



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



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.



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.

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.



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.



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.



Contact details:

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:



Tommy's

Together, for every baby

Published: May 2020 | Next review: May 2023

[tommys.org](https://www.tommys.org)

Tommy's is registered charity no 1060508 and SC039280