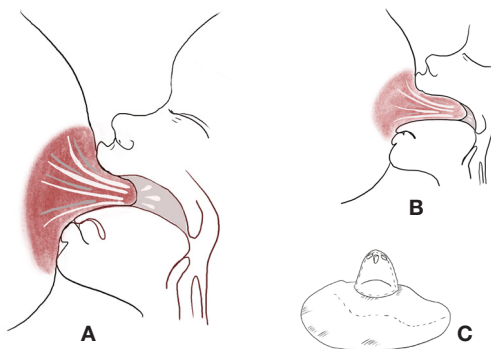


- verifica che l'attacco sia efficace come avviene durante una poppata senza paracapezzolo: il mento del tuo bambino è ben appoggiato al seno con le gengive sul bordo di plastica morbida e non sulla tettarella rigida. Il bambino non è attaccato bene se ha in bocca solo la punta di plastica e se durante la suzione il capezzolo si muove avanti e indietro nel paracapezzolo.



A - Poppata con paracapezzoli
B - Attacco efficace
C - Paracapezzolo

Come pulire e conservare i paracapezzoli

- Lavali per almeno 10 secondi con acqua calda e detergente (è sufficiente un sapone neutro);
- sterilizzali almeno una volta al giorno immergendoli in acqua bollente per 5 minuti (per almeno 20 minuti in caso di infezioni) oppure utilizzando uno sterilizzatore a vapore;
- asciugali accuratamente con un panno pulito e conservali in un luogo pulito;

- a ogni lavaggio controlla che il paracapezzolo non sia rotto; in questo caso va sostituito;
- in caso di infezioni al seno o al bambino, paracapezzolo e contenitore vanno sostituiti settimanalmente.

Come sospendere l'uso dei paracapezzoli

- Togli il paracapezzolo quando il tuo bambino è sazio e sonnecchia al seno;
- togli il paracapezzolo a metà di una poppata, quando il bambino è tranquillo;
- spalma il capezzolo e l'areola con il tuo latte prima di attaccare il bambino direttamente al seno.

Azienda provinciale per i servizi sanitari
della Provincia autonoma di Trento
Via Degasperì 79 - 38123 Trento

Testi a cura di: Unità operative e Servizi dei Dipartimenti trasversali
ostetrico-ginecologico e pediatrico

Disegni di Chiara Paoli

Coordinamento editoriale: Ufficio comunicazione

Progetto grafico e impaginazione: OnLine Group - Roma

Finito di stampare nel mese di ottobre 2024

www.apss.tn.it

Informazioni per le mamme che utilizzano i paracapezzoli



Azienda Provinciale
per i Servizi Sanitari
Provincia Autonoma di Trento

A volte le mamme si chiedono se il loro seno andrà bene per allattare e se il bambino si attaccherà. Seni e capezzoli possono avere forme e dimensioni diverse ma in ogni caso al bambino piacerà poppare dalla sua mamma. Fin dalla nascita il bambino possiede molti riflessi che facilitano l'avvio dell'allattamento e anche se all'inizio si può riscontrare qualche difficoltà ad allattare con l'aiuto della sua mamma il piccolo riuscirà a poppare.

Come aiutare il tuo bambino ad attaccarsi al seno

Quando il capezzolo è piatto o introflesso l'attacco profondo potrebbe essere un po' difficile. In questi casi può esserti utile:

- metterti in posizione semireclinata e porre il tuo bambino in contatto pelle-pelle: sarà facilitato a muoversi verso il seno, come naturalmente è in grado di fare;
- stimolare il capezzolo prima della poppata e spremere qualche goccia del tuo latte;
- aiutare il capezzolo a protrudere durante l'attacco;
- se necessario, provare diverse posizioni per l'attacco al seno.

Quando può essere d'aiuto utilizzare il paracapezzolo

In rari casi può essere di aiuto un paracapezzolo, una tettarella che si posa sopra al capezzolo e

che consente la fuoriuscita del latte grazie ai forellini presenti sulla punta.

L'uso del paracapezzolo va accompagnato da personale esperto, con l'obiettivo di utilizzarlo il minor tempo possibile e solo dopo un'accurata valutazione dell'allattamento.

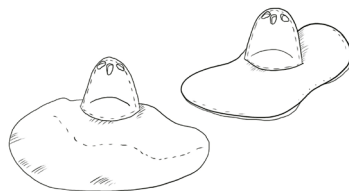
Un uso scorretto del paracapezzolo può infatti creare difficoltà e peggiorare la situazione.

Il paracapezzolo non va usato se i capezzoli sono arrossati, dolenti o rovinati.

Nelle prime settimane di calibrazione del latte è consigliato stimolare ulteriormente il seno aiutandoti con la raccolta del latte (usando il tiralatte o, preferibilmente, la spremitura manuale) e tenere controllato il seno per valutare l'eventuale comparsa di infezioni e di lesioni.

Quali paracapezzoli scegliere

In commercio ci sono vari tipi di paracapezzoli. È preferibile usare paracapezzoli in silicone (leggeri, facilmente lavabili e resistenti ad alte temperature) e a forma di mezzaluna per permettere il contatto tra mamma e neonato. È importante trovare un paracapezzolo della misura adatta al proprio capezzolo e alla bocca del bambino. Può accadere di cambiare misura perché il seno e il capezzolo si modificano durante l'allattamento (lo stimolo della poppata porta il capezzolo ad aumentare di dimensioni).



Come usare i paracapezzoli

- Spremi manualmente qualche goccia di latte all'interno della tettarella (il tuo bambino sarà gratificato nel momento in cui comincerà a poppare) oppure inumidisci il paracapezzolo con acqua tiepida;
- rovescia quasi completamente il paracapezzolo, ripiegando su se stessa la parte più rigida della tettarella, così il tuo capezzolo aderirà meglio alla punta del paracapezzolo. Successivamente puoi distendere l'orlo del paracapezzolo (che avrai precedentemente inumidito affinché aderisca meglio) e far fuoriuscire la tettarella. In questo modo parte del tuo capezzolo verrà "tirata" all'interno del paracapezzolo, posizionandosi correttamente.

