



Baby Wellness
FOUNDATION

Baby Wellness Specialist

MODULO 1: L'importanza dell'allattamento e del corretto avviamento dell'alimentazione complementare

Baby Wellness Foundation
Percorso formativo
Dr.ssa Alexandra Semjonova
Data 10 / 11 / 2021

I 7 principi del Baby Wellness

www.babywellnessfoundation.org



Il suo benessere comincia molto prima della nascita



Il miglior nutrimento fin dall'inizio



La buona nanna



La salute, il bene più prezioso



Cura e attenzioni amorevoli



Lo sviluppo armonico del bambino



Scegliere e utilizzare correttamente i prodotti di prima infanzia

fonte: BABY WELLNESS BOOK, 2021



Baby Wellness
FOUNDATION

- La prima poppata
- Latte materno e i suoi componenti MOM
- Perché' allattare al seno
- I sostituti del latte materno





Baby Wellness
FOUNDATION

La nascita...

La nascita di un bambino rappresenta un'esperienza indimenticabile per una donna, che incide profondamente nella sua vita concreta, emotiva, relazionale



Cosa succede dopo il parto

- Contatto pelle a pelle e il suo significato (video)
- Breast crawl (video)
- Rooming in
- Prima poppata (video)
- Primo bagnetto
- Primo vestitino



Baby Wellness
FOUNDATION

La prima poppata...

La prima ora speciale





- **ALLATTAMENTO AL SENO ESCLUSIVO:** il neonato assume soltanto latte materno, compreso latte materno spremuto o latte materno donato. Prende gocce e sciroppi (vitamine, minerali, farmaci) o soluzioni reidratanti orali su indicazione medica. Non assume nessun altro alimento liquido o solido.
- **ALLATTAMENTO AL SENO PREDOMINANTE:** il neonato assume come fonte predominante di nutrienti il latte materno, compreso latte materno spremuto o latte materno donato. Il bambino assume inoltre gocce, sciroppi e altri liquidi non nutritivi: acqua, the, tisane, succhi di frutta non zuccherati. Non sono però assunti altri liquidi nutritivi, in particolare latte non umano.
- **NON ALLATTAMENTO AL SENO:** il bambino assume qualsiasi alimento o liquido, compreso il latte non umano, ma non assume latte materno, né al seno, né tirato, né latte umano donato.



Seguici su Facebook

BABYWELLNESSFOUNDATION

facebook®

Latte materno

È ricchissimo di sostanze nutritive che alimentano e proteggono il bambino, ma sapevi che la sua composizione varia nel corso del tempo?

Scopri cosa contiene il latte materno e come il suo contenuto cambia per soddisfare le esigenze del tuo bambino.

fonte: BABY WELLNESS BOOK, 2021





Baby Wellness
FOUNDATION

I primissimi giorni: il colostro

Il primo latte che i tuoi seni producono dopo il parto è il colostro. Questo latte materno denso e appiccicoso viene spesso chiamato "oro liquido", non soltanto per il suo colore giallo-arancione, ma anche perché è importantissimo per la nutrizione e la protezione del tuo neonato ancora vulnerabile.

fonte: BABY WELLNESS BOOK, 2021



Le due settimane successive: **il latte di transizione.**

Durante la prima settimana di vita del bambino, tra il secondo e il quarto giorno circa, la quantità del latte materno cambia. Il seno diventa più pieno e più rigido, un cambiamento conosciuto con il nome di "montata lattea".

fonte: BABY WELLNESS BOOK, 2021





Baby Wellness
FOUNDATION

Dalle quattro settimane in poi: il latte maturo

Entro le quattro settimane di vita del neonato il tuo latte sarà diventato completamente maturo. Sarà ricco di...

fonte: BABY WELLNESS BOOK, 2021



Da cosa è composto il latte materno?



fonte: *BABY WELLNESS BOOK*, 2021

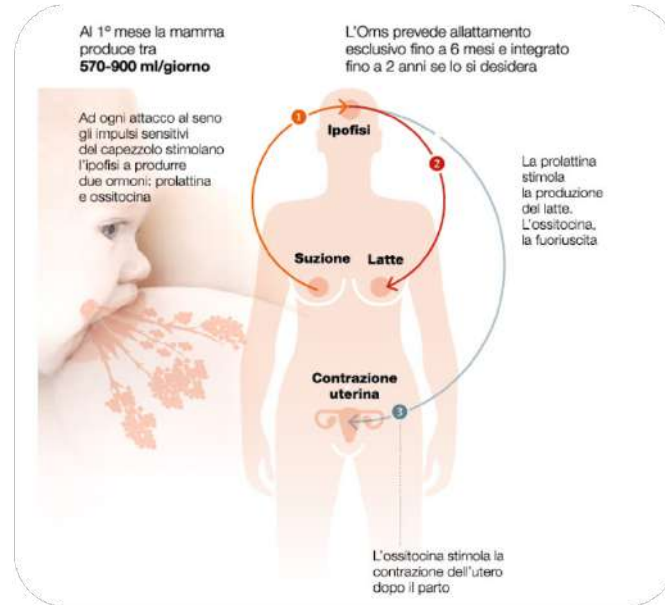
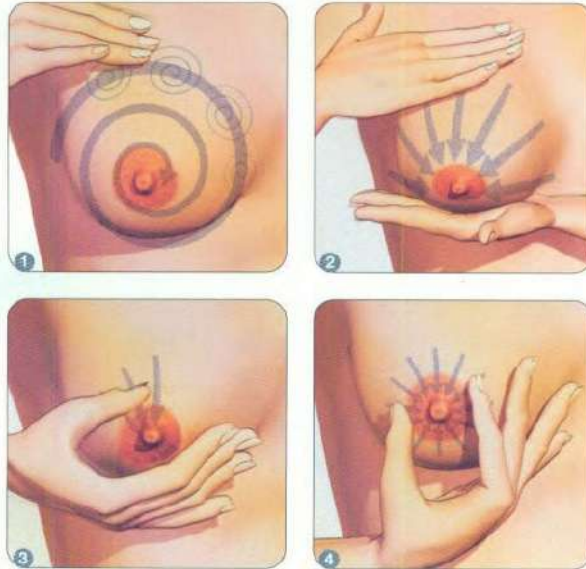


Baby Wellness
FOUNDATION



Come sostenere la produzione del latte della mamma?

5 MODALITÀ





Come e perché conservare il latte materno?

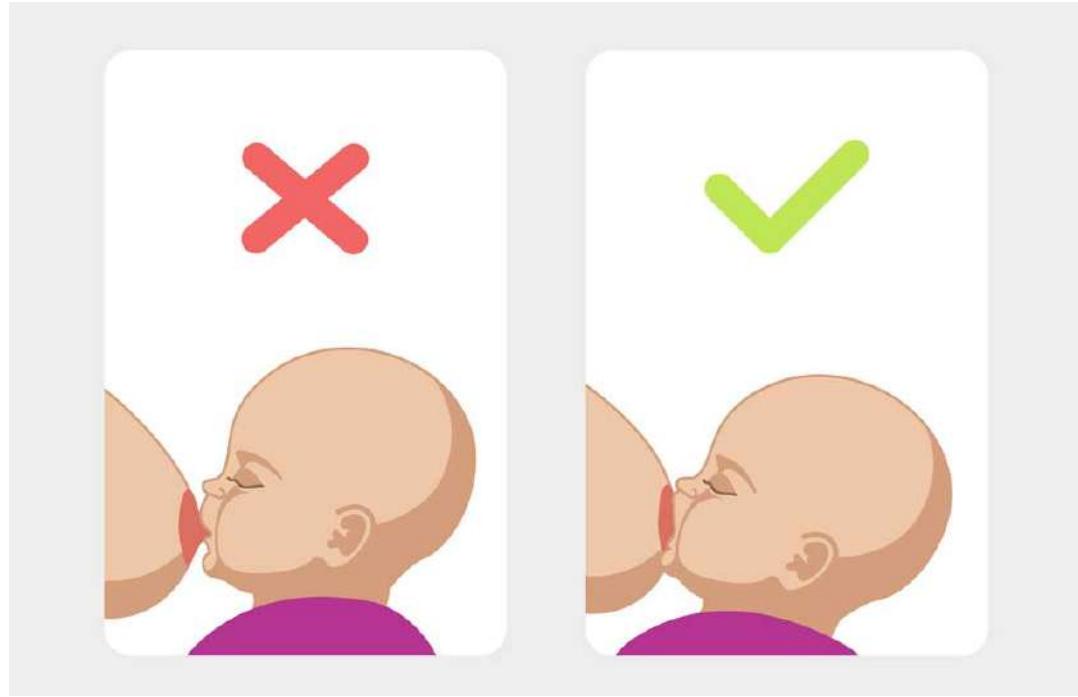


Come e perché conservare il latte materno?

- Lavare gli oggetti coi quali entra in contatto con acqua calda e sapone, sciacquare molto bene e lasciare asciugare.
- Lavarsi le mani prima di tirarsi il latte o di manipolarlo.
- Riscaldare il latte a bagnomaria (non utilizzare fonti di calore diretto o microonde).
- Il latte tirato in momenti diversi nell'arco delle 24 ore può essere mescolato, dopo averlo preventivamente raffreddato in frigo.
- Se il latte è stato tolto dal congelatore e conservato a temperatura ambiente per un tempo massimo di 8 ore o conservato nel frigorifero fino a 24 ore, va usato o gettato.

LATTE	TENUTO DOVE	TEMPERATURA	IDEALE/ ACCETTABILE
Fresco	Temperatura ambiente	26°	4 ore – 6 ore
Fresco	Frigo (parte più fredda)	< 4°	4 gg – 8 gg
Fresco	Congelatore frigo a 2 porte	- 18°	3 mesi – 6 mesi
Fresco	Congelatore separato	- 20°	6 mesi – 12 mesi
Congelato	Posto nel frigo	< 4°	24 ore
La durata non è cumulabile			
Temperatura di un elettrodomestico più elevata = Minor durata del latte			

Come attaccare il bambino al seno?



I 7 principi del Baby Wellness

www.babywellnessfoundation.org



Il suo benessere comincia molto prima della nascita



Il miglior nutrimento fin dall'inizio



La buona nanna



La salute, il bene più prezioso



Cura e attenzioni amorevoli



Lo sviluppo armonico del bambino



Scegliere e utilizzare correttamente i prodotti di prima infanzia

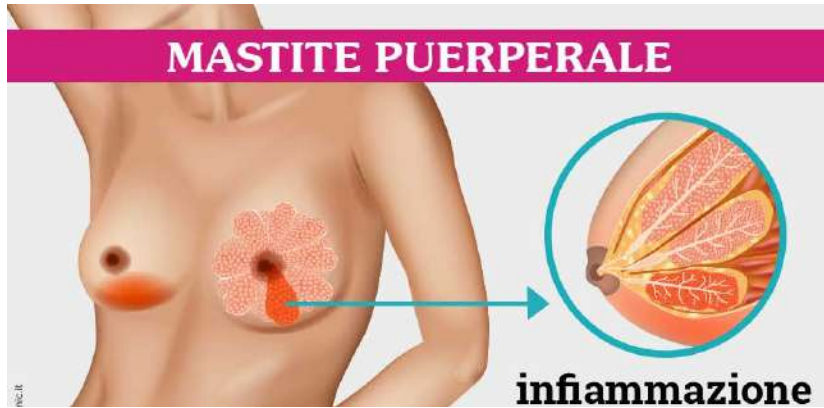
fonte: *BABY WELLNESS BOOK, 2021*



Baby Wellness
FOUNDATION

Problemi dell'allattamento al seno? Come possiamo aiutare?

PROBLEMA



COME RISOLVERE

- Riposo
- Massaggio del seno
- Applicazione di impacchi caldi (borsa d'acqua calda)
- Poppata e impacchi freddi subito dopo,
- Somministrazione di paracetamolo (Tachipirina)

RAGADI AL SENO



USO DI PARACAPEZZOLI



I sostituti del latte materno

Solo in caso di indisponibilità ad allattare o di latte materno insufficiente è necessario ricorrere ai latti formulati, unica alternativa nutrizionalmente adeguata nel corso del primo anno di vita.



LATTI SPECIALI (FORMULE LATTEE)

Gli alimenti lattei dietetici vengono chiamati **Latti Speciali** in quanto sono formulati con una composizione specifica che è idonea per le **esigenze nutrizionali dei lattanti affetti da patologie particolari** che non possono essere alimentati, come tutta l'infanzia in buona salute, con il latte materno o con i latti artificiali ordinari.

I Latti Speciali, per la loro caratteristica, sono regolamentati nella categoria dell'Allegato 1 denominata **“Alimenti dietetici a fini medici speciali”**.

Indicazioni di utilizzo

I latti speciali, più propriamente chiamati **formule lattee**, sono indicati in molti stati patologici in cui si manifesta:

MALASSORBIMENTO INTESTINALE

TURBE DEL METABOLISMO

Allattamento al seno e covid



Come dichiarato
dall'UNICEF,
dall'Accademia di
medicina per
l'allattamento al seno,
OMS e CDC,
**è possibile e
consigliabile continuare
ad allattare al seno**
per tutte le mamme,
anche se affette da
Covid-19

<https://babywellnessfoundation.org/>



Grazie per l'attenzione

Dr.ssa Alexandra Semjonova – alexandra.semjonova@babywellnessfoundation.org