



# *Nascere al Carlo Poma*

Da qui inizia l'avventura più bella della tua vita



Dipartimento Materno Infantile → Percorso Nascita



Carlo Poma

Sistema Socio Sanitario  
 Regione  
Lombardia  
ASST Mantova

## Rooming-in

Cari genitori,  
vogliamo darvi alcune informazioni per aiutarvi a capire cosa succede dopo la nascita del bambino.

Il nostro ospedale promuove il contatto pelle a pelle per le prime due ore di vita del neonato, sotto la sorveglianza del personale ostetrico e infermieristico. Questi momenti sono importanti per conoscervi, per instaurare un legame di attaccamento e per favorire un buon avvio dell'allattamento. Questo contatto infatti, guida il bambino a cercare attivamente di attaccarsi al seno. Il senso principale che guida il tuo bambino è l'olfatto, per questo il bagnetto verrà ritardato nelle ore successive, per permettere al tuo piccolo di toccare il seno con le manine ancora bagnate di liquido amniotico e raggiungere il capezzolo grazie a questa guida olfattiva.

Al termine del "pelle a pelle", anche detto skin to skin, entrambi verrete portati nel reparto di Ostetricia e, dopo alcuni minuti di osservazione, potrete stare sempre insieme.

La simbiosi che mamma e bambino hanno conosciuto in gravidanza, cambia forma e modalità, ma continua intatta dopo il parto. La vicinanza continuativa, l'abbraccio ed il corpo accogliente della mamma mettono il bambino nelle condi-

zioni ottimali per affrontare al meglio l'impegnativa, ma straordinaria avventura di nascere e crescere nel suo complesso.

Questo approccio "madre-neonato" è chiamato rooming-in ed è esteso nelle 24 ore: questo significa per la mamma avere il suo bambino accanto a sé giorno e notte, favorendo la relazione fin dai primi momenti di vita, ma soprattutto favorendo l'allattamento al seno. Verrà insegnato infatti alla mamma a riconoscere i primi segnali di fame del piccolo, per permetterle di offrire il seno in un momento in cui è al massimo delle sue capacità di poppare.

Nel caso di difficoltà nella gestione del neonato il personale del nido, supportato dalle ostetriche, sarà felice di aiutarvi in stanza, cercando di preservare il contatto simbiotico delle prime ore di vita col vostro bambino. Nell'impossibilità della mamma di tenere con sé il bambino per ragioni di salute, verrà garantita la sorveglianza infermieristica del neonato.



Professionisti sanitari

- **Infermiere del nido:**

è riconoscibile dalla casacca azzurra con coniglietto sulla tasca

- **Ostetrica:**

ha la divisa bianca con le bande di colore rosa

- **Medico:**

è contraddistinto da divisa bianca e camice bianco

- **Coordinatore infermieri:**

porta la divisa bianca

- **Coordinatore ostetriche:**

porta la divisa bianca

- **Oss:**

ha la divisa bianca con le bande di color giallo

### Organizzazione della giornata

Di prima mattina le infermiere del nido effettuano il **controllo dei parametri** (frequenza cardiaca e saturazione d'ossigeno) dei bambini in dimissione, il **controllo della bilirubina** transcutanea (per la rilevazione dell'ittero) e le **prove audiometriche** (test dell'udito).

Viene fatta anche la **prova del riflesso rosso** che è essenziale per il precoce riconoscimento di situazioni che potenzialmente possano mettere in pericolo la vista del neonato (cataratta, il glaucoma, il retinoblastoma). In caso di sospetto di patologia viene prenotata una visita oculistica di controllo per confermare o negare il sospetto. Tale controllo verrà ripetuto anche dal Pediatra di Libera Scelta durante tutte le successive visite di controllo dello stato di salute.

Successivamente la mamma e il piccolo vengono accompagnati al nido per la **visita** quotidiana con il neonatologo. Se la mamma non riesce a essere presente (ad esempio per recente parto con taglio cesareo), viene informata delle condizioni di salute del suo bimbo.

Nel pomeriggio le infermiere del nido invitano le mamme a visionare o effettuare insieme la

## **medicazione del moncone ombelicale** e il **bagnetto**.

Durante tutta la giornata, in qualsiasi momento, un **pediatra** è a disposizione per ulteriori chiarimenti e le infermiere sono a disposizione per la valutazione della poppata e il supporto nella gestione del bambino, del cambio pannolino o di qualsiasi esigenza si manifesti.

A tutti i neonati viene effettuato lo **screening delle malattie metaboliche**. Si tratta di un piccolo prelievo di sangue dal tallone effettuato dopo la 49esima ora di vita. L'esame richiede circa due ore di digiuno del neonato. L'infermiera di turno è a disposizione per concordare il momento migliore per l'esecuzione del prelievo.

Le **dimissioni** generalmente vengono consegnate nel primo pomeriggio. È necessaria, per la dimissione, la firma della cartella clinica da parte di un genitore munito di documento di identità.

I primogeniti hanno la possibilità di ritornare per una **visita di controllo** nell'ambulatorio di neonatologia, nei giorni immediatamente successivi alla dimissione.

A disposizione delle mamme è inoltre stato istituito, con cadenza settimanale il mercoledì, un **ambulatorio allattamento** dove una Consulente in Allattamento certificata (IBCLC) è a disposizione per valutare eventuali problemi o dubbi sull'allattamento e trovare strategie utili alla loro risoluzione, eventualmente in collabo-

razione col Pediatra di Libera scelta o altre figure che si occupano della diade madre-bambino.



## L'allattamento al seno

Il **latte materno** è l'alimento normale per il neonato. Nessun altro alimento contiene infatti gli **elementi nutritivi ed immunitari specifici per il neonato**, come il latte della sua mamma.

Permette una **crescita ottimale** del bambino e un'ottima **protezione immunitaria**. Il latte materno cambia la sua composizione a seconda del momento della poppata, della giornata e dell'età del bambino, adeguandosi alle specifiche esigenze.

Allattare è un investimento per la salute del bambino e della mamma. È ormai risaputo e dimostrato scientificamente che ha **numerosi vantaggi** direttamente correlati alla durata dell'allattamento stesso.

L'**Organizzazione Mondiale della Sanità** raccomanda infatti che l'allattamento sia esclusivo per i primi sei mesi di vita, predominante (con aggiunta cioè di cibi complementari) per tutto il primo anno di vita e continuato fino a due anni e oltre se mamma e bambino lo desiderano.

### Per il bambino:

- Protegge dalle infezioni respiratorie e dalle otiti;
- Promuove una corretta funzionalità digestiva e intestinale, anche riducendo incidenza e durata di gastroenteriti;

- Riduce il rischio di sviluppare allergie
- Contribuisce a un corretto sviluppo del cavo orale
- Riduce il rischio di obesità, diabete e tumori

### Per la mamma:

- È gratuito, pratico, sempre pronto e alla giusta temperatura;
- Aiuta a ritornare più velocemente al peso pre gravidico ;
- Aiuta a ridurre il sanguinamento del post parto, stimolando le contrazioni dell'utero e consentendogli di ritornare più velocemente alle sue dimensioni normali;
- Riduce il rischio di sviluppo futuro di osteoporosi;
- Aiuta a prevenire forme di tumori dell'ovaio e del seno.

Per un buon avvio è importante il contatto pelle a pelle appena possibile dopo il parto. Questo incoraggerà il bambino a poppare. Alcuni bambini possono impiegare del tempo ad attivarsi alla ricerca del seno (anche un'ora e mezza). Il personale vi fornirà l'aiuto e il sostegno necessari.

Nelle ore e giorni successivi, durante il rooming-in e anche a casa, è importante incentivare poppate frequenti, se necessario offrendo il seno al bambino, per permettergli di poppare **almeno 8/10 volte nelle 24 ore**.

Questa frequenza delle poppate (o una frequenza maggiore) permette al piccolo stomaco del bambino di ricevere adeguate quantità di colostro che aumenterà di quantità e diventerà latte man mano che mamma e bambino acquisiran-

no competenza nella gestione delle poppate.

Se il bambino dorme molto, è possibile stimolarlo delicatamente con piccoli escamotage: slacciando la tutina, cambiando il pannolino, o bagnandogli le labbra con del latte materno spremuto.

**È essenziale che il bambino sia attaccato profondamente e prenda una grande porzione di seno**, non solamente il capezzolo: ciò consentirà a lui di effettuare un buon drenaggio della mammella e alla mamma di produrre più latte.



È importante cogliere i **primi segnali di fame** del bambino, questo consente di iniziare una poppata con maggiore tranquillità e profitto. Diversamente sarà necessario calmare il piccolo prima di offrire il seno.

È necessario comprendere che per il bambino è molto importante succhiare, oltre che per nutrirsi, anche per avere uno stretto contatto con la madre. È perciò normale che la richiesta possa essere molto incalzante, soprattutto nel primo periodo. C'è bisogno di molto **sostegno**, anche da parte della famiglia!

**SEGNALI PRECOCI - "Ho fame"**

- Mi muovo
- Apro la bocca
- Giro la testa di lato, cerco il seno

**SEGNALI INTERMEDI - "Ho molta fame"**

- Mi stracchio
- Mi muovo sempre di più
- Porto la mano alla bocca

**SEGNALI TARDIVI DI FAME - "Aiutami a calmarmi, poi nutrirmi"**

- Piango
- Mi agito
- Divento rosso

**È il momento in cui calmare il bambino che piange:**

- Coccolalo
- Tienilo in contatto pelle a pelle sul petto
- Parlagli
- Accarezzalo

Alcune mamme trovano utile sagomare il seno per permettere un attacco più profondo.



Allattare richiede **tempo**, è essenziale perciò che la mamma possa mettersi comoda e avere un buon sostegno del bambino.

**La posizione della mamma** deve essere comoda e rilassata. Ecco alcuni esempi:

sdraiata



12

a culla



incrociata



rugby



semireclinata



13

## La posizione del bambino:



Il bambino dovrà essere ben adeso al corpo della mamma, con la pancia ben appoggiata, testa e spalle ben sostenute ed allineate (orecchio, spalle bacino, sulla stessa linea), con il capezzolo di fronte al naso in modo da consentire di annusarlo e spalancare la bocca (come per uno sbadiglio) per afferrare un grande boccone di seno.

## I segni di un buon attacco sono:

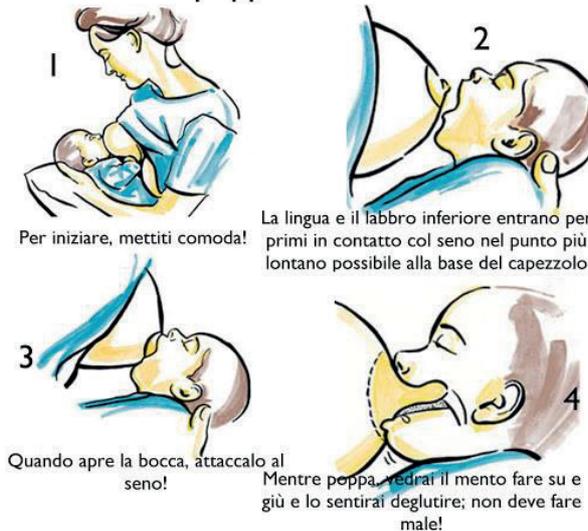


La poppata non dovrebbe essere dolorosa, ad eccezione di un certo fastidio all'inizio (con le prime suzioni) dovuto allo stiramento del capezzolo che si posiziona correttamente in fondo alla bocca del bambino.

Se durante la poppata avverti dolore persistente, avvisa il personale che individuerà la causa e ti fornirà aiuto.

Entrambi i seni vanno stimolati, non necessariamente nella stessa poppata. Puoi alternarli nelle varie poppate.

## Una poppata al rallentatore



Per mantenere il bambino attivo al seno, o per aumentare la quantità di latte che assume, potrebbe essere necessario effettuare delle compressioni della mammella durante la suzione, per garantire un maggiore afflusso di latte.



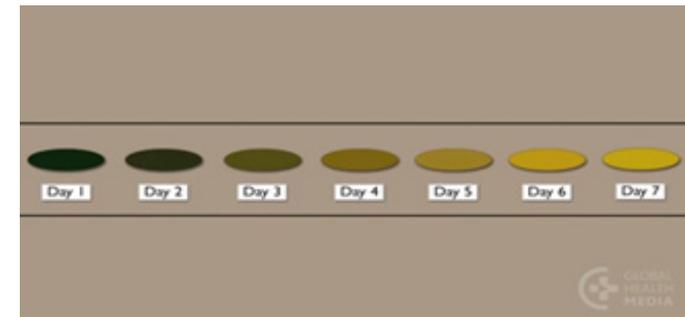
Le poppate non hanno una durata stabilita e uguale per tutte le coppie mamme-bambino.

Occorre prestare attenzione che il bambino rimanga attivo al seno e poppi vigorosamente almeno per i primi dieci minuti. Con il passare delle ore si inizierà a sentirlo deglutire sempre più frequentemente.

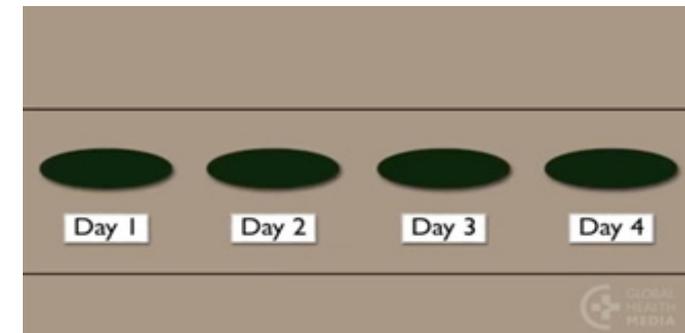
### Come sapere se il bambino sta assumendo sufficiente latte

Ogni mattina, durante la visita del neonatologo, il bambino verrà pesato nudo. Nei primi giorni è normale che il peso diminuisca (calo fisiologico), tuttavia è necessario offrire poppate frequenti perché il peso non scenda eccessivamente.

Controlla quotidianamente il pannolino per assicurarti della produzione di cacca e pipì. È utile creare una sorta di diario delle poppate e delle evacuazioni. Il tuo bambino dovrebbe fare almeno una pipì per ogni giorno di vita e le sue feci che inizialmente sono nere e appiccicose (meconio) entro la prima settimana dovrebbero assumere un colorito giallognolo e una consistenza piuttosto liquida.



Se al quarto giorno il tuo bambino scarica ancora meconio, è segno che non si sta alimentando a sufficienza. Potrebbe essere necessario incrementare la frequenza delle poppate o renderle più efficaci, ad esempio effettuando compressioni del seno mentre il bambino succhia.



Il **volume dello stomaco** di un neonato è molto piccolo, per questo richiede poppate frequenti!

### Forma e Volume dello Stomaco di un Neonato

1 giorno dimensione 1 ciliegia 5/7 ml	3 giorno dimensione 1 noce 22/27 ml	1 settimana dimensione 1 albicocca 45/60 ml	1 mese dimensione 1 uovo 80/150 ml
--	--	--	---

*Alimentazione in Girasidaman*

Se è necessario spremere del latte per svegliare il bambino, per nutrirlo nell'impossibilità di attaccarlo al seno, per somministrare delle aggiunte o per incrementare il volume di latte prodotto nei primi giorni (prima dell'arrivo della montata latte) risulta particolarmente efficace la **sprematura manuale** preceduta da un efficace massaggio del seno.

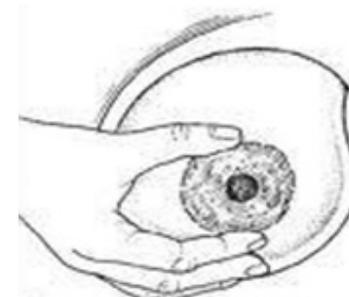
Prima massaggia per 3-4 minuti



a. Porre indice e pollice ai lati dell'areola e premere verso la parete toracica

b. Premere da dietro il capezzolo e l'areola tra indice e pollice

c. Premere dai lati per svuotare tutti i segmenti



Somministra il latte raccolto con un cucchiaino.



## Dieta della mamma



L'alimentazione della mamma che allatta deve essere **varia e completa**. Deve assumere **liquidi** sufficienti a prevenire la sete. Non ci sono particolari cibi o bevande in grado di aumentare la produzione di latte che è invece assicurata da poppate efficaci e frequenti. Inoltre un valido aiuto è rappresentato dal **riposo** e dal **sostegno** degli operatori e della famiglia!

Non esistono alimenti controindicati. Se in gravidanza le mamme erano abituate ad assumere cibi anche speziati, lo stesso è possibile anche durante l'allattamento dato che il neonato grazie al liquido amniotico conosce già questi sapori.

Caffè, tè, cioccolato, coca-cola, vino e birra vanno consumati in dosi moderate.

Diversamente, **fumo e alcool sono sostanze altamente nocive per il bambino**. Qualora la madre non riesca a eliminarne il consumo è tuttavia fortemente raccomandato ridurre l'uso o limitarlo immediatamente dopo la poppata per far sì che trascorra un certo lasso di tempo prima della poppata successiva.

## Il benessere del neonato



### La postura del neonato

La posizione più sicura durante il sonno è quella **supina** (a pancia in su) o la **posizione sul fianco** con adeguato contenimento. Questo sembra prevenire la **SIDS** (morte improvvisa del lattante o morte in culla). Le cause esatte sono ancora sconosciute, ma alcuni comportamenti preventivi come la nanna sicura nei primi mesi di vita: la suzione durante il sonno e l'allattamento al seno possono ridurre molto il rischio di tale evento.

### Riconoscere i segni del benessere del vostro bambino

- 1) Il piccolo bagna almeno due pannolini nelle prime 48 ore di vita che aumenteranno sino a sei al giorno dopo il 5° giorno
- 2) Il bambino succhia vigorosamente, il movimento della mandibola è visibile e la deglutizione è udibile
- 3) Il bambino fa otto o più poppate durante le 24 ore
- 4) Il bambino ha un'aria soddisfatta dopo la poppata
- 5) Le mammelle sono meno tese dopo la poppata
- 6) Il bambino cresce di peso dopo i primi giorni

## Medicazione e bagnetto



### Medicazione del cordone ombelicale

Va effettuato una volta al giorno o ogni qual volta la si vede sporca durante il cambio del pannolino. Si esegue con una garza sterile e asciutta arrotolata alla radice del moncone stesso, coperta da un'ulteriore garza e fissata da una retina elastica. Nel caso di moncone evidentemente sporco o bagnato di pipì si può pulire con garza sterile imbevuta di acqua ossigenata, da lasciare sul moncone per qualche minuto tamponare sul moncone e poi sostituire con garza asciutta.



Una volta caduto il moncone (all'incirca dopo 7/15 giorni) sarà sufficiente una deterzione quotidiana con acqua ossigenata e l'asportazione di eventuali residui con garza sterile.



### Bagnetto

Il bagnetto del neonato non deve essere necessariamente fatto ogni giorno. La temperatura ideale dell'acqua deve essere attorno ai 37.5/38 gradi centigradi. Utilizza un detergente quanto più possibile delicato e senza profumo. Può essere effettuato fin dai primi giorni, avendo cura di limitarne la durata affinché il moncone non assorba troppa umidità e asciugandolo velocemente.

In alternativa è possibile eseguire una doccetta.

## Prima della dimissione



### La dimissione protetta

Per assicurare continuità al sostegno e all'assistenza ricevuti in ospedale una volta a casa, è possibile aderire al progetto "**A casa insieme**" che rappresenta una sorta di dimissione protetta. Le mamme che lo desiderano, saranno invitate a compilare un questionario che verrà inviato al consultorio familiare di riferimento. Nei giorni successivi alla dimissione si verrà quindi contattate telefonicamente dalle ostetriche del territorio con tempistiche diverse a seconda delle vostre necessità.

È inoltre possibile accedere all'**Ambulatorio Allattamento** su invito del personale al momento delle dimissioni o prenotando al numero 0376201478 dalle 8 alle 12.

L'Ambulatorio ha cadenza settimanale con orario 8-15 e appuntamenti individuali o per piccoli gruppi della durata di un'ora, in cui una consulente allattamento certificata (ibclc) sarà a disposizione per sostenere le mamme, rispondere a dubbi o individuare la causa di eventuali problemi ed elaborare, in accordo con la mamma, strategie utili alla loro risoluzione.

**TAS — Tavolo tecnico operativo interdisciplinare sull'Allattamento al Seno**

[www.salute.gov.it](http://www.salute.gov.it)

**La Leche League** [www.lllitalia.org](http://www.lllitalia.org)

**UNICEF Italia** [www.unicef.it](http://www.unicef.it)

**Movimento Allattamento Materno Italiano**

[www.mami.org](http://www.mami.org)

**Ibfan Italia** [www.ibfan.org](http://www.ibfan.org)

**Associazione Consulenti Professionali** [www.aicpam.org](http://www.aicpam.org)

**La Gazzetta della Prolattina**

[www.lagazzettadellaprolattina.it](http://www.lagazzettadellaprolattina.it)

**Epicentro** [www.epicentro.iss.it/argomenti/allattamento/allattamento.asp](http://www.epicentro.iss.it/argomenti/allattamento/allattamento.asp)

**Genitori Più** [www.genitoripiu.it](http://www.genitoripiu.it)

**Associazione Italiana Banche del Latte Umano Donato** [www.aiblud.com](http://www.aiblud.com)

**Centro Tossicologico dell'Ospedale Papa Giovanni XXIII Bergamo — 800 88 33 00 (informazioni sulla compatibilità dei farmaci in gravidanza e allattamento)**

**E-lactancia** [www.e-lactancia.org](http://www.e-lactancia.org) (compatibilità farmaci in allattamento)

**Federazione Nazionale Collegi Ostetriche** [www.fnco.it](http://www.fnco.it)

**Un Pediatra Per Amico** [www.uppa.it](http://www.uppa.it)

**Biological Nurturing** [www.biologicalnurturing.com](http://www.biologicalnurturing.com)

**Raccomandazioni Sonno Sicuro**

[www.sidsitalia.it](http://www.sidsitalia.it)

**Guppo di Sostegno Mamme Peer Mantova**

Pagina fb: Gocce di Latte Mantova,

mail: [goccedilatte.mn@gmail.com](mailto:goccedilatte.mn@gmail.com)

Ti auguriamo un sereno soggiorno  
nel nostro reparto, sperando di es-  
serti d'aiuto e di sostegno nella tua  
nuova avventura di mamma.

Il personale di Ostetricia  
e Neonatologia

