

Raccomandazioni per l'allattamento durante la pandemia COVID-19

L'allattamento protegge i neonati e le neonate dalle malattie. Questo effetto protettivo si protrae durante tutta l'infanzia e per il resto della vita. L'allattamento è particolarmente efficace contro le malattie infettive perché rinforza il sistema immunitario e trasferisce gli anticorpi direttamente dalla madre al bambino o bambina.

Per le madri sane, si applicano le pratiche pre-pandemia. Come per tutti i casi confermati o sospetti COVID-19, le madri con sintomi che allattano devono prendere delle precauzioni.

Indicazioni standard per l'alimentazione dei bambini

- Iniziare l'allattamento entro un'ora dalla nascita.
- Continuare l'allattamento esclusivo per 6 mesi, poi introdurre cibi complementari adeguati e sicuri.
- Continuare l'allattamento fino a due anni e oltre, secondo il desiderio di madre e bambino.

Azioni per le madri sospette o confermate COVID-19 che allattano



Pratica l'igiene respiratoria, anche durante la poppata (ad esempio starnutire e/o tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie). Se hai sintomi respiratori, usa una mascherina quando sei vicina al tuo bambino.



Lavati accuratamente le mani con sapone o disinfettante prima e dopo il contatto con il bambino.



Pulisci e disinfetta regolarmente tutte le superfici che tocchi.

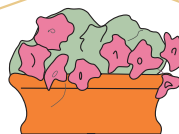


Se hai sintomi importanti che ti impediscono di prenderti cura del piccolo o di proseguire l'allattamento diretto al seno, puoi spremere il latte perché sia somministrato al bambino.



Se sei troppo malata per allattare o spremere il latte, puoi considerare la rilattazione (riprendere l'allattamento dopo un'interruzione), o l'uso del latte umano.





Azioni per le strutture e il personale sanitario

Chi opera nei servizi di maternità e con neonati non dovrebbe promuovere l'uso di sostituti del latte materno (formule artificiali), biberon, tettarelle o ciucci, sia nelle strutture, sia attraverso lo staff. Independentemente dal fatto che la madre o il bambino abbiano un'infezione sospetta, probabile o confermata da COVID-19, è necessario che le madri possano:

- essere accompagnate da una persona di propria scelta durante il travaglio, il parto e, quando possibile, la degenza
- praticare il contatto pelle-a-pelle in sicurezza
- stare in stanza con il proprio bambino in *rooming-in* durante il giorno e la notte, in particolare subito dopo la nascita durante l'avvio dell'allattamento.

Sostegno alle madri e ai padri

Se tu, il tuo compagno, il tuo bambino siete sospetti o confermati COVID-19, cercate sostegno per l'allattamento, supporto psicosociale o sostegno pratico per l'alimentazione e la gestione del piccolo/a.

Potete rivolgervi a professioniste/i adeguatamente formate/i; molti Consultori Familiari e ambulatori hanno attivato un sistema di sostegno a distanza, così come i gruppi di mamme e papà nella comunità. L'elenco dei gruppi della vostra zona è disponibile sul sito www.mami.org

Il papà ha un ruolo determinante nel sostegno all'allattamento:

- può incoraggiare e sostenere la mamma nell'allattamento e nelle decisioni, aiutarla a superare le difficoltà
- può cercare aiuto quando serve, facendo ricorso ai servizi territoriali (Consultori Familiari, Pediatri di Libera Scelta) che, anche durante l'emergenza, sono disponibili ad incontri e consulenze online
- può trovare modi pratici per gestire insieme la quotidianità (es. cura della casa, del piccolo e dei fratellini o sorelline, sostegno per la gestione delle difficoltà legate alla pandemia).

Allattamento nelle emergenze:

azioni per le associazioni locali e per i media

Durante l'emergenza è necessaria un'azione mirata per proteggere le buone pratiche per l'allattamento. È importante che la comunicazione e le azioni dirette alla popolazione siano aderenti alle "Indicazioni standard per l'alimentazione dei bambini". Non devono essere richieste o accettate donazioni di sostituti del latte materno ("latte artificiali"), alimenti complementari o ausili per l'alimentazione. Le donazioni in denaro sono utilizzate dalle Agenzie di gestione dell'emergenza per l'acquisto dei beni necessari.

Per approfondimenti, consulta la Guida Operativa per l'alimentazione infantile nelle emergenze:

www.epicentro.iss.it/allattamento/GuidaAllattamentoEmergenze

