

# Acquaticità neonatale 0 – 12 mesi

## ULTIMA INDAGINE DEMOSCOPICA 2012 SUL RAPPORTO DEGLI ITALIANI CON L'ELEMENTO ACQUA

Risultati indagine statistica 2012 Istituto Piepoli SpA (Indagine commissionata da Aquatic Education)

- Quasi il 40% degli italiani non sa nuotare!
- Solo il 32% degli italiani sa nuotare correttamente
- Il 59% degli italiani fatica a mantenersi a galla in acqua profonda
- Il 65% degli italiani fatica a mantenere gli occhi aperti sott'acqua al mare o in piscina
- Il 93% degli italiani ritiene importante sensibilizzare i genitori e fornire loro gli strumenti teorici e pratici per una gestione sicura in acqua dei loro bambini

### **La sensibilizzazione e l'educazione alla sicurezza acquatica è parte integrante delle linee guida OMS.**

Per molti anni la **vecchia cultura** tipica delle scuole nuoto degli anni Sessanta-Ottanta prevedeva, nell'insegnamento ai bambini piccoli, un metodo di apprendimento basato sull'**istinto di sopravvivenza**: il piccolo veniva letteralmente "scaraventato in acqua" ed era costretto ad imparare a nuotare da solo.

Tuttavia, molte cose sono drasticamente cambiate da allora: sono subentrati concetti fondamentali come quelli di **sicurezza acquatica**, elementi di **pedagogia infantile**, l'apertura dell'insegnamento del nuoto a fasce d'età più diversificate come ai neonati, agli adolescenti, agli adulti e alla terza età.

Stare in acqua già in tenerissima età è, per il bambino, un **vantaggio enorme** perché apprende da subito pseudo movimenti di coordinazione che lo aiutano a conoscere e percepire il proprio corpo in uno spazio privo di gravità e con riferimenti fisici variabili, vincendo immediatamente la paura dell'acqua. È un **vantaggio anche per i genitori** perché sperimentano in prima persona un rapporto ancora più intimo con il proprio figlio, che si affida totalmente a loro in un gioco di fiducia reciproca che arricchisce emozionalmente entrambi. Durante la sessione di aquaticità neonatale spesso i genitori sono invitati, infatti, ad intraprendere dei giochi con i loro bambini che renderanno più divertente l'incontro.

### **Perché è importante l'acquaticità neonatale?**

L'acquaticità neonatale è di estrema importanza innanzitutto perché un bimbo piccolissimo si adatta molto più facilmente all'ambiente acquatico di un bambino che ha 3 anni, in quanto la paura dell'acqua cresce con l'aumentare del tempo in cui il bambino viene tenuto lontano da essa. Inoltre, attraverso l'acquaticità neonatale:

- Si preserva il senso di ambientamento che i neonati possiedono fin dalla nascita
- Il bambino ottiene uno stimolo alle sue emozioni e alle sue percezioni
- Il bambino scopre nuovi schemi di postura
- Il bambino acquisisce un maggior controllo della respirazione
- Si rafforza il rapporto genitore- bambino grazie ai giochi condivisi
- Si crea una relazione positiva tra il bambino e l'acqua
- Il bambino aumenta la fiducia in sé stesso e le sue capacità di apprendimento
- Il bambino accresce la sua indipendenza preparandosi così, in futuro, ad un corso di nuoto dai 3 anni in poi senza la presenza del genitore
- Si prevengono indesiderati incidenti

Oltre tutto questo c'è da ricordare che per i bambini è un'attività molto divertente da condividere con il genitore!

### **Quali sono i benefici dell'acquaticità neonatale?**

Tra i benefici a livello fisico e psicologico che l'acquaticità produce meritano di essere citati:

- Rafforzamento del sistema immunitario
- Rafforzamento del sistema cardiocircolatorio
- Sviluppo e maggiore forza dell'apparato scheletrico
- Sviluppo della socializzazione con gli altri bambini
- Stimola il sonno e l'appetito
- Favorisce un maggior equilibrio

**IMPORTANTE PER IL RAGGIUNGIMENTO DEGLI OBIETTIVI È LA CONTINUITA'!**

### INFORMAZIONI IMPORTANTI!!

- ✚ L'ACQUA SARA' ALLA TEMPERATURA DI 30°c
- ✚ LE MAMME POSSONO ALLATTARE PRIMA, DURANTE E DOPO IL CORSO!
- ✚ NEL PERIODO FREDDO RISERVARE PARTICOLARE ATTENZIONE ALL'ASCIUGATURA DELLE ORECCHIE, DELLA TESTA E AGLI SBALZI DI TEMPERATURA!!

### QUANDO NON POSSO VENIRE IN PISCINA?

- DOPO 1 ORA E MEZZO DAL PASTO (DOPO LO SVEZZAMENTO)
- 40 MINUTI DOPO LA FRUTTA
- 1 SETTIMANA DOPO LA VACCINAZIONE
- IN CASO DI SINTOMATOLOGIA IMPORTANTE

### COSA È OBBLIGATORIO:

PANNOLINO CONTENITIVO SPECIFICO PER L'ACQUA

CONTROINDICAZIONI: BAMBINI ASMATICI