



ASL Nuoro

U.O. Pediatria di Comunità



Tutte le mamme possono allattare

Il latte materno contiene esattamente tutte le sostanze necessarie per la crescita nei primi 6 mesi di vita: durante questo periodo non serve altro (neanche acqua); **è questo l'allattamento esclusivo consigliato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità e dalle Associazioni Internazionali di Pediatria e Neonatologia**; allattamento materno esclusivo per almeno i primi sei mesi di vita del bambino, mantenendo il latte materno come alimento principale fino al primo anno di vita pur introducendo gradualmente cibi complementari.

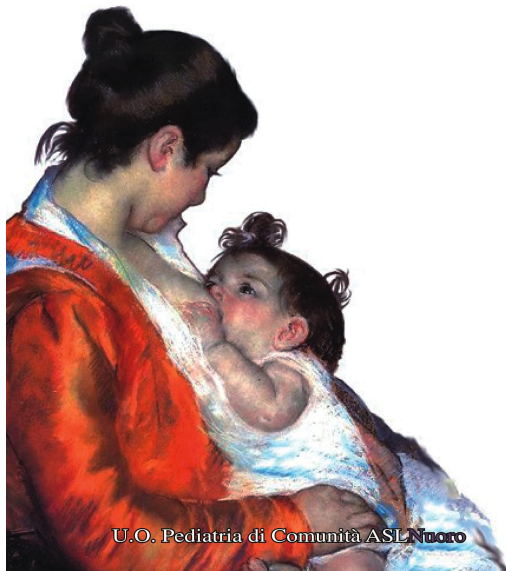
L'OMS suggerisce inoltre di proseguire l'allattamento fino ai due anni e oltre, se il bambino si dimostra interessato e la mamma lo desidera.

La conoscenza di se e il far proprio il concetto della **possibilità di regolare la produzione di latte** attaccando frequentemente il bambino, è fondamentale per aumentare la sicurezza di una madre che allatta, che si sente così attiva e padrona della fisiologia del proprio corpo.



ALLATTAMENTO AL SENO

Una scelta consapevole



U.O. Pediatria di Comunità ASL Nuoro

PER LA RIUSCITA DELL'ALLATTAMENTO AL SENO

ALLATTARE A RICHIESTA FREQUENTEMENTE

Seguendo le richieste del bambino è possibile che si allatti molte volte soprattutto durante la notte.

ALLATTAMENTO ESCLUSIVO

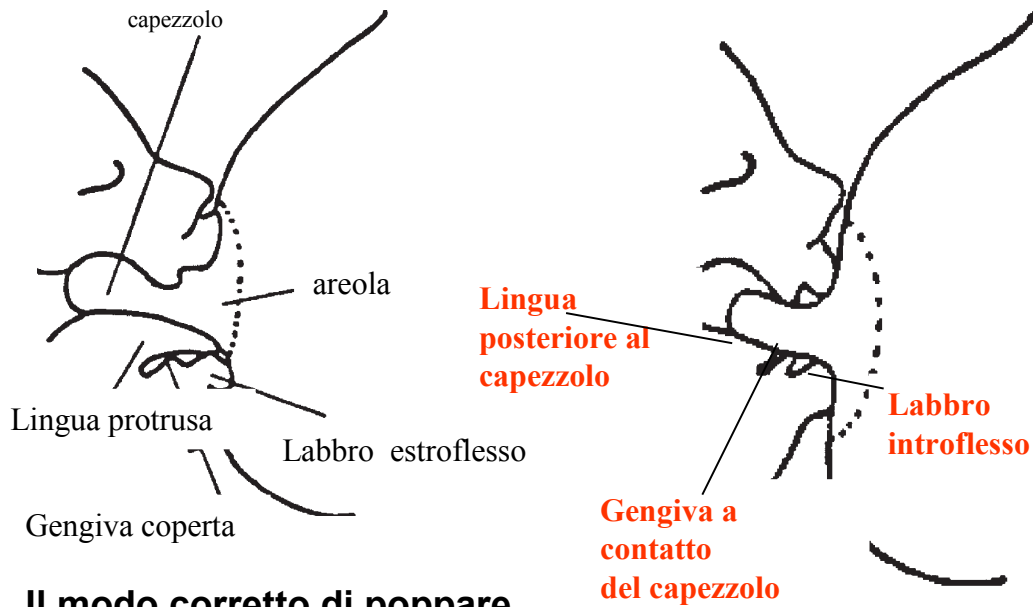
Nessun altro tipo di liquido (eccezion fatta per trattamenti farmacologici)

NON USARE CIUCCIO

Soprattutto all'inizio dell'allattamento.

ATTACCO E POSIZIONE CORRETTA

Durante l'allattamento va posta particolare attenzione alla posizione del bambino e a come è attaccato alla mammella. Inoltre una linea immaginaria dovrebbe unire orecchio, spalla e anca perché il piccolo sia dritto. E' necessario prestare attenzione a che il piccolo non sia troppo lontano dal seno.



Il modo corretto di poppare

- 1) La bocca del bambino è ben aperta, spalancata, e il labbro inferiore è estroflesso (girato in fuori). Il capezzolo arriva in profondità nella bocca del bambino.
- 2) Le labbra e le gengive del bambino premono contro l'areola, la zona scura attorno al capezzolo. Il labbro inferiore si trova un po' più lontano dalla base del capezzolo rispetto al labbro superiore.
- 3) La lingua è posta sotto l'areola, a coprire la gengiva e il labbro inferiore, ed estrae il latte, comprimendo l'areola e il capezzolo contro il palato duro, con un'onda peristaltica. La perfetta giustapposizione della bocca del bambino, intorno a capezzolo e areola, creano una pressione negativa, che facilita il trasferimento del latte.

Modi sbagliati di poppare

- 1) Il bambino succhia o "mastica" il capezzolo.
 - 2) La lingua agisce sulla punta del capezzolo.
 - 3) Labbra e gengive premono sul capezzolo e non sull'areola.
 - 4) Il labbro inferiore è verticale o introflesso.
- (Dopo la poppata il capezzolo appare biancastro e deformato, è facile che si formino ragadi)



Nuoro 4 Ottobre 2012

Centro Commerciale Pratosardo

“Spazio Allattamento”



- Inaugurazione spazio dedicato e presentazione del progetto
- Raccolta e somministrazione al bambino in comunità del latte materno spremuto.

Dott.ssa Damiana Spanu
U.O. Pediatria di Comunità
ASL Nuoro

Nuoro, _____

**c.a. U.O. Pediatria di Comunità
ASLNUORO**

La Sottoscritta _____
nata il _____ a _____
residente a _____ via _____ n° _____ tel _____
MADRE di _____ nato/a il _____
e iscritto/a all'Asilo Nido di _____ via _____

C H I E D E

che durante la frequenza all'Asilo Nido, venga somministrato al figlio/a il Suo **latte materno spremuto fresco** 2 :

a colazione a pranzo a merenda

in accordo con le norme del protocollo vigente, di cui possiede copia.

La Sottoscritta dichiara di assumersi ogni responsabilità in merito alle modalità di conservazione, confezionamento e trasporto del latte fino alla consegna di questo al personale incaricato presso l'Asilo Nido.

La Sottoscritta inoltre provvederà a fornire il materiale necessario (biberon, tettarella sterile).

data _____ firma della Madre _____

² Per la complessità della conservazione non si accetta latte ancora congelato.