

La plagiocefalia

La **plagiocefalia o testa piatta** è lo schiacciamento di una zona del capo del neonato e del lattante. In genere la plagiocefalia si osserva nella parte posteriore e/o laterale della testa.

La forma più frequente di plagiocefalia è quella **posizionale**, dovuta cioè al mantenimento di una stessa posizione della testa del bambino nel tempo e dalla pressione esterna esercitata sulle ossa del cranio.

Il bambino nei primi mesi di vita dorme e trascorre molte ore disteso sulla schiena generalmente con la testa girata di lato.

La **posizione a pancia in su** (posizione supina) durante il sonno è indicata come la più sicura durante il primo anno di vita per prevenire la morte improvvisa del lattante (**SIDS**).

È importantissimo che il bambino mantenga la posizione a pancia in su durante il sonno, ma sono consigliati alcuni **piccoli accorgimenti** per prevenire l'insorgenza della plagiocefalia posizionale da applicare durante il giorno:

- Alternare la posizione della testa (un po' a destra e un po' a sinistra) durante la giornata. In caso di plagiocefalia mantenere la testa girata di più dal lato meno "schiacciato"
- Ruotare con delicatezza la testa del bambino anche mentre dorme se lui tende a non farlo spontaneamente;
- Cambiare l'orientamento della culla o del bambino, in modo che al risveglio possa ricevere **stimoli visivi o uditivi** dal lato verso cui si gira meno;
- Alternare sempre il braccio con cui si sostiene il bambino durante l'alimentazione non solo durante l'allattamento al seno ma anche con il biberon
- Ruotare il capo dal lato opposto a quello preferito quando il bambino è posto nella fascia, nel marsupio o sul petto

Durante il gioco:

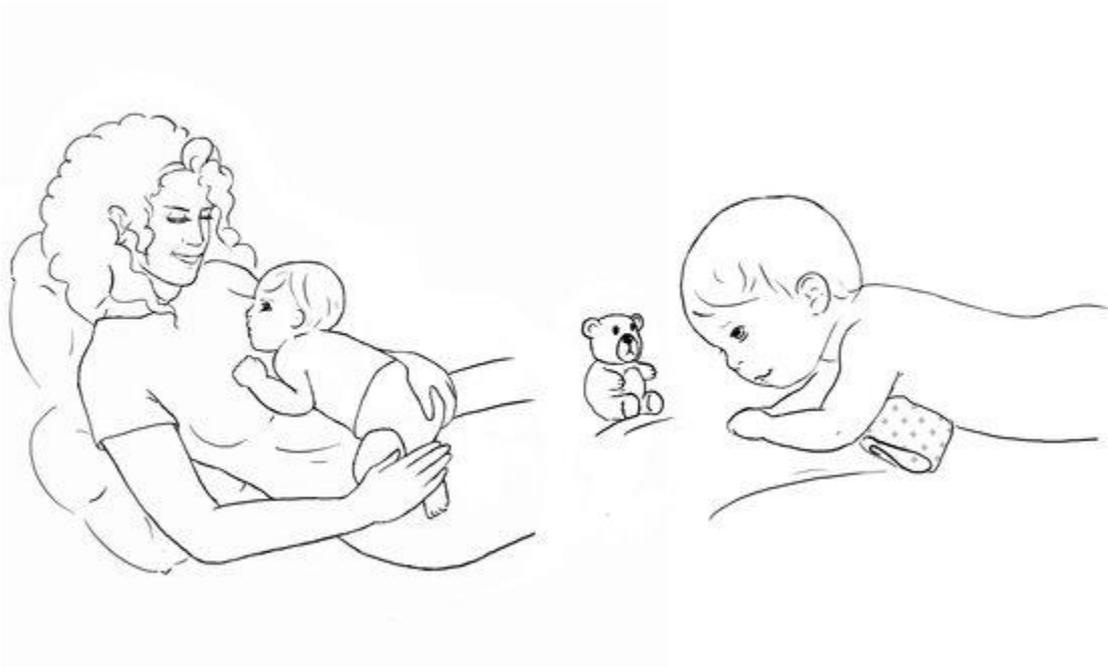
- Favorire il contatto faccia a faccia con il piccolo e poi fare in modo che il bambino segua il vostro volto non solo con gli occhi, ma anche con la rotazione laterale del capo;



- Quando il bambino è **posto sul fianco** usare supporti soffici (cuscini o asciugamano arrotolato) a contatto della schiena e tra le gambe del bambino rende la posizione più stabile e comoda, alternando entrambi i lati. Si possono anche porre dei **giochini** sicuri vicino alle mani del bambino in modo che possa guardare, toccare, afferrare;



- Posizionare il bambino a **pancia in giù** sul grembo o sulle gambe della mamma mentre viene cullato o coccolato. Dal 3° mese di vita, posizionare il bambino per più tempo a pancia in giù anche sul fasciatoio, sul lettone o sul tappetino. Per sostenere il bambino è possibile posizionarlo con le braccia in avanti e un asciugamano arrotolato all'altezza del petto, in questo modo il bambino farà meno fatica e accetterà meglio e più a lungo la posizione e potrà osservare oggetti di interesse posti di fronte e lateralmente. **Sorvegliare sempre** il bambino quando sta a pancia in giù.



Sul seggiolino (dopo il 1° mese di vita):

- Mantenere la schiena dritta usando supporti laterali soffici: proporre attività di gioco di fronte al bambino stimolandolo a orientarsi verso destra e verso sinistra.