

L'ALLATTAMENTO

Consigli sulle posizioni da adottare

Il neonato alla nascita ha bisogno di essere protetto e nutrito^{1,2}

Dipende totalmente dalla mamma, dalle sue cure ed attenzioni. Da subito, si crea un **rapporto esclusivo**, totalitario che, pare, rimarrà **saldo per tutta l'esistenza del bambino**.

Il latte materno

Il latte materno è l'unico alimento "specie-specifico" per il nuovo nato: i suoi ingredienti sono esattamente ciò di cui ha bisogno sia dal punto di vista qualitativo che quantitativo.

Per **allattare correttamente** e **garantire tutti i benefici** di questo **atto di Vita e di Amore**, esistono **PRECISE POSIZIONI** e **ATTEGGIAMENTI** che **facilitano la suzione** e **agevolano l'atto** sia per la mamma che per il bambino.

Sempre, è raccomandato il **contatto "skin to skin"** ossia **pelle a pelle** come la Natura insegna da sempre.

È, questa, la modalità che garantisce l'**immediatezza** e la **semplicità** dell'allattamento in uno **scambio nutritivo ed emozionale** capace di creare un imprinting (legame di attaccamento) fra i protagonisti.



Le posizioni^{1,2}



POSIZIONE SEMI-RECLINATA

È la più comune e adatta già dalla prima poppata.

La mamma è comoda, ben appoggiata sulla schiena rilassata, né seduta né sdraiata con il bimbo appoggiato su di sé a pancia in giù con le gambe ed il pancino che aderiscono all'addome e al torace della mamma.

La guancia del piccolo è appoggiata sul seno, in prossimità dell'area del capezzolo e, per istinto, si protende, apre la bocca e si aggancia correttamente.

POSIZIONE CLASSICA

Il neonato è avvolto nel braccio della mamma con il corpo ben attaccato al suo addome.

La testa è sostenuta dall'avambraccio e rivolta direttamente verso seno. La mamma, con l'altra mano, può agevolmente direzionare il capezzolo nella bocca del bambino.



POSIZIONE INCROCIATA

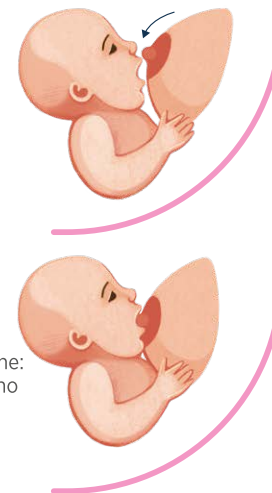
Il bambino è posizionato orizzontalmente rispetto al petto della mamma che lo sostiene con il braccio opposto al seno scelto per la poppata.

Con l'altra mano gli sostiene la testa accompagnandolo verso il capezzolo.

CONSIGLI PREZIOSI^{1,2}

Attaccare il bambino al seno è un gesto naturale, istintuale. **Per abituare la mamma ed il bambino ad una pratica corretta è utile prestare attenzione a piccoli accorgimenti:**

- qualsiasi **posizione comoda** per la mamma va bene a patto che il piccolo non debba faticare per poppare (girarsi o allungarsi)
- mantenere il **contatto stretto** con il bambino; il suo viso sempre rivolto frontalmente al seno
- il suo **naso** e **labbro superiore di fronte al capezzolo** (eventualmente stimolarlo sfiorandogli le labbra con il capezzolo)
- quando apre la bocca è opportuno che il suo **labbro inferiore aderisca alla base dell'aureola mammaria**: in questo modo il capezzolo punta verso il palato e consente una suzione ideale senza procurare fastidio alla mamma
- una **buona poppata procura reciproca** soddisfazione: il bimbo si nutre beato, il mento è stretto contro il seno e la sua lingua avvolge il capezzolo formando la tipica forma a "U"



POSIZIONE RUGBY

Il bambino è **acomodato sotto il braccio della mamma con le gambine esterne** e direzionato, con l'altra mano, verso il seno del braccio che lo avvolge.

POSIZIONE SDRAIATA

Sia la mamma che il bambino sono sdraiati nella posizione "a cucchiaio": la mamma lo avvolge prendendolo dalla schiena e, sostenendogli il capo, lo fa aderire al petto.

