

Scritto da Letizia Perugia
Martedì 16 Giugno 2015 15:13



I neonati possono affrontare ogni tipo di viaggio, a patto che ci siano **le condizioni necessarie al suo comfort**

, è comunque preferibile aspettare, se possibile, dopo la prima decina di giorni di vita, periodo nel quale alcune condizioni (l'inizio dell'allattamento, la perdita di peso e l'eventuale ittero) potrebbero essere da monitorare, col supporto del pediatra.

Con l'arrivo delle vacanze estive, la Sin, la Società Italiana di Neonatologia, ha redatto un **vademecum per scegliere la meta, il mezzo di trasporto e le cure migliori** da dare al piccolo, anche in vacanza.

Non c'è differenza sul tipo di luogo da scegliere: va bene il **mare o la montagna o la campagna**, ideale, per trascorrere le vacanze con un neonato di poche settimane", i bebè possono viaggiare in auto se condizioni climatiche favorevoli sono garantite all'interno dell'abitacolo.

Preferibile viaggiare nelle ore più temperate della giornata e posizionare l'auto all'ombra, il neonato deve essere alloggiato nel suo "ovetto" conforme alla normativa europea e opportunamente fissato al sedile.

Vietato posizionarlo sul sedile anteriore per gli effetti potenzialmente lesivi dell'airbag, in auto non abusare con l'aria condizionata, ma posizionarla a temperature non molto inferiori a quelle esterne e comunque non inferiori a 22-23 gradi.

Occorre prevedere una sosta ogni due ore circa e ogni volta che il piccolo deve essere alimentato, non lasciarlo mai solo, la temperatura interna dell'auto potrebbe raggiungere livelli elevati e il piccolo potrebbe disidratarsi con facilità.

Una comoda soluzione è il treno, anche se il neonato non occupa un posto a sedere e quindi potrà viaggiare in braccio alla mamma, se strettamente necessario il neonato può anche prendere l'aereo (previo contatto con la compagnia aerea per le indicazioni del caso), ma sarà sottoposto ad uno stress dovuto ad eventuali sbalzi di temperatura, di pressione, a luce e rumori che possono disturbarlo.

Si consiglia di attaccarlo spesso al seno, riducendo la possibilità che la chiusura della comunicazione tra faringe e orecchio medio crei depressione atmosferica in quest'ultimo, in particolare durante decollo e atterraggio, e dunque dolore.

Nel caso la meta sia una località di mare è fondamentale garantire al neonato le condizioni climatiche più adatte:

uscire nelle ore più fresche,

essere posto in ambienti temperati e arieggiati, non essere mai esposto direttamente ai raggi solari, soprattutto nelle ore centrali della giornata.

Occorre ricordare che il neonato è particolarmente vulnerabile in caso di temperature troppo elevate e fortemente a rischio di disidratazione, rilevabile attraverso una scarsa emissione di urine (pannolino spesso asciutto), secchezza delle mucose, avvallamento della fontanella anteriore, irritabilità o sopore, talvolta alterazioni della temperatura corporea.

Meglio evitare luoghi troppo isolati (o troppo affollati) e scarsamente sicuri per il bebè, ove il bisogno di una consultazione pediatrica diventi difficile o impossibile.

L'ideale è scegliere

spiagge a misura di bambino,

ossia stabilimenti ben attrezzati per la tranquillità dei genitori e la salvaguardia dei piccoli, è possibile anche la scelta di una località montana, ma sempre con le dovute precauzioni.

In montagna, le temperature sono generalmente più miti che in città, sono assolutamente idonee ad una vacanza con un piccolo di poche settimane, altezze elevate (superiori a 2000-2500 metri) sono comunque sconsigliabili.

La campagna infine è la destinazione ideale: il bambino, che dorme ancora per la maggior parte del tempo, ha bisogno di un ritmo regolare e la campagna offre un clima temperato e tutta la calma che si possa desiderare, evitando se si può aree in prossimità di stagni e stalle, nelle quali vi sia una concentrazione eccessiva di insetti detti ematofagi (cioè che si nutrono di sangue) quali zanzare e pappataci, potenziali portatori di malattie anche gravi.

Cosa mettere in valigia:

- Per i climi caldi e soleggiati, indumenti chiari e leggeri, di fibre naturali, che lascino scoperti gli arti, un cappellino chiaro a falda ampia per proteggere il piccolo da eventuali congiuntiviti da esposizione solare ed un maglioncino in filo per tutelarlo dall'umidità delle ore serali
- Salviette imbevute, una riserva di pannolini ed una copertina per proteggere il piccolo dall'aria condizionata e dei bavaglino (quelli usa e getta sono sicuramente più pratici) e detergenti antisettici per le suppellettili e gli oggetti che verranno in contatto con lui"
- Per prevenire le scottature, da portare con sé e da utilizzare di tanto in tanto per le zone esposte, creme con filtro fisico, ovvero contenenti minerali quali ossido di zinco o titanio che riflettono i raggi solari impedendone la penetrazione, ad alto potere filtrante e non troppo untuose, per evitare l'occlusione dei pori
- Contro le punture d'insetto i neonatologi sconsigliano i fornelli emanatori di sostanze potenzialmente tossiche e da evitare i prodotti repellenti da spruzzare sulla cute, anche le sostanze profumate vanno evitate, possono essere un forte richiamo per gli insetti.
- La più corretta prevenzione, specie nelle ore serali, è quella fatta con metodi di barriera, quali zanzariere poste su culle, carrozzine e possibilmente anche alle finestre, è preferibile evitare le zone in cui sono presenti molti insetti, come località lacustri o tropicali.