

“

È IMPORTANTE L'ALLATTAMENTO PER IL MIO BAMBINO PREMATURO?

I bambini nati pretermine o di basso peso hanno bisogno del latte della loro mamma persino più di quelli nati a termine. Se tuo figlio è nato prima del tempo, probabilmente sei in preda ad un tumulto di sensazioni. Puoi sentirti spaventata, arrabbiata, colpevole, inadeguata, eppure tu sei davvero necessaria per il tuo bambino. Il tuo latte è qualcosa che tu sola puoi fornire al tuo bambino. Il latte di mamma contiene nutrienti specifici e proprietà immunologiche che fanno la differenza per la salute di tuo figlio e per il suo sviluppo. Il latte prodotto dalla mamma di un bambino prematuro è più ricco di proteine e di altri nutrienti rispetto a quello prodotto dalla madre di un bambino nato a termine. Il latte umano favorisce la maturazione dell'apparato gastro-intestinale e, grazie all'enzima lipasi, permette al bambino di digerire più facilmente i grassi. Il bambino prematuro nutrito con la formula ha un rischio maggiore di infezioni e non riceve i fattori di crescita presenti nel tuo latte.

KANGAROO MOTHER CARE

È un metodo di accudimento del neonato prematuro che sostituisce l'incubatrice con il corpo della mamma, del papà e di altri famigliari. Immediatamente dopo la nascita i neonati vengono aggrediti dal freddo, dalla luce, dal rumore e soprattutto dalla forza di gravità, non galleggiano più sostenuti dall'acqua come dentro alla pancia della mamma. Il contatto con la pelle e la morbidezza della pancia della mamma li riportano alla sicurezza dell'utero. Anche i papà e il resto della famiglia possono offrire una simile solidità e accoglienza. Tutti possono imparare a prendersi cura del neonato pelle a pelle sentendosi quindi meno inutili o fuori posto. Il bambino è letteralmente fra braccia sicure, le più sicure del mondo dopo quelle della mamma. La Leche League ha tradotto qualche anno fa in italiano il DVD del dottor Nils Bergman dedicato alla KMC. Molte informazioni si possono trovare anche sul sito

kangaroomothercare.com

**OGNI CONTATTO CONTA!
DOPO OGNI CAREZZA, COCCOLA,
BACIO, LO STRESS DEL TUO
BAMBINO DIMINUISCE E SI ABBASSA
LA SENSIBILITÀ AL DOLORE.**

Per avere informazioni e sostegno puoi
contattare una Consulente de La Leche League

litalia.org
199 432326

numero unico nazionale

www.facebook.com/La.Lече.League.Italia

LATTE DI MAMMA. OGNI GOCCIA CONTA!

**INFORMAZIONI E SOSTEGNO
PER TIRARSI IL LATTE E
ALLATTARE UN BAMBINO
PREMATURO**



la leche league
italia

litalia.org

UN SENO AL LAVORO

LE PRIME ORE

La prima fase dell'allattamento è controllata dagli ormoni, il più importante dei quali è la prolattina. La produzione di latte avviene comunque, sia che una madre allatti oppure no, ma è provato che per avere un tempestivo inizio di produzione è importante tirarsi il latte precocemente e frequentemente. A questo stadio della lattogenesi è infatti importante allattare molto spesso o estrarre il latte manualmente o con un tiralatte, se il bambino non può poppare. I primi giorni viene prodotto colostro, poche gocce ma davvero fondamentali per il tuo bambino. La quantità di latte prodotto aumenta rapidamente e la sua composizione gradualmente cambia da colostro a latte maturo. Anche il colore cambia gradualmente dal giallo tipico del colostro al bianco opalescente.

PRODUZIONE E MANTENIMENTO

Dopo i primi giorni la produzione di latte dipende più dalla rimozione effettiva del latte dai seni che dagli ormoni circolanti nel sangue. In altre parole, l'elemento cruciale diviene il principio di "domanda e offerta". Più una madre allatta, più latte produrrà. Svuotare i seni è ciò che aiuta la produzione di latte ad andare avanti. Sapere che nuovo latte viene costantemente prodotto negli alveoli può dare la fiducia necessaria per attaccare il bambino o estrarre il latte, anche quando il seno appare "vuoto". Ricordando sempre che il seno è una fabbrica che produce, non un contenitore che deve riempirsi.

TIRARSI IL LATTE

Se il tuo bambino non è in grado di poppare al seno, inizia a spremere o tirare il tuo latte il prima possibile dopo la nascita. Tirando il latte spesso, imiterai la frequenza delle poppate di un neonato e otterrai una buona produzione. Procurati un tiralatte, con le coppe della misura adatta al tuo seno, magari del tipo ospedaliero con attacco doppio. Stimolando entrambi i seni contemporaneamente, estrarrai una quantità maggiore di latte in meno tempo. Anche massaggiare il seno prima e durante l'estrazione può far aumentare significativamente il volume di latte ottenuto. Nel sito lallitalia.org nella sezione "Risorse" troverai un video con informazioni proprio su questo. Offri le prime gocce del tuo colostro, il primo latte: è il primo cibo, quello giusto per il tuo bambino. È molto denso ed è più facile spremerlo manualmente che col tiralatte. Puoi raccogliarlo con una siringa o un cucchiaino. Trovi informazioni su come tirarti, conservare e trasportare il latte nella sezione "Problemi medici del bambino" del sito lallitalia.org.
È sempre meglio nutrire il bambino con il tuo latte fresco: il latte donato da un'altra donna deve essere pastorizzato, procedimento che diminuisce le cellule vive deputate alla lotta alle infezioni. Il latte di altre donne è comunque la prima alternativa quando la mamma non riesce a fornire latte a sufficienza.

Provare ad attaccare al seno richiede tempo e pazienza. Così come tirarsi il latte, tante volte ogni giorno, per tanti giorni. Non è sempre facile, servono informazioni e tanto sostegno. Le mamme premature possono trovarli a ogni incontro de La Leche League, insieme al calore e alla condivisione con altre mamme.

COME POSSO ALLATTARE IL MIO BAMBINO PREMATURO?

Forse tuo figlio è abbastanza forte e maturo da potersi nutrire direttamente al seno. Ci può volere del tempo per incoraggiarlo a farlo in maniera efficace. Puoi provare la cosiddetta "presa di transizione" che ti permette di vedere meglio il bambino e di controllarne la bocca. Inizia sostenendo la sua testolina con la mano opposta al seno a cui lo vuoi attaccare, pollice e indice dietro le sue orecchie, il resto del suo corpo appoggiato sul tuo avambraccio. Tienilo aderente a te, pancia contro pancia. Dei cuscini per appoggiare le braccia aiutano a sostenerlo a livello del seno. Il bambino potrebbe aver bisogno di aiuto per aprire bene la bocca. Posizionalo con il capezzolo davanti al naso (non davanti alla bocca) in modo che per prendere il seno debba piegare all'indietro la testa e spalancare bene la bocca. Nel nostro sito lallitalia.org, nella sezione "Risorse" puoi trovare i video che mostrano strategie per attaccare il bambino. Anche quando il bambino è nutrito con un sondino nasogastrico è possibile allattarlo, dopo aver tirato il latte il più possibile, per evitare che gli possa andare di traverso. Si è visto che questo favorisce l'aumento del peso. La ricerca ha dimostrato che per i bambini l'allattamento è meno stressante dell'alimentazione al biberon. Parlane con i medici che vi seguono.



Dare il tuo latte, sia direttamente al seno sia spremuto, fa bene a te e al tuo bambino. È qualcosa di concreto che solo tu puoi fare. La sensazione di unione che provi quando il latte fluisce, mantiene la vostra relazione anche se siete separati. Questo legame vi sosterrà entrambi in ogni difficoltà che incontrerete.

TIRARSI IL LATTE. SÌ, MA COME? ECCO LE PRIME INFORMAZIONI DI CUI HAI BISOGNO