

Sessione 21

“POCO LATTE”

Introduzione

La maggior parte delle madri può produrre latte a sufficienza per uno o anche due bambini. Generalmente, anche quando una madre pensa di non avere abbastanza latte, il bambino sta in effetti succhiando tutto il latte di cui ha bisogno. A volte il bambino non prende abbastanza latte. Ma ciò avviene generalmente o perché non succhia abbastanza o perché la suzione non è efficace (Sessione 3 “Fisiologia dell’allattamento al seno”). È raro che una madre possa non produrre latte a sufficienza. Perciò, è importante non **quanto latte una madre può produrre, ma quanto latte un bambino prende.**

SEGNI CHE UN BAMBINO NON PRENDE ABBASTANZA LATTE	
Segni attendibili	
<ul style="list-style-type: none"> • Non aumenta abbastanza di peso • Emette solo piccole quantità di urina concentrata 	<ul style="list-style-type: none"> - Aumento di peso inferiore a 500 g al mese - Peso a 15 giorni di vita inferiore al peso alla nascita - Urina meno di 6 volte al giorno, le urine sono cariche e di odore pungente
<i>Segni possibili</i>	
<ul style="list-style-type: none"> - il bambino non è soddisfatto dopo la poppata - il bambino piange spesso - il bambino succhia molto frequentemente e le poppate sono molto lunghe - il bambino rifiuta il seno - il bambino evacua feci dure, asciutte e verdi o evacua di rado - il latte non fuoriesce quando la madre prova a spremerlo - il seno non è aumentato di dimensioni (durante la gravidanza) - la montata latte non si è verificata (dopo il parto) 	

Come ci si accorge se un bambino prende o meno latte a sufficienza

- ***Controllate se aumenta di peso.*** Questo è il segno più attendibile.

Durante i primi 6 mesi vita, un bambino dovrebbe aumentare di almeno 500 g al mese, o 125 g a settimana (1 kg al mese non è necessario, né si verifica di frequente). Un aumento di peso di meno di 500 g in un mese non è soddisfacente.

Se è disponibile, controllate la curva di crescita del bambino, oppure alcuni pesi registrati in precedenza. Se non è disponibile alcun peso, controllatelo e ricontrollatelo dopo una settimana: se il bambino aumenta abbastanza, significa che il latte è sufficiente. In sintesi, se non sono disponibili dei pesi, è improbabile che possiate farvi un'idea della situazione alla prima visita.

- **Controllate con che frequenza il bambino urina.** Questo è un controllo utile e rapido.

Un bambino allattato esclusivamente al seno, che prende abbastanza latte, in genere urina almeno 6-8 volte in 24 ore. Un bambino che non prende abbastanza latte, urina meno di 6 volte al giorno (spesso meno di 4 volte). In questo caso l'urina è concentrata, ha un odore forte, un colore giallo scuro che tende all'arancione, in particolare in un bambino che ha più di 4 settimane.

Chiedete alla madre ogni quanto tempo il bambino urina, se le urine sono di colore giallo scuro o se hanno un odore forte.

- Se un bambino fa molta urina diluita, sta prendendo abbastanza latte.
- Se produce urine concentrate meno di 6 volte al giorno non sta prendendo abbastanza latte.

In questo modo potete sapere rapidamente se un bambino allattato esclusivamente al seno prende abbastanza latte. Tuttavia, se beve altri liquidi, non potete esserne certi.

NON INTERFERISCONO CON LA PRODUZIONE DI LATTE MATERNO:	
• Età della madre	• Molti figli
• Rapporti sessuali	• Dieta semplice e comune
• Mestruazioni	• Parto pretermine
• Età del bambino	• Disapprovazione dei parenti e delle persone vicine
• Taglio cesareo	• Ritorno al lavoro (se il bambino continua a succhiare spesso)

MOTIVI PER CUI UN BAMBINO PUÓ NON PRENDERE ABBASTANZA LATTE			
<i>Fattori legati all'allattamento</i>	<i>Fattori psicologici della madre</i>	<i>Condizioni fisiche della madre</i>	<i>Condizioni fisiche del bambino</i>
<ul style="list-style-type: none"> • Inizio ritardato • Poppate ad orario • Poppate poco frequenti • Assenza di poppate notturne • Poppate brevi • Attacco inefficace • Biberon, ciuccio, liquidi • Altri cibi o liquidi aggiunti al latte materno 	<ul style="list-style-type: none"> • Mancanza di fiducia in se stessa • Stress o preoccupazioni • Avversione per l'allattamento al seno • Rifiuto del bambino • Stanchezza 	<ul style="list-style-type: none"> • Contraccettivi e diuretici • Nuova gravidanza • Grave malnutrizione • Alcool • Fumo • Placenta ritenuta (raro) • Scarso sviluppo del seno (molto raro) 	<ul style="list-style-type: none"> • Malattie • Anomalie congenite
Questi sono frequenti		Questi sono infrequenti	

I motivi elencati nelle prime due colonne (Fattori legati all'allattamento e Fattori psicologici della madre) sono comuni. I fattori psicologici sono spesso responsabili di difficoltà con l'allattamento; per esempio, la mancanza di fiducia in se stessa può indurre una madre ad allattare artificialmente. Cercate dapprima questi motivi più frequenti.

I motivi elencati nelle seconde due colonne (quelli cioè legati alle condizioni fisiche della madre e del bambino) non sono comuni. Perciò non è frequente che una madre abbia un problema organico che le impedisca di produrre abbastanza latte. Pensate ai motivi non comuni solo se non ne individuate uno tra i comuni.

**COME AIUTARE UNA MADRE
IL CUI BAMBINO NON PRENDE ABBASTANZA LATTE**

• ***Cercate una causa***

Tappe da seguire:

*Ascoltate e apprendete
Raccogliete la storia*

Valutate una poppata

Esaminate il bambino

Esaminate la madre e il suo seno

Notizie che potrete apprendere:

Fattori psicologici e stati d'animo della madre
Fattori dell'allattamento, uso di contraccettivi e di altri farmaci

Posizione del bambino al seno, bonding o rifiuto

Malattie o anomalie congenite, crescita

Stato di nutrizione e di salute della madre, eventuali problemi al seno

• ***Infondete fiducia e date supporto***

Aiutate la madre a dare più latte al suo bambino e a convincersi che può produrne in quantità sufficiente.

Accettate

Le sue idee sulla quantità di latte che sta producendo, le sue sensazioni sull'allattamento al seno e sul bambino

Dimostrate apprezzamento

Se sta ancora allattando, sottolineate che il suo seno è in grado di produrre latte a sufficienza

Fornite un aiuto pratico

Migliorate l'attacco del bambino al seno

Date informazioni importanti

Spiegate come la suzione del bambino controlla la produzione di latte, spiegate come un bambino può prendere più latte

Usate un linguaggio semplice

"Il seno produrrà più latte se il bambino succhia più spesso".

Date consigli (se necessari) del tipo:

"Allattate più spesso, più a lungo, anche di notte",
"Sospendete l'uso di biberon o ciuccio (se necessario, usate una tazza)", "Riducete o sospendete altri cibi o liquidi (se il bambino ha meno di 6 mesi)".

Date suggerimenti su come tentare di ridurre stress e ansia; offritevi di parlare agli altri componenti della famiglia.

• ***Fornite aiuto in evenienze poco comuni (ma che richiedono supporto)***

Condizioni del bambino:

Per esempio malattie o anomalie congenite che richiedono una terapia o una visita specialistica.

Condizioni della madre:

Per esempio per la contraccezione o per l'assunzione di farmaci potenzialmente rischiosi.

• ***Follow-up***

Visitate il bambino anche ogni giorno, poi settimanalmente, fino a che non aumenta di peso e la madre si sente più tranquilla. Per aumentare di peso, un bambino impiega dai 3 ai 7 giorni (Sessione 17).

COME AIUTARE UNA MADRE CHE PENSA DI NON AVERE ABBASTANZA LATTE	
<ul style="list-style-type: none"> • Cercate di capire la situazione <p><i>Ascoltate e apprendete</i></p> <p><i>Raccogliete la storia</i></p> <p><i>Valutate una poppata</i></p> <p><i>Esaminare il seno</i></p>	<p>Per capire perché una madre non ha fiducia in se stessa, mostrare empatia.</p> <p>Per capire se riceve pressioni da altre persone.</p> <p>Per controllare l'attacco del bambino al seno.</p> <p>Perché le sue dimensioni possono essere fonte di insicurezza.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Infondete fiducia e date supporto <p><i>Accettate</i></p> <p><i>Esprimete apprezzamento</i></p> <p><i>Fornite un aiuto pratico</i></p> <p><i>Date informazioni rilevanti</i></p> <p><i>Usate un linguaggio semplice</i></p> <p><i>Consigli</i></p>	<p>Le idee e le sensazioni della madre sul proprio latte.</p> <p>Il bambino cresce bene, il latte è sufficiente, la tecnica di allattamento è appropriata.</p> <p>Se necessario, migliorate l'attacco del bambino.</p> <p>Correggete le convinzioni errate, ma la vostra informazione non deve suonare come una critica.</p> <p>Date informazioni sui comportamenti normali dei bambini. Spiegate come funziona l'allattamento al seno (ciò che dite dipende dalle preoccupazioni che vi sono espresse).</p> <p>"Ad alcuni bambini piace succhiare molto".</p> <p>Suggerimenti per convivere con la stanchezza; offritevi di parlare con la famiglia.</p>

Figura 36 Se un bambino urina molto, è probabile che stia prendendo molto latte.

