

## Consigli ai genitori

### per affrontare assieme al loro bambino

#### un prelievo meno traumatico

Nei primi tre anni di vita, il vostro bambino/a non è ancora in grado di esprimere verbalmente le proprie emozioni, il suo strumento principale di comunicazione, è il pianto. È con esso che esprime le proprie emozioni, siano queste di gioia, di paura o di dolore. Tuttavia la sua capacità di decodificare il linguaggio del corpo è elevata, per questo vostro figlio/a è un esperto nel leggere sul volto, nel comportamento, i segni di un'emozione; paura, tensione, rabbia...

Facciamo un esempio pratico, se vostro figlio/a sta giocando cade e si fa male, spesso, più che per il dolore, piange per lo spavento. Infatti, se notate, a volte i bambini prima di piangere si girano ad osservare la reazione del genitore: se il viso del genitore è tranquillo allora per il bambino significa che non è successo nulla di grave e magari si rialza

e continua a giocare; se il viso del genitore è spaventato allora il bambino scoppia in un pianto disperato.

Per questo è **bene mantenere sempre la calma**, per trasmettere a vostro figlio/a questo messaggio: **«Stai tranquillo/a, è tutto sotto controllo»**.

Molti bambini hanno ***paura del medico*** esiste un rimedio per togliere al dottore la maschera del mostro. E' fondamentale spiegare al vostro piccolo/a che il medico è una persona come un'altra, che fa la spesa, che ha dei figli, così da togliergli l'immagine severa del signore che ha sempre una siringa tra le mani. Evitate di utilizzare la figura del medico per convincere vostro figlio a obbedire o a fare qualcosa: "Se non fai il bravo, ti porto dal dottore".

E' importante che il bambino capisca che ***il medico è una persona che lavora per farlo stare bene e per permettergli di correre e giocare come piace a lui.***

## Preparazione al prelievo

Consigli generali:

- Se il vostro bambino **ha meno di 3 anni**, è meglio avvertirlo solo **due o tre giorni prima**. È importante dirgli che sarà accompagnato in laboratorio dalla mamma, il papà o un'altra persona di cui si fidi e ripetergli le spiegazioni più volte per rassicurarlo.
- Se il vostro bambino **ha tra 4 e 10 anni**, la spiegazione più semplice e veritiera potrà essergli fornita **una settimana prima** per consentirgli di riflettere e fare delle domande a riguardo.
- Chiedete al vostro bambino quale gioco o peluche vuole portare con se in ospedale.
- **Dite sempre la verità** in modo appropriato è l'unico modo per aiutare il vostro bambino ad affrontare le difficoltà. Se i genitori sono i primi ad agitarsi per il prelievo, il bambino percepirà l'eccezionalità della situazione e la vivrà probabilmente in maniera non serena.

- E' meglio avvertirlo/a che probabilmente sentirà una specie di piccolo pizzicotto o una punturina di zanzara.
- Occorre prestare attenzione alla scelta delle parole **e ricorrere ad espressioni che il vostro bambino/a conosce**, invece che dirgli: "Non pensare al dolore" è meglio **invitarlo a immaginare ciò che sapete fa piacere al bambino**.

## Dopo il prelievo

- Dopo il prelievo è importante coccolare il vostro bambino/a e lodarlo/a per la sua pazienza. Funziona sempre il bacio sulla ferita; dopo pochi minuti basterà dirgli "ecco, vedi, sta già guarendo" e tornerà a sorridere.
- Alle volte i bambini hanno bisogno di sentirsi ulteriormente gratificati, soprattutto se grandicelli, in questo caso può essere utile promettere loro che gli consentirete di fare qualche cosa che gradiscono particolarmente.