

RESTARE A CASA CON IL NEONATO



I consigli della
Società Italiana di Neonatologia
per affrontare l'isolamento da
coronavirus con un neonato



SIN

Società Italiana di
Neonatologia

#iorestoacasa



Allattare il tuo bambino è il dono più grande che puoi fargli. Il latte materno è un alimento unico, naturale, completo dal punto di vista nutrizionale e lo protegge anche da numerose patologie infettive.

**ALLATTA
IL TUO
BAMBINO**



#iorestoacasa



Allatta a richiesta il tuo piccolo, cioè ogni volta che lo richiede. Assumi una corretta posizione durante la poppata. Devi essere comoda e rilassata, il corpo del tuo piccolo a contatto col tuo corpo. E perché no, approfitta per farti coccolare!

Lava spesso e frequentemente le mani, ancor di più in questo periodo. Lavale sempre prima di allattare il tuo piccolo e ogni volta che ti prendi cura di lui. Ricorda di lavarti le mani quando rientri in casa.



#iorestoacasa

**LAVA
SEMPRE
LE MANI**

Lascia le scarpe ed i vestiti indossati per uscire fuori dalla tua casa, eviterai di portare i germi all'interno.



Evita passeggiate fuori
con il neonato.
Rimanda jogging e altre
attività all'aperto.



#iorestoacasa

Arieggia spesso gli
ambienti di casa e se hai
la possibilità di prendere
aria/sole su un
terrazzino o su un
balcone, approfittane per
fare una piccola pausa
con il piccolo, farà bene
anche a lui.



I ritmi delle giornate con un neonato sono scanditi dalle sue esigenze, quindi passano tra poppate, cambi pannolini, sonnellini, ecc. Approfitta, appena dorme, per recuperare anche tu un po' di sonno.



TEMPO PER TE

#iorestoacasa



Mantieni contatti con parenti e amici, ascolta musica, fai yoga, leggi un libro, fai un bagno caldo, e qualunque altra attività possa aiutare a rilassarti.





Ricorda di rispettare il calendario dei controlli di crescita e dei vaccini. Contatta il pediatra di libera scelta e rivolgiti con serenità a lui per qualsiasi dubbio o esigenza. Se cerchi informazioni online consulta sempre e solo siti istituzionali.



#iorestoacasa

In presenza di sintomi influenzali di uno dei componenti della famiglia, è consigliato indossare tutti la mascherina chirurgica ed effettuare un'accurata igiene delle mani, in attesa degli opportuni accertamenti.

