

Quando iniziare a frequentare i corsi di Acquaticità con i neonati?

di Hugo Lavalle

Frequentemente i genitori ci domandano quando sia il momento migliore per iniziare a portare i neonati ai corsi d'Acquaticità; le nostre risposte sono sempre le stesse: "Adesso!", oppure: "Quando siete pronti". Riteniamo che tutti i momenti siano buoni per iniziare l'attività, a condizione che il bimbo e la famiglia siano pronti. È consuetudine di quasi tutte le piscine ricevere i piccoli dopo il sesto mese; crediamo che il motivo sia che dopo questo periodo il bambino è già stato sottoposto alle due prime dosi dei vaccini obbligatori. Dico "credo" perché altri motivi che giustificano l'attesa e che abbiano un substrato scientifico, non ci sono mai stati presentati. Alcuni centri ricevono i bambini dopo il terzo mese.

Anche qui, le ragioni non le conosciamo. Nel nostro caso, riceviamo i neonati dal momento in cui si cicatrizza l'ombelico e la mamma si sente in forma per intraprendere l'attività, che in se stessa non è faticosa, ma implica spostamenti, routine di vestizione/svestizione, allattamento, ecc., che tutto sommato la rendono impegnativa; importante è quindi essere molto, molto motivati per incominciare. Apriamo una parentesi per spiegare l'assenza di vincoli di età per iniziare i corsi nel nostro centro.

La prima delle ragioni è l'esclusività di utilizzo da parte dei bimbi del impianto (che viene frequentato solo dai bambini e dei loro genitori); in secondo luogo, oltre ai soliti certificati di buona salute, tutti gli adulti partecipanti debbono passare un controllo medico in sede ogni due mesi, in modo da escludere le tipiche patologie che assillano le piscine; sommiamo a tutto ciò altissimi livelli di standard per le pulizie dei locali e per il controllo delle acque. Un discorso a parte lo meritano i vaccini: i primi vengono effettuati entro il terzo mese e il primo richiamo entro il quinto mese; quelli obbligatori sono: poliomielite, difterite, tetano ed epatite B.

Per quanto riguarda la poliomielite, dal 1983 non sono più stati notificati casi di malattia contratti in Italia e circolano voci circa l'eliminazione dello status di obbligatorio. Di difterite, negli ultimi anni in Italia, sono stati segnalati rari casi (4 dal '90 al '97); il tetano ha il suo serbatoio infettivo in ambienti con terriccio, polvere, rovi e spine, non certo nell'ambiente piscina, se correttamente pulito; ed infine, l'epatite B si trasmette per contatto sanguigno o sessuale, pertanto, in assenza di ferite, il contagio è impossibile. Tutte queste ragioni ci permettono di affermare che i rischi per la salute di un piccolo neonato di più di due settimane, che viene immerso in una piscina che presenti le caratteristiche suddette, sono molto, molto contenuti. Voglio aggiungere quello che il manuale di NELSON (il libro di pediatria più seguito al mondo), nella sua quattordicesima edizione, alla pag.16 indica rispetto agli anticorpi generici IgG, gammaglobuline che sono parte fondamentale delle difese immunologiche di un neonato: il valore IgG di un bambino di sei mesi è inferiore di 2,5 volte rispetto a quello di un neonato; quindi la copertura immunologica generica di un neonato è migliore di quella di un bambino di sei mesi.

Allora, quando iniziare? Tutti i momenti sono buoni se il bambino gode di buona salute e la sua famiglia (mamma e papà) è sufficientemente motivata; a due settimane, a due mesi o a due anni è sempre un buon momento per iniziare! Piuttosto, diamo una maggiore rilevanza al punto delle motivazioni: non cadiamo nel tranello di incominciare prestissimo perché una moda così ci impone e, dopo quattro o cinque sedute, di interrompere la frequenza perché demotivati, stanchi o delusi. Il momento migliore sarà quindi quello in cui la famiglia si troverà con lo spirito giusto per affrontare con forza, determinazione ed allegria questa bellissima attività che consiste nel giocare nell'acqua con il proprio figlio. Un altro punto "mitico" è quello che riguarda il controllo automatico del respiro.

Tutti hanno sentito qualcosa che riguarda il riflesso di chiusura automatica dell'epiglottide, ma il tema, come al solito, è stato mal spiegato ed interpretato. E' vero che nel bagaglio genetico di riflessi che il bambino porta con sé dalla nascita (ed anche da prima della nascita!) esiste il suddetto automatismo, che consiste nella chiusura automatica (cioè involontaria) dell'epiglottide ogni qualvolta le fauci del bambino vengono invase improvvisamente dall'acqua, evitando così che l'acqua finisca nei polmoni (ricordiamo che l'epiglottide è la valvolina sita nella faringe, che mette in comunicazione la bocca con il condotto respiratorio) Questo riflesso sparisce verso il dodicesimo mese di vita.

Per questo motivo si è diffusa l'idea che "i bambini imparano a nuotare da neonati" solo se portati in piscina prima che questo riflesso sparisca. Questa affermazione è falsa. I bambini imparano a nuotare (nella fattispecie a controllare il respiro) a tutte le età. È vero che l'apprendimento del controllo del respiro è facilitato se l'automatismo è ancora funzionante, ma dobbiamo dire con forza che non è mai tardi per iniziare un felice percorso di avvicinamento all'Acquaticità, tutti i momenti della vita sono buoni per immergerci in acqua e condividere col nostro piccolo un'ora intensa di giochi canzoni e avventure a non finire.

Secondo la nostra esperienza è altrettanto vero che i bambini che iniziano a "nuotare" da piccolissimi (1, 2, 3 mesi) riescono a vivere con un'altra intensità il rapporto con l'acqua e quindi imparano con una facilità e velocità

superiori alla media dei bambini che iniziano più tardi; alcuni ipotesi parlano dei forti ricordi intrauterini che fanno sentire la loro presenza e “tornano a galla” davanti ad esperienze così simili alla vita nel grembo; sono bambini con “una marcia in più”, più vivaci, più intraprendenti, in comunione con un ambiente a loro perfettamente congeniale.

Concludiamo dunque auspicandoci che tutti i bambini di prima infanzia abbiano la possibilità, la ricca e bella possibilità, di poter passare un’ora in acqua a giocare intensamente con una mamma o un papà disponibilissimi all’interscambio ed esigenti soltanto nel creare situazioni di gioco stimolanti e piacevoli per il proprio figlio, senza pensare se hanno o meno l’età giusta per imparare a nuotare.

Hugo Lavalle

Diplomato Isef (Torino)

Prof. Educazione Fisica (Argentina)

Direttore di Acquarella (Torino)

www.acquarella.it

acquaprimainfanzia@libero.it