

Allattamento



Posizione a culla



Posizione a culla modificata

Come tenere il bebè



Posizione reclinata



Allattare sdraiata



Posizione trasversale



Come massaggiare il seno

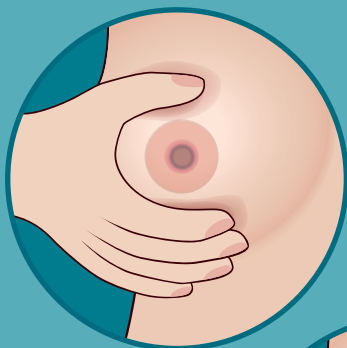


Con delicati movimenti circolari del tessuto ghiandolare.

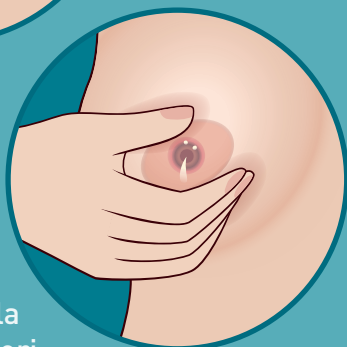


Accarezzando la mammella dalla periferia verso il capezzolo.

Come estrarre il latte



Comprimere il capezzolo con il pollice e l'indice. Le altre dita sollevano leggermente il seno. Premere il pollice e l'indice in dentro verso la gabbia toracica.



Esercitare una leggera pressione delle dita in avanti.

Uno specialista la consiglia volentieri.



Il bebè ha fame quando:

- schiocca la lingua sul palato
- porta le mani alla bocca

Come attaccare il bebè al seno:

- prima che pianga
- con la bocca spalancata
- pancia contro pancia
- con orecchio, spalla e anca allineati



Come saziare il bebè

Come beve il bebè:

- il seno riempie la sua bocchina
- con le labbra estroflesse
- la mamma vede e sente come deglutisce

Il bebè è sazio se:

- è rilassato
- ha aperto i pugnetti
- il seno si è riammorbidito

Il latte è sufficiente se:

- il bebè urina 5-6 volte al giorno
- nelle prime settimane va di corpo più volte al giorno



Frequenza delle poppate

- se il bebè ha fame o vuole succhiare
- circa 8-12 volte al giorno

www.allattare.ch/shop

Italiano, tedesco, francese, inglese spagnolo, portoghese, albanese, bosniaco/croato/serbo, turco, tamilico, arabo, tigrigna, ucraino



Sicurezza affettiva

Anche tra un pasto e l'altro il bebè ama:

- la vicinanza di mamma e papà
- il contatto pelle a pelle



Contatti uno specialista!



© 2023 Promozione allattamento al seno Svizzera;
Design: Judith Zaugg

www.allattare.ch