

Perché il contatto pelle a pelle?

- ✧ Dopo l'avvio della respirazione autonoma il neonato cerca di ritornare allo stato rassicurante precedente la nascita, ricerca cioè quello che è stato definito **“l’abbraccio pulsante dell’utero”**; il contatto pelle-pelle è un mezzo privilegiato che gli permette di ritrovare quell’abbraccio perso improvvisamente.
- ✧ Subito dopo la nascita il bambino inizia a sedurre la mamma e la mamma inizia ad innamorarsi del suo bambino, non il bambino immaginato durante la gravidanza, ma quello reale che vede per la prima volta, che annusa e che tocca per la prima volta.

Un mondo nuovo

l'adattamento fisiologico

✧ Dopo la nascita il neonato è sconvolto dal freddo, dalla luce e dai rumori, ma in particolare dal vuoto; avendo vissuto in acqua fino a quel momento sperimenta per la prima volta la forza di gravità ed è terrorizzato dalla sensazione di precipitare.

Il contatto favorisce:

- ★ innalzamento temperatura corporea
- ★ diminuzione dell stress
- ★ ormoni gastrointestinali
- ☞ contrazione utero
- ☞ espulsione della placenta



✿ È stato dimostrato che se nella prima ora dopo il parto il neonato viene tenuto a contatto pelle-pelle con la sua mamma la conoscenza di entrambi sarà facilitata, **la mamma sarà tanto gratificata da sentire meno la stanchezza e il dolore, il neonato sarà tanto tranquillo da aprire gli occhi e cercare il seno.**

✿ Tutto quello che avverrà nei giorni e nelle settimane successive potrà essere un po' più semplice e naturale, un passaggio tra l'utero e il mondo meno violento e complicato.

INNAMORARSI

✧ Prendere in braccio un bambino pulito, profumato e vestito è un po' come prendere in braccio un bambolotto o un bambino qualunque. Il neonato non ancora lavato, nel contatto pelle-pelle con la mamma, **innesca una relazione potente e intima** che permette ad entrambi di sentire l'odore e il calore l'uno dell'altro.

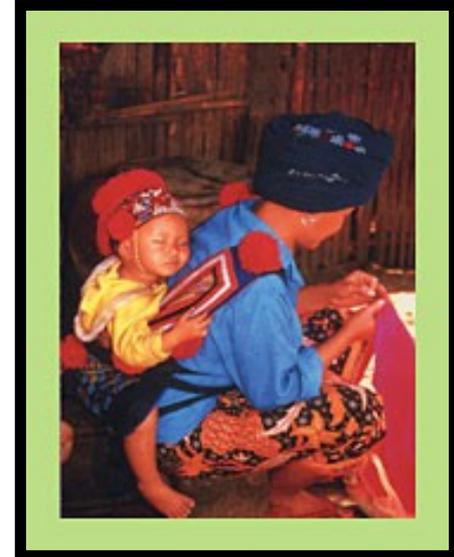


Allattare non è solo nutrimento

✿ **Nel gesto dell'allattamento al seno sono racchiusi molti elementi che aiutano l'attaccamento: madre e bambino si riconoscono dall'odore della pelle e del latte, poiché quest'ultimo ha lo stesso gusto del liquido amniotico che il bimbo beve durante la vita intrauterina. Questo rappresenta un ulteriore segnale di continuità che facilita l'instaurarsi del legame!**



✧ Il contenuto del latte materno detta la regola per una stretta vicinanza perché è estremamente calibrato sulle esigenze del bambino: rispetto a quello di altri mammiferi è povero di proteine e molto ricco di acqua, per questo il neonato ha bisogno di attaccarsi spesso al seno. Madre e bambino sono predisposti per stare vicini fisicamente.



ESIGERE RISPETTO

✧ Ad eccezione del neonato e della sua mamma nessun altro adulto è in grado di partecipare fisicamente ed emotivamente alla relazione che si crea col contatto pelle-pelle, e chi ha il compito di fornire assistenza durante il parto dovrebbe fare attenzione a **NON OSTACOLARE** questa relazione!

È il giorno della mia nascita,

Abbracciarmi!

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 trascorrono 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.



Foto © 2009 Pascale Wivard

■ Il contatto pelle a pelle oltre la sala parto.

Tenere 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, 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.



Massachusetts
Breastfeeding
Coalition

254 Conant Road, Weston, MA 02493
www.massbc.org | © 2006 SBC and Alaska Studies
A core of Marie Curie Institute (MCI)

LEGAME INDISSOLUBILE



✧ L' inizio del dialogo tra il neonato e la mamma dovrebbe avvenire come se in quel momento al mondo ci fossero soltanto loro, o come se in quel momento loro fossero il mondo.

✿ Per adattarsi alla vita extrauterina, il bambino ha bisogno, oltre che di nutrimento, anche di molto contatto fisico con le persone che si prendono cura di lui. Allora troviamo dei modi per stare insieme al bambino, scegliamo i momenti della giornata per condividere uno stretto contatto pelle a pelle

Nel ventesimo secolo il rigido
schema della tecnologia e
dell'autonomia spinge verso la
separazione madre e figlio, fin ad
arrivare a definirla normale

***“La separazione è comune,
ma anormale e nociva”***

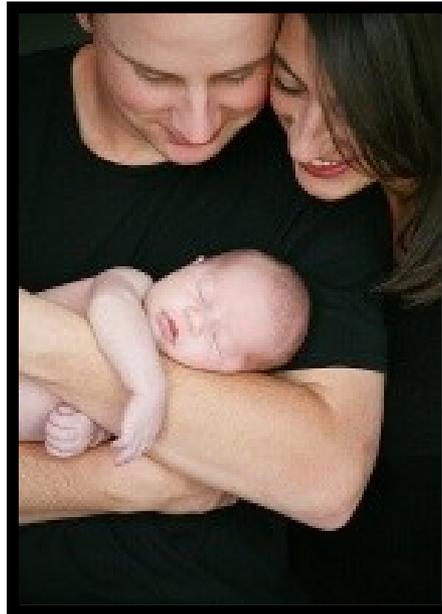
- ✧ L'**antropologia** fornisce la prova importante che il comportamento che arguiamo o che deduciamo dalla biologia e dalle discussioni evolutive è in effetti il comportamento normale per la razza umana: i neonati ed i bambini dovrebbero essere in contatto costante con la madre e dovrebbero essere **esclusivamente** allattati al seno.
- ✧ La **neurologia** può spiegare i meccanismi di sicurezza e angoscia che osserviamo quando il bambino è in contatto pelle a pelle e quando è separato.
- ✧ La **fisiologia** e la ricerca fornisce la prova in modo schiacciante che la cura della madre del canguro è non solo sicura, ma superiore.



✧ Tanto più i
bisogni del
neonato saranno
soddisfatti
(bisogno di
nutrimento, di
calore, affetto,
percezione della
presenza dei
genitori), quanto
prima egli sarà
pronto ad
esplorare da solo
il mondo esterno.



**“SOLO UN BISOGNO
SODDISFATTO CESSA DI
ESSERE UN BISOGNO”**



INCORAGGIAMO IL CONTATTO



SOSTENIAMO LA MAMMA
CHE ALLATTA

Bibliografia e siti d'interesse

- Balsamo E., *Sono qui con te*, ed. Il Leone Verde
- Gonzales C., *Bésame mucho*, ed. Coleman
- Letardi Sara, *Il mio bambino non mi dorme*, ed. Bonomi
- Liedloff J., *Il concetto del continuum*, ed. La Meridiana
- Weber, *Portare i piccoli*, ed. Il Leone Verde
- Volta A., *Nascere Genitori*, ed. Feltrinelli

- www.continuum-concept.org
- www.portareipiccoli.it
- www.vocidibimbi.it
- www.bobbe.it
- www.biologicalnurturing.com
- www.bambinonaturale.it