



Checklist prenatale - alimentazione infantile

Signora: _____

Data presunta del parto _____ Data compimento 34^a sett. di grav. _____

PARA _____ Precedenti TC per _____

Precedente allattamento Sì No Durata _____

Corso accompagnamento alla nascita Sì No Dove _____

Incontro gruppo prenatale allattamento Sì No Dove _____

Opuscolo allattamento Sì No

Argomenti da discutere entro la 34^a settimana di gravidanza	Data e firma dell'Informante (dopo presentazione dell'argomento)
Importanza dell'allattamento materno esclusivo: <ul style="list-style-type: none">• benefici per bambino e mamma• raccomandazioni OMS sulla durata dell'allattamento esclusivo e sullo svezzamento• rischi dell'alimentazione artificiale• rischi dell'uso di tettarelle, ciucci e paracapezzoli nel periodo di calibrazione (1 mese)	
Un buon inizio: <ul style="list-style-type: none">• contatto pelle/pelle precoce e prolungato• attacco precoce e prolungato• allattamento a richiesta• segnali di fame• rooming-in	
Un buon attacco: <ul style="list-style-type: none">• posizioni per allattare e come riconoscere un buon attacco• segni di suzione efficace con adeguato trasferimento di latte• segni di adeguato apporto nutritivo	
Spremitura manuale: <ul style="list-style-type: none">• quando è utile• spiegazione della tecnica e dimostrazione pratica	
Problematiche più frequenti: <ul style="list-style-type: none">• ragadi, ingorgo, mastiti, prevenzione e gestione• mantenimento della produzione di latte in caso di separazione dal bambino• condivisione del letto, rischi e benefici, accorgimenti utili per rispondere ai bisogni del bambino nelle ore notturne	
Fisiologia del travaglio e del parto: <ul style="list-style-type: none">• in ospedale sostenuta e accompagnata da una persona di fiducia• possibilità di bere e mangiare in travaglio• possibilità di passeggiare e cambiare posizioni durante il travaglio ed il parto• risorse endogene e naturali da preferire ai farmaci per il dolore• informazioni adeguate per procedure invasive	
Informata la paziente su come e dove chiedere aiuto in caso di necessità	