

## Sessione 10

### ATTACCARE UN NEONATO AL SENO

#### Introduzione

*Prima di aiutare una madre, osservatela sempre mentre allatta.* Guardate cosa fa, in modo da capire esattamente la sua situazione. Non affrettatevi a farle fare qualcosa di diverso.

*Aiutatela solo se è in difficoltà.* Alcune madri allattano i loro bambini sentendosi a proprio agio in posizioni che sarebbero difficili per altre. Ciò è vero soprattutto per i bambini che hanno più di 2 mesi. Non c'è motivo di cambiare una posizione se il bambino succhia bene e la madre sta comoda.

*Lasciate che la madre faccia il più possibile da sola.* Fate attenzione a non sostituirvi a lei. Spiegatele cosa volete che faccia. Se possibile, dimostrate sul vostro stesso corpo cosa intendete.

*Accertatevi che le sia chiaro ciò che fate, in modo che possa ripeterlo da sola.* Il vostro scopo è quello di aiutarla a tenere il bambino in una posizione corretta. Non è di nessun'utilità che riusciate voi a far succhiare il bambino, se la madre non è poi in grado di farlo da sola.

Figura 23 Il capezzolo della madre tocca le labbra del bambino. Aprendo la bocca e portando la lingua in avanti, il piccolo è pronto ad attaccarsi al seno.



### **Come si aiuta una madre che allatta da seduta**

- Salutate la madre, presentatevi e chiedete il suo nome e quello del bambino.
- Domandatele come sta e fatele una o due domande aperte su come va l'allattamento al seno.
- Valutate la poppata. Domandate se potete osservare il bambino mentre succhia al seno e chiedetele di attaccarlo nella maniera abituale (se il bambino ha appena mangiato, potrebbe essere necessario tornare più tardi). Osservate l'allattamento per qualche minuto.
- Se ritenete che la madre abbia bisogno d'aiuto per migliorare l'attacco, ditele innanzi tutto qualche parola d'incoraggiamento come: Al bambino piace molto il latte, vero? Poi spiegatele di cosa ha bisogno ed offrite il vostro aiuto. Dite per esempio: Allattare potrebbe essere meno doloroso se (nome del bambino) quando succhia, prendesse in bocca una porzione maggiore di seno. Vuoi vedere come?. Se la madre è d'accordo, potete cominciare ad aiutarla.
- Assicuratevi che la madre sia seduta in una posizione comoda e rilassata. Sedetevi in modo da essere anche voi comodi e rilassati, in posizione giusta per aiutarla.
- Spiegate alla madre come sostenere il bambino. Se necessario, mostratele cosa fare.

Chiarite in particolare questi **quattro punti chiave**:

1. La testa e il corpo del bambino devono essere in asse.
  2. Il viso del bambino dovrebbe trovarsi rivolto verso il seno con il naso di fronte al capezzolo.
  3. La madre deve tenere il corpo del bambino a contatto con il suo.
  4. Se si tratta di un neonato, è opportuno sostenere tutto il suo corpo e non reggere solamente la testa e le spalle.
- Mostratele come sostenere il seno con la mano, per offrirlo al bambino.
    - Le dita vanno appoggiate sul torace sotto il seno, in modo tale che l'indice lo sostenga dal basso.
    - Il pollice può essere usato per premere leggermente sulla parte superiore del seno. Ciò può migliorare la forma del seno, rendendo più facile l'attacco del bambino.
    - Le dita che sostengono il seno non devono essere tenute troppo vicine al capezzolo.
  - Spiegatele come deve toccare con il capezzolo le labbra del bambino, in modo da fargli aprire la bocca (Figura 23).
  - Spiegatele che dovrebbe aspettare che la bocca del bambino sia completamente aperta prima di avvicinarlo al seno. Una bocca ben aperta permette l'ingresso di una buona porzione dell'areola.

- Quando il bambino ha aperto bene la bocca, spiegatele o mostratele come avvicinarlo rapidamente al seno.
  - La madre dovrebbe portare il bambino al seno e non viceversa. Quindi non dovrebbe chinarsi o spostare il seno per avvicinarlo al bambino, ma portare il bambino al seno con un rapido movimento del braccio che lo sostiene.
  - Dovrebbe fare in modo che il labbro inferiore del bambino venga a trovarsi al di sotto del capezzolo, così che il mento tocchi il seno.
- Osservate le reazioni della madre. Sembra provare dolore? o dice: Oh, così mi sento meglio! Se non dice nulla, domandatele come le sembra che il bambino succhi.
- Individuate tutti i segni di un buon attacco. Se pensate che l'attacco non sia adeguato, provate ancora.

### **Come si aiuta una madre che allatta da sdraiata**

- Aiutate la madre a sdraiarsi in una posizione comoda e rilassata. Per essere rilassata, la madre ha bisogno di sdraiarsi su un lato, nella posizione in cui riesce a dormire. Per molte madri, non è rilassante poggiarsi su un gomito. Può essere utile porre un cuscino dietro la testa e un altro dietro la schiena.
- Mostratele come sostenere il bambino. Sono importanti esattamente gli stessi **quattro punti chiave**. Può sostenere il bambino con il braccio che sta in basso e sostenere il seno con quello che sta in alto. Se non deve reggere il seno, può invece tenere il bambino con il braccio che sta in alto.

### **Altre posizioni**

Le madri possono allattare in moltissime altre posizioni, per esempio stando in piedi. Ciò che è importante è che la madre si senta comoda e rilassata e che il bambino prenda nella sua bocca una porzione sufficiente di seno in modo da succhiare efficacemente.

Alcune posizioni utili che potreste voler insegnare alle madri sono:

- la posizione sottobraccio
- la posizione in cui si sorregge il bambino con il braccio opposto rispetto al seno da cui si sta allattando.

Figura 24



24a. Una madre che regge il bambino nella posizione sottobraccio. Utile per:

- gemelli
- dotti galattofori bloccati
- attacco difficile

24b. Una madre che regge il bambino con il braccio opposto al seno dal quale in quel momento succhia. Utile per:

- bambini molto piccoli
- bambini ammalati

Figura 25 Una madre che allatta il suo bambino da sdraiata



**COME AIUTARE UNA MADRE A TROVARE LA POSIZIONE CORRETTA**

- Salutate la madre e chiedetele come sta andando l'allattamento.
- Osservate una poppata.
- Spiegatele cosa potrebbe aiutarla e chiedetele se desidera una dimostrazione pratica.
- Assicuratevi che stia comoda e rilassata.
- Sedetevi anche voi in una posizione comoda e appropriata.
- Spiegate come sostenere il bambino e, se necessario, mostrateglielo. I **quattro punti chiave** sono:
  - testa e corpo del bambino in asse;
  - viso rivolto verso il seno della madre e naso di fronte al capezzolo;
  - corpo della madre e del bambino vicini;
  - tutto il corpo del neonato ben sostenuto.
- Mostratele come tenere il seno:
  - le dita vanno poste sul torace, sotto la mammella;
  - la mammella va sostenuta dal basso, con l'indice;
  - il pollice va tenuto in alto;
  - le dita non devono essere tenute vicine al capezzolo.
- Spiegate come aiutare il bambino ad attaccarsi:
  - sfiorare con il capezzolo le labbra del bambino;
  - attendere che la bocca sia ben aperta;
  - portare rapidamente il bambino al seno, indirizzando il labbro inferiore al di sotto del capezzolo.
- Osservate le reazioni della madre e chiedetele come pensa che il piccolo stia succhiando.
- Cercate i segni di un buon attacco. Se pensate che il bambino non sia attaccato bene, provate ancora.