

# Sentire il proprio bambino muoversi è segno di buona salute.

La maggior parte delle donne inizia a sentire i movimenti del bambino tra la sedicesima e ventiquattresima settimana di gravidanza. I movimenti di un bambino possono essere descritti come calci, colpetti, cambi di posizione o rotolamenti. Il tipo di movimento può cambiare man mano che la gravidanza avanza.



## Con che frequenza dovrebbe muoversi il mio bambino?

Non esiste un numero preciso di movimenti.

**Il tuo bambino avrà il proprio schema di movimenti che imparerai a conoscere.**

A partire dalle settimane 16-24 dovresti sentire il tuo bambino muoversi sempre di più fino alla settimana 32, a partire dalla quale resterà più o meno nella stessa posizione fino alla nascita.



NON è vero che i bambini si muovono di meno verso la fine della gravidanza.



Dovresti continuare a sentire il tuo bambino muoversi fino al momento del travaglio e anche mentre sei in travaglio.

**Impara a conoscere i movimenti del tuo bambino.**

# NON aspettare il giorno dopo per chiedere consigli se sei preoccupata per i movimenti del tuo bambino.



Se pensi che i movimenti del tuo bambino siano diminuiti o si siano interrotti, contatta **immediatamente** la tua ostetrica o il reparto maternità (il personale è attivo 24 ore su 24, 7 giorni su 7).

- **NON aspettare il giorno dopo per vedere se succede qualcosa.**
- **Non avere paura di chiamare, è importante che il tuo medico e la tua ostetrica sappiano che i movimenti del tuo bambino sono diminuiti o si sono interrotti.**



## Perché i movimenti del mio bambino sono importanti?

La riduzione dei movimenti a volte possono essere un importante segnale di malessere del bambino. Circa la metà delle donne a cui è nato un bambino morto avevano notato che i movimenti si erano ridotti o fermati.



Non usare monitor manuali, doppler o applicazioni telefoniche per controllare il battito del tuo bambino. Anche se senti il suo battito, non significa che il bambino sta bene.

**Che succede quindi?  
Cfr. L'ultima pagina.**



## Cosa devo fare se i movimenti del mio bambino diminuiscono di nuovo?

Se dopo il controllo non sei ancora sicura dei movimenti del tuo bambino, devi contattare subito la tua ostetrica o il reparto maternità, anche se durante l'ultimo controllo era tutto nella norma.

**Non esitare mai a contattare la tua ostetrica o il reparto maternità per chiedere consigli, non importa quante volte chiami.**

*Per maggiori informazioni sui movimenti del bambino parlane con la tua ostetrica.*

Contact details:



Version 1, published in Jan 2016 by NHS England and Tommy's under the Tommy's accredited production process ([www.tommys.org/informationstandard](http://www.tommys.org/informationstandard)).  
Review date: Jan 2019

### Sources and acknowledgements

The information in this leaflet is based on RCOG Green-top Guideline No. 57 *Reduced Fetal Movements* (2011) and RCOG Patient Information Leaflet *Your baby's movements in pregnancy: information for you* (2012).

Thank you to the following organisations for supporting the development of this leaflet

