



9 fasi della *Golden Hour* ('ora d'oro')

Il comportamento istintivo del bambino quando viene tenuto
pele a pelle dopo la nascita per i neonati sani

1. Il primo pianto è un pianto caratteristico e specifico di quando i polmoni del bambino si espandono per la prima volta.



2. Il rilassamento è il momento che segue immediatamente la fine del primo pianto, quando il bambino si ferma e non compie **movimenti visibili**.



3. Il risveglio comincia quando il bambino apre gli occhi per la prima volta, sbatte le palpebre, compie dei piccoli movimenti della bocca e c'è motilità limitata di mani e spalle.



4. L'attività coinvolge movimenti più ampi del corpo, inclusa la motilità dell'intero braccio, movimenti delle dita, motilità delle spalle, sollevamento della testa e occhi aperti.



5. Il riposo può avvenire in qualsiasi momento durante la prima ora, alternato tra le fasi o come transizione tra le fasi.



6. L'arrampicamento consiste nel movimento intenzionale del bambino verso il seno e il capezzolo. Può essere effettuato scivolando, balzando, oscillando o spingendo.



7. La familiarizzazione è la fase nell'area del capezzolo della madre, in cui il bambino lecca, assaggia, tocca e si muove attorno all'area del capezzolo e dell'areola.



8. La suzione consiste nell'attaccamento autonomo del bambino al capezzolo e l'inizio dell'allattamento al seno.



9. Il sonno è un'attività involontaria del bambino circa 1.5 a 2 ore dopo la nascita.