

**XII CONGRESSO
NAZIONALE
FIMP 2018**

*Tutti i bambini...
un unico stivale!*



fimp Federazione
Italiana
Medici *Pediatr*i

AIM
GROUP
INTERNATIONAL

Emanuela MALORGIO

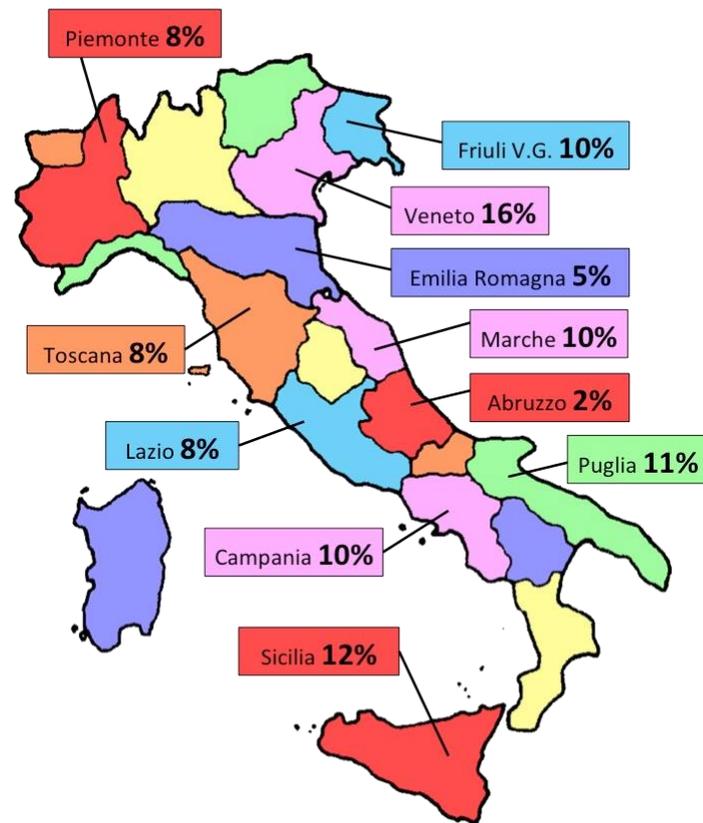
**Come dormono i bimbi da 1 a 5 anni: i risultati
del PROGETTO BUONA NOTTE**

11 Regioni - 12 referenti - 142 PLS - 2869 schede

Abruzzo	Adima Lamborghini
Campania	Maura Sticco
Friuli V.G.	Flavia Ceschin
Emilia R.	Antonella Antonelli
Lazio	Giovanni Cerimoniale
Marche	Aurora Bottiglieri
Piemonte	Eleonora Bruno
Puglia	Teresa Cazzato
Sicilia	Gaetano Bottaro
Toscana	Marco Maria Mariani
Veneto	Mara Tommasi e Angela Pasinato

Gruppo di coordinamento FIMP

Mattia Doria, Venezia
Flavia Ceschin, Pordenone
Emanuela Malorgio, Torino
Mara Tommasi, Verona

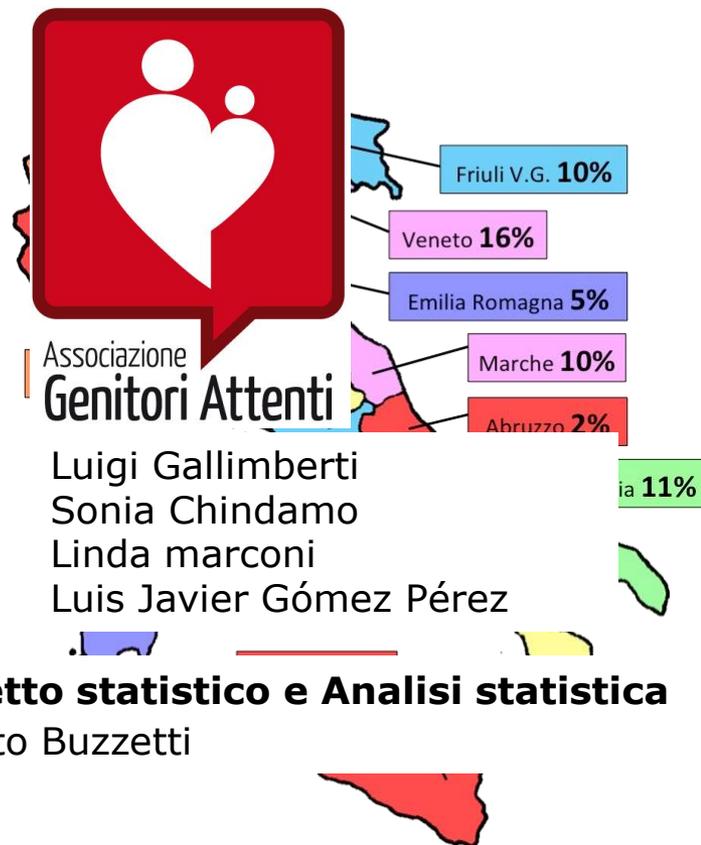


11 Regioni - 12 referenti - 142 PLS - 2869 schede

Abruzzo	Adima Lamborghini
Campania	Maura Sticco
Friuli V.G.	Flavia Ceschin
Emilia R.	Antonella Antonelli
Lazio	Giovanni Cerimoniale
Marche	Aurora Bottiglieri
Piemonte	Eleonora Bruno
Puglia	Teresa Cazzato
Sicilia	Gaetano Bottaro
Toscana	Marco Maria Mariani
Veneto	Mara Tommasi e Angela Pasinato

Gruppo di coordinamento FIMP

Mattia Doria, Venezia
Flavia Ceschin, Pordenone
Emanuela Malorgio, Torino
Mara Tommasi, Verona



Obiettivi del Progetto

1. Indagare le **abitudini relative al sonno** nei bambini della fascia di età 1 anno (12 mesi e 1 giorno) – 5 anni (5 anni e 364 giorni), mettendole a confronto con le linee guida della National Sleep Foundation (2015).
2. Correlare le abitudini relative al sonno dei bambini studiati con **parametri comportamentali** per l'identificazione precoce di atteggiamenti che possono essere predittivi di un disturbo del comportamento (iperattività e ridotta concentrazione), del controllo degli impulsi e della dipendenza.

Obiettivi del Progetto

1. Indagare le **abitudini relative al sonno** nei bambini della fascia di età 1 anno (12 mesi e 1 giorno) – 5 anni (5 anni e 364 giorni), mettendole a confronto con le linee guida della National Sleep Foundation (2015).

Progetto BUONANOTTE

Dati anagrafici del bimbo, del periodo perinatale, della modalità di allattamento della composizione della famiglia; dei genitori età, titolo di studio e lavoro

Codice Identificativo: _____ Maschio Femmina Data di nascita _____
Gravidanza pretermine: No Sì Settimane alla nascita _____
È stato allattato al seno: No Sì Se Sì, fino a che mese _____
Ordine di nascita: (primogenito, secondogenito...) _____
Numero di fratelli o sorelle più grandi _____ Numero di fratelli o sorelle più piccoli _____
Ruolo dell'intervistato: Mamma Papà altro (specificare) _____
Mamma (dati obbligatori): Età _____ Titolo di studio _____
Professione _____ Cittadinanza _____
Papà (dati obbligatori): Età _____ Titolo di studio _____
Professione _____ Cittadinanza _____
Durante la settimana il bambino frequenta: Asilo nido Scuola materna Altro (es. ludoteca) _____
Quante ore la settimana? _____
Durante la settimana il bambino sta con: Baby sitter Quante ore la settimana? _____
 Nonni Quante ore la settimana? _____

Abitudini relative al sonno:

- latenza di addormentamento

- ore di sonno notturne

Si prega di dare una sola risposta ad ogni domanda. Grazie per l'aiuto.

1. Generalmente in quanto tempo si addormenta il bambino dopo essere andato a letto
 Un quarto d'ora Mezz'ora 45 min. 1 ora Più di un'ora
2. Di solito la sera a che ora va a letto il vostro bambino
 19.30 20.00 20.30 21.00 21.30 22.00 22.30 23.00 Oltre le 23
3. Di solito quanto dura il riposo diurno (se riposa più volte sommare i tempi)
 Non dorme Mezz'ora Circa 1 ora Circa 2 ore più di 2 ore
4. Di solito al mattino a che ora si sveglia il vostro bambino (fascia oraria)
 6.00 6.30 7.00 7.30 8.00 8.30 9.00 9.30 Oltre le 10
5. Il vostro bambino porta il pannolino?
 di giorno e di notte solo di notte non lo porta Tolto a mesi _____
6. Come si addormenta il vostro bambino? (è possibile indicare anche più di una risposta)
 bevendo latte o altro liquido leggendo un libro/racconto una favola
 guardando tv o cartoni animati in streaming vicino a un genitore Altro (specificare) _____
7. Di solito dove dorme il vostro bambino per la maggior parte delle ore notturne
 Nel suo letto/lettino da solo Nel suo lettino in camera con fratelli o sorelle
 Nel suo lettino in camera dei genitori Nel lettone con i genitori Altro (specificare) _____

Abitudini relative al sonno:

- ore di sonno diurno

- come si addormenta e dove si addormenta

Si prega di dare una sola risposta ad ogni domanda. Grazie per l'aiuto.

1. Generalmente in quanto tempo si addormenta il bambino dopo essere andato a letto
 Un quarto d'ora Mezz'ora 45 min. 1 ora Più di un'ora
2. Di solito la sera a che ora va a letto il vostro bambino
 19.30 20.00 20.30 21.00 21.30 22.00 22.30 23.00 Oltre le 23
3. Di solito quanto dura il riposo diurno (se riposa più volte sommare i tempi)
 Non dorme Mezz'ora Circa 1 ora Circa 2 ore più di 2 ore
4. Di solito al mattino a che ora si sveglia il vostro bambino (fascia oraria)
 6.00 6.30 7.00 7.30 8.00 8.30 9.00 9.30 Oltre le 10
5. Il vostro bambino porta il pannolino?
 di giorno e di notte solo di notte non lo porta Tolto a mesi _____
6. Come si addormenta il vostro bambino? (è possibile indicare anche più di una risposta)
 bevendo latte o altro liquido leggendo un libro/racconto una favola
 guardando tv o cartoni animati in streaming vicino a un genitore Altro (specificare) _____
7. Di solito dove dorme il vostro bambino per la maggior parte delle ore notturne
 Nel suo letto/lettino da solo Nel suo lettino in camera con fratelli o sorelle
 Nel suo lettino in camera dei genitori Nel lettone con i genitori Altro (specificare) _____

Risvegli notturni

Si prega di dare una sola risposta ad ogni domanda. Grazie per l'aiuto.

	4 - sempre (ogni giorno)				
	3 - spesso (3 o 5 volte a settimana)				
	2 - qualche volta (1 o 2 a settimana)				
	1 - occasionalmente (1 o 2 volte al mese o meno)				
	0 - mai				
8. Il vostro bambino fa i capricci per andare a letto?	0	1	2	3	4
9. Il vostro bambino si sveglia più di due volte per notte e vi costringe ad alzarvi e rimanere a lungo (almeno 30 minuti) con lui per farlo riaddormentare?	0	1	2	3	4
10. Il vostro bambino se si sveglia di notte vuole che voi gli diate un qualche oggetto (succhiotto, pupazzo...) che lo rassicuri?	0	1	2	3	4
11. Il vostro bambino si sveglia con difficoltà al mattino ed è stanco?	0	1	2	3	4
12. Il vostro bambino fa la pipì a letto? (non rispondere se il bambino porta il pannolino)	0	1	2	3	4
13. Il vostro bambino soffre di incubi?	0	1	2	3	4
14. Il vostro bambino fa i capricci per mangiare?	0	1	2	3	4
15. Il vostro bambino gioca con bambole, peluche, pupazzi, macchinine,...?	0	1	2	3	4
16. Il vostro bambino gioca con le costruzioni (lego, piste...)?	0	1	2	3	4
17. Il vostro bambino legge libri?	0	1	2	3	4
18. Il vostro bambino gioca con colori, tempere, album colorati, disegna?	0	1	2	3	4
19. Il vostro bambino gioca con tablet e/o smartphone?	0	1	2	3	4
In quale momento della giornata gioca? <input type="checkbox"/> mattina <input type="checkbox"/> pomeriggio <input type="checkbox"/> sera, prima di cena <input type="checkbox"/> sera, prima di addormentarsi					
Per quanto tempo gioca nell'arco di tutta la giornata? <input type="checkbox"/> 15 min <input type="checkbox"/> 30-45 min <input type="checkbox"/> 1 ora <input type="checkbox"/> più di 1 ora					
20. Il vostro bambino gioca con videogiochi?	0	1	2	3	4
In quale momento della giornata gioca? <input type="checkbox"/> mattina <input type="checkbox"/> pomeriggio <input type="checkbox"/> sera, prima di cena <input type="checkbox"/> sera, prima di addormentarsi					
Per quanto tempo gioca nell'arco di tutta la giornata? <input type="checkbox"/> 15 min <input type="checkbox"/> 30-45 min <input type="checkbox"/> 1 ora <input type="checkbox"/> più di 1 ora					
21. Il vostro bambino gioca all'aperto?	0	1	2	3	4
<input type="checkbox"/> In qualunque stagione, purchè il tempo sia bello <input type="checkbox"/> Solo durante la bella stagione					
Quando gioca per quanto tempo? <input type="checkbox"/> meno di 1 ora <input type="checkbox"/> circa 2 ore <input type="checkbox"/> più di 2 ore					
22. Il vostro bambino guarda la TV (anche in streaming su tablet, telefoni o DVD)?	0	1	2	3	4
In quale momento della giornata gioca? <input type="checkbox"/> mattina <input type="checkbox"/> pomeriggio <input type="checkbox"/> sera, prima di cena <input type="checkbox"/> sera, prima di addormentarsi					
Per quanto tempo guarda la TV nell'arco di tutta la giornata? <input type="checkbox"/> 30 min <input type="checkbox"/> 1 ora <input type="checkbox"/> 2 ore <input type="checkbox"/> più di 2 ore					

Si prega di dare una sola risposta ad ogni domanda. Grazie per l'aiuto.

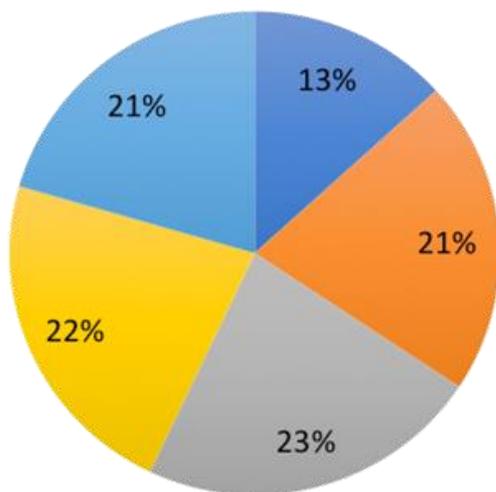
Le seguenti affermazioni rappresentano alcuni stili comportamentali rispetto ai quali vi chiediamo di esprimere il vostro parere valutando gli stili di comportamento del vostro bambino.

Il vostro bambino...

	2 - Sì (molto vero o spesso vero)		
	1 - In parte vero o qualche volta vero		
	0 - No (non vero)		
23. ...è socievole	0	1	2
24. ...tende ad arrabbiarsi facilmente	0	1	2
25. ...è dispettoso o litiga spesso	0	1	2
26. ...è disobbediente	0	1	2
27. ...tende ad avere atteggiamenti di sfida nei confronti dell'autorità (genitori, nonni, maestri...)	0	1	2
28. ...non sopporta di aspettare, vuole tutto subito	0	1	2
29. ...distrugge le cose	0	1	2
30. ...non sembra sentirsi in colpa dopo essersi comportato male	0	1	2
31. ...non riesce a stare fermo/seduto dimostrando irrequietezza/iperattività	0	1	2
32. ...le punizioni non cambiano il suo comportamento	0	1	2
33. ...condivide facilmente i suoi giochi	0	1	2
34. ...picchia gli altri	0	1	2

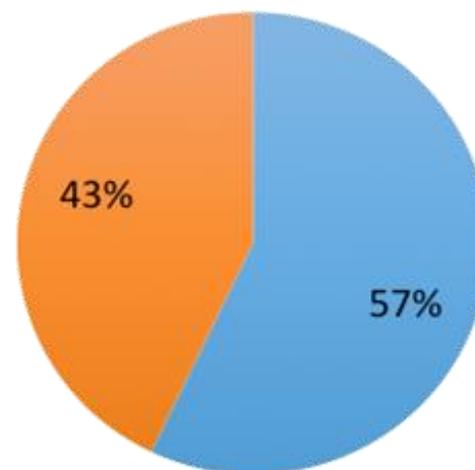
Distribuzione per età (in anni)

■ 5 ■ 4 ■ 3 ■ 2 ■ 1

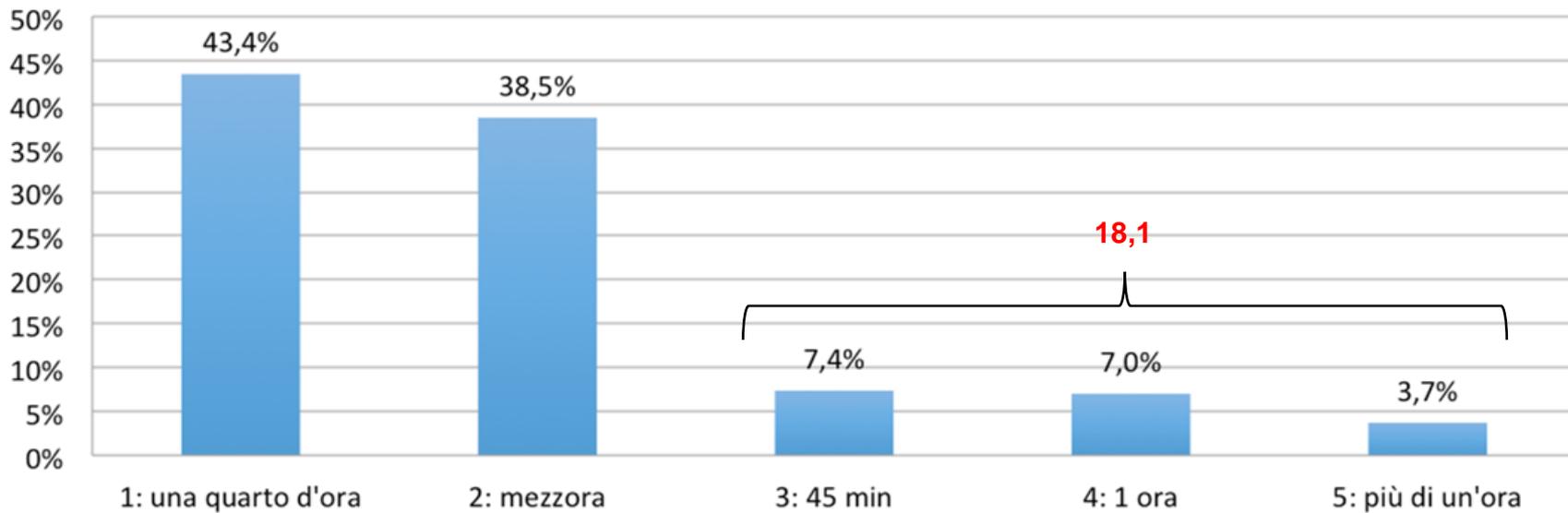


Distribuzione per età (fasce)

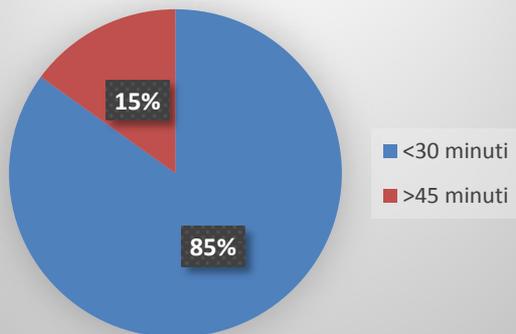
■ 3-5 anni ■ 1-2 anni



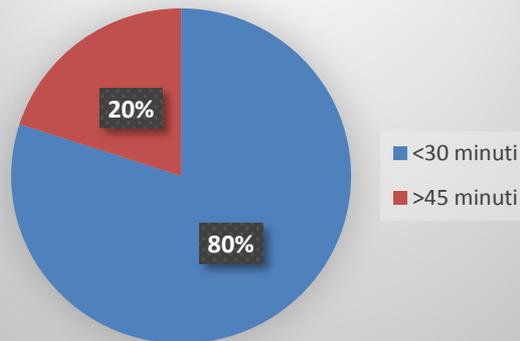
Tempo di addormentamento (tutte le età)



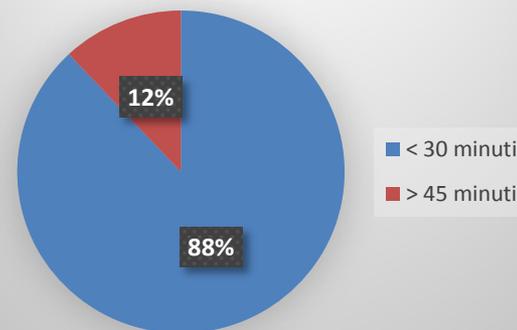
1-2 anni



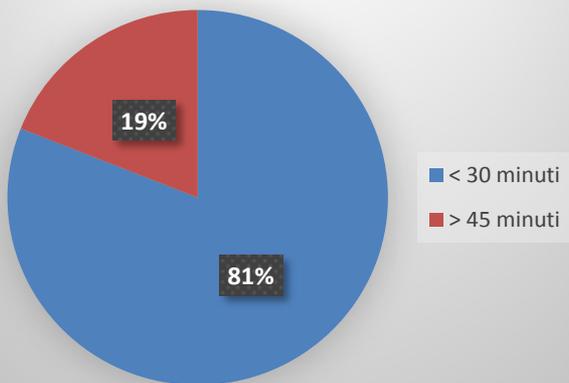
2-3 ANNI



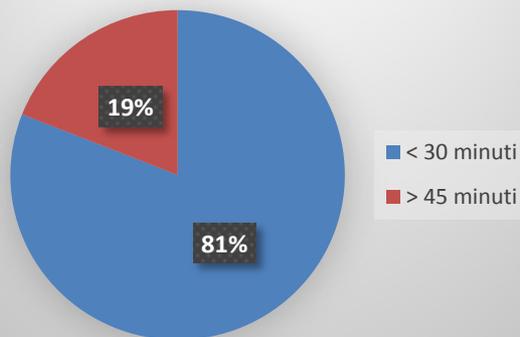
5-6 anni



3-4 anni



4-5 anni

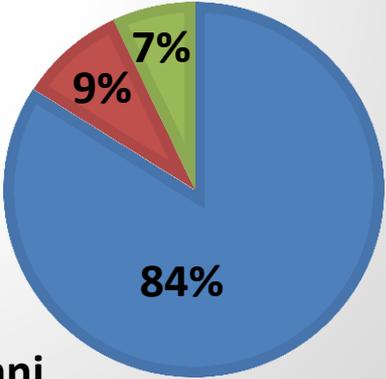


RISVEGLI NOTTURNI

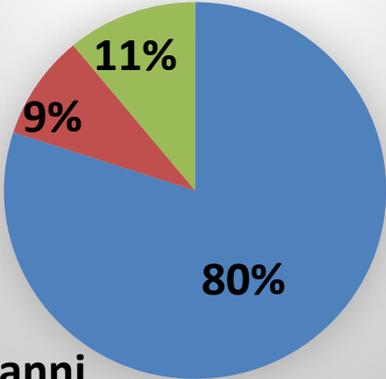
9. Il vostro bambino si sveglia più di due volte per notte e vi costringe ad alzarvi e rimanere a lungo (almeno 30 minuti) con lui per farlo riaddormentare?

RISVEGLI NOTTURNI

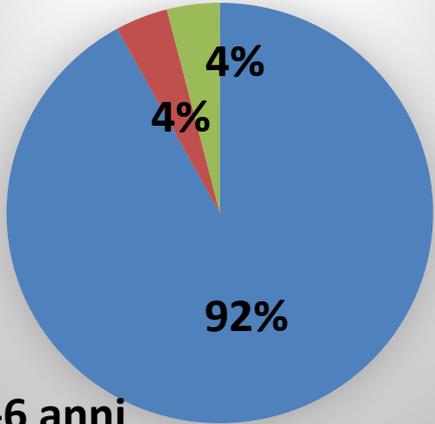
1-2 anni



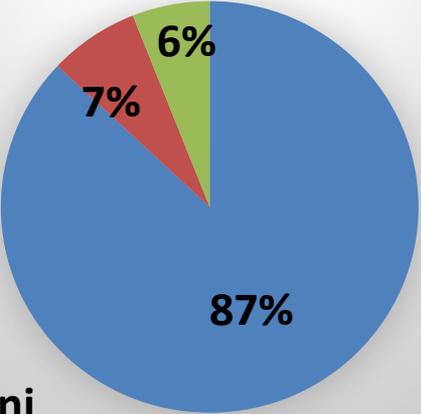
2-3 anni



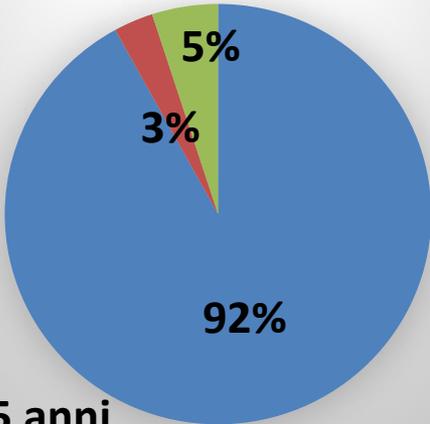
5-6 anni



3-4 anni



4-5 anni

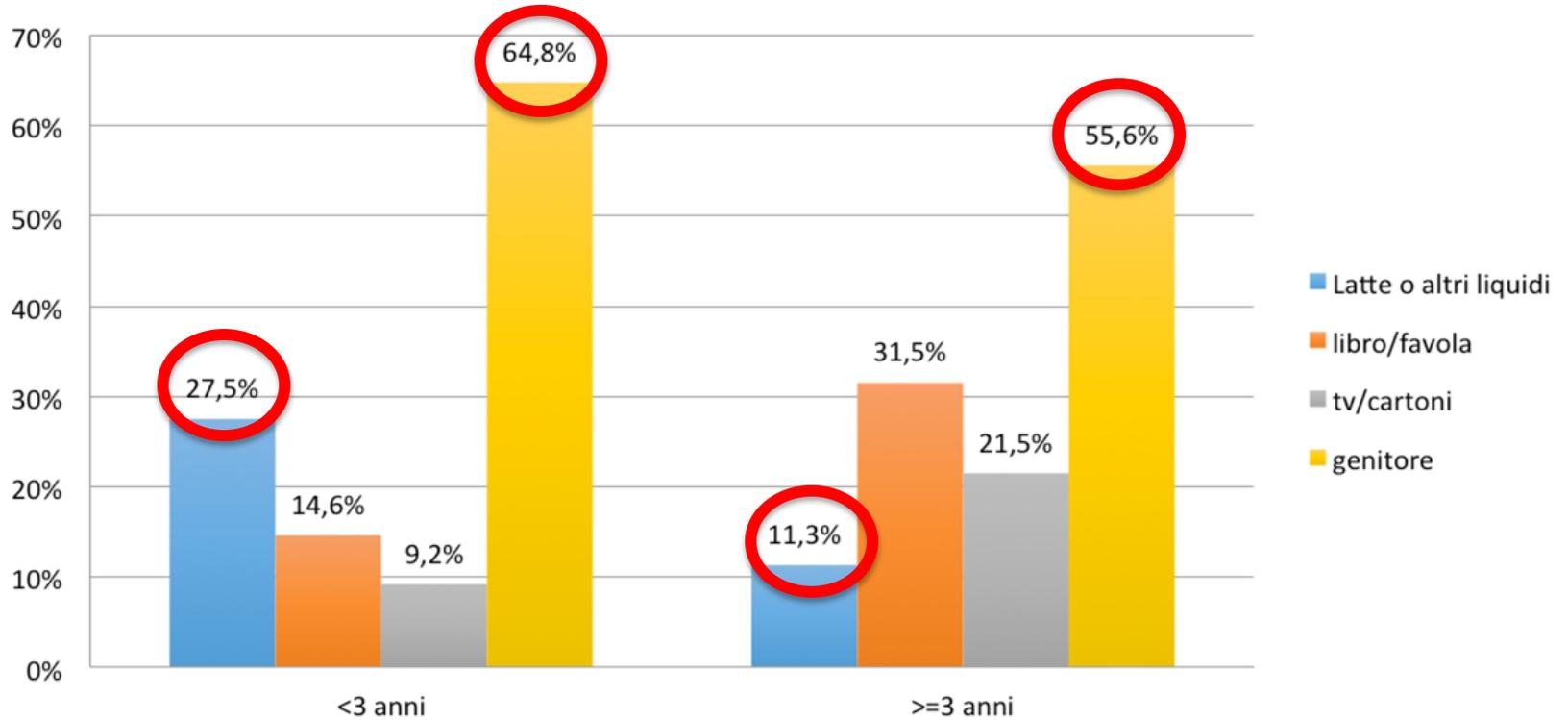


Mai o Occasionalmente

Sempre e/o spesso

Qualche volta

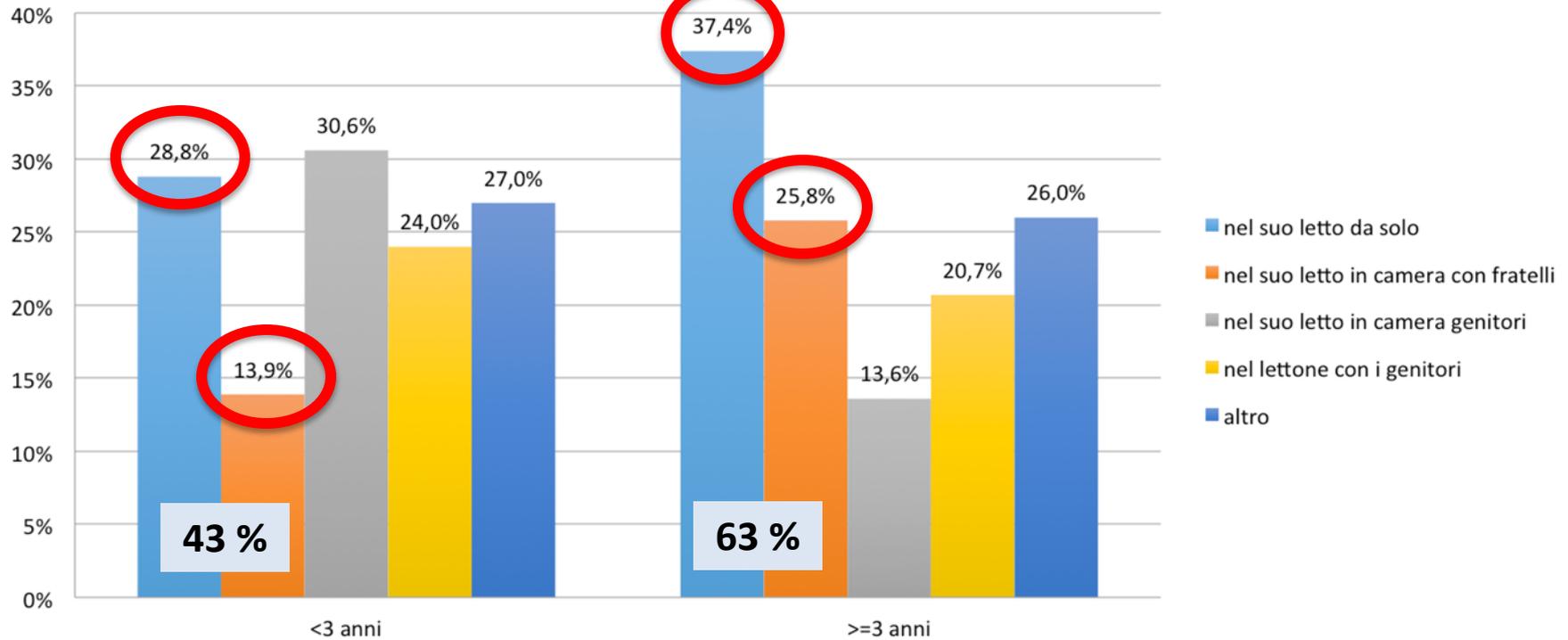
Come si addormenta?



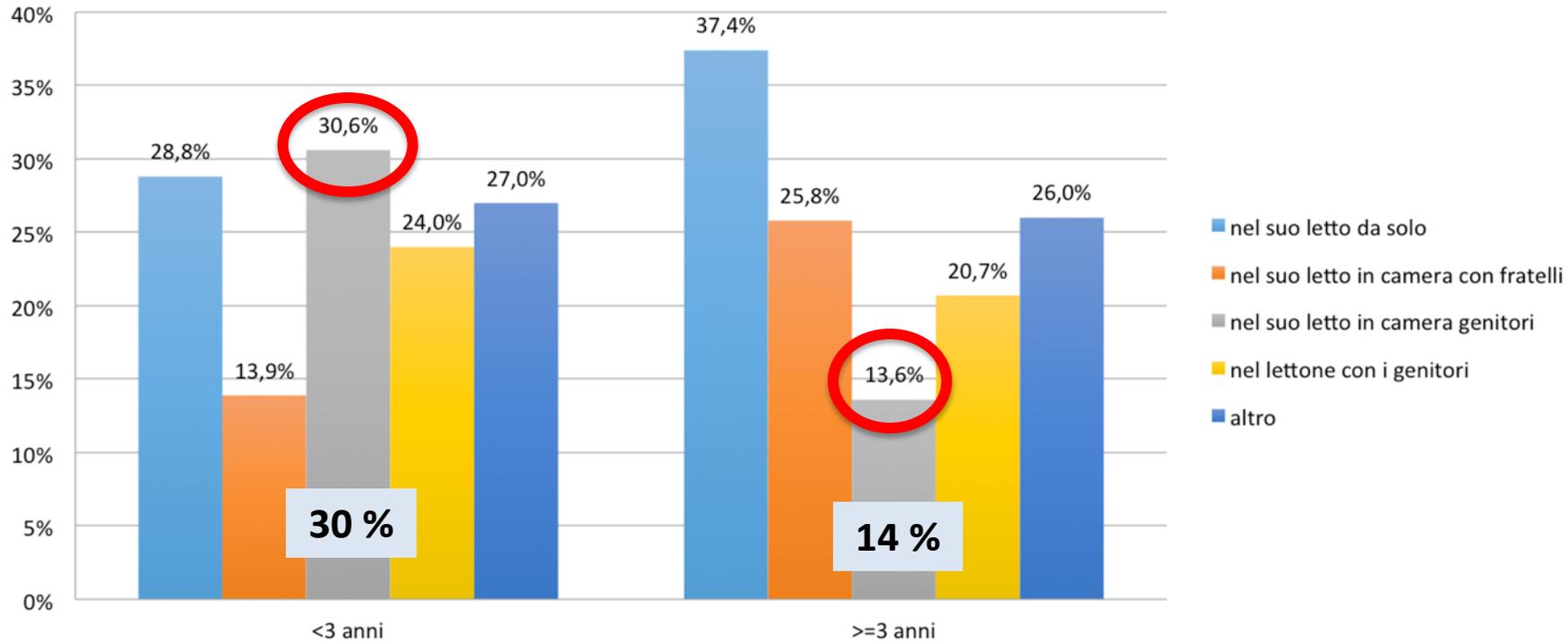
Come si addormenta?



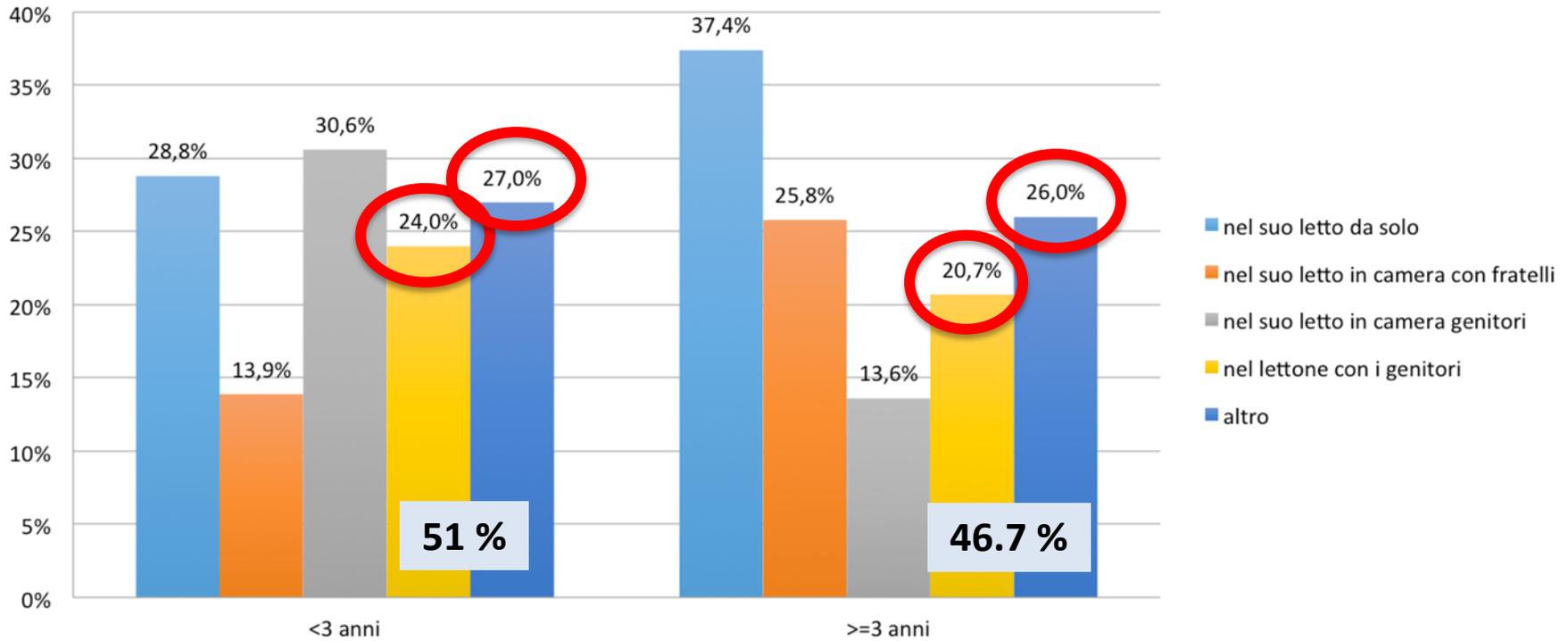
Dove dorme?



Dove dorme?



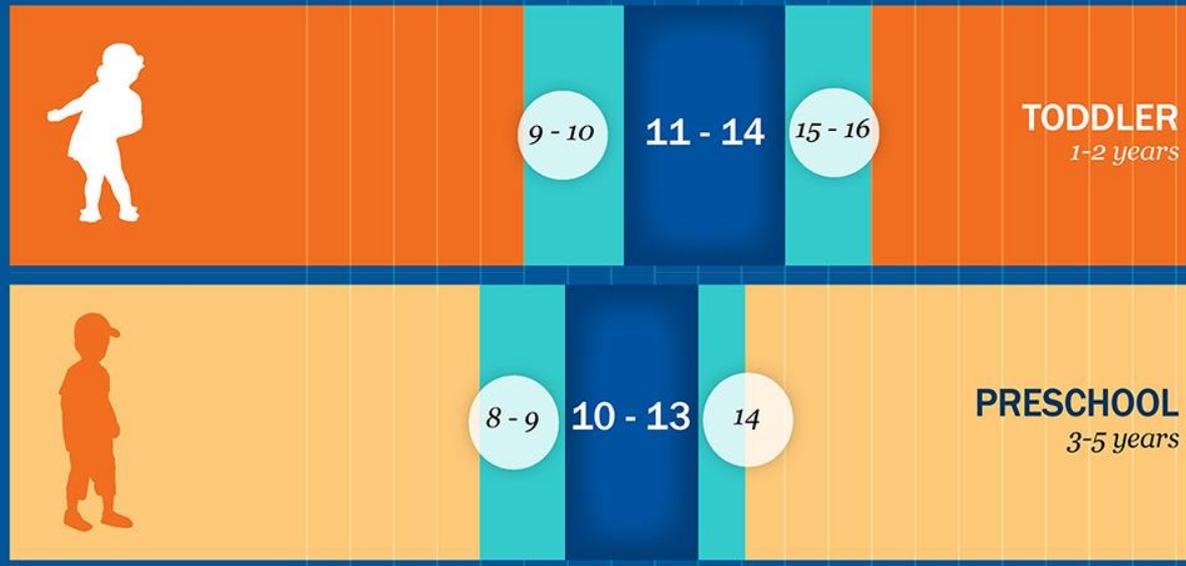
Dove dorme?



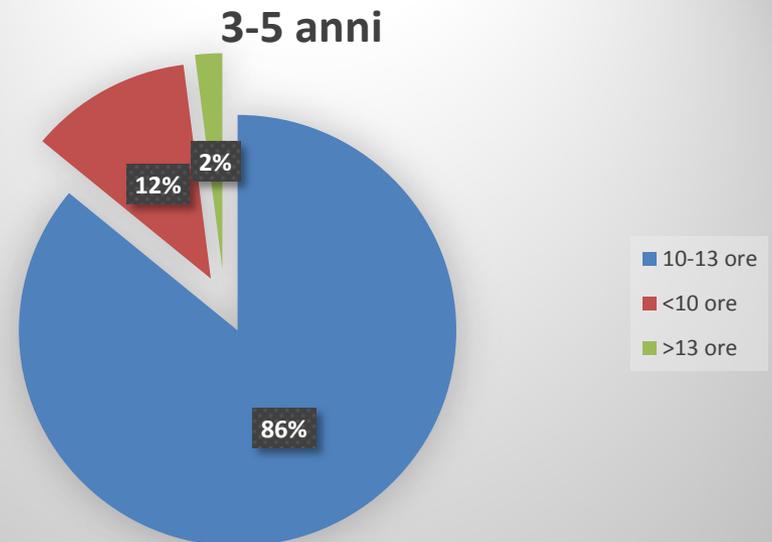
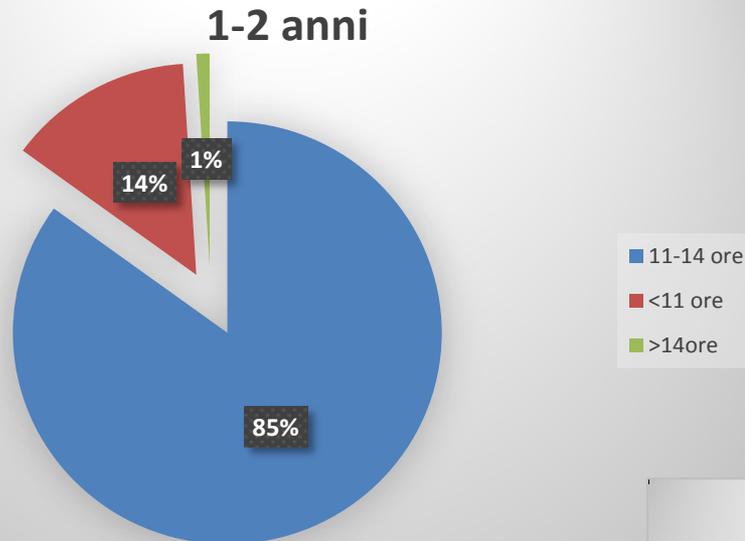
 NATIONAL SLEEP FOUNDATION

RECOMMENDED SLEEP

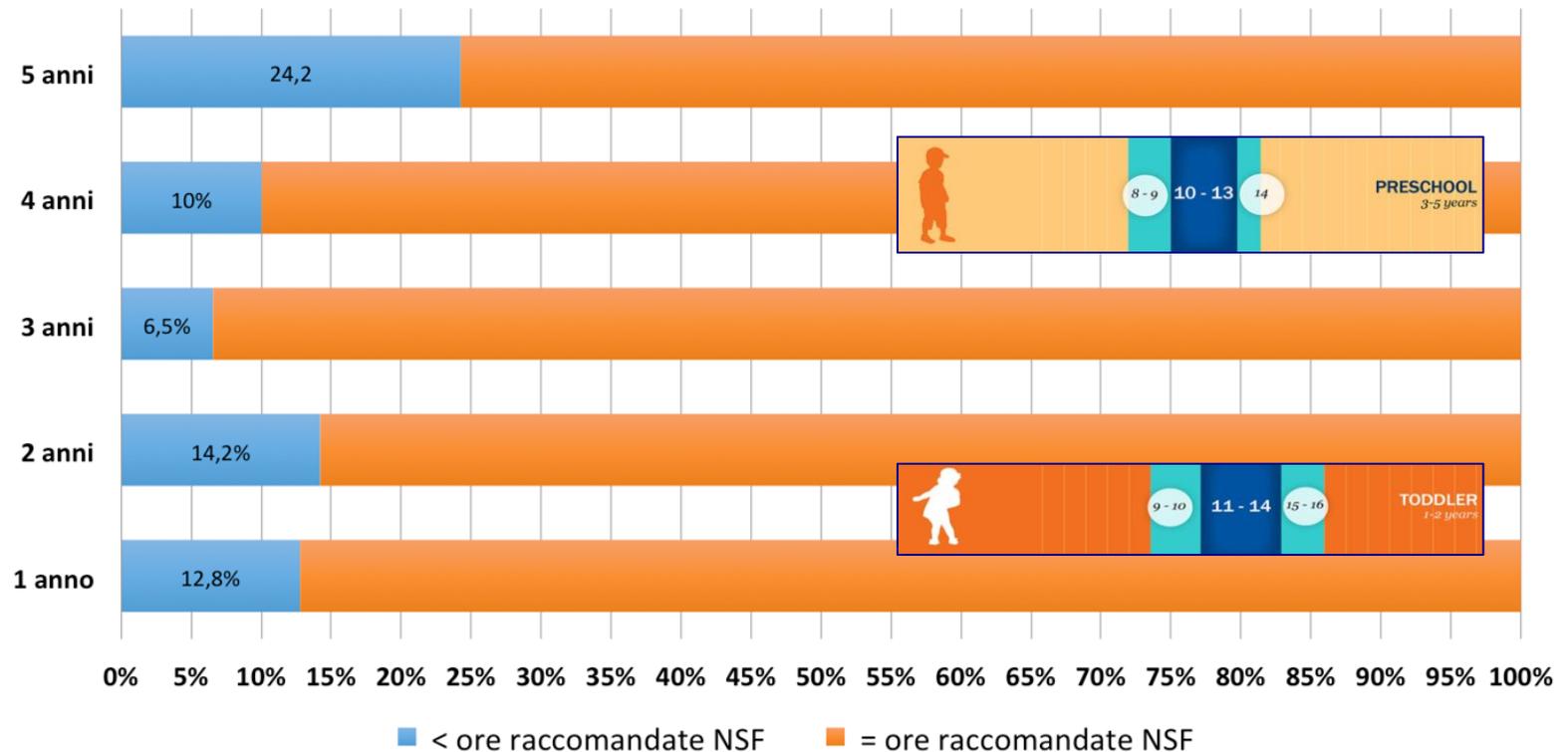
HOURS OF SLEEP



Sonno totale nelle 24 ore



Durata del sonno in relazione alle ore di sonno raccomandate dalla NSF (singole fasce di età)



RIASSUMENDO

- Ore totali di sonno
- Risvegli notturni
- Modalità e sede di addormentamento
- Tempo di addormentamento