

L'ALIMENTAZIONE AL DITO



Se hai bisogno di ulteriori informazioni puoi chiamare

.....
.....

bene in acqua pulita e tiepida. Assicurati che non ci siano da nessuna parte residui di latte.

2. Conserva gli accessori avvolti in un tovagliolo pulito, oppure in un sacchetto di plastica sigillato, dopo averli lavati. Di solito il tubo può essere usato per 7-10 giorni o fino a quando diventa duro.

Nota: non mettere gli accessori in acqua bollente, ciò renderebbe la plastica dura molto velocemente.

Per quanto tempo continuare ad alimentare al dito il tuo bambino?

Una persona esperta che ha effettuato una formazione specifica sull'allattamento al seno, ti dirà per quanto tempo dovresti continuare con l'alimentazione al dito. Incontrati con il tuo medico di famiglia tre giorni dopo che il tuo bambino ha lasciato l'ospedale. Il medico peserà il tuo bambino e ti chiederà come lo alimenti. Porterai il bimbo dal medico per un regolare controllo, una volta la settimana devi controllare l'accrescimento e stabilire se e quando somministrare un alimento supplementare. Importanti segni rivelatori che il bambino si sta alimentando bene sono l'aumento del peso, e che bagni bene almeno 6-8 pannolini al giorno con due o più evacuazioni intestinali ogni giorno nel primo mese di vita. Una volta che il bambino cresce regolarmente e si attacca bene al seno, non avrà più bisogno di un alimento supplementare. Dopo le prime settimane potrebbe anche non avere più scariche fecali così frequenti, ma urinerà comunque dopo ogni pasto.

Se hai qualche dubbio o preoccupazione chiama il tuo medico in qualsiasi momento, o il consulente professionale in allattamento.

Tradotto da "Finger Feeding" database n° 00125 del Centro per la Promozione ed Informazione della Salute The Hospital for Sick Children Toronto Canada 1998

Un ringraziamento particolare per la collaborazione a Rosalinda Nesticò e Sabine Schweizer (consulenti professionali in allattamento materno IBCLC)

**a cura del dr. Mario Cirulli - pediatra
consulente professionale in allattamento materno
IBCLC**

Immagine di copertina Martin Ellick tratta da Images of Breastfeeding Worldwide

addirittura per un giorno intero, il tuo bambino può soddisfare la sua fame in questo modo. L'alimentazione al dito non dovrebbe richiedere più tempo di un qualsiasi altro metodo di alimentazione. Da 30 a 40 minuti sono generalmente sufficienti. Chiedi al consulente in allattamento quanto alimento supplementare il tuo neonato dovrebbe prendere ad ogni poppata e quanto spesso dovrebbe essere alimentato.

Questa informazione ti darà un'idea di quanto latte materno o formula, devi preparare e quanto spesso il tuo bambino vorrà mangiare.

Ricorda – siccome il latte materno viene digerito più facilmente e più velocemente, i bambini nutriti con latte materno possono richiedere poppate più frequenti, rispetto a quelli alimentati con latte artificiale.

Se usi l'alimentazione al dito per dare una integrazione al tuo bambino che già si nutre direttamente dal seno dovresti rivolgere al tuo medico o al consulente le seguenti domande

- *Quanto alimento supplementare deve essere somministrato?*
- *Che frequenza osservare nell'alimentazione del tuo bambino?*
- *Come preparare l'alimento complementare?*
- *Come togliere al bambino l'abitudine dell'alimento supplementare?*

Si possono riutilizzare gli stessi accessori per ogni alimentazione?

Sì, si può utilizzare l'attrezzatura per l'alimentazione al dito diverse volte se pulisci accuratamente ogni elemento subito dopo l'uso. Segui questi accorgimenti:

1. Lava tutti gli accessori per l'alimentazione al dito in acqua calda saponata. Risciacquali

Durante il soggiorno in ospedale del tuo bambino l'allattamento al seno potrebbe non essere sempre possibile sia per le condizioni del bimbo, sia perché potresti trovarti nella condizione di non essere in ospedale per allattarlo.

Questo opuscolo spiega cosa è l'alimentazione al dito e come si fa.

Che cosa è l'alimentazione al dito?

È un modo di alimentare il tuo neonato. Fisserai con un nastro un tubo di alimentazione dal lato morbido del dito indice ed inserirai il dito nella bocca del tuo bambino. Il bambino succhierà quindi il tuo dito insieme al tubicino di alimentazione nello stesso modo in cui succhierebbe al tuo seno. Se necessario anche i papà possono aiutare a nutrire il bambino in questo modo.

Perché dovresti alimentare il tuo bambino al dito?

L'alimentazione al dito è una buona scelta se il tuo bambino non sa attaccarsi al seno, se lo rifiuta o quando deve imparare a poppare. L'alimentazione al dito somiglia molto di più all'allattamento al seno di quanto lo faccia l'alimentazione al biberon. Se la suzione del tuo bambino è debole o se è pigro, l'alimentazione al dito gli può insegnare a succhiare in modo adeguato.

L'alimentazione al dito può sostituire una intera poppata o addirittura ogni altra forma di alimentazione se sei separata dal tuo bambino e/o non puoi allattarlo al seno.

Inoltre puoi usare questo sistema per alimentarlo, mentre sta reimparando a nutrirsi al seno, fra un tentativo e l'altro di attaccarlo. L'alimentazione al dito non è sempre facile. Avrai bisogno di fare pratica e di una persona esperta che ti aiuta e consiglia.

Di cosa avrai bisogno per l'alimentazione al dito del tuo bambino?

Prima di alimentare al dito il tuo bambino, avrai bisogno di una certa attrezzatura che potrai trovare in ospedale e che non potrebbe essere reperibile in farmacia.

- Una sonda per alimentazione (n° 5 French che è lunga 36 pollici circa 92 cm)
- Una siringa o una bottiglietta che contenga da 30 a 60 ml di liquido.
- Un nastro o benda elastica e una spilla da balia
- Un guanto sterile se vuoi copriti la mano, oppure la mano ben pulita.
- Un alimento supplementare quale il latte materno spremuto, latte artificiale o una integrazione (liquida o in polvere che aggiungi al latte materno o formula)
- Un bambino affamato ma calmo

Come alimentare al dito il tuo bambino?

Per alimentare al dito il tuo bambino segui questi accorgimenti:

- 1.** Lavati molto bene le mani. Puoi usare le mani nude oppure un guanto ospedaliero per coprire la tua mano. Fai in modo che l'unghia del dito che vorrai usare sia tagliata corta, in modo da non ferire la bocca del bambino.
- 2.** Metti l'alimento supplementare (latte materno spremuto o formula) nella siringa o nella bottiglia.

Se usi una siringa, fissa l'estremità larga della sonda di alimentazione alla punta della siringa, posiziona la benda elastica intorno alla estremità superiore della siringa, e con la spilla da balia fissa le estremità della benda ai tuoi vestiti, appena sopra il livello a cui si trova la testa del bambino. (Fig. 1)

Fig. 1



Se usi un biberon immergi l'estremità larga della sonda di alimentazione nell'alimento liquido. Poggia quindi la bottiglia sopra una superficie piana accanto a te e appena sopra la testa del bambino. (Fig. 2)

Fig. 2



3. Mettiti comodamente seduta con il bambino in grembo. Il bambino dovrebbe essere rivolto verso di te, in posizione quasi eretta.

4. Tieni il dito indice con la parte morbida rivolta in su. Posiziona l'estremità sottile della sonda sul dito in modo tale che questa corrisponda all'estremità del dito. Puoi usare un cerotto attorno alla seconda nocca del dito per tenere fermo il tubo.

5. Sfora le labbra del bambino affinché apra la bocca. Inserisci il dito insieme al tubicino in bocca al bambino. Il lato morbido del dito deve essere rivolto verso il palato.

6. Se vuoi incoraggiare il bambino a succhiare, muovi il dito delicatamente in avanti e indietro lungo la sua lingua.

7. Lascia che il tuo dito si muova ad ogni suzione verso la parte posteriore della bocca del bambino. Infatti, il tuo dito dovrebbe toccare proprio la zona di passaggio laddove la parte dura del palato diventa morbida.

(Il tuo dito entrerà nella bocca del bambino fino all'altezza tra la prima e la seconda nocchia). (Fig. 3)

Fig. 3



8. Assicurati che il bambino prenda una quantità sufficiente di alimento. Il liquido deve scorrere quando il bambino succhia e fermarsi quando fa una pausa. Il bambino riceve sufficiente alimento se lo senti deglutire ad ogni suzione. Correggi il livello di erogazione dell'alimento cosicché il bambino si possa alimentare a sua discrezione.

Se il bambino riceve troppo poco alimento supplementare, o in modo troppo lento, posiziona il recipiente più in alto, e assicurati che non ci siano pieghe sul tubicino. Controlla inoltre la posizione del tubo nella bocca del bambino.

Se invece il bambino assume il liquido supplementare troppo velocemente, posiziona il recipiente più in basso.

Quanto alimento supplementare somministrare al vostro bambino?

È importante capire i motivi per cui stai usando l'alimentazione al dito. Se per una delle ragioni descritte sopra non puoi attaccare al seno tutte le volte che il bambino lo necessita, o