

DORMIRE IN SICUREZZA

Il bedding-in (dormire nello stesso letto mamma e neonato) va assolutamente vietato perché può portare ad assumere posizioni incongrue col rischio di collasso neonatale o di scivolare dal letto.

Il neonato deve essere messo nel lettino in posizione supina, evitando di coprire il viso con la copertina.

Non posizionare alcun oggetto nella culla del neonato.

...dorme sulla schiena.



...non fumate.



- 1**
- Mettetelo a dormire a pancia in su, almeno nei primi sei mesi di vita.
- 2**
- Non fumate se avete intenzione di avere un figlio e, in nessun caso, in gravidanza e durante il periodo dell'allattamento.
 - Non esponetelo al fumo.

SKIN TO SKIN

Contatto pelle a pelle fra mamma e neonato

Da questo istante una profonda relazione si instaurerà tra di loro per la prima volta e durerà per sempre.

“Bonding” (legame profondo). Superando così questo momento di transizione, insieme, abbracciandosi durante le prime ore dopo il parto.

- Riduce il rischio di ipotermia, ipoglicemia e favorisce la colonizzazione batterica e lo sviluppo del microbiota del neonato.
- Favorisce l'avvio dell'allattamento al seno precocemente (entro un'ora) e accelerazione della produzione del latte.
- Il contatto pelle a pelle deve durare ininterrottamente per almeno 60 minuti, a meno che non vi siano complicazioni di mamma e/o neonato che richiedano intervento medico.
- Il personale presente al parto avrà il compito di spiegare ai genitori cosa osservare, così da non risultare intrusivo:
 - A. POSIZIONE corretta con naso e bocca del neonato liberi
 - B. RESPIRO regolare
 - C. COLORITO roseo
- Ricordate, inoltre che l'uso del cellulare può distogliervi dall'interazione con il bambino e dalla sua osservazione. Pertanto, invitiamo a tenerlo spento.



Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ASST Bergamo Est

Rooming-in e allattamento al seno



Questo opuscolo è rivolto a voi mamme ricoverate presso il nostro Ospedale per fornire alcune informazioni essenziali che potranno essere utili durante il Rooming-in, l'allattamento e l'accudimento.

ALLATTAMENTO

Importanza dell'allattamento

1. L'Organizzazione Mondiale della Sanità raccomanda l'allattamento esclusivo al seno per i primi sei mesi di vita. È importante, inoltre, che il latte materno rimanga la scelta prioritaria anche dopo l'acquisto di alimenti complementari, fino ai due anni di vita ed oltre, e comunque finché mamma e bambino lo desiderino.
2. Protegge il neonato dalle infezioni, anche grazie al ruolo svolto dal colostro (immunizzazione).
3. Porta comprovati benefici alla salute della mamma. riduce il rischio di depressione post-partum, ripresa più rapida, e a lungo termine tumore al seno ed osteoporosi.
4. Incide sull'impatto ambientale: su consumi energetici, ecologico.
5. Ogni scelta consapevole e libera della mamma verrà accolta e sostenuta dagli operatori.

La riduzione del pianto è un vantaggio grazie all'allattamento frequente e a richiesta, in sintonia con le richieste ed esigenze del bambino

Aiuta a riconoscere i segnali di fame del neonato:

- Il bimbo porta le mani alla bocca, fa movimenti di suzione
- Ha leggere vocalizzazioni e sospiri o stiramenti
- Il pianto è un segno tardivo di fame: non aspettare che il bimbo pianga!

Il neonato che dispone liberamente del seno materno riduce il rischio di ittero e accelera il recupero del calo ponderale dei primi giorni

Sulla madre le poppate frequenti provocano il rilascio precoce e costante di ormoni specifici (ossitocina e prolattina) che favoriscono uno stato di rilassatezza

ROOMING-IN

(Permanenza del neonato in camera per tutto il periodo di degenza)

- Favorisce l'instaurarsi di un legame profondo mamma-figlio
- Migliora l'umore della donna e tranquillizza il neonato
- Aiuta a prevenire la depressione post-partum
- Riduce gli episodi di pianto del piccolo
- Favorisce la conoscenza del neonato e dei suoi segnali
- Facilita le competenze materne nell'accudimento
- Guida l'allattamento.

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ASST Bergamo Est

Direttore

Cristina Bellan

Coordinatrice

Anna Rosa Zilioli



Numeri Utili:

Reparto Ostetricia

035 3063342

Reparto Nido

035 3063362