## Nascita

**Settimane**: dalla 2 alla 3 **Abstract**: Le formule artificiali

**Le formule artificiali**

Raramente il lattante ha bisogno di formule artificiali in quanto il latte della mamma è quasi sempre disponibile. Pertanto l'utilizzo di una formula artificiale deve essere deciso insieme al pediatra dopo una attenta e scrupolosa valutazione clinica. Le formule in commercio devono rispettare precise caratteristiche di sicurezza e qualità richieste dalla legge e non c'è una formula artificiale migliore di un altra.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/147)

## 15 giorni

**Settimane**: dalla 3 alla 4 **Abstract**: La vitamina D

**La vitamina D**

La vitamina D è una molecola che regola numerose funzioni del nostro corpo e la sua carenza può portare a una serie di disturbi alle ossa, al cuore, all'apparato immunitario e così via. Il latte della mamma contiene vitamina D e così anche diversi cibi, come alcuni pesci, lo yogurt, il formaggio, l'uovo, il fegato, il grasso della carne. Inoltre la vitamina D è prodotta anche dalla pelle a contatto con il sole. Tuttavia i lattanti possono essere a rischio di assumere o produrre poca vitamina D. Per questo motivo il pediatra vi consiglierà di aggiungere una piccola quantità di questa vitamina tutti i giorni nella dieta del lattante durante il primo anno di vita.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/148)

## 1 mese

**Settimane**: dalla 7 alla 7 **Abstract**: Cosa può fare un genitore quando il bambino piange

**Cosa può fare un genitore quando il bambino piange**

-Parlare o cantare rivolgendosi a lui.  
-Fare dei massaggi, carezzarlo dolcemente sulla pancia o sulla schiena.  
-Cullarlo dolcemente.  
-Ascoltare musica o rumori ovattati insieme a lui.  
-Modificare la temperatura della stanza.  
-Mettere il bambino in fascia, petto contro petto, e fare una lunga passeggiata.  
-Fare un giro in auto allacciandolo bene alle cinture di sicurezza del seggiolino.  
-Ridurre le stimolazioni (luce, suoni, rumori, carezze) e lasciarlo in un ambiente molto tranquillo.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/143)

## 2 mesi

**Settimane**: dalla 11 alla 11 **Abstract**: Depressione post parto

**Depressione dopo il parto**

Un sentimento di profonda tristezza e stanchezza può comparire nei primi mesi dopo la nascita del bambino e colpisce sia le mamme che i papà. Questi sentimenti sono molto frequenti nelle madri giovani. Sebbene sia molto comune l'esperienza di questi sentimenti, molti genitori soffrono in silenzio, senza comunicare al medico il loro stato d'animo.  
La depressione postnatale di solito compare dal primo al terzo mese dopo la nascita, anche se può verificarsi fino a un anno dopo la nascita del bambino. Alcuni dei sintomi nella mamma, come stanchezza, irritabilità o scarso appetito, sono normali nella prima o seconda settimana dal parto, ma di solito sono lievi e non impediscono di condurre una vita normale. Con la depressione postnatale, il genitore potrebbe sentirsi sempre più triste e scoraggiato, e prendersi cura di se stesso o del bambino potrebbe rivelarsi una fatica esasperante. Anche i papà possono soffrire di depressione dopo la nascita del figlio. La depressione del genitore può influire sullo sviluppo del bambino. Parlare con il/la pediatra del vostro umore e dei vostri sentimenti è importante.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/814)

## 3 mesi

**Settimane**: dalla 15 alla 15 **Abstract**: All’età di tre mesi...

**All’età di tre mesi...**

i bambini riescono a:  
-fare dei vocalizzi,  
-portare le mani alla bocca,  
-sorreggere la testa,  
-guardare negli occhi la persona che sta di fronte,  
-sorridere in risposta ai sorrisi rivolti a loro.  
Tutti i bambini a questa età hanno un’abbondante salivazione che non significa male alle gengive ma indica un normale momento del loro sviluppo. A questa età, inoltre, mettono volentieri dita e mani in bocca.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/144)

## 4 mesi

**Settimane**: dalla 19 alla 19 **Abstract**: Il rigurgito

**Il rigurgito**

Il rigurgito è una manifestazione molto frequente in tutto il primo anno di vita ed è causato dal latte che risale dall'esofago fino alla bocca. Il rigurgito è considerato un evento normale nel lattante, soprattutto nei primi sei - dieci mesi di vita. Con il passaggio all'alimentazione solida nel secondo semestre e con la maturazione dell'apparato digestivo il rigurgito si risolve spontaneamente. Non si deve curare il rigurgito con medicine o sostanza speciali; è sufficiente offrire al bambino la posizione semiseduta o tenerlo in braccio in posizione verticale. Se il rigurgito è associato a pianti prolungati che non si riescono a consolare e il bambino non cresce di peso è utile confrontarsi con il pediatra.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/149)

## 5 mesi

**Settimane**: dalla 23 alla 23 **Abstract**: Come stimolare il linguaggio nei primi mesi di vita

**Come stimolare il linguaggio nei primi mesi di vita**

Nei primi mesi di vita è importante parlare al bambino guardandolo negli occhi, spiegando ad esempio quello che si sta facendo durante le attività quotidiane e durante il gioco.

Rispondete a quello che fa il bambino, anche se piccolissimo. Ad esempio: “Oh, stai inarcando e irrigidendo la schiena, allora vuol dire che sei stanco o un po’ arrabbiato. Dai, provo a prenderti in braccio e vediamo come va”.

Evitare di tenere acceso il televisore o la radio in modo da facilitare l’ascolto da parte del bambino.

Nei primi mesi parlate in mammese: il linguaggio cantilenato fatto di molte ripetizioni, ritmo lento, tonalità acuta  e con uno spiccato tono emotivo della voce stimola l’attenzione del bambino, la sua interazione con vocalizzi e l’apprendimento delle parole.

Osservate quello a cui è interessato il bambino e parlate nominando e descrivendo l’oggetto che sta guardando.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/749)

## 6 mesi

**Settimane**: dalla 27 alla 27 **Abstract**: All’età di 6 mesi…

**All’età di 6 mesi…**

All’età di 6 mesi i bambini sono capaci di girarsi da pancia in giù a pancia in su e cercano di girarsi anche da pancia in su a pancia in giù ma non sempre ci riescono. Quando sono a pancia in giù sollevano bene la testa e torace, sostenendosi sulle braccia e i palmi delle mani aperti sulla superficie del pavimento. Quando gli si afferrano le mani, fanno forza sulle spalle e si mettono a sedere. Riescono a stare seduti se c’è un sostegno. Se tenuti in posizione eretta, riescono a sostenere il peso del corpo sulle gambe e cercano di saltellare.

Allungano entrambe le braccia per afferrare un oggetto e lo prendono con la mani a pugno, ossia utilizzando tutto il palmo della mano.

I bambini seguono con sguardo attento e concentrato l’attività di un adulto o di un altro bambino che si trova in prossimità.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/730)

## 7 mesi

**Settimane**: dalla 31 alla 31 **Abstract**: I primi denti

**I primi denti**

I dentini da latte compaiono in età molto variabile: chi già alla nascita, chi al sesto mese e chi anche dopo il primo anno.  
I primi denti del bambino sono importanti per:  
- aiutare a masticare e parlare,  
- permettere una corretta crescita dei denti permanenti che inizieranno a comparire verso i 6 anni,  
- avere un bel sorriso.  
Seguendo alcuni semplici passaggi, si può evitare che i denti del bambino si ammalino di carie:  
- pulite delicatamente i denti e le gengive del  bambino ogni giorno con una garza umida, o con uno spazzolino da denti,  
- evitate di offrire alimenti zuccherati o bevande zuccherate; è utile controllare la lista degli ingredienti degli alimenti che scegliete e non comprate bevande che contengono zucchero,   
- se si usa il ciuccio per calmare il bambino, non immergerlo nello zucchero o nel miele,  
- offrire il fluoro o spazzolare i denti con una piccola quantità di dentifricio. Parlatene con il pediatra: il bambino ha bisogno di fluoro per costruire denti forti.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/142)

## 8 mesi

**Settimane**: dalla 35 alla 35 **Abstract**: Il girello

**Il girello**

Il girello permette al bambino di spostarsi spingendosi con le punte dei piedi. La particolarità di spostarsi su ruote rende **qualsiasi tipo di girello** a rischio di ribaltarsi. Le **cadute da girello** sono una frequente causa di fratture al capo o agli arti superiori. Inoltre stare nel girello non permette al bambino di imparare a muoversi correttamente. Per apprendere come muoversi nell'ambiente il bambino deve poter gattonare e poi camminare sulle gambe appoggiando le mani ad esempio alla parete senza essere sostenuto da un tutore.  
I pediatri sconsigliano l'uso del girello: non offre benefici, è rischioso per la salute e può causare  **traumi** seri.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/152)

## 9 mesi

**Settimane**: dalla 39 alla 39 **Abstract**: I seggiolini per l'auto

**I seggiolini per l'auto**

Assicurare il proprio bambino ad un seggiolino adatto e sicuro è una grande prova d’amore. E in molti casi può fare la differenza tra la vita e la morte.   
Nella maggior parte dei casi di incidenti stradali i bambini deceduti non erano assicurati con gli appositi seggiolini.  
Assicura sempre il tuo bambino sul seggiolino anche se il viaggio è breve, e anche se il tuo bambino piange durante lo spostamento.   
Se non guidi, siediti vicino a lui e cerca di consolarlo con la tua voce o accarezzandolo, ma non slegarlo.   
Anche se sei solo, nei primi mesi preferisci comunque il sedile posteriore centralmente; fino a 9kg di peso poni il seggiolino nel senso contrario di marcia e ricordati di disattivare gli airbag se sono presenti nel caso il seggiolino sia montato davanti. Per saperne di più consulta il sito web della [Polizia di Stato](https://www.poliziadistato.it/articolo/171-Bambini_in_auto_ecco_come_portarli_in_modo_sicuro/).

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/153)

## 10 mesi

**Settimane**: dalla 43 alla 43 **Abstract**: Il raffreddore

**Il raffreddore**

Il raffreddore è una infezione delle prime vie respiratorie. I sintomi sono: naso chiuso, tosse, scolo di muco dal naso e talvolta febbre. Solitamente la febbre dura pochi giorni mentre la tosse o lo scolo dal naso possono durare due settimane, o ancora di più se il bambino frequenta l'asilo. La guarigione dal raffreddore è spontanea, non ci sono medicine che fanno guarire prima o risolvono i sintomi. La cura si basa in una buona idratazione, ossia bere acqua, e nella pulizia del naso, irrigandolo con soluzioni saline isotoniche, evitando di utilizzare le soluzioni ipertoniche. L'antibiotico non è una medicina che funziona nella cura del raffreddore.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/154)

## 11 mesi

**Settimane**: dalla 44 alla 47 **Abstract**: Come misurare la febbre

**Come misurare la febbre**

Sono presenti in commercio tanti **strumenti per la misurazione della febbre**, da apparecchi che utilizzano sensori infrarossi a quelli che misurano sulla fronte o sul timpano.  
Per misurare in modo corretto la febbre nei lattanti e nei bambini a casa è si utilizza il normale  **termometro digitale da inserire al cavo ascellare**, come si fa con l’adulto, tenendo fermo il gomito al torace per qualche minuto. La febbre non si misura per via rettale, e sono sconsigliati i vecchi termometri di vetro che utilizzano il mercurio.  
Si parla di febbre se la temperatura all’ascella supera i 37.5 °C.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/151)

## 1 anno

**Settimane**: dalla 51 alla 51 **Abstract**: All'età di 12 mesi...

**All'età di 12 mesi...**

i bambini:  
-stanno in piedi usando un appoggio  
-riescono ad afferrare gli oggetti con il pollice e l’indice  
-si voltano verso chi li chiama per nome  
-passano dalla posizione supina a quella seduta  
-si spostano gattonando o strisciando  
-lanciano a terra o lasciano cadere i giochi osservandoli mentre cadono a terra  
-indicano gli oggetti con un dito

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/146)

## 13 mesi

**Settimane**: dalla 55 alla 55 **Abstract**: Le intossicazioni

**Le intossicazioni**

I bambini piccoli, in particolare quelli di età compresa tra 1 e 3 anni, possono essere intossicati da sostanze presenti in casa come farmaci, prodotti per la pulizia, piante, cosmetici, pesticidi, vernici, solventi, antigelo, tergicristallo fluido, benzina, cherosene, olio per lampade, sostanze stupefacenti. In questa fascia di età è normale per un bambino voler esplorare l’ambiente o imitare quello che i genitori fanno. Inoltre le routine frenetiche alla fine della giornata di lavoro possono causare cali nell'attenzione dei genitori. È bene tenere tutti i veleni, i farmaci e le sostanze tossiche fuori dalla vista e dalla portata dei bambini, in un armadietto chiuso e non raggiungibile. Attenzione quando andiamo in altre abitazioni per il pericolo di sostanze velenose a portata di bambino.

**Per una casa “antiveleno”:**  
■ Conservate i farmaci in un armadietto dei medicinali bloccato e fuori dalla portata dei bambini. Evitate di tenere i potenziali veleni (ad esempio farmaci) nella borsa e fare attenzione alle borse altrui (che sono oggetti attraenti per i piccoli).  
■ Acquistate e conservate i farmaci nei propri contenitori. Anche se molti flaconi hanno un tappo di sicurezza, potrebbero non essere a prova di bambino. Smaltite in modo sicuro i medicinali rimasti quando la malattia per la quale sono stati prescritti è passata: molte farmacie accettano i farmaci e li smaltiscono in modo sicuro.  
■ Non assumete medicine di fronte ai bambini piccoli: potrebbero provare a imitarvi in un altro momento. Non dite mai a un bambino che una medicina è una caramella per convincerlo a prenderla.  
■ Controllate l'etichetta ogni volta che si somministrano farmaci  per assicurarsi che si stia dando la medicina giusta nel dosaggio corretto. È più probabile che si verifichino errori nel cuore della notte, quindi è buona norma accendere sempre la luce quando si usano i farmaci.  
■ Leggete le etichette su tutti i prodotti per la casa prima di acquistarli.   
■ Non tenete detersivi e altri prodotti per la pulizia sotto il lavandino della cucina o del bagno, a meno che non si trovino in un armadio con un fermo di sicurezza che si blocca ogni volta che si chiude l'armadio. Negli ultimi anni, in parte per comodità, alcuni genitori usano detersivi confezionati in pods o ecodosi di colori attraenti: queste sostanze sono molto pericolose e si devono tenere fuori portata in armadietti chiusi a prova di bambino.   
■ Non mettete mai prodotti velenosi o tossici in contenitori che erano una volta utilizzati per alimenti, in particolare bottiglie vuote, lattine o tazze.  
■ Scrivete il numero di telefono del centro antiveleni vicino a tutti i telefoni di casa e del cellulare, insieme agli altri numeri di emergenza. Assicuratevi che la babysitter e chiunque si occupi del bimbo sappia quando e come usare questi numeri.

Queste linee guida dovrebbero applicarsi non solo a casa, ma anche in qualsiasi altra abitazione dove il bambino è ospitato, anche per brevissimo tempo, comprese le case dei nonni e della babysitter.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/131)

## 14 mesi

**Settimane**: dalla 59 alla 60 **Abstract**: Le sostanze velenose

**Le sostanze velenose**

Il contatto con sostanze velenose è frequente negli adulti e in modo particolare nei bambini, soprattutto nei bambini con meno di 6 anni. In caso di sospetto avvelenamento è estremamente importante mantenere la calma e agire rapidamente. Se il trattamento è immediato la maggior parte dei bambini non subisce danni permanenti.

**Come sospettare un avvelenamento**:  
se il bambino si comporta in modo “strano” e se è presente un contenitore aperto o vuoto di una sostanza tossica o sospetta tale.   
I segni o sintomi che possono far sospettare sono:   
■ macchie inspiegabili sui vestiti,  
■ ustioni sulle labbra o sulla bocca,  
■ se sbava in modo insolito o presenta odori strani nel respiro,  
■ nausea o vomito inspiegabili,  
■ crampi addominali senza febbre,  
■ difficoltà a respirare,  
■ improvvisi cambiamenti di comportamento, come una insolita sonnolenza, irritabilità o nervosismo,  
■ convulsioni o incoscienza (solo in casi molto gravi).

**Esiste un trattamento specifico?**  
In Italia esistono i centri antiveleni che forniscono le informazioni e le indicazioni immediate necessarie se si scopre o si teme che ci sia stato un contatto, ingestione o inalazione con una sostanza tossica.  
E’ bene avere in rubrica telefonica il numero di telefono del centro antiveleni che indicherà il pediatra. L'azione immediata che bisogna intraprendere varia con il tipo di avvelenamento. Il centro antiveleni può dare specifiche istruzioni se si conosce la sostanza particolare che il bambino ha ingerito.  
Ogni volta che un bambino è stato esposto a un veleno di qualsiasi tipo, è necessario informare sempre il pediatra.

**Si può fare qualcosa in caso di sospetto avvelenamento?**  
Allontanate subito la sostanza velenosa. Se il bambino ne ha ancora in bocca, fatela sputare o rimuovetela con le dita. E’ molto importante conservare la sostanza sospetta insieme a qualsiasi altra prova che possa aiutare a determinare ciò che ha ingoiato.

Se il bambino è incosciente o ha smesso di respirare, chiamate subito il 118 richiedendo immediatamente assistenza medica. Portate il contenitore della sostanza e i resti di materiale per aiutare il medico a determinare cosa è stato ingerito. Non cercate mai di far vomitare il bambino con qualsiasi mezzo, anche se l'etichetta sul contenitore lo suggerisce, in quanto ciò potrebbe causare ulteriori danni.  
Se il bambino non mostra sintomi gravi, chiamate il numero del centro antiveleni. Sono necessarie alcune informazioni:  
■ nome, cognome e numero di telefono;  
■ nome, età e peso del bambino; è importante anche riferire eventuali gravi condizioni mediche che ha, oppure se assume farmaci;  
■ il nome della sostanza che il bambino ha ingerito; se il bambino ha ingerito una sostanza, come ad esempio una parte di una pianta, si deve fornire una descrizione il più completa possibile per poterla identificare;  
■ a che ora il bambino ha ingoiato il veleno (o quando è stato trovato) e la quantità che può aver ingerito.  
Seguite attentamente le istruzioni ricevute dal centro antiveleni e, se necessario, chiedete di ripeterle.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/133)

## 15 mesi

**Settimane**: dalla 65 alla 66 **Abstract**: L'antibiotico

**L'antibiotico**

**I virus**  
I virus causano la maggior parte dei raffreddori, dei mal di gola, delle polmoniti e delle diarree; i virus sono anche la causa più comune di vomito nei bambini. Gli antibiotici non aiutano a uccidere i virus, ma possono causare effetti negativi se il vostro bambino prende inutilmente questa medicina nel corso di una infezione virale.**I batteri**  
I batteri possono causare infezioni dell'orecchio, alcuni tipi di mal di gola, e la polmonite. Durante l’allattamento possono causare una mastite (una infezione della mammella) e sono responsabili degli ascessi ai denti. Gli antibiotici sono farmaci progettati per uccidere i batteri, ma non hanno alcun effetto su una infezione causata dai virus. L’antibiotico quindi può bloccare o uccidere i batteri ma non ha alcun effetto sui virus  
Durante la visita il vostro pediatra vorrà sapere la storia dei sintomi del bambino, farà un esame fisico del bambino, e valuterà se l'infezione è virale o batterica prima di decidere se dare l'antibiotico.

**Cosa possono fare i genitori**  
Usare l'antibiotico per le infezioni batteriche diagnosticate dal pediatra, in modo che il bambino potrà trarre beneficio da questa medicina.  
Non fare pressione sul pediatra per la prescrizione di un antibiotico.  
Trattare i sintomi del raffreddore del bambino con il riposo e una buona idratazione, in altre parole, bere acqua e tenere pulito il naso.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/134)

## 16 mesi

**Settimane**: dalla 71 alla 71 **Abstract**: La tosse

**La tosse**

Il nostro corpo mantiene pulite le vie aeree attraverso la tosse. Durante un raffreddore o una malattia virale che colpisce le vie aeree il riflesso della tosse aiuta il bambino a espellere il muco o il catarro che riveste le mucose respiratorie. Solitamente queste malattie sono molto frequenti nei bambini che freqentano gli asili o le scuole dell'infanzia e provocano una tosse che può durare due o tre settimane.   
Non è consigliato utilizzare gli sciroppi per ridurre la tosse, in quanto la tosse è un mezzo di difesa dell'organismo per ripulire le vie respiratorie. Il pediatra vi potrà indicare i pochi casi in cui può essere necessario intervenire con una medicina per la tosse (ad esempio se il bambino ha difficoltà a dormire, a mangiare, a giocare).  
Ci sono alcune condizioni che richiedono di portare all'attenzione del pediatra la tosse del bambino: difficoltà a respirare. comparsa della febbre, marcata stanchezza o sonnolenza, difficoltà a bere, colorazione bluastra delle labbra o delle unghie.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/669)

## 17 mesi

**Settimane**: dalla 72 alla 77 **Abstract**: Il mal d'orecchio

**Il mal d'orecchio**

Il mal d'orecchio è molto frequente nel bambino piccolo e indica una infezione dell'orecchio. **Come mai è così frequente?** I bambini hanno una conformazione dell'orecchio che facilita la risalita del muco nasale verso l'orecchio tramite un tubicino chiamato tuba di Eustachio e inoltre non hanno completato la produzione di anticorpi verso i numerosi germi che causano il raffreddore. Il dolore all'orecchio è causato, in caso di raffreddore, quando il muco nasale va a spingersi contro la membrana del timpano. **Cosa fare in caso di mal d'orecchio?**In un bambino al di sopra di un anno può essere utile somministrare un antodolorifico come il paracetamolo o l'ibuprofene e attendere almeno 48 ore; in gran parte dei casi il mal d'orecchio si risolve senza altra terapia. Se dopo 48-72 ore il dolore persiste, può essere necessario l'utilizzo dell'antibiotico, in accordo con le indicazioni date da pediatra. **Quando contattare subito il pediatra?**  
- Se il bambino ha meno di 12 mesi,  
- se il bambino soffre di una malattia cronica  
- se il bambino ha febbre alta o continua ad avere il dolore nonostante la terapia  
- se è presente secrezione dall'orecchio**E' possibile ridurre gli episodi di mal d'orecchio?**  
Si, il rischio di mal d'orecchio si riduce se si riesce a tener pulito il nasino dei bambini. Anche un ambiente privo di fumo di sigaretta abbassa il rischio di infezione all'orecchio.

Gli sciroppi della tosse non offrono alcun beneficio in caso di mal d'orecchio.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/670)

## 18 mesi

**Settimane**: dalla 81 alla 81 **Abstract**: All'età di 18 mesi...

**All'età di 18 mesi...**

All’età di 18 mesi ormai tutti i bambini hanno iniziato a camminare da soli. Alcuni bambini hanno già iniziato a correre, anche se non riescono ancora ad aggirare gli ostacoli. Si arrampicano volentieri dappertutto, salgono sulle sedie, riescono a salire e a scendere le scale se tenuti per mano

Si accovacciano per raccogliere un gioco e raccolgono piccoli oggetti utilizzando il pollice e l’indice come se queste due dita fossero una pinza di precisione. Costruiscono le torri con due o più cubetti e sono in grado di impugnare una matita per fare i primi scarabocchi.

A questa età la maggior parte dei bambini ama guardare i libri illustrati e inizia a dialogare con l’adulto che gli è a fianco sulle immagini e sulla storia raccontata. Le filastrocche e le canzoni sono molto apprezzate e i bambini cercano di ripeterle.

A questa età comprendono la maggior parte delle parole e delle richieste rivolte a loro. Iniziano a utilizzare le parole per esprimersi anche se sono ancora pochi i vocaboli che sanno pronunciare. Indicano spesso con il dito gli oggetti desiderati oppure usano il dito per attirare l’attenzione su qualche cosa che sta avvenendo.

Ai bambini piace giocare da soli ma sono contenti di stare vicino a un adulto (fratello o sorella maggiore, genitore…) e spesso richiedono il suo aiuto per intraprendere nuovi giochi.

A questa età l’autonomia nel mangiare e bere è completa: i bambini sono competenti nell’utilizzo del cucchiaio, della forchetta e, per bere, usano la tazza con due mani.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/729)

## 19 mesi

**Settimane**: dalla 85 alla 85 **Abstract**: Come stimolare il linguaggio nel bambino da 1 a 3 anni

**Come stimolare il linguaggio nel bambino da 1 a 3 anni**

Già nei primi mesi di vita i bambini apprendono le parole e riconosco  che gli oggetti domestici sono definiti tramite parole. **Raccontare** al bambino quello che si sta facendo dicendo **il nome degli oggetti** che si usano è un valido aiuto nell’apprendere le parole.

Già fin da piccoli i bambini cercano di fare **turni di conversazione**. All’inizio rispondono alle parole del genitore con vocalizzi e poi, man mano che si cresce, con le parole e infine con brevi frasi.

Il miglior gioco che si può fare per stimolare il linguaggio è la **lettura dei libri illustrati**. All’inizio il bambino preferisce libri con immagini semplici, dove sono illustrati dei volti o degli oggetti domestici. Dal secondo anno di vita è interessato anche a libri che raccontano storie molto semplici, dove sono presenti pochi personaggi. la miglior lettura è quella con conversazione, stimolando il bambino a partecipare con semplici risposte alle domande che il genitore propone già a partire dalla fine del secondo anno di vita. Le domande da fare nel bambino piccolo devono essere semplici, ad esempio “Dov’è l’albero?”, “Come si chiama questo animale?”, “Che cosa è?”. Se il bambino non risponde, il genitore stesso risponde alla domanda e invita il bambino a ripetere la risposta. Se il bambino risponde alla domanda, il genitore ripete la risposta del bambino raccontando qualcosa di più, ad esempio: “Si questo animale si chiama giraffa e questo è il suo collo, molto lungo”. Nei bambini più grandicelli il genitore potrà fare domande più complesse come: “Cosa sta facendo il maialino?”, “Perché è triste il bambino?”. È buona cosa utilizzare il dito per segnare il punto dell’immagine che si sta spiegando, un ottimo aiuto per indirizzare l’attenzione del bambino.

Avanti nel tempo, la lettura dei libri avverrà attraverso dei veri e propri turni di conversazione tra genitore e bambino, il modo migliore per divertirsi e per apprendere il linguaggio.

Ai bambini piacciono molto le **filastrocche** recitate o cantate. Anche questi giochi sono preziosi nell’insegnare le parole e a parlare in modo corretto.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/751)

## 20 mesi

**Settimane**: dalla 89 alla 89 **Abstract**: La diarrea

**La diarrea**

La diarrea  si caratterizza dall'evacuazione di scariche liquide o acquose di feci. La causa più frequente di diarrea è una infezione, per lo più di natura virale, che causa, oltre a molte scariche di diarrea, anche vomito e febbre. Altre cause di diarrea sono il consumo di elevate quantità di succhi di frutta, infezioni batteriche o da parassiti.   
All'asilo o alla scuola dell'infanzia è facile osservare delle vere e proprie epidemie di gastroenterite che colpiscono i bambini manifestandosi appunto con viarrea, vomito e febbre. La diarrea infettiva si risolve nella maggior parte dei casi in una - due settimane.  
Come si combatte la diarrea? L'obiettivo del trattamento è evitare la disidratazione, per cui è necessario offrire delle bevande contenenti sali minerali e sostanze energetiche: queste bevande si chiamano  **soluzione reidratanti orali** e devono essere somministrate in abbondanza, in continuazione, a piccoli sorsi.   
Spesso il bambino con gastroenterite non ha appetito ma questo non è un sintomo pericoloso in quanto è sufficiente idratarlo con le soluzioni reidratanti orali.   
Se il bambino fa molte scariche di diarrea, rifiuta di bere e fa poca pipì è necessario  **contattare il pediatra**.  
Per curare la diarrea  **non è necessario usare i probiotici** o altre medicine. Non è indicato fare una dieta in bianco o una dieta speciale, ma solo sospendere l'alimentazione con i cibi solidi nelle prime sei ore dall'inizio dei disturbi.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/674)

## 21 mesi

**Settimane**: dalla 93 alla 93 **Abstract**: La stipsi o stitichezza

**La stipsi o stitichezza**

La stipsi è caratterizzata da un ridotto numero di cacche (meno di 3 volte alla settimana) oppure da evacuazione di feci dure a palline o di grosse dimensioni, anche se il bambino fa la cacca tutti i giorni o più volte al giorno. Può manifestarsi anche con perdita involontaria di piccole quantità di feci (“sporca le mutandine”). Talvolta durante l'evacuazione c'è una perdita di qualche goccia di sangue. Il bambino stitico spesso soffre di mal di pancia e cerca di non fare la cacca per paura del dolore che compare durante l'evacuazione.  
In tutti questi casi si deve intervenire aiutando a liberare l'ingombro delle feci e a rendere morbide le feci agendo sulla dieta, se questa non è equilibrata, oppure somministrando una sostanza che rende le feci morbide e rende facile l'evacuazione. Parlatene con il/la pediatra.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/673)

## 22 mesi

**Settimane**: dalla 98 alla 98 **Abstract**: Il mal di gola

**Il mal di gola**

Il mal di gola accompagna molti disturbi, dal raffreddore alla tonsillite. Nella maggior parte dei casi il mal di gola è causato da un virus e guarisce spontaneamente dopo 3- 5 giorni. Solo in un terzo dei casi il mal di gola può essere un sintomo della tonsillite da streptococco; questa malattia è rara nei bambini al di sotto dei 3 anni. Per diagnosticare la tonsillite da streptococco il pediatra si basa sulla presenza di alcuni sintomi tra cui la febbre, la presenza di secrezione sulle tonsille, alcuni linfonodi ingrossati, oppure potrà effettuare un tampone faringeo per confermare la presenza dello streptococco. Il trattamento antibiotico è utile per guarire dalla tonsillite streptococcica ma non funziona nel caso di mal di gola causato da infezioni virali come il raffreddore o l'influenza.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/671)

## 23 mesi

**Settimane**: dalla 103 alla 103 **Abstract**: Le medicine per il raffreddore

**Le medicine per il raffreddore**

Starnuti, naso chiuso o che cola, mal di gola e un po' di tosse. Sono i sintomi del raffreddore. Ogni bambino ogni anno presenta uno o più raffreddori. Questo disturbo nel bambino può durare da una a tre settimane. Come si cura?

Quale medicina è provata essere la migliore per il raffreddore? Nessuna, secondo gli studi scientifici. Non ci sono sciroppi o spray speciali o gocce che fanno la differenza, non c’è nessun prodotto che fa guarire prima. La guarigione è spontanea e la cura consiste in una buona idratazione - ossia bere acqua - e nella pulizia del naso. Se il bambino non è in grado di soffiarsi il naso può essere utile fare i lavaggi nasali con la soluzione salina. Oggi sono presenti sul mercato moltissimi preparati per effettuare i lavaggi nasali: quale preferire tra questi? La semplice soluzione salina isotonica, chiamata anche soluzione fisiologica o acqua di mare, va benissimo e si può comprare non solo in farmacia in comodi flaconi da mezzo litro, ma anche al supermercato. E altre soluzioni di lavaggio? La soluzione ipersalina, nei pochi studi effettuati, non appare migliorare di molto la sintomatologia, ma può presentare più effetti negativi come bruciore, ostruzione e gocciolamento nasale. E gli antibiotici? Non funzionano contro il raffreddore; e non solo sono inutili ma potrebbero dare fastidiosi problemi come diarrea o un aumentata resistenza ai germi.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/808)

## 2 anni

**Settimane**: dalla 110 alla 111 **Abstract**: All’età di 2 anni…

**All’età di 2 anni…**

All’età di 2 anni i bambini:

-corrono fermandosi e ripartendo con facilità ed evitando gli ostacoli

-si arrampicano sui mobili per guardare fuori dalla finestra o per aprire la porta

-salgono e scendono le scale tenendo si al corrimano o appoggiandosi alla parete

-lanciano una palla con la mano

-stanno seduti sul triciclo anche se non riescono ancora a pedalare

-sono capaci di abbinare forme quadrate, circolari e triangolari in semplici puzzle

-sono in grado di impugnare bene la matita

-apprezzano i libri illustrati e sanno descrivere le figure

-riconoscono in foto le persone adulte conosciute

-sanno utilizzare una cinquantina di parole e formano frasi semplici di due parole (ad esempio: “Mamma pappa”)

-chiedono in continuazione il nome di oggetti e persone

-comprendono le richieste rivolte loro contenenti due istruzioni (ad esempio: “Prendi il gioco rosso e portalo nell’altra stanza)

-imitano le attività domestiche

-non sono ancora in grado di comprendere i normali pericoli

-sono in grado di usare un oggetto come se ne rappresentasse un altro, ad esempio fingono che un mattoncino sia un’automobilina

-cercano in continuazione di avere l’attenzione dell’adulto

-difficilmente riescono a giocare con gli altri bambini ma giocano volentieri da soli se vicino ci sono altri bambini che giocano

-sono in grado di mangiare da soli senza essere imboccati

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/754)

## 2 anni e 4 mesi

**Settimane**: dalla 127 alla 129 **Abstract**: La disciplina, i limiti, le punizioni

**La disciplina, i limiti, le punizioni**

Fino a 3 anni i bambini non sono in grado di capire i rischi o pericoli dell’ambiente domestico, nemmeno se noi adulti spieghiamo tante e tante volte quello che non devono o non possono fare. Sta a noi adulti fare in modo che la casa sia un ambiente sicuro e privo di pericoli, perché a questa età è naturale e salutare volere esplorare e toccare tutto. Tocca a noi genitori  attrezzarci di tanta pazienza, tenere sotto vigile controllo nostro figlio, nostra figlia, allontanandoli dai pericoli e spiegando a lui o a lei sempre perché lo facciamo. Un buon genitore riconosce le capacità e le possibilità che il proprio figlio ha raggiunto e quindi fornisce spiegazioni che il bambino può comprendere, offre incoraggiamenti per nuovi modi di fare, mostrando con il proprio  comportamento quello che il bambino o la bambina potrebbe fare, facendo provare e riprovare infinite volte, senza mai perdere la pazienza.

**I limiti**

Papà e mamma possono riconoscere il momento in cui è giusto offrire delle regole - solitamente verso la fine del secondo anno di vita -, cioè offrire delle indicazioni come “Questo non è possibile” oppure “In questo modo ci si può fare del male”, limitando quello che il bambino o la bambina può fare. Queste limitazioni non sono dei divieti motivati da un volere punitivo, ma sono una prova di amore e rispetto verso il proprio figlio o figlia. Il genitore, riconoscendo le capacità e le abilità raggiunte dal bambino, comprende quello che può fare da solo o aiutato da un adulto, e quello che non è in grado di fare o che può metterlo in pericolo. Queste limitazioni permettono al bambino di poter muoversi ed esplorare in libertà in un ambiente che abbiamo reso sicuro, e lo aiutano a comprendere quello che invece non gli è consentito di fare.

**La disciplina non vuol dire punire**

Qualche volta, raramente, per i bambini più grandi potrebbero essere necessarie una limitazione temporanea della libertà del bambino o della bambina, qualcosa che prima poteva fare e che adesso noi gli abbiamo vietato o ridotto come ad esempio fermarsi un momento e stare seduto su una sedia. Questo può aiutare il bambino a calmarsi. Questi momenti devono sempre essere discussi e spiegati al bambino, non devono essere percepiti come umiliante o degradante e, soprattutto, non riguardano mai l’affetto che noi genitori manifestiamo sempre a nostro figlio, nostra figlia: l’affetto verso il bambino è sempre vivo e caloroso. Punire un bambino sculacciandolo, invece, non insegna le regole ma fa apprendere al bambino che si può agire con la violenza per risolvere un problema.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/789)

## 2 anni e 8 mesi

**Settimane**: dalla 146 alla 147 **Abstract**: La lettura con conversazione insieme a un bambino di 3 – 4 anni

**La lettura con conversazione insieme a un bambino di 3 – 4 anni**

Innanzitutto il libro deve essere di gradimento per il bambino, e speriamo anche per il genitore. se il genitore non trova piacere nella lettura, difficilmente riuscirà a coinvolgere il bambino nella lettura di un libro illustrato.

Attenzione ai libri con pulsanti sonori o giochi interattivi che spesso distolgono dalla lettura e non permettono la conversazione tra bambino e genitore.

I libri che a questa età sono più apprezzati sono quelli che raccontano storie.

Se a due anni le domande erano rivolte a nominare oggetti o a indicare alcune parti delle illustrazioni, adesso le domande che può fare il genitore sono rivolte all'analisi della storia, ad esempio: "Perchè l'orso si è comportato così?", Come potrebbe risolvere il coniglietto questo problema?" "Mi racconti che cosa sta pensando di fare il lupo?". Un altro modo speciale di leggere la storia è di distanziarsi dai protagonisti del libro e di riferirsi al bambino, ad esempio: "E tu, al posto della fatina, cosa avresti fatto?", "Anche tu sei stato triste come la tartaruga? Mi racconti quando è successo?", "E tu, come avresti risolto questo problema?" e così via.

Questo è un modo molto speciale non solo per fare conversazione ma anche per conoscere il proprio figlio.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/752)

## 3 anni

**Settimane**: dalla 162 alla 163 **Abstract**: All’età di 3 anni…

**All’età di 3 anni…**

All’età di 3 anni i bambini:

-salgono autonomamente le scale poggiando un solo piede per gradino, mentre quando scendono le scale portano entrambi i piedi sullo stesso gradino prima di scendere a quello successivo

-si arrampicano bene sulle attrezzature dei pachi giochi

-vanno sul triciclo utilizzando i pedali

-calciano bene la palla con i piedi e costruiscono torri con anche 10 cubetti

-impugnano bene la matita e copiano cerchi e alcune lettere sul foglio di carta

-iniziano a conoscere il nome dei colori

-sanno usare le forbici per bambini

-parlano utilizzando ormai molte parole, sanno dire il proprio nome e cognome, il sesso e l’età

-fanno molte domande (Cosa? Dove? Chi?)

-ascoltano le favole con molto interesse

-interagiscono con l’adulto che gli legge un libro rispondendo alle domande rivolte loro

-sanno contare fino a 10

-giocano volentieri a “far finta che…” e iniziano a giocare insieme agli altri bambini

-si rendono conto di condividere con altri i propri giochi

-sanno lavarsi le mani

A questa età non tutti i bambini sono in grado di rimanere asciutti tutta la notte

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/755)

## 3 anni e 4 mesi

**Settimane**: dalla 173 alla 181 **Abstract**: Lo sviluppo del cervello

**Lo sviluppo del cervello**

La scienza negli ultimi anni ha scoperto molte cose sullo sviluppo del cervello che possono essere di interesse per ogni genitore, alcune delle quali hanno cambiato le credenze che avevamo sul cervello dei bambini.

Alla nascita il cervello è sviluppato come tutti gli altri organi? No: pur essendo presenti tutte le cellule, al cervello mancano ancora tantissime connessioni che si costruiranno durante tutta la crescita, soprattutto dal periodo neonatale fino al sesto anno di vita.

Lo sviluppo del cervello dipende interamente dai geni? No, tutti nasciamo diversi ma le esperienze e le interazioni con i genitori nei primi mesi e anni di vita sono importantissime per lo sviluppo del cervello.

Il cervello di un bambino piccolo è meno attivo di quello di uno studente universitario? No, il cervello di un bambino dei primi anni di vita è molto più attivo e consuma molta più energia di quello di un giovane o di un adulto.

È vero che parlare o leggere a un bambino piccolo non è importante perché a questa età non sempre il bambino capisce quello che gli si dice? Non è vero: **parlare a un bambino o leggere a lui i libri illustrati** è un'attività preziosa per insegnare il linguaggio. Anche un lattante di pochi mesi impara le parole quando nominiamo un oggetto mentre parliamo a lui.

Sono necessari giochi educativi speciali per stimolare le capacità mentali di un bambino?

No, non sono necessari giochi costosi per stimolare il cervello di un bambino. È sufficiente e necessario interagire con affetto e amore verso il bambino. **I giochi più efficaci per stimolare l'apprendimento sono il leggere, il parlare, il cantare e fare musica, il gioco all'aperto e il contare**: tutti giochi che il bambino fa insieme a un adulto interessato a lui.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/761)

## 3 anni e 8 mesi

**Settimane**: dalla 197 alla 198 **Abstract**: Il fumo di sigaretta

**Il fumo di sigaretta**

Il **fumo di sigaretta** contiene migliaia di composti chimici dannosi per l’organismo. Anche le persone non fumatrici che vivono vicino a un fumatore respirano il fumo di sigaretta. Il fumo passivo respirato dal bambino può facilitare la comparsa di otiti, asma, raffreddore. Altri disturbi legati al fumo passivo nel bambino possono essere mal di testa, vertigine, mal di gola, bruciore agli occhi. Il fumo di sigaretta è stato associato ad un aumento del rischio di morte in culla e a un aumento delle coliche, le crisi di pianto dei primi mesi di vita. Il latte della mamma che fuma contiene molte sostanza del fumo come ad esempio la nicotina.  
I genitori che fumano possono essere presi da modello dai figli che, da adulti, inizieranno a fumare.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/150)

## 4 anni

**Settimane**: dalla 219 alla 220 **Abstract**: All’età di 4 anni…

**All’età di 4 anni…**

All’età di 4 anni i bambini:

-salgono e scendono le scale con sicurezza, come gli adulti

-salgono sulle scale a pioli e sugli alberi

-sanno camminare e correre sulle punte

-saltellano su un piede solo

-sono in grado di fare molti giochi con la palla, sia con i piedi che con le mani

-disegnano una persona con la testa, le gambe, il tronco e le braccia; disegnano una casa

-parlano in modo grammaticalmente corretto

-fanno molte domande (Perché? Quando? Come?)

-ascoltano e raccontano lunghe storie

-sanno contare fino a 20

-conoscono molte filastrocche e le sanno ripetere o cantare

-giocano volentieri “a far finta che” anche con i travestimenti

-sono consapevoli della differenza tra passato, presente e futuro

-sanno lavarsi i denti e sanno vestirsi e svestirsi

-mangiano senza essere imboccati

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/756)

## 4 anni e 6 mesi

**Settimane**: dalla 245 alla 246 **Abstract**: I tic

**I tic**

Un tic è un movimento o una vocalizzazione improvvisa, rapida, ricorrente che si ripete continuamente nello stesso modo. I tic motori, ad esempio ammiccare le palpebre o alzare una spalla, o i tic vocali, ad esempio tirare su con il naso o il raschiarsi la gola, si manifestano molte volte al giorno per alcune settimane e sono molto frequenti nei bambini; soprattutto i maschietti possono avere tic durante la crescita. Si manifestano quando il bambino è inattivo e scompaiono quando si concentra su alcune attività o quando dorme. La quasi totalità dei tic sono transitori, scompaiono dopo alcune settimane o mesi ma possono talvolta ricomparire durante tutta l’età dello sviluppo. Normalmente non c’è necessità di curare con medicine i tic poiché sono per la maggior parte transitori e benigni.

Se i tic durano molti mesi, oppure se il bambino è a disagio a scuola o con gli amici è bene parlarne con il pediatra

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/787)

## 5 anni

**Settimane**: dalla 272 alla 272 **Abstract**: All’età di 5 anni…

**All’età di 5 anni…**

All’età di 5 anni i bambini:

-sanno stare su un piede solo per molti secondi

-sanno saltellare su un piede solo

-sanno muoversi al ritmo della musica

-sono abili ad arrampicarsi, lasciarsi scivolare, dondolarsi, scavare e fare acrobazie

-sono in grado di costruire costruzioni elaborate quando viene loro mostrato come fare

-hanno un buon controllo della scrittura di molte lettere e nel disegno con matite colorate. Scrivono alcune lettere di propria iniziativa

-disegnano una casa con porta, finestre, tetto e camino. Realizzano spontaneamente molti disegni ricchi di particolari

-colorano le figure rimanendo all’interno dei margini

-sanno dire il nome di quattro o più colori

-sanno parlare correttamente anche se alcuni possono ancora avere difficoltà con alcune consonanti (come la elle, la erre e la esse)

-la lettura dei libri illustrati con dialogo insieme all’adulto è ancora uno dei giochi preferiti

-comprendono i concetti di tempo come prima, dopo ecc

-chiedono il significato di parole astratte o non conosciute

-si divertono a recitare o cantare filastrocche

-sanno rimettere in ordine

-giocano con creatività realizzando scenari di fantasia utilizzando oggetti per rappresentarne degli altri

-giocano a “far finta che…” riferendosi a situazioni domestiche o a esperienze vissute a scuola o con gli amici

-si dimostrano protettivi verso i bambini più piccoli e gli animali domestici. Consolano i compagni di gioco quando stanno male

A questa età alcuni bambini ancora non sono in grado di rimanere asciutti tutta la notte.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/757)

## \*\*\* not found

**Settimane**: dalla alla **Abstract**:

**La pelle e il sole**

I bambini hanno bisogno di aria fresca e luce. Ma stare all'aperto sotto il **sole estivo** la pelle dei bambini si può scottare con facilità.  
Parecchie  **scottature solari** durante l’infanzia possono portare a maggior rischio di malattie come i tumori della pelle, più avanti nell’arco della vita, in età adulta. Questi tumori non compaiono durante la crescita ma dopo la pubertà. Quindi bisogna stare attenti che il bambino, a qualunque età, non prenda una scottatura solare; in altre parole la sua pelle non deve diventare rossa dopo l’esposizione a troppo sole.  
Ecco alcuni consigli per godere  **il sole in modo sicuro** nei mesi estivi:  
• prima dei 6 mesi non esporlo direttamente ai raggi solari,  
• tenete il bimbo all’ombra. Se usate il passeggino, abbassate il tettuccio,  
• nei primi anni di vita mettetegli un cappellino e vestitelo con abiti leggeri,  
• può essere utile utilizzare anche una crema solare protettiva (fattore 20 o più alta),  
• riapplicate la crema ogni 2 ore.  
• non state al sole dalle 10 del mattino fino alle 16 del pomeriggio, quando i raggi del sole sono più forti.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/658)

## 5 anni e 6 mesi

**Settimane**: dalla 297 alla 298 **Abstract**: Il gioco libero

**Il gioco libero**

Il **gioco libero** è quel gioco non organizzato che il bambino, da solo o con altri amici, inventa per passare il tempo libero. In questo gioco non ci sono regole e obiettivi speciali se non quelli che liberamente sono decisi dal bambino o dal gruppo. Anche il **gioco di fantasia**, ossia il far finta che, è un gioco che scollega il bambino dal mondo reale portandolo a indossare i panni di un personaggio di fantasia come quello del supereroe oppure quelli di mamma o papà.

Il gioco libero e il gioco di fantasia permettono al bambino di usare la sua creatività. Il bambino si impegna a usare immaginazione e si mette alla prova in prima persona nel decidere regole e obiettivi, da contrattare con gli altri partecipanti al gioco, verificando se sono rispettati fino alla fine del gioco. Spesso i bambini scelgono per questi giochi eventi o situazioni che il passato li hanno coinvolti ed emozionati; nella finzione rielaborano queste esperienze sperimentando nuove soluzioni, mettendosi alla prova senza aver paura di non farcela: è un gioco e ci si riprova tante volte.

È importante che ogni bambino abbia la possibilità di avere un po’ di tempo quotidiano per il **gioco libero**; ogni giornata non dovrebbe essere piena di impegni programmati, giochi strutturati o attività didattiche. E attenzione che il poco tempo libero disponibile non sia occupato da televisione o videogiochi.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/771)

## 6 anni

**Settimane**: dalla 324 alla 337 **Abstract**: Il pediatra

**Il pediatra**

Il pediatra di famiglia segue ogni bambino dalla nascita fino al compimento dei 14 anni di vita, e può seguire i ragazzi e ragazze fino a 16 anni in caso di malattie croniche. Perché è importante l’attività di prevenzione del pediatra?

L’attività del pediatra si svolge non solo nella cura delle malattie, ma in particolar modo, nella prevenzione. In occasione dei “bilanci di salute” il pediatra effettua visite di controllo secondo un calendario prestabilito. Durante queste visite il pediatra controlla la crescita, la presenza dello sviluppo puberale, valuta la presenza di un eccesso di peso, si confronta con la famiglia per rilevare possibili difficoltà nello studio e negli apprendimenti scolastici, si confronta con il ragazzo/a su possibili difficoltà nella socializzazione, nell’umore o nella presenza di difficoltà familiari. Durante le visita il pediatra può controllare la pressione arteriosa, la corretta postura e la curvatura della colonna vertebrale. Insieme al pediatra si possono impostare programmi salutari per tutta la famiglia, come una corretta attività fisica, una alimentazione equilibrata, e affrontare piccoli o grandi problemi che preoccupano il ragazzo/a i suoi famigliari. Infine si possono discutere i programmi vaccinali che coinvolgono i ragazzi/e dell’età scolare. Incontrare il pediatra in occasione dei bilanci di salute è una preziosa opportunità: i genitori e i ragazzi/e devono saper sfruttare questa occasione di confronto per chiarire gli obiettivi della propria salute.

[Edita sul backend](https://cosie.lepida.it/backoffice/news/gestione/760)