



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale della Romagna

Dipartimento Salute Donna Infanzia e Adolescenza – Rimini
U.O. Neuropsichiatria dell'Infanzia e dell'Adolescenza

*A cura delle Fisioterapiste
U.O. NPIA
AUSL Romagna Ambito Rimini*

SVILUPPO PSICOMOTORIO E CONSIGLI AI GENITORI

Cari genitori,

il primo anno di vita è molto importante per lo sviluppo psicomotorio del vostro bambino. Bastano alcuni accorgimenti da utilizzare nella quotidianità per stimolare le sue abilità motorie e cognitive.

Il bambino nel primo anno di vita attraversa diverse fasi di sviluppo, che portano alla maturazione dei sistemi posturali e motori.

A voi genitori spetta il compito di modificare l'ambiente e l'utilizzo dei giochi in base agli obiettivi di sviluppo, seguendo l'evoluzione e i bisogni del vostro bambino.

È fondamentale infatti il rapporto col genitore e le esperienze che voi stessi gli proponete.

Principali fasi dello sviluppo psicomotorio

ETÀ	COMPORAMENTO OSSERVATO
~ 3 mesi	Controllo antigravitario del capo
~ 4 mesi	Agisce intenzionalmente sull'oggetto al fine di riprodurre risultati interessanti
~ 6 mesi	Riconosce i volti familiari
~ 8 mesi	Stazione seduta autonoma Cerca un oggetto nascosto ("permanenza dell'oggetto") Su sollecitazione dei genitori fa il gesto di "ciao"
~ 10 mesi	Mantenimento della stazione eretta autonoma Comportamenti che richiamano l'attenzione su di sé
~ 12 mesi	Compie i primi passi senza sostegno Sperimenta e trova nuove strategie
~ 14-16 mesi	Usa il cucchiaio ed il bicchiere da solo
~ 18 mesi	Linguaggio verbale, imitazione, gioco simbolico

MEDIALIZZAZIONE

Per raggiungere l'obiettivo della medializzazione (portare le mani verso il centro del corpo) bisogna portare il bambino ad avere una stabilità ed un allineamento lungo l'asse capo-tronco-bacino

CONSIGLI PER LA FAMIGLIA

- da supino far afferrare il gioco lungo la mediana prima con una mano e poi con l'altra;
- Uso della palestra con giocattolini piccoli e facilmente afferrabili dalle sue manine
- Fargli portare i piedini alla bocca
- Prima di ogni spostamento da un piano ad un altro "raccoglierlo" con le mani tipo fagotto e spostarlo lentamente

ROTOLOAMENTO PROGRESSIONE ORIZZONTALE

CONSIGLI PER LA FAMIGLIA

Raggiungere tale obiettivo permette al bambino di esplorare lo spazio e maturare i sistemi cognitivi

- Mettere il bambino a terra su una coperta/tappetone in gomma affinché possa e imparare a rotolare
- Posizionare giocchini luminosi/sonori a portata di vista e facilmente raggiungibili con le manine:
 - da prono posizionare i giochi di fronte per stimolare il raddrizzamento del capo e successivamente ai lati per stimolare il pivoting (rotazione sulla pancia)
 - da supino i giochi vanno posizionati ai lati per stimolare il rotolamento (prima a destra e poi a sinistra)

STRISCIAMENTO ED ESPLORAZIONE DELL'AMBIENTE CIRCOSTANTE

CONSIGLI PER LA FAMIGLIA

A prescindere dalla modalità (strisciando, gattonando, spostandosi sul sedere da seduto) è importante l'esplorazione dell'ambiente.

In questa fase così importante di acquisizione di obiettivi motori è importante non anticipare ciò che il bambino vuol raggiungere, non avere fretta e lasciare al bambino tutto il tempo necessario per organizzare il movimento.

Se però compare frustrazione/esasperazione nel bambino, al genitore spetta il compito di facilitarlo, attivando il movimento ma senza sostituirsi.

- Mettere in sicurezza l'ambiente per una esplorazione senza pericoli.
- Mettere il bambino a terra sul tappetone affinché possa continuare ad esplorare lo spazio con i mezzi motori maturati. In tal modo allena e adegua la muscolatura ai passaggi successivi (posizione seduta, stazione eretta, deambulazione)
- Sia da prono che da supino posizionare i giochi ad una distanza tale che il bambino debba spostarsi (con i mezzi che ha a disposizione) per raggiungerli. Nel momento in cui il gioco non attiva il movimento del bambino, sostituire il gioco con la figura genitoriale.

POSIZIONE SEDUTA AUTONOMA

Raggiungere tale obiettivo permette al bambino di liberare le mani che così possono esplorare i giochi e l'ambiente circostante, continuando a fare maturare i sistemi cognitivi

CONSIGLI PER LA FAMIGLIA

- SEDUTO CON SUPPORTO: è importante che dallo svezzamento (6 mesi) in poi il bambino mangi nel seggiolone insieme agli altri membri della famiglia, lasciandogli manipolare il cibo quando lo desidera e insegnandogli a bere dalla tazza.
- SEDUTA AUTONOMA CON AIUTI: si può posizionare il bambino in una piscina con le palline/bacinella ovale ammorbidita all'interno con dei teli e poggiata in sicurezza sul tappetone

POSIZIONE SEDUTA AUTONOMA

CONSIGLI PER LA FAMIGLIA

Raggiungere tale obiettivo permette al bambino di liberare le mani che così possono esplorare i giochi e l'ambiente circostante, continuando a fare maturare i sistemi cognitivi

- SEDUTA AUTONOMA SENZA AIUTI in sicurezza, sul tappetone, con dei cuscini intorno per ammortizzare eventuali cadute (nei casi in cui non si attivino le reazioni paracadute), ed utilizzare la poltroncina in gommapiuma per dare maggiore stabilità.

Il genitore è di fronte al bambino e propone giochi causa-effetto: impilare anelli nella torre, schiacciare il pulsante per far partire la musica, schiacciare il pulsante per fare girare la trottola, fare ruotare la girandola con la manina, fare scendere palline in una pista.

STAZIONE ERETTA

Raggiungere tale obiettivo permette al bambino di esplorare da un nuovo punto di vista l'ambiente.

CONSIGLI PER LA FAMIGLIA

- Mettere a disposizione nel suo spazio poltrone, tavolini bassi e stabili, divani, su cui collocare oggetti che al bambino interessano molto per stimolare il passaggio da seduto alla posizione eretta.
- Sperimenta il passaggio da seduto alla posizione in piedi e il suo mantenimento in autonomia: mettere il bambino seduto sulla poltroncina in gommapiuma di fronte ad un divano/tavolino su cui è posto un gioco stimolante e aiutarlo/accompagnarlo nel passaggio in stazione eretta.

STAZIONE ERETTA

Raggiungere tale obiettivo
permette al bambino di
esplorare da un nuovo punto di
vista l'ambiente.

CONSIGLI PER LA FAMIGLIA

- Importante è che il bambino raggiunga la stazione eretta in autonomia, passando da una posizione in ginocchio. Non va messo in piedi dall'adulto.
- Non dare le mani dell'adulto per aiutarlo perché
 - si impedisce di sperimentare la caduta in sicurezza
 - rallenta lo sviluppo dell'equilibrio
 - fornisce un feedback distorto sulle sue reali competenze e capacità

NAVIGAZIONE COSTIERA E DEAMBULAZIONE

Raggiungere tale obiettivo
permette al bambino di
completare il suo percorso di
autonomia nello spostamento.

CONSIGLI PER LA FAMIGLIA

- Iniziare lo spostamento in posizione eretta poggiandosi ai mobili di casa, con la "navigazione costiera"
- Mettere a disposizione nel suo spazio poltrone e tavolini bassi e stabili per la "navigazione costiera"
- Creare delle "isole" (sfruttando tavolini e sedie) per promuovere il passaggio dalla "navigazione costiera" alla deambulazione propriamente detta.

NAVIGAZIONE COSTIERA E DEAMBULAZIONE

Raggiungere tale obiettivo permette al bambino di completare il suo percorso di autonomia nello spostamento.

CONSIGLI PER LA FAMIGLIA

- Mettere a disposizione nel suo spazio sedie stabili e pesanti da poter spingere e/o carrellini primipassi da spingere
- Non dare le mani dell'adulto per aiutarlo nel cammino perché
 - si impedisce di sperimentare la caduta in sicurezza
 - rallenta lo sviluppo dell'equilibrio
 - fornisce un feedback distorto sulle sue reali competenze e capacità

PROPOSTE CHE NON RISPETTANO I BISOGNI

- L'uso prolungato e preferenziale della sdraietta nella fase 4-6 mesi comporta un ritardo nell'acquisizione della postura seduta autonoma
- L'uso del box porta ad una limitazione dell'esplorazione dello spazio e a ritardo nella maturazione dello spostamento orizzontale
- L'uso del girello porta a vizi di posizione ai piedi, ritardo nella maturazione dell'equilibrio e del "saper cadere", oltre che a ritardo nell'acquisizione del cammino autonomo

SCARPE

Le calzature non servono finché il bambino non cammina da solo; questo vale soprattutto fuori casa.

In ambiente domestico si possono usare calzini antiscivolo.

È importante che le scarpe siano:

- leggere
- con un buon sostegno alla caviglia e una buona talloniera
- a pianta larga
- suola di para antiscivolo.

Non scegliere in base alla marca ma in base alle caratteristiche!