

U.O. PEDIATRIA

U.O. OSTETRICIA-GINECOLOGIA

U.O. PEDIATRIA TERRITORIALE

U.O. OST. e GIN. TERRITORIALE

U.O. CONSULTORIO FAMILIARE

U.O. SIAN (Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione)

PEDIATRIA DI FAMIGLIA

Tel.: 0973/48377-373-820-825-831-876

E-mail: spaziogiovani@asl3lagonegro.it

<http://www.asp.potenza.it>



*Connessione, sinergia, collaborazione, partnership: **COMUNICAZIONE**, queste parole racchiudono insieme l'energia e il potere dello sviluppo umano.*

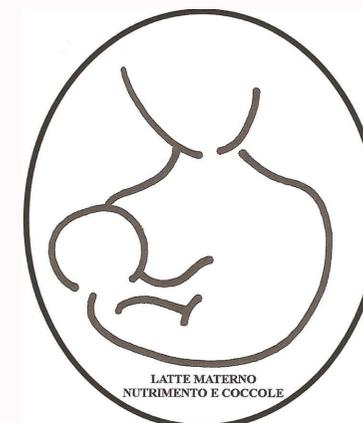
Il tema portante di questa SAM 2011 ci ricorda che l'allattamento è un'esperienza in 3D— un'opportunità da afferrare, un investimento per un futuro sano ma, più di tutto un nuovo modo con cui guardare al mondo.

Per avere successo in questa campagna abbiamo bisogno di comunicare.

Come i componenti del latte umano formano un complesso vitale di nutrienti e cellule viventi, così un'interazione fresca e vivace fra le persone è vitale per nutrire e sostenere le mamme che allattano! Questi scambi non le fanno sentire soli.

***Settimana mondiale
allattamento al seno,
un'occasione per
parlare di allattamento
e non solo...***

***Allattare al seno è
un gesto naturale e
con un po' di aiuto
tutte le mamme
possono farlo.
Allattando si cresce
insieme!***



Il latte materno: il miglior alimento per il bambino

L'allattamento al seno favorisce il rapporto mamma-bambino creando una relazione unica che è nello stesso tempo nutrizione, cura, trasmissione di coccole e amore.

Il latte materno contiene tutte le sostanze necessarie per la crescita del bambino nei primi 6 mesi di vita; è sempre pronto, alla giusta temperatura e non è mai contaminato da agenti esterni. Quando il bambino succhia, la produzione ormonale si attiva facendo sì che il latte arrivi al momento giusto e nella giusta quantità.

Il latte materno è un liquido vivo, la sua composizione varia durante la poppata, nel corso della giornata e man mano che il bambino cresce.

Per allattare bene al seno occorre :

Iniziare ad allattare presto, le prime 2 ore dopo il parto sono il momento migliore

Allattare frequentemente e a domanda seguendo le richieste del bambino

Allattare esclusivamente al seno senza aggiunta di altro latte e/o liquidi, evitando biberon e ciuccetti, soprattutto nei primi giorni di vita

Allattare con un adeguato attacco al seno, durante la suzione la bocca del bambino deve essere ben aperta in modo da coprire quasi completamente l'areola mammaria

Perché allattare al seno?

Il latte materno:

- ⇒ *è facilmente digeribile*
- ⇒ *contiene le sostanze nutritive perfette per la crescita di ogni bambino*
- ⇒ *protegge dalle infezioni e aiuta a guarire in fretta in caso di malattie*

L'allattamento al seno:

- ⇒ *favorisce la contrazione dell'utero dopo il parto*
- ⇒ *diminuisce il rischio di osteoporosi e di tumore al seno*
- ⇒ *aiuta a recuperare il peso forma*
- ⇒ *riduce il rischio di depressione post-partum*
- ⇒ *aiuta a stabilire un'attaccamento sicuro*