

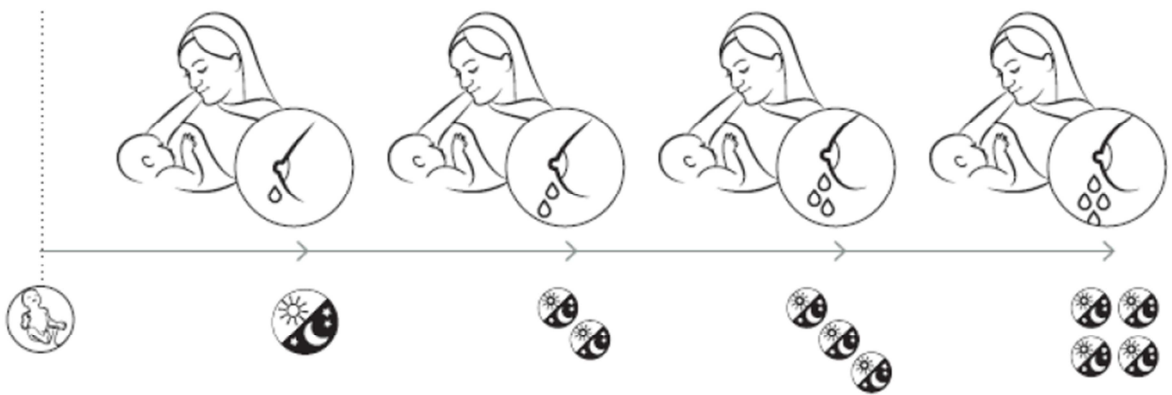


[www.elacta.eu/de/neu-hilfreiche-dokumente-fuer-ihre-arbeit-neu.html](http://www.elacta.eu/de/neu-hilfreiche-dokumente-fuer-ihre-arbeit-neu.html)



**1**

Inizia ad allattare il tuo bambino entro la prima ora di vita . Durante questo tempo se possibile la madre ed il neonato non dovrebbero essere separati e dovrebbero stare in contatto pelle a pelle



**2**

Durante i primi giorni il tuo bambino riceve il colostro particolarmente prezioso- il primo latte . Se pure la quantità è piccola è di solito sufficiente per il tuo bambino e rafforza le sue difese immunitarie. Al terzo e quarto giorno il latte inizia a defluire più abbondantemente e probabilmente sentirai questo ingorgo con un aumento di tensione nelle mammelle



**3**

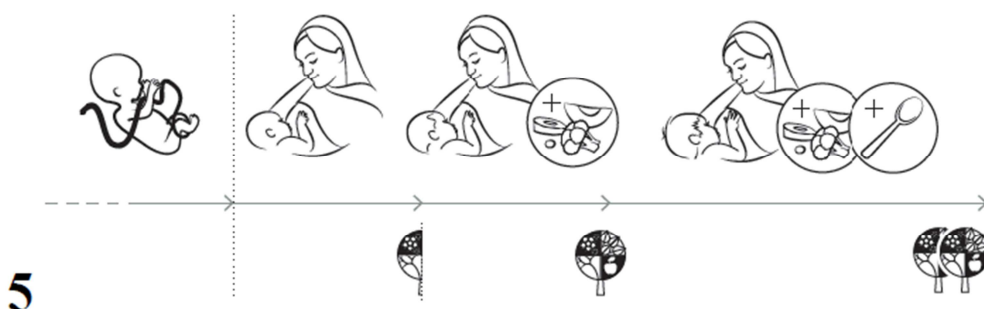
Poppate frequenti, garantire anche di notte una adeguata introduzione di latte



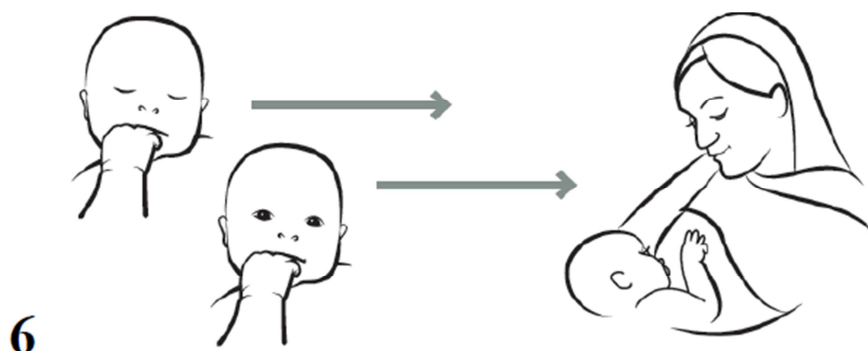
www.elacta.eu/de/neu-hilfreiche-dokumente-fuer-ihre-arbeit-neu.html



La produzione di latte dipende dalla quantità di latte che è richiesta in quel momento dal bambino. Nei primi giorni l'aggiunta di altri alimenti, liquidi e succhiotti può disturbare questo scambio di feedback e dovrebbe essere evitato



L'allattamento al seno è il proseguimento naturale della gravidanza . L'OMS raccomanda l'allattamento esclusivo per i primi 6 mesi e la prosecuzione dell'allattamento dopo l'introduzione di una adeguata alimentazione complementare per almeno 2 anni ed oltre se la mamma ed il bambino lo desiderano



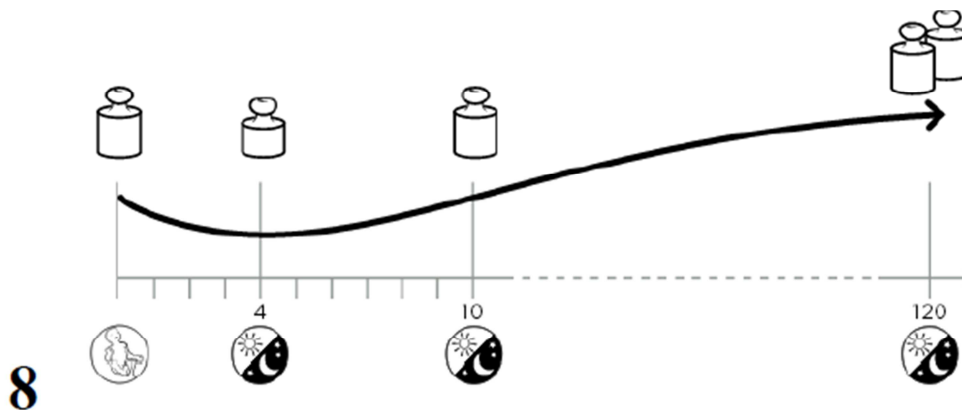
I bambini mostrano quando vogliono essere allattati al seno. Possono mostrarlo anche mentre dormono. Diventano irrequieti, iniziano una ricerca con i movimenti della testa, con rumori di suzione, aprono la bocca , fanno movimenti di suzione e rumori delicati o movimenti portando le mani alla bocca . Il pianto è un segnale di fame molto tardivo .



[www.elacta.eu/de/neu-hilfreiche-dokumente-fuer-ihre-arbeit-neu.html](http://www.elacta.eu/de/neu-hilfreiche-dokumente-fuer-ihre-arbeit-neu.html)



Quando attacchi il bambino al seno assicurati che il bambino abbia la bocca spalancata ed attaccandosi al seno prenda la maggior porzione possibile di mammella



Durante i primi giorni , la maggior parte dei neonati perde un po' di peso . Il tuo bambino prende latte a sufficienza se raggiunge il peso della nascita entro i 10 giorni di vita e se dopo ha un incremento di peso stabile. Intorno ai 4 mesi la maggior parte dei bambini raddoppia il peso della nascita.

Italiano

