

I bisogni fisiologici del bambino nei primi anni di vita: contatto, sonno e alimentazione

FAD cartacea, 1° settembre 2026 – 31 agosto 2027

ABSTRACT

I primi anni di vita rappresentano una fase determinante per lo sviluppo neurobiologico, relazionale e fisiologico del bambino. Le evidenze scientifiche indicano come il contatto precoce, la qualità della relazione genitore-bambino, l'organizzazione del sonno e l'alimentazione complementare costituiscano elementi fondamentali nel percorso di crescita e nella promozione della salute e del benessere del bambino. Attraverso la lettura guidata di quattro opere selezionate per la loro rilevanza nell'ambito della salute materno-infantile, il percorso formativo propone un approfondimento multidisciplinare finalizzato ad accrescere le competenze dei professionisti sanitari nella promozione di pratiche assistenziali basate sulle evidenze, favorendo un approccio centrato sui bisogni fisiologici del neonato, del lattante e della famiglia.

Finalità del progetto formativo

Approfondire le evidenze scientifiche relative ai bisogni fisiologici del neonato e del lattante, con particolare riferimento al contatto pelle a pelle, alla relazione precoce genitore-bambino, all'organizzazione del sonno infantile e all'alimentazione complementare responsiva, al fine di promuovere pratiche assistenziali appropriate, basate sulle evidenze scientifiche e orientate alla tutela della salute materno-infantile.

Obiettivo formativo nazionale ECM:

18 – Contenuti tecnico-professionali (conoscenze e competenze) specifici di ciascuna professione, specializzazione e attività ultraspecialistica.

Competenze tecnico-professionali

- acquisire conoscenze aggiornate sui bisogni fisiologici del neonato e del lattante;
- approfondire il ruolo del contatto precoce, del sonno e dell'alimentazione nello sviluppo infantile.

Il progetto formativo è erogato in modalità FAD cartacea e prevede l'acquisizione di n. 45 crediti ECM mediante la lettura dei seguenti testi di riferimento e il successivo superamento del questionario di apprendimento disponibile sulla piattaforma FAD del Provider:

Testo	Autore	Pagine	Ambito tematico
<i>Abbracciamolo subito</i>	Michel Odent	112	Nascita fisiologica, contatto pelle a pelle e relazione precoce
<i>Il linguaggio della pelle</i>	Ashley Montagu	320	Contatto corporeo e sviluppo neurobiologico
<i>Di notte con tuo figlio</i>	James J. McKenna	126	Sonno infantile e relazione madre-bambino
<i>Io mi svezzo da solo</i>	Lucio Piermarini	160	Alimentazione complementare responsiva e autoregolazione

INFORMAZIONI DI BASE sui TESTI:

ABBRACCIAMOLO SUBITO

- **Autore:** Michel Odent
- **Pagine:** 112
- **Ambito tematico:** Nascita fisiologica e contatto pelle a pelle
- **Abstract:** nel volume *“Abbracciamolo subito”*, il medico e ostetrico francese Michel Odent approfondisce il ruolo del contatto pelle a pelle (*skin-to-skin*) precoce e ininterrotto tra madre e neonato nelle prime fasi successive alla nascita. Attraverso una prospettiva multidisciplinare che integra neurobiologia, antropologia e osservazione clinica, l'autore analizza l'importanza dei primi momenti di vita come periodo sensibile per l'adattamento fisiologico e relazionale del neonato e per la costruzione del legame madre-bambino. Il testo approfondisce il ruolo del contatto corporeo nella regolazione dei processi neuroendocrini, nell'avvio dell'allattamento e nella promozione del benessere psicofisico della coppia madre-neonato.

IL LINGUAGGIO DELLA PELLE

- **Autore:** Ashley Montagu
- **Pagine:** 320
- **Ambito tematico:** Contatto corporeo e sviluppo del bambino
- **Abstract:** nel volume *“Il linguaggio della pelle”*, l'antropologo e biologo Ashley Montagu approfondisce il ruolo della stimolazione tattile nello sviluppo umano, analizzando il contatto corporeo come elemento rilevante nei processi di maturazione fisica, emotiva e relazionale del bambino. Attraverso un approccio multidisciplinare che integra antropologia, neurobiologia, psicologia e pediatria, l'autore esamina la pelle come principale organo sensoriale e come primo sistema di comunicazione attraverso cui il neonato entra in relazione con l'ambiente circostante. Il testo approfondisce il valore del contatto fisico precoce nella costruzione della relazione caregiver-bambino e nel sostegno dello sviluppo neuropsicologico nei primi anni di vita.

DI NOTTE CON TUO FIGLIO

- **Autore:** James J. McKenna
- **Pagine:** 126
- **Ambito tematico:** Sonno infantile e relazione madre-bambino
- **Abstract:** nel volume *“Di notte con tuo figlio”*, l'antropologo James J. McKenna approfondisce la fisiologia del sonno infantile e il ruolo della vicinanza tra madre e neonato durante il riposo notturno. Attraverso un approccio multidisciplinare che integra antropologia evolutiva, neurobiologia e pediatria, l'autore analizza le conoscenze scientifiche relative ai comportamenti del sonno nei primi anni di vita, ai meccanismi di regolazione fisiologica del neonato e alla relazione tra allattamento, prossimità e organizzazione del sonno. Il testo offre una lettura del sonno infantile come processo evolutivo e relazionale, con particolare attenzione ai bisogni fisiologici del bambino e alla relazione di cura genitore-figlio.

IO MI SVEZZO DA SOLO

- **Autore:** Lucio Piermarini
- **Pagine:** 160
- **Ambito tematico:** Alimentazione complementare e autoregolazione
- **Abstract:** nel volume “*Io mi svezzo da solo*”, il pediatra Lucio Piermarini propone un approccio all'alimentazione complementare basato sull'autoregolazione del bambino e sul progressivo sviluppo delle sue competenze alimentari. L'autore analizza criticamente i modelli tradizionali di introduzione degli alimenti caratterizzati da schemi rigidi, grammature prestabilite e tempistiche standardizzate, proponendo un percorso fondato sull'ascolto dei segnali di fame e sazietà del bambino. Il testo approfondisce i principi dell'alimentazione complementare a richiesta (*autosvezzamento*), evidenziandone gli aspetti nutrizionali, relazionali e di sviluppo nell'ambito della crescita del bambino.

MATERIALE DIDATTICO e IMPEGNO FORMATIVO:

Il percorso formativo si basa sulla lettura guidata di quattro testi selezionati dal Responsabile Scientifico e dal Comitato Scientifico per la loro rilevanza nell'ambito della salute materno-infantile.

Le opere affrontano in maniera complementare i temi della nascita fisiologica, del contatto precoce, dell'organizzazione del sonno infantile e dell'alimentazione complementare, fornendo ai discenti un quadro multidisciplinare finalizzato all'approfondimento dei bisogni fisiologici del bambino nei primi anni di vita.

L'impegno formativo complessivo richiesto al discente è determinato dalla necessità di acquisire e integrare conoscenze relative a differenti ambiti disciplinari attraverso lo studio individuale dei materiali proposti.

La stima dell'impegno formativo considera:

- il volume complessivo dei materiali didattici;
- il tempo necessario alla lettura critica e alla comprensione dei contenuti;
- l'approfondimento degli elementi scientifici e applicativi presenti nei testi;
- il tempo dedicato alla verifica finale dell'apprendimento e alla compilazione della documentazione ECM.

L'attività formativa prevede un impegno complessivo coerente con il numero di crediti ECM attribuiti, considerando lo studio individuale dei materiali didattici, il tempo dedicato alla comprensione e all'elaborazione critica dei contenuti, nonché lo svolgimento della verifica finale dell'apprendimento e degli adempimenti previsti dalla normativa ECM.

Il completamento del percorso formativo, il superamento della verifica finale dell'apprendimento e la compilazione della scheda di valutazione della qualità percepita costituiscono requisiti necessari per l'acquisizione dei crediti ECM previsti.

RISULTATI ATTESI

Al termine del percorso formativo il discente sarà in grado di:

- riconoscere il ruolo del contatto precoce e della relazione caregiver-bambino nello sviluppo fisiologico e neurobiologico;
- comprendere i principali elementi che caratterizzano la fisiologia del sonno infantile;
- approfondire i principi dell'alimentazione complementare responsiva;
- applicare conoscenze aggiornate nella comunicazione e nell'accompagnamento delle famiglie.

CURRICULA AUTORI:

Michel Odent

Medico chirurgo e ostetrico francese, ha dedicato la propria attività clinica e scientifica allo studio della fisiologia della nascita, del parto fisiologico, del bonding madre-neonato e del ruolo dell'ossitocina nei processi riproduttivi.

Ashley Montagu

Antropologo e biologo britannico naturalizzato statunitense, ha svolto importanti studi sul ruolo del contatto fisico nello sviluppo umano, contribuendo alla diffusione delle conoscenze sul valore biologico e relazionale della stimolazione tattile nei primi anni di vita.

James J. McKenna

Antropologo statunitense e ricercatore specializzato nello studio del sonno infantile e della relazione madre-neonato. Fondatore del *Mother-Baby Behavioral Sleep Laboratory* presso l'Università di Notre Dame, ha dedicato la propria attività scientifica allo studio della fisiologia del sonno infantile, dell'allattamento e delle interazioni precoci madre-bambino.

Lucio Piermarini

Pediatra italiano con una consolidata esperienza nell'ambito della nutrizione pediatrica e dell'alimentazione complementare. È autore di numerosi testi divulgativi rivolti ai professionisti sanitari e alle famiglie, con particolare attenzione all'autoregolazione alimentare e alla promozione di pratiche basate sulle evidenze.