

PIANTO NEL NEONATO: come riconoscerlo (Italo Farnetani,pediatra)

Il bambino di meno di un anno usa il pianto come linguaggio, perciò usa il pianto come fossero parole e lo fa senza soffrire. È l'unico sistema che ha per comunicare con l'ambiente, infatti non sa. I genitori non devono avere paura che il bambino, quando piange, abbia necessariamente una malattia.

Se è malato infatti il bambino è debole e anziché piangere rifiuterà il cibo, ma soprattutto sarà assopito, senza sorriso, spesso con gli occhi chiusi, presentando una svogliatezza nelle pur poche attività che compie normalmente, per esempio smetterà di giocare con le cose che ha intorno.

Quando la malattia è lieve il bambino piange, ma in questo caso i genitori riconoscono questo tipo di pianto con facilità, infatti la tonalità tende a diminuire, cioè il bambino perde forza e vigore nel pianto e dopo qualche minuto piangerà con meno intensità e forza.

Nei casi invece in cui il bambino con il pianto pensa di parlare si vedrà che, come nel caso delle cosiddette "coliche", più passa il tempo più piange con forza e intensità. Lo stesso vale quando il bambino con il pianto chiede il latte o il cibo in generale.

Da questa prima valutazione i genitori hanno capito che non si devono preoccupare quando il bambino piange più forte (è il caso di quando ha fame o vuole essere preso in braccio), ma quando piange sempre più lentamente e con meno forza, perché è il segno che sta male.

Il pianto in realtà ha una valenza positiva perché è il modo in cui il bambino cerca di comunicare con l'ambiente. Per questo è importante che i bambini piangano perché devono imparare a

comunicare con i genitori e soprattutto a ottenere risposte. È sbagliato anche prevenire le richieste del bambino per evitare che pianga.

Il bambino di sei mesi (dopo piange molto meno), può piangere in genere per due motivi: perché ha fame o perché vuole essere preso in braccio.

Bisogna imparare a tradurre il pianto. Il vocabolario, cioè il sistema di decodifica ce lo fornisce l'orologio. Si deve osservare la distanza che è intercorsa fra l'inizio del pianto e il termine della poppata precedente (non deve durare mai più di dieci minuti, sia che sia al seno, sia artificiale).

Se è passata meno di un'ora è più probabile che il bambino voglia essere preso in braccio, perché difficile che abbia fame avendo terminato il pasto da poco tempo. In questo caso va preso in braccio, coccolato, trastullato, bisognerà parlargli in modo dolce e dare il succhiotto. Se in tre minuti non si calma, si dovrà dargli il latte. Se si vede che lo rifiuta non si dovrà insistere e il bambino dovrà essere tenuto in braccio a oltranza, fino a che non si calma.

Se è passata più di un'ora è probabile che il bambino abbia già fame, allora gli dovrà essere offerto il latte o le minestre se è stato svezzato. Se rifiuta il cibo e non si calma dovrà essere tenuto n braccio, anche in questo caso finché non si cheta.

Come si vede a ogni episodio di pianto deve giungere una risposta da parte dei genitori o di chi si occupa del bambino. Si deve ricordare che la risposta deve essere data sempre dopo che il bambini abbia iniziato a piangere, è sbagliato infatti evitare che il bambinopianga, prevedendo i suoi bisogni, come ogni genitore attento è in grado di fare. Il bambino deve imparare a comunicare con l'ambiente esterno, cioè deve imparare a chiedere ciò di cui ha bisogno e lui lo farà, nei primi mesi di vita, proprio con il pianto. È importante che il bambino lo chieda perché solo così si rafforzerà nell'autostima in modo che capirà che è capace di chiedere ciò di cui ha bisogno e ottenere un risultato da parte dell'ambiente esterno, ecco perché i questo modo gli si rafforza l'autostima.

S ricordi che nel bambino che ha più di sei mesi in genere il pianto è dovuto al fatto che si sente solo e in questo caso, indipendentemente dall'orario, il bambino piange perché vuole essere preso in braccio.

Dopo queste basilari informazioni è importante sfatare alcune credenze popolari che sono uorvianti

ATTENZIONE A QUESTI ERRORI

1) Piange perché ha le coliche, gli fa «male la pancia» FALSO

Le coliche del lattante non esistono. Il bambino piange intensamente, è inconsolabile ed emette aria si contorce. Si pensa che abbia dolore addominale. Vengono prescritti anche farmaci, ma non si tratta di dolore addominale, solo di crisi di pianto a cui i genitori non hanno saputo dare una risposta idonea. In pratica il bambino inizia a piangere e i genitori si impauriscono e iniziano a temere che il bambino possa essere ammalato, che abbia avuto una "colica". Il bambino ha avvertito la tensione presente in chi ha intorno e piange più forte perché voleva dire: «Vi ho chiesto di essere preso in braccio e voi vi siete agitati: state tranquilli!». Visto che i genitori erano agitatissimi il bambino si è messo a piangere più forte, come poteva fare un bambino più grande quando non viene ascoltato, ma i genitori in presenza di pianto più intenso si sono agitati ancora di più e così si è creato un circolo vizioso.

2) Di notte si sveglia e piange perché ha fame. **FALSO**

Quando un bambino di oltre tre mesi piange di notte non lo fa perché abbia fame, infatti la notte l'organismo consuma poco e ha bisogno di meno cibo. Il motivo è che il bambino ha paura di perdere la madre e vuole essere rassicurato. In questo caso abbondare in coccole. Il bambino alla nascita pensa di essere una cosa sola con la madre, e ha anche ragione considerando che si è formato al suo interno, condividendo dal gusto per i cibi, alle persone incontrate, alle emozioni. A tre mesi scopre che la mamma è un essere autonomo, che può muoversi indipendentemente da lui. È come se noi ci accorgessimo che i nostri piedi possono camminare da soli. Un adulto si sveglierebbe di soprassalto dopo aver sognato che i piedi erano andati via. Il bambino sogna che la mamma con cui pensava di essere una cosa sola, si sposta e si muove. Pertanto si sveglia impaurito e la chiama perché la vuole vedere. Non potendo parlare, piange. Ecco perché piange di notte. La mamma o il papà allora dovrebbero prenderlo in braccio e coccolarlo, in modo che il bambino venga rassicurato di non essere solo. A questo punto ricomincerà a dormire.

3) Non si devono prendere in braccio bambini quando piangono per evitare che acquisiscano cattive abitudini e vizi. **FALSO**

Il bambino quando piange non fa i capricci ma pensa di parlare e chiede qualcosa, allora bisogna dargli una risposta. Abbiamo visto che quando un bambino piange vuole dire che ha fame o che vuole essere preso in braccio. Lasciarlo piangere sarebbe come se un bambino di cinque anni dicesse di aver paura del buio e la mamma lo obbligasse a stare chiuso in camera, oppure dicesse «ho fame, voglio la merenda» e la mamma gli negasse il cibo.

4) Piange perché gli stanno nascendo i denti. FALSO

Talvolta i genitori pensano che il bambino pianga perché dicono: «gli spuntano i denti». L'eruzione dei denti decidui , cioè quelli chiamati "da latte" non provoca mai dolore. Nessuno di noi ricorda che l'eruzione dei denti permanenti, quella che avviene dopo i sei anni di età, abbia mai provocato dolore, figuriamoci se lo fanno quelli da latte, che sono piccoli e senza radici.

5) Il bambino piange perché è sporco e vuole essere cambiato. FALSO

Questa è un'acquisizione vera solo in passato quando non esistevano gli attuali pannolini in grado di assorbire quantità enormi di liquido e che poi possono essere cambiati frequentemente in modo rapido. Oggi pertanto è difficilissimo che la mamma non si accorga che il bambino deve essere

cambiato dopo aver fatto la "pupù". Anche se il bambino piccolo fa la "pipì" ogni mezz'ora i materiali del pannolino sono tali che riescono ad assorbire quantità cospicue di liquido e il bambino resta sempre asciutto.

6) I maschi non si devono lasciare piangere per evitare che gli venga l'ernia inguinale. FALSO

E' vero che l'ernia inguinale si estroflette, cioè aumenta di volume, quando si accentua la pressione all'interno dell'addome come avviene quando il bambino piange, ma il trattamento dell'ernia inguinale, quando è presente, non è quello di non far piangere il bambino, ma di farlo operare.

7) Come si fa a capire se piange per dolore o rabbia o paura?

Molti genitori passano ore a cercare di calmare i propri figli piccoli, spesso brancolando nel buio e sentendosi impotenti. Un aiuto può arrivare da uno studio spagnolo che ha individuato nella dinamica del pianto e nei movimenti degli occhi gli indizi chiave, come spiegato sulla rivista *Spanish Journal of Psychology*. «Il pianto è il principale mezzo di comunicazione con cui il bambino esprime le proprie emozioni negative - spiega Mariano Choliz, ricercatore dell'università di Valencia, che ha descritto i tipi di pianto in 20 bambini tra i 3 e 18 mesi -. Quando i bambini piangono per rabbia o paura tengono gli occhi aperti, quando piangono per dolore li tengono chiusi».

LE TIPOLOGIE - *I gesti e l'intensità del pianto crescono gradualmente se il bambino è arrabbiato. Secondo i ricercatori, il fatto che il dolore sia più facilmente riconoscibile come emozione può avere una spiegazione adattiva, dato che il pianto avvisa di una minaccia potenzialmente seria per la salute o la sopravvivenza e richiede una risposta urgente. Quando il bambino piange per dolore, l'attività dei muscoli facciali è caratterizzata da forte tensione su fronte, sopracciglia e labbra: il piccolo apre la bocca e solleva le guance, gli occhi sono chiusi e quando li apre è solo per pochi istanti.*

Il pianto inizia subito alla massima intensità, improvviso e subito dopo lo stimolo doloroso. Quando invece il bambino è arrabbiato, tiene gli occhi mezzi chiusi, sia che guardi nel vuoto sia che guardi un punto fisso, la bocca è aperta o mezza aperta e l'intensità del pianto aumenta progressivamente. In caso di paura, infine, gli occhi sono aperti quasi tutto il tempo, lo sguardo è penetrante, il bimbo muove la testa all'indietro, e il pianto sembra essere esplosivo dopo un graduale aumento di tensione.

Come si fa a capire se un bambino di pochi mesi sta piangendo per rabbia, paura o dolore?

Molti genitori passano ore a cercare di calmare i propri figli piccoli, spesso brancolando nel buio e sentendosi impotenti. Un aiuto può arrivare da uno studio spagnolo che ha individuato nella dinamica del pianto e nei movimenti degli occhi gli indizi chiave, come spiegato sulla rivista *Spanish Journal of Psychology*. «Il pianto è il principale mezzo di comunicazione con cui il bambino esprime le proprie emozioni negative - spiega Mariano Choliz, ricercatore dell'università di Valencia, che ha descritto i tipi di pianto in 20 bambini tra i 3 e 18 mesi -. Quando i bambini piangono per rabbia o paura tengono gli occhi aperti, quando piangono per dolore li tengono chiusi».

il dolore sia più facilmente riconoscibile come emozione può avere una spiegazione adattiva, dato che il pianto avvisa di una minaccia potenzialmente seria per la salute o la sopravvivenza e richiede una risposta urgente. Quando il bambino piange per dolore, l'attività dei muscoli facciali è caratterizzata da forte tensione su fronte, sopracciglia e labbra: il piccolo apre la bocca e solleva le guance, gli occhi sono chiusi e quando li apre è solo per pochi istanti. Il pianto inizia subito alla massima intensità, improvviso e subito dopo lo stimolo doloroso. Quando invece il bambino è arrabbiato, tiene gli occhi mezzi chiusi, sia che guardi nel vuoto sia che guardi un punto fisso, la bocca è aperta o mezza aperta e l'intensità del pianto aumenta progressivamente. In caso di paura, infine, gli occhi sono aperti quasi tutto il tempo, lo sguardo è penetrante, il bimbo muove la testa all'indietro, e il pianto sembra essere esplosivo dopo un graduale aumento di tensione.