

Formazione ALLATTAMENTO

Professional skills step by step

progetto di "SKILL2SET SRLS"- SOCIETA' DI FORMAZIONE

Corso formativo

"I segreti della Nanna"

Come comprendere, gestire e migliorare
il sonno del tuo piccolo

**FORMAZIONE ALLATTAMENTO
PRESENTA IL PROGETTO DI:**

Samuel Dallarovere

fisioterapista
osteopata pediatrico

IBCLC (Consulente Professionale in Allattamento Materno)
Coach del sonno



www.formazioneallattamento.it
info@formazioneallattamento.it

di
Katia Micheletti
e
Silvia Colombini

SKILL2SET SRLS
PARTITA IVA 03792520128
Via Camillo Torres 6 - 21047 Saronno -(VA)

È un errore dare per scontato che il sonno del piccolo sia uguale al nostro..

Come funziona il sonno del neonato?

Corso formativo

“I segreti della Nanna” 🌙

Come comprendere, gestire e migliorare
il sonno del tuo piccolo

Con Samuel Dallarovere

Osteopata Pediatrico, Consulente
IBCLC e Coach del sonno

📍 **Presso lo Studio Pagge Dallarovere di
Saluzzo, in Corso XXVII Aprile 2**



Formazione
ALLATTAMENTO
Professional skills step by step



"Quanto deve dormire un neonato? 8, 12, 14 ore?"

"Il mio neonato dorme come un ghiro!"

"Il mio invece si sveglia molto spesso, ma si riaddormenta subito"

"Anche il mio si sveglia di continuo, però il suo risveglio è sempre accompagnato da forti pianti"

"Prova questa routine del sonno, sul mio ha funzionato!"

Probabilmente sarà capitato anche a te di sentire una di queste affermazioni in merito al **sonno del neonato**.

Sull'argomento ci sono svariate teorie che promuovono metodi e tecniche per farlo dormire nel modo migliore.

Tuttavia, non sempre i metodi sono così efficaci.

Si ha spesso la tendenza di trattare la nanna del neonato al pari di quella nostra, degli adulti, specialmente quando si è neo genitori.

Le differenze sono invece sostanziali.



Sonno neonato

Sonno giornaliero: 15-20 ore

Durata cicli sonno: 45 minuti

Fase REM: 15%



Sonno adulto

Sonno giornaliero: 7-8 ore

Durata cicli sonno: 110 minuti

Fase REM: 50%

Queste sono alcune delle principali differenze.

Pertanto, comprendere il funzionamento del sonno del piccolo permette di agire nel modo corretto, intervenire ove opportuno e creare un **sereno ambiente familiare**.

La nanna è una dolce parentesi della giornata che aiuta il piccolo a sviluppare le basi della sua crescita. Tale momento non dovrebbe essere motivo di stress.

Nel corso "***I segreti della Nanna!***" potrai finalmente comprendere quali sono i ritmi del suo sonno e come farlo dormire serenamente, senza pianti.



Corso Formativo - "*I segreti della Nanna*"

Info e prenotazioni



**Contatta il
333 246 9739**



**Invia una mail a:
samuel@nannasana.it**