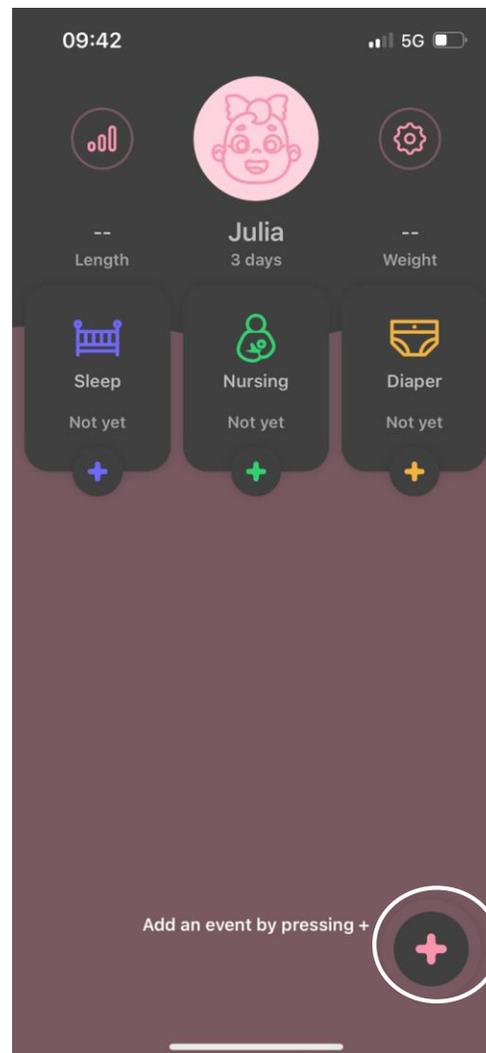
Seguiresti lo stesso processo per l'allattamento al seno e il cambio dei pannolini.



My Baby - Baby Diary

2

Un altro aspetto importante è che, oltre a registrare queste tre abitudini essenziali, hai anche la possibilità di registrare altre cose della vita quotidiana, utilizzando lo stesso processo descritto in precedenza.



App per consigli pediatrici

Pediamécum AEP:

IOS: <https://apps.apple.com/es/app/pediamécum-aep/id1469867687>

ANDROID:

https://play.google.com/store/apps/details?id=com.pediamecum.app&hl=en_US



Pediamécum AEP:

Questa applicazione fornisce agli utenti un modo semplice e veloce per accedere ai dati documentati comunemente utilizzati in pediatria.

È disponibile sia per IOS che per ANDROID:

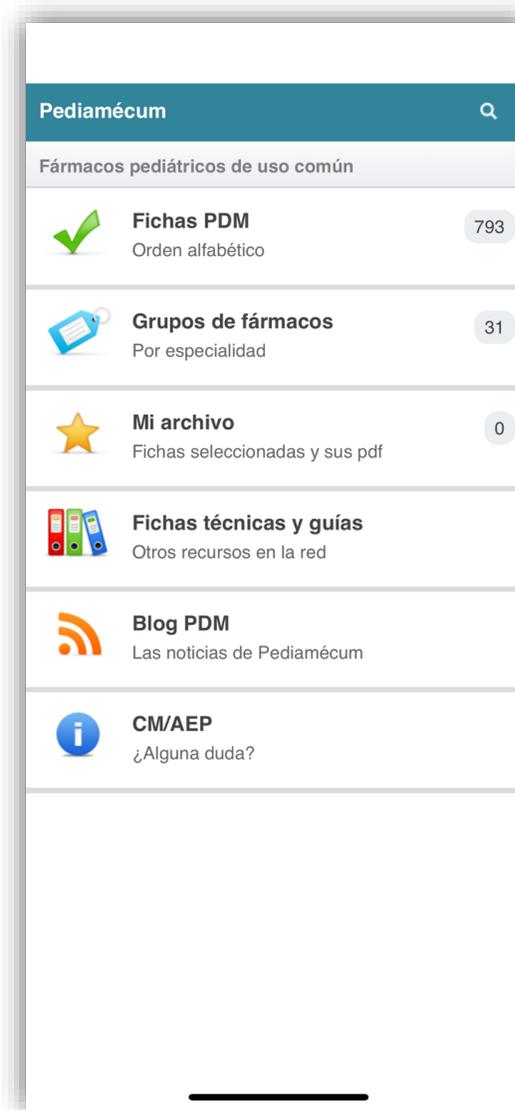
- IOS: <https://apps.apple.com/es/app/pediamécum-aep/id1469867687>
- ANDROID:
https://play.google.com/store/apps/details?id=com.pediamecum.app&hl=en_US



Pediamécum AEP:

1

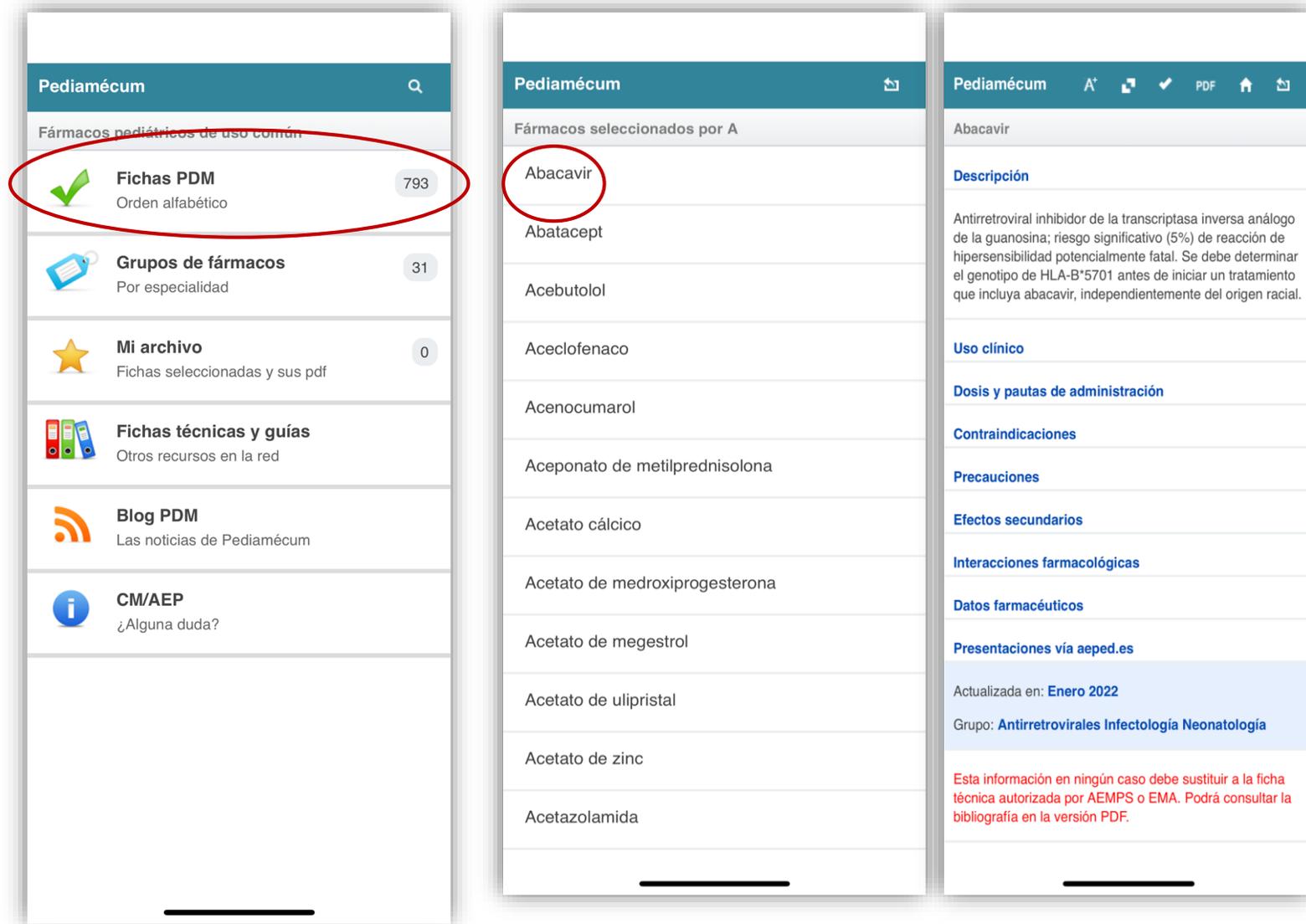
Una volta scaricata l'applicazione, nella schermata principale appariranno diverse sezioni, tutte relative a diversi aspetti di interesse pediatrico.



Pediamécum AEP:

2

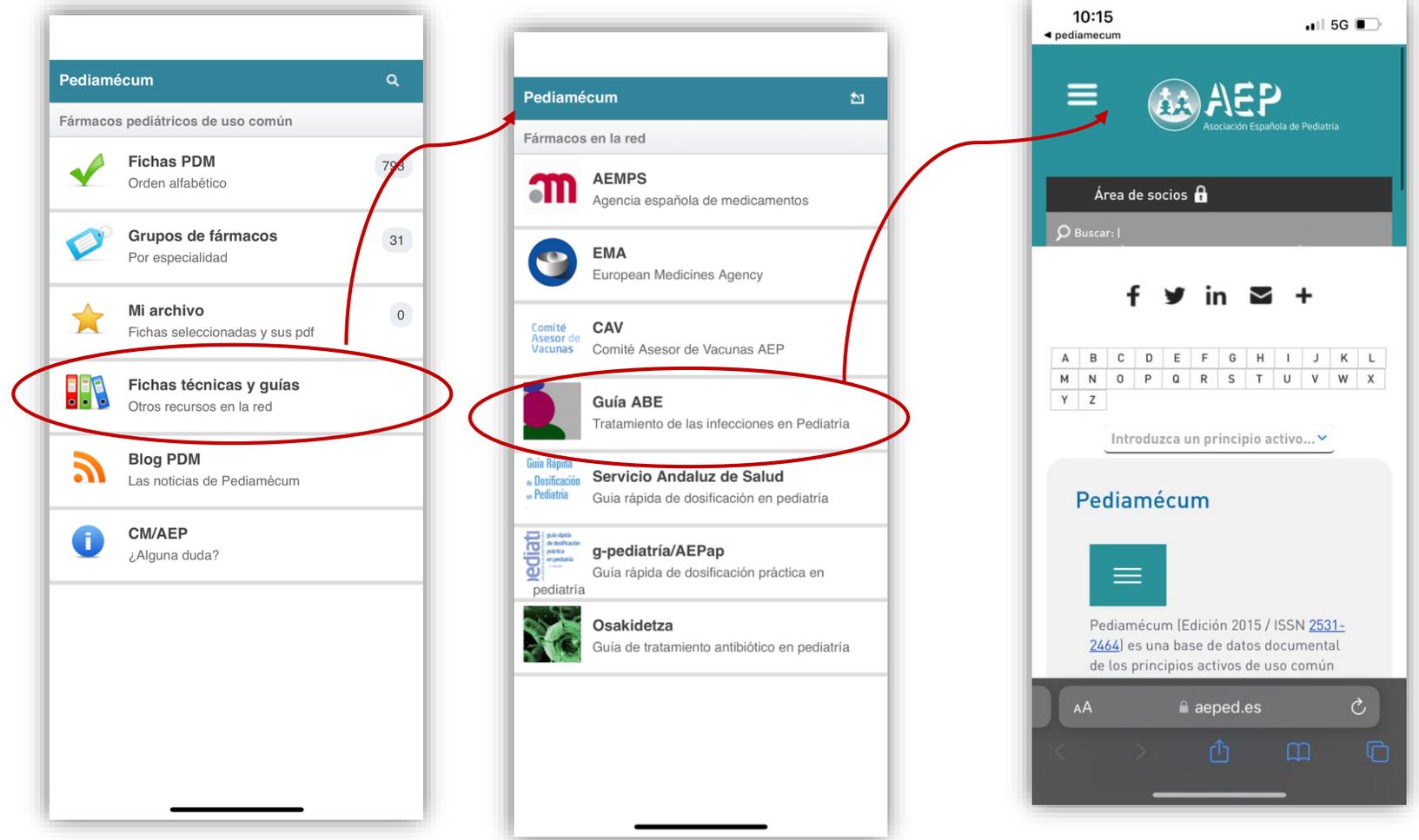
Le prime due sezioni si concentrano su diversi medicinali e farmaci, fornendo informazioni aggiornate su di essi.



Pediamécum AEP:

3

Questa applicazione offre anche collegamenti ad altri siti Web e fonti di informazioni pertinenti.



App per l'allattamento

Milk time - timer for nursing:

IOS: <https://apps.apple.com/us/app/milk-time-timer-for-nursing/id1092964544>

ANDROID:

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.mocology.milktime&hl=es&gl=US>



Milk time - timer per l'allattamento

Questa applicazione aiuta i genitori a monitorare l'allattamento al seno, la produzione di latte, l'estrazione del latte...

È disponibile sia per IOS che per ANDROID:

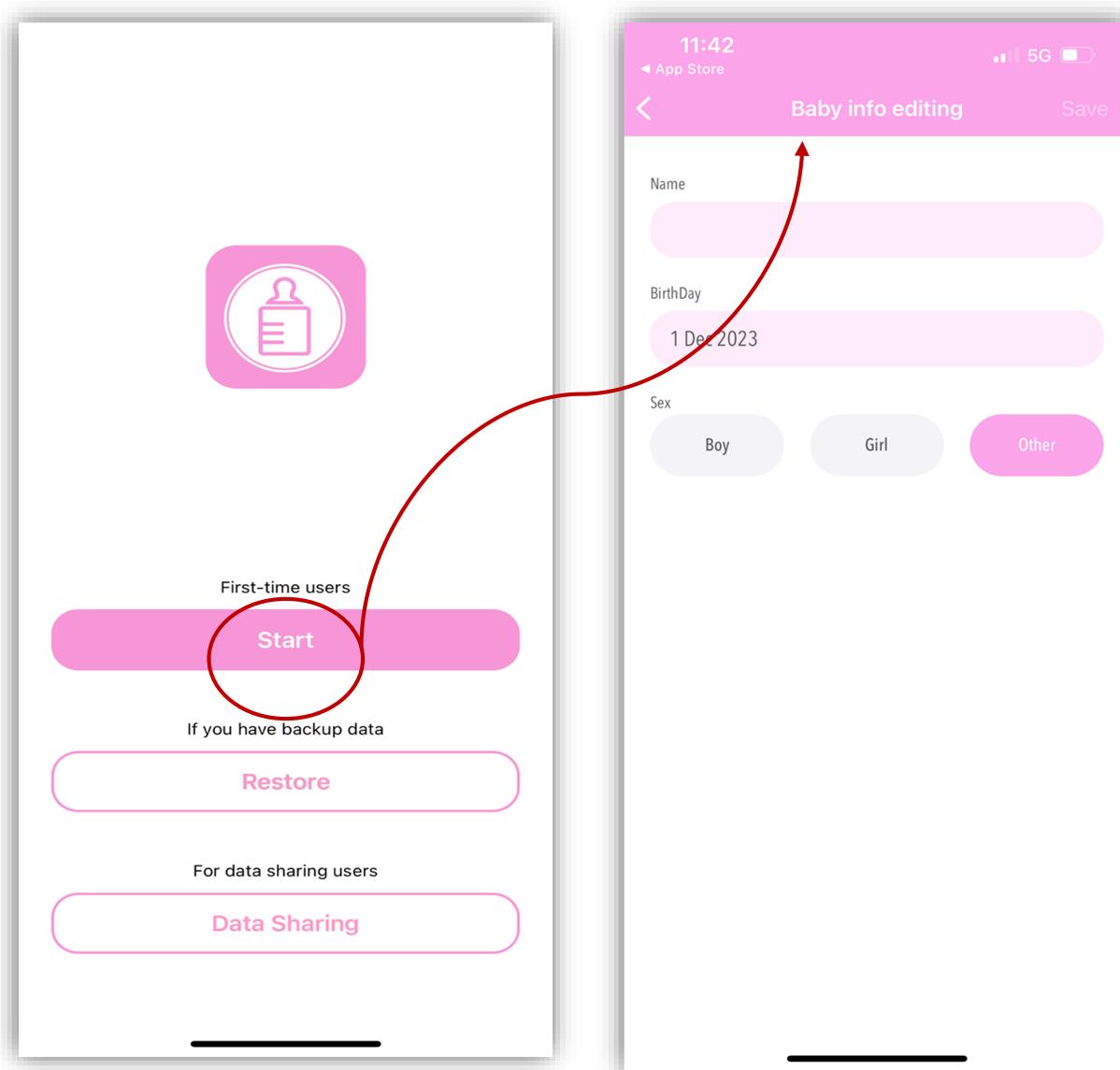
- IOS: <https://apps.apple.com/us/app/milk-time-timer-for-nursing/id1092964544>
- ANDROID:
<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.mocology.milktime&hl=es&gl=U>



Milk time - timer per l'allattamento

1

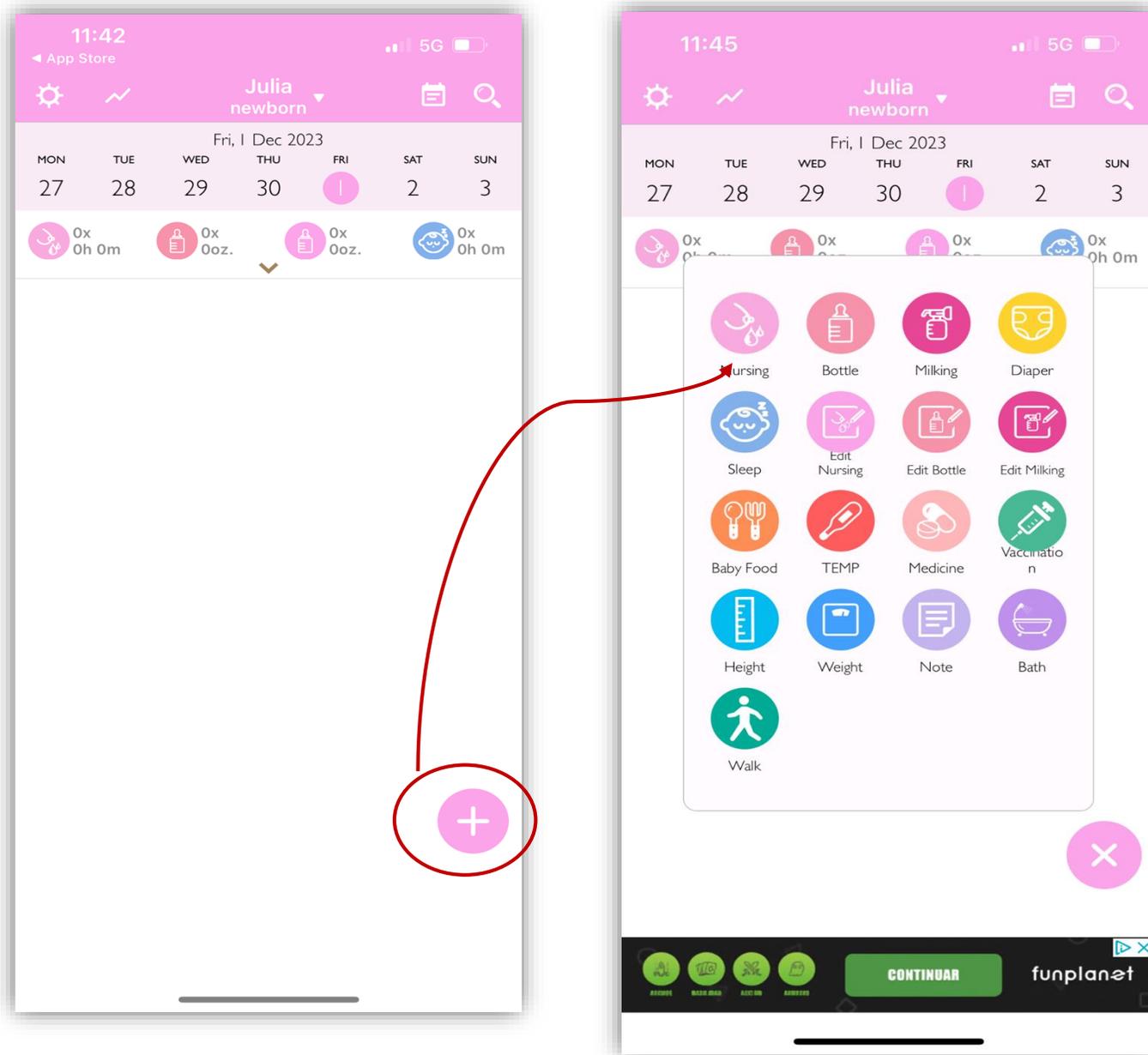
Una volta scaricata l'applicazione,
devi inserire le informazioni del tuo
bambino



Milk time - timer per l'allattamento

2

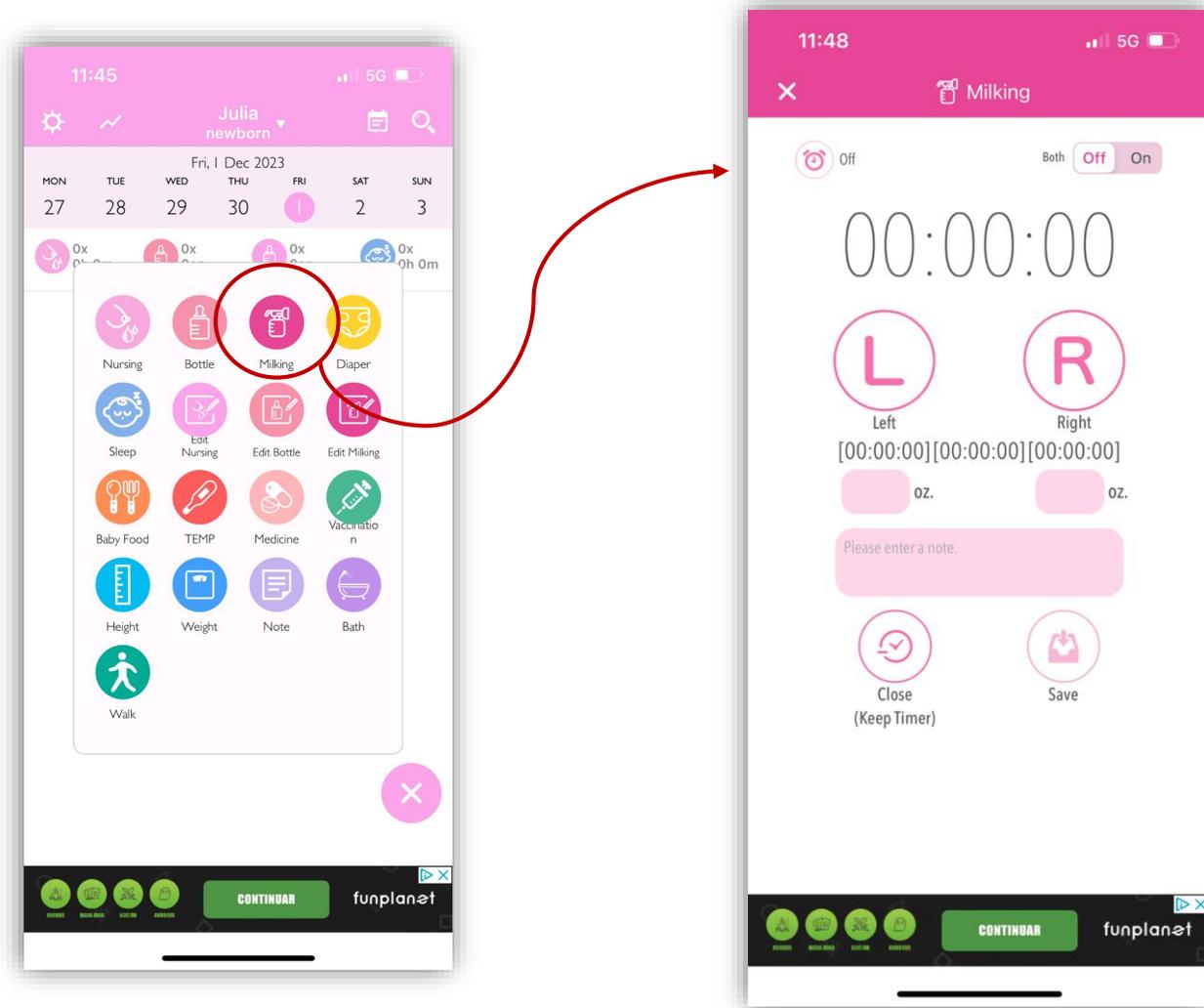
Una volta caricate le informazioni, l'applicazione ti porta alla schermata iniziale, dove puoi iniziare a monitorare diversi aspetti relativi al tuo bambino.



Milk time - timer for nursing

Ecco un esempio:

1. Fai clic su “dare il latte” e ti porta in un’altra sezione, dove puoi registrare le nuove informazioni di tracciamento.
2. Si registrano le nuove informazioni.
3. Ripeti lo stesso processo con tutte le altre sezioni.



App per l'alimentazione

BLWMeals: Come introdurre I cibi solidi:

IOS: <https://apps.apple.com/hn/app/blw-meals-how-to-start-solids/id1540196240>

ANDROID:

https://play.google.com/store/apps/details?id=com.n51951dd8177.app&hl=en_US



Milk time - timer per l'allattamento

Questa applicazione insegna ai genitori come preparare in sicurezza una varietà di alimenti per i bambini e introdurli ai cibi solidi.

È disponibile sia per IOS che per ANDROID:

- IOS: <https://apps.apple.com/hn/app/blw-meals-how-to-start-solids/id1540196240>
- ANDROID:
https://play.google.com/store/apps/details?id=com.n51951dd8177.app&hl=en_US

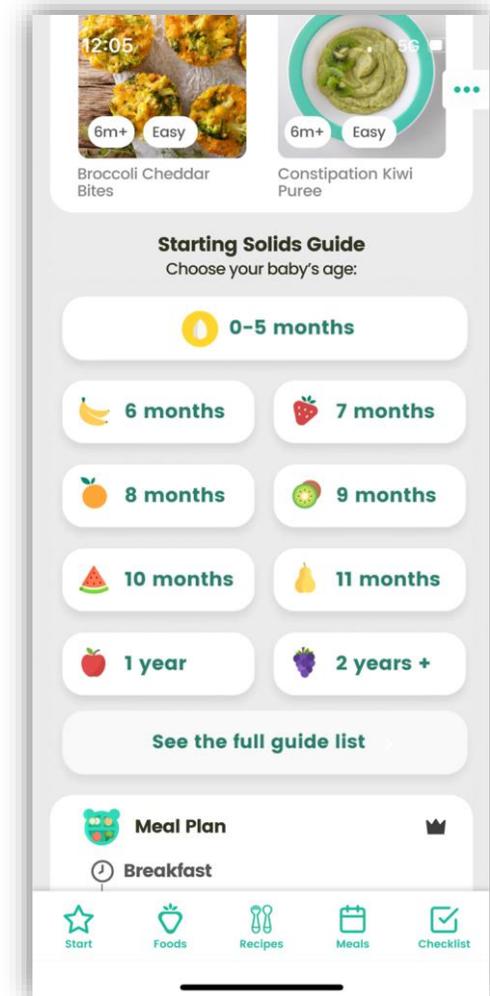
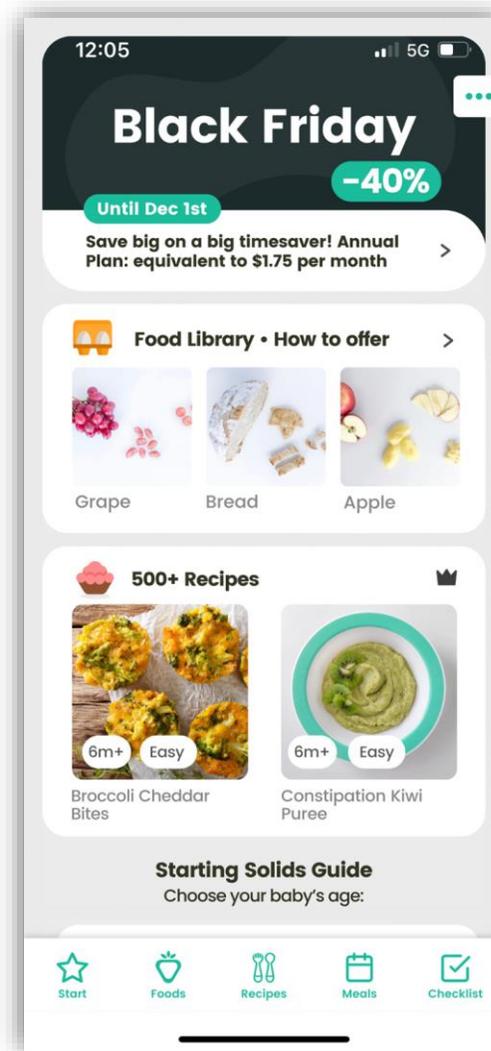


Milk time - timer per l'allattamento

1

Una volta scaricata l'app e accettati tutti i termini di utilizzo, ti porterà alla schermata principale.

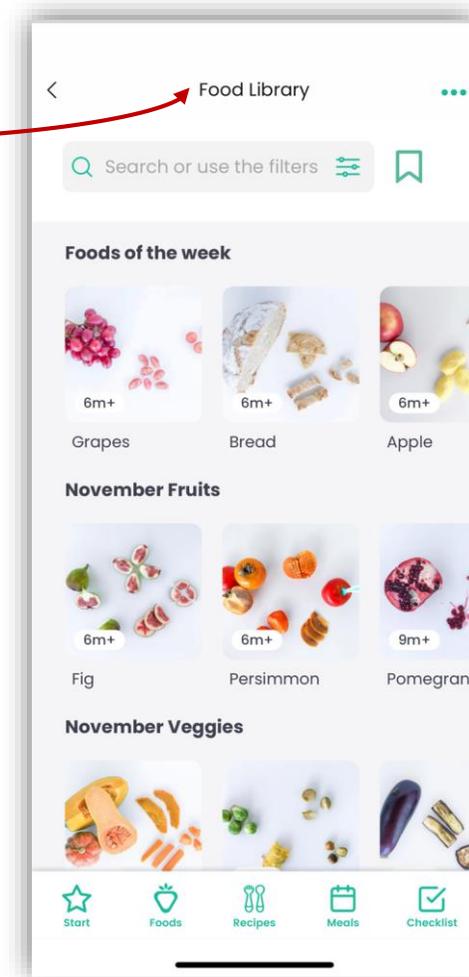
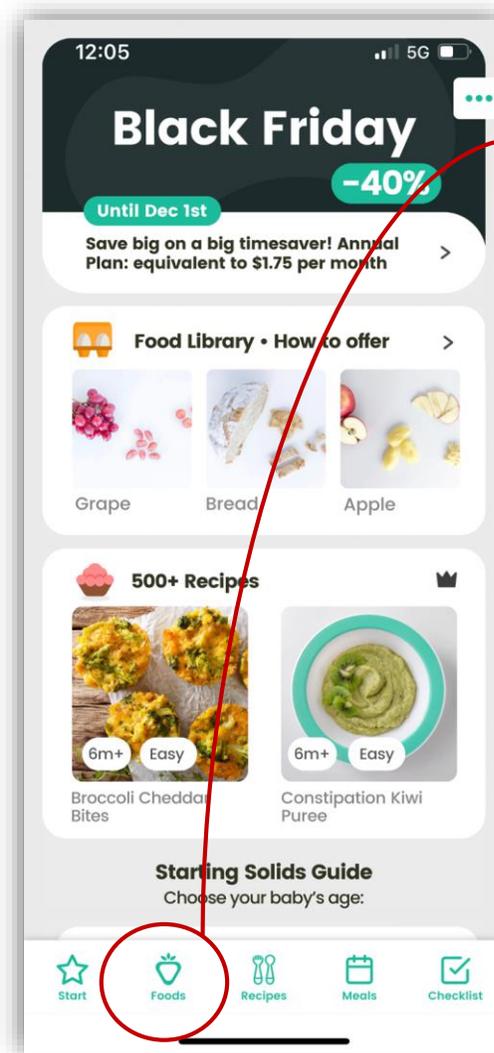
Un vantaggio importante di questa applicazione è che fornisce informazioni sugli alimenti che dovrebbero essere introdotti nella dieta del tuo bambino a diverse età.



Milk time - timer per l'allattamento

2

L'app offre anche un elenco di alimenti e ti dà idee per ricette adatte al tuo bambino.



Questionario di valutazione

Il modulo ha approfondito la mia conoscenza della materia (1 minimo, 5 massimo)

1

2

3

4

5

Consiglierei questo modulo ad altri (1 minimo, 5 massimo)

1

2

3

4

5

Sono soddisfatto del modulo nel complesso (1 minimo, 5 massimo)

1

2

3

4

5



Riferimenti e ulteriori letture

- KidsHealth.Parents.BreastfeedingvsFormula Feeding. 2018. <https://kidshealth.org/en/parents/breast-bottle-feeding.html>
- Younger, J., y Noble, L. (2022). Policy Statement: Breastfeeding and the Use of Human Milk. *American Academy of Pediatrics*, 150(1). <https://doi.org/10.1542/peds.2022-057988>
- World Health Organisation. Premature births. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/preterm-birth>





MIG-HEALTH APPS

Mobile Health Apps for Migrants

**Congratulazioni! Hai completato
la sessione formativa di questo
modulo!**



**Cofinanziato
dall'Unione europea**

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.