# App per monitorare crescita e tappe del bambino: come registrare peso, lunghezza e fasi dello sviluppo

Registra peso, lunghezza, circonferenza cranica e tappe dello sviluppo del tuo bambino in un'unica app privata e offline. MimiLog è gratuita e non richiede alcun account.

Autore: Lubor Šimůnek · Pubblicato: August 3, 2026 · Salute e Fitness
Versione online: https://appstoryo.com/it/blog/baby-growth-milestone-tracker-app-free



## Perché monitorare crescita e tappe dello sviluppo è importante

Il primo anno di vita di un bambino è un susseguirsi vorticoso di prime volte: il primo sorriso, il primo rotolamento, la prima pappa, i primi passi. Quei momenti passano in fretta, e i dati che li accompagnano svaniscono altrettanto rapidamente. Ma le misure di crescita e le tappe dello sviluppo non sono solo ricordi affettuosi: hanno un valore medico. Un'**app per monitorare la crescita e le tappe del bambino** trasforma ricordi sparsi in una documentazione strutturata che il pediatra può davvero utilizzare.

Questa guida spiega cosa registrare, con quale frequenza, come sono fatti gli intervalli normali e come MimiLog rende semplice mantenere una documentazione di crescita completa e privata, senza account, senza abbonamento e senza condivisione di dati.

## Cosa comprende davvero il monitoraggio della crescita

Monitorare la crescita significa molto più che altezza e peso. Una registrazione completa

include:

- **Peso:** il valore più osservato. I pediatri lo riportano sulle curve di crescita dell'OMS per verificare l'andamento del percentile. Cali improvvisi o crescita ferma sono campanelli d'allarme.
- **Lunghezza/Altezza:** misurata da sdraiati (lunghezza supina) fino ai 2 anni, poi in piedi. I percentili lunghezza per età seguono la crescita scheletrica.
- **Circonferenza cranica:** spesso trascurata dai genitori ma fondamentale per i pediatri. Nei primi due anni è la crescita del cervello a determinare la circonferenza cranica. Valori insoliti possono segnalare problemi neurologici.
- **Rapporto peso/lunghezza:** un indicatore approssimativo della composizione corporea. Un bambino può trovarsi in un percentile alto di peso e basso di lunghezza: il rapporto conta più di ciascun numero preso da solo.

Oltre alle misure fisiche, le tappe dello sviluppo danno contesto ai numeri:

- Motricità grossolana: rotolare, stare seduto, stare in piedi, camminare
- Motricità fine: allungare la mano, afferrare, presa a pinza, mangiare da solo
- Linguaggio: vocalizzi, lallazione, prime parole, frasi di due parole
- Sociale: sorridere, contatto visivo, ansia da separazione, gioco parallelo
- Cognitivo: permanenza dell'oggetto, comprensione di causa ed effetto, risoluzione di problemi

## Ogni quanto misurare?

L'American Academy of Pediatrics raccomanda bilanci di salute a 1, 2, 4, 6, 9, 12, 15, 18, 24 e 30 mesi. A ogni visita il pediatra misura peso, lunghezza e circonferenza cranica. Tra una visita e l'altra puoi però integrare con misurazioni casalinghe, soprattutto del peso.

Per il monitoraggio a casa, una guida di massima:

- **Neonati:** peso una volta a settimana nel primo mese (il peso alla nascita dovrebbe essere recuperato entro 2 settimane, poi un aumento di 150-200 g a settimana)
- **1-3 mesi:** peso ogni 2 settimane
- **3-6 mesi:** peso mensile
- **Oltre i 6 mesi:** mensile oppure ai bilanci di salute

Misurare la lunghezza a casa è più complicato, ma fattibile con una superficie piana e qualcuno che aiuti. La circonferenza cranica si misura facilmente con un metro morbido attorno alla parte più larga della testa.

## Capire i percentili di crescita

Un percentile di crescita non è un voto. Un bambino nel 15° percentile di peso non è sottopeso: pesa meno dell'85% dei coetanei, cosa del tutto normale per la sua predisposizione genetica. Ciò che conta è:

- **Costanza:** un bambino stabilmente nel 20° percentile sta crescendo bene. Un

bambino che passa dal 60° al 20° percentile tra due misurazioni va approfondito.

- **Proporzione:** i percentili di peso e lunghezza sono più o meno allineati? Scarti ampi possono indicare problemi di alimentazione o di assorbimento.
- **Direzione dell'andamento:** la crescita deve essere costantemente in salita. Curve piatte o in discesa meritano attenzione.

Registrando le misure in MimiLog nel tempo, costruisci i dati di andamento che rendono possibili queste valutazioni. Un singolo dato è un numero. Una serie di dati è una storia.

## Tappe dello sviluppo: cosa registrare e quando

Il monitoraggio delle tappe è per sua natura meno preciso della misurazione della crescita: ogni bambino si sviluppa con i propri tempi e gli intervalli indicati nelle guide sono ampi. Ma annotare quando avvengono le tappe ti aiuta a:

- Individuare presto eventuali ritardi (quando l'intervento è più efficace)
- Rispondere con precisione alle domande del pediatra durante i bilanci di salute
- Celebrare i progressi in un archivio che dura più della memoria
- Confrontare lo sviluppo tra fratelli

Le principali finestre da monitorare (tutte indicative):

- **2 mesi:** sorriso sociale, segue gli oggetti con lo sguardo, tiene su la testa per poco
- **4 mesi:** si gira dalla pancia alla schiena, ride, allunga le mani verso gli oggetti
- **6 mesi:** sta seduto con appoggio, passa gli oggetti da una mano all'altra, lallazione
- **9 mesi:** sta seduto da solo, gattona (o si sposta in altro modo), sviluppa la presa a pinza
- **12 mesi:** si tira su in piedi, prime parole (mamma/papà con significato), saluta con la manina
- **15 mesi:** cammina da solo, impila 2 cubi, dice 3-5 parole
- **18 mesi:** corre, più di 10 parole, indica per mostrare interesse
- **24 mesi:** frasi di due parole, salta, gioco parallelo con altri bambini

## Registrare le tappe in MimiLog

Le note e le voci personalizzate di MimiLog ti permettono di registrare i momenti importanti con la data. Puoi aggiungere una nota che dice «Primi passi da solo — 11 mesi e 3 giorni» e diventa parte dell'archivio privato e permanente del tuo bambino. Puoi anche annotare osservazioni di salute accanto alle tappe: «Sta spuntando un nuovo molare — settimana particolarmente nervosa», un contesto che rende la documentazione più ricca.

L'app conserva tutto sul tuo dispositivo. Senza sincronizzazione cloud, nessun dato lascia il telefono. Esportando in CSV ottieni una registrazione cronologica completa da condividere con il pediatra o da conservare come documento di famiglia.

Scarica MimiLog per iPhone o per Android e inizia oggi l'archivio di crescita del tuo bambino: gratis e senza bisogno di account.

## Segnali d'allarme da tenere d'occhio

Le guide alle tappe non sono strumenti diagnostici, ma alcuni schemi giustificano una chiamata al pediatra:

- Nessun sorriso né contatto visivo a 3 mesi
- Non allunga le mani verso gli oggetti a 5 mesi
- Nessuna lallazione a 9 mesi
- Nessuna parola singola a 16 mesi
- Perdita di abilità già acquisite a qualsiasi età (una regressione va sempre discussa)
- Crescita che attraversa due linee principali di percentile tra una misurazione e l'altra
- Circonferenza cranica che cresce troppo in fretta o per nulla

I dati registrati in MimiLog ti forniscono date e misure precise da portare a questi colloqui, non solo la vaga sensazione che qualcosa non vada.

## Perché serve un unico archivio di crescita, privato

Molti genitori registrano la crescita in più posti: il grafico stampato del pediatra, un quaderno di carta, una foto in un'app di messaggistica, una nota sul telefono. Le informazioni ci sono, ma sono frammentate. Un'**app dedicata alla crescita e alle tappe del bambino** raccoglie tutto in un'unica linea temporale.

MimiLog è pensata esattamente per questo: un archivio unico, completo e privato dello sviluppo del tuo bambino. Gratis, offline, senza account e senza pubblicità. Tutto resta sul tuo dispositivo finché non decidi di esportarlo.

Inizia oggi l'archivio di crescita del tuo bambino: disponibile gratis su iOS e Android.

**Come citare:** Lubor Šimůnek (2026). *App per monitorare crescita e tappe del bambino: come registrare peso, lunghezza e fasi dello sviluppo*. AppStoryo, lapnito.cz s.r.o..
https://appstoryo.com/it/blog/baby-growth-milestone-tracker-app-free
© 2026 lapnito.cz s.r.o.