

Quando l'attacco è difficile e doloroso
e la mamma desidera allattare coricata sul fianco.

Posizione a "grande C"

Nicoletta Boero, IBCLC

Durante le visite a domicilio le mamme chiedono spesso un aiuto per poter riposare a letto con il loro bambino a fianco, così da poterlo allattare tranquillamente senza doversi sedere. Soprattutto la notte diventa decisamente utile ed aiuta a godere di uno dei vantaggi dell'allattamento che è quello di non doversi alzare di notte o dover cercare altre posizioni.

In assenza di dolore all'attacco e ad allattamento avviato, sappiamo che tutte le posizioni diventano più facili e utilizzabili. Quando la consulenza riguarda però una difficoltà di attacco al seno e se vi è dolore al capezzolo, anche se l'efficacissima "biological nurturing", detta anche "stile libero", risolve molti problemi, con la posizione coricata classica ho avuto spesso riscontri negativi.

Ma è proprio durante le prime ore in cui si allatta, durante i primi giorni, che la precisione nell'attacco al seno, quello che si ottiene con "l'incastro migliore", è più importante per avviare al meglio l'allattamento. Contemporaneamente, c'è bisogno di strumenti che permettano alle madri di riposare. Ho iniziato a studiare le varie possibilità con la mamma coricata, compresa la tradizionale posizione a "guscio", tenendo conto di molti elementi che potevano ostacolare e cercando quelli che potessero aiutare.

Partendo a ragionare dal fatto che il bambino deve arrivare al seno in una posizione che favorisca l'attacco, e sapendo che più il bambino è libero e meglio riesce ad esprimere i suoi riflessi, ho cercato come si potevano creare le condizioni per un comodo ed accogliente aggancio. Attraverso una serie di foto sarà più facile comprendere come si può mettere in pratica.

Foto 1



Foto 1: La mamma si posiziona con la testa sulla parte esterna del cuscino portando il bacino al centro del letto e, se cambia seno per allattare sull'altro lato, si posiziona con la testa sulla parte esterna del cuscino al centro del letto portando il bacino verso l'esterno. Le ginocchia si troveranno quasi in asse con la testa e in mezzo a loro verrà posizionato un cuscino ripiegato o sufficientemente alto per lasciare uno spazio tra le gambe della mamma. Durante il posizionamento è importante che la mamma riesca a scaricare il peso verso l'interno e proprio sul cuscino in modo da non restare in tensione con la schiena.

Foto 2



Foto 2: La mamma può iniziare a posizionarsi anche avendo il bambino a fianco a lei.

Foto 3



Foto 3: Il bambino viene posizionato dalla mamma stessa o con l'aiuto di una persona facendo il modo che sia completamente girato verso di lei, mantenuto in una posizione salda e bassa e se è necessario i suoi piedini verranno infilati nello spazio che si è creato precedentemente tra le gambe della mamma.

Foto 4



Foto 4: Ora per il bambino sarà possibile trovarsi di fronte al seno appoggiando il mento estendendo la testa all'indietro per poter afferrare il boccone grande ed evitare che la mamma possa sentire dolore

Foto 5



Foto 5: Facendo attenzione alla posizione il bambino riuscirà a mantenere il naso scostato e la mamma potrà utilizzare la mano libera per comprimere il seno quando e se necessario per rendere la poppata attiva.

Foto 6



Foto 6: Ora la mamma ed il bambino potranno godere di una poppata comoda ed efficace che nell'immediato post parto facilitano il buon avvio dell'allattamento ed un efficace attacco al seno.

La posizione andrà attuata tenendo conto di diversi elementi come la forma e la dimensione del seno della madre. È individuale e personalizzata, e per ottenere i migliori risultati, è utile una consulenza con una IBCLC, di persona oppure online con una videoconsulenza.

È importante ricordare che se la mamma ha l'esigenza di coprirsi lo farà creando lo spazio in mezzo alle gambe e posizionando il bambino sopra le coperte per mantenere la **sicurezza** durante il sonno per evitare di coprirlo totalmente inavvertitamente.

Un ringraziamento a *Giulia Verrastro Photography*, per le fotografie.



Nicoletta Boero, IBCLC

Mi occupo di allattamento da oltre vent'anni. Sono mamma di due figli che sono riuscita ad allattare grazie alle informazioni e all'aiuto di persone competenti. Sono IBCLC libera professionista dal 2004, formatrice dei corsi OMS-UNICEF per operatori sanitari per il sostegno all'allattamento presso il gruppo regionale in Piemonte dal 2008. Per poter aiutare tutte le mamme, a prescindere dalla loro esperienza di allattamento, ho deciso di intraprendere il percorso di formazione del massaggio indiano sul neonato Shantala.

Ricevo le mamme e i bambini per consulenze e massaggi nel mio studio, che è un nido di coccole, e a domicilio nelle zone di: Asti e provincia, Alba e dintorni, Casale Monferrato, Alessandria, Torino, Arenzano (GE).

Mail: nboero@libero.it
Facebook "[Con voi per allattare](#)"

Cell: 3473952531

