

LE CURE CHE NUTRONO

Piccoli passi per crescere insieme

unicef 
per ogni bambino



La PRIMA SETTIMANA

Nelle prime settimane aumentano le poppate e i pannolini sporchi (5-6 al giorno); è normale anche un piccolo calo di peso iniziale. Il pianto è una forma di comunicazione: rispondete con vicinanza e contatto, soprattutto pelle a pelle. In auto usate sempre il seggiolino omologato e il dispositivo antiabbandono.



Le PRIME QUATTRO SETTIMANE

La crescita si valuta nei controlli dal pediatra, non a ogni poppata! Se avete dubbi sull'allattamento, consultate personale esperto. Riconoscere i segnali di fame aiuta a rispondere meglio ai bisogni, mentre coccole e piccole routine quotidiane aiutano a crescere sereni. La nanna deve essere sempre a pancia in su, su una superficie libera da cuscini e peluche.



i PRIMI TRE MESI

Le vaccinazioni sono sicure e fondamentali, restare calmi prima e tante coccole dopo aiutano ad affrontarle meglio. L'allattamento si stabilizza con poppate frequenti e con il supporto di chi vi sta accanto. I pianti, anche notturni, sono normali: rispondere sempre con presenza e contatto costruisce sicurezza emotiva. Ricordate: mai scuotere un neonato!



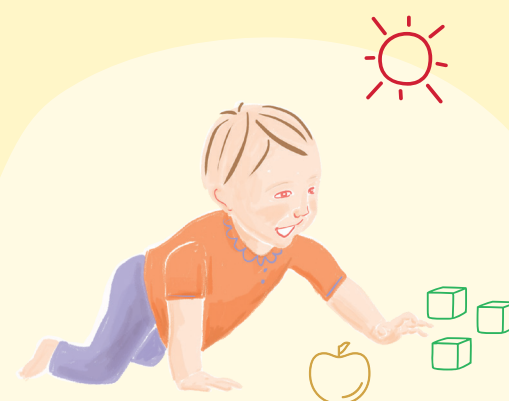
DA 4 A 6 MESI

Il benessere emotivo è importante: accogliere e rispondere ai bisogni aiuta a crescere bene e in salute. Fino a 6 mesi il latte (materno o formula preparata correttamente) è sufficiente, anche con il caldo. Iniziano giochi ed esplorazioni, offrite uno spazio a terra sicuro per stimolarli.



DA 6 A 9 MESI

Il gioco libero a terra sostiene movimento e coordinazione, accompagnando verso la posizione seduta, utile per iniziare le prime pappe. Proponetele senza forzature e tagliate sempre i cibi in sicurezza. Parlare durante le attività quotidiane favorisce lo sviluppo del linguaggio, collegando parole, azioni ed emozioni.



DA 9 A 12 MESI

Allestite ambienti spaziosi e sicuri per incoraggiare movimento e autonomia. A tavola condividete i pasti, preferendo cibi semplici e fatti in casa a quelli troppo lavorati. Il pianto è normale quando vi allontanate, ma potete aiutarvi con giochi come il "cucù" o leggendo insieme.



DA 12 A 18 MESI

Con i primi passi cresce il desiderio di autonomia, da incoraggiare anche se comporta sporcarsi, fare disordine o impiegare più tempo. Parlare spesso e condividere il gioco aiuta a comprendere il mondo; semplici attività sensoriali, anche con materiali di riciclo, stimolano la curiosità. È essenziale garantire la sicurezza degli spazi domestici, soprattutto rispetto agli oggetti su cui ci si potrebbe arrampicare.



DA 18 A 24 MESI

Movimento e linguaggio sono in esplosione e scandiscono il ritmo delle vostre giornate! A tavola, siate un buon modello per creare un rapporto sereno con il cibo. Le crisi sono normali: accoglietele con calma e vicinanza per aiutare a regolare le emozioni. Gioco simbolico e natura sono i migliori alleati per crescere e imparare a stare con gli altri.



DAI 2 ANNI

Curiosità e partecipazione si nutrono nelle piccole esperienze quotidiane, che favoriscono l'autonomia. Le emozioni più intense possono essere accompagnate con il gioco e la relazione, non con le punizioni. Le attività creative offrono uno spazio prezioso per esprimersi, mentre l'introduzione di semplici regole di sicurezza, come quelle stradali, può avvenire con gradualità.

I primi anni di vita sono un viaggio straordinario:
la vostra presenza attenta e amorevole è ciò che conta di più
e il pediatra è al vostro fianco per ogni necessità

Scoprite di più >

