

È il giorno della mia nascita, Abbracciami!

Il contatto pelle a pelle per te e il tuo piccolo

Che cosa è il “contatto pelle a pelle”?

“Contatto pelle a pelle” significa che il tuo bambino viene messo a pancia in giù direttamente sul tuo torace, non appena è nato. Il personale sanitario lo asciuga e lo ricopre con un telo caldo, e lo sistema appoggiato sul tuo torace. Le prime ore di contatto pelle a pelle con le coccole permettono a te e al tuo piccolo di conoscervi reciprocamente, e portano anche altri importanti vantaggi per la salute. Se è necessario che il piccolo sia visitato prima dal pediatra, o se il tuo parto avviene con il taglio cesareo, puoi togliergli il telino e stringerlo al petto poco dopo la nascita. I neonati amano il contatto pelle a pelle, ed è irresistibile per le neo mamme. Va bene iniziare lentamente man mano che cominci a conoscere il tuo piccolo.

Allattamento al seno

Il contatto stretto fra a te e tuo figlio è il migliore inizio per l'allattamento al seno. Otto differenti ricerche hanno dimostrato che i neonati che praticano il contatto pelle a pelle poppano meglio al seno, e mantengono l'allattamento in media per 6 settimane di più e oltre, rispetto agli altri. L'Accademia Americana di Pediatria raccomanda che tutti i neonati allattati al seno trascorrano il tempo pelle a pelle subito dopo la nascita. Tenere il tuo bambino pelle a pelle durante le prime settimane può farti capire più facilmente quando nutrirlo, specialmente se è un po' sonnolento.

Un passaggio “dolce”

Il tuo petto rappresenta il posto migliore per far abituare il tuo bambino alla vita esterna. Paragonati ai neonati che sono fasciati o che stanno nella culla i piccoli che beneficiano del contatto pelle a pelle sono più caldi e più calmi, piangono meno, ed hanno tassi glicemici migliori.

Bonding

Tenere stretto al petto pelle a pelle può influire sulla tua relazione con il piccolo. I ricercatori hanno osservato madri e piccoli durante i primi giorni di vita, ed hanno notato che le mamme che praticano il contatto pelle a pelle toccano e stringono i loro figli molto più spesso. Anche dopo un anno, le mamme che praticano il contatto pelle a pelle coccolavano di più i loro piccoli durante una visita del pediatra.



Photo © 2005 Pascale Wowak

Il contatto pelle a pelle oltre la sala parto.

Tener stretto il piccolo pelle a pelle dopo la dimissione farà sì che il tuo bambino possa stare caldo e comodo sul tuo petto, ed i vantaggi per il legame, per la tranquillità e per l'allattamento al seno continueranno probabilmente ben oltre la nascita. Il contatto pelle a pelle può aiutare a tenere il neonato vigile durante la poppata se tende ad essere sonnolento. Anche i papà possono stringere al petto i loro piccoli. I padri e le madri che tengono i piccoli a contatto pelle a pelle contribuiscono a tenerli calmi e tranquilli.

Riguardo alla ricerca

Molteplici studi negli ultimi 30 anni hanno dimostrato i vantaggi del contatto pelle a pelle. In tutti gli studi qui riportati, le madri venivano scelte casualmente per tenere i piccoli pelle a pelle o per osservarli a una certa distanza. Per maggiori informazioni vedere: Anderson GC, GC. Moore, E. Hepworth, J. Bergman, N. Early skin-to-skin contact for mothers and their healthy newborn infants. [Systematic Review] *Cochrane Pregnancy and Childbirth Group Cochrane Database of Systematic Reviews*. 2, 2005.

da



Massachusetts
Breastfeeding
Coalition

254 Conant Road, Weston, MA 02493
www.massbfc.org | © 2006 MBC and Alison Stuebe
A cura di Mario Cirulli pediatra IBCLC