

ASSOCIAZIONE **GEORGIA**

*Tutela della gravidanza e della salute perinatale.
Accompagnamento delle gravidanze e della genitorialità*



L'Associazione Georgia nasce il 2 Maggio 2013 dall'amore di una mamma che si è sentita infinitamente sola e triste dopo aver improvvisamente perso la sua bambina senza che nessuno riuscisse a dare delle spiegazioni. Georgia nasce dalla volontà di quella mamma e di un'equipe di professionisti con lo scopo primario di ridurre l'isolamento e la solitudine che i genitori vivono offrendo uno spazio d'ascolto, sostegno e supporto psicologico.

OFFRIAMO

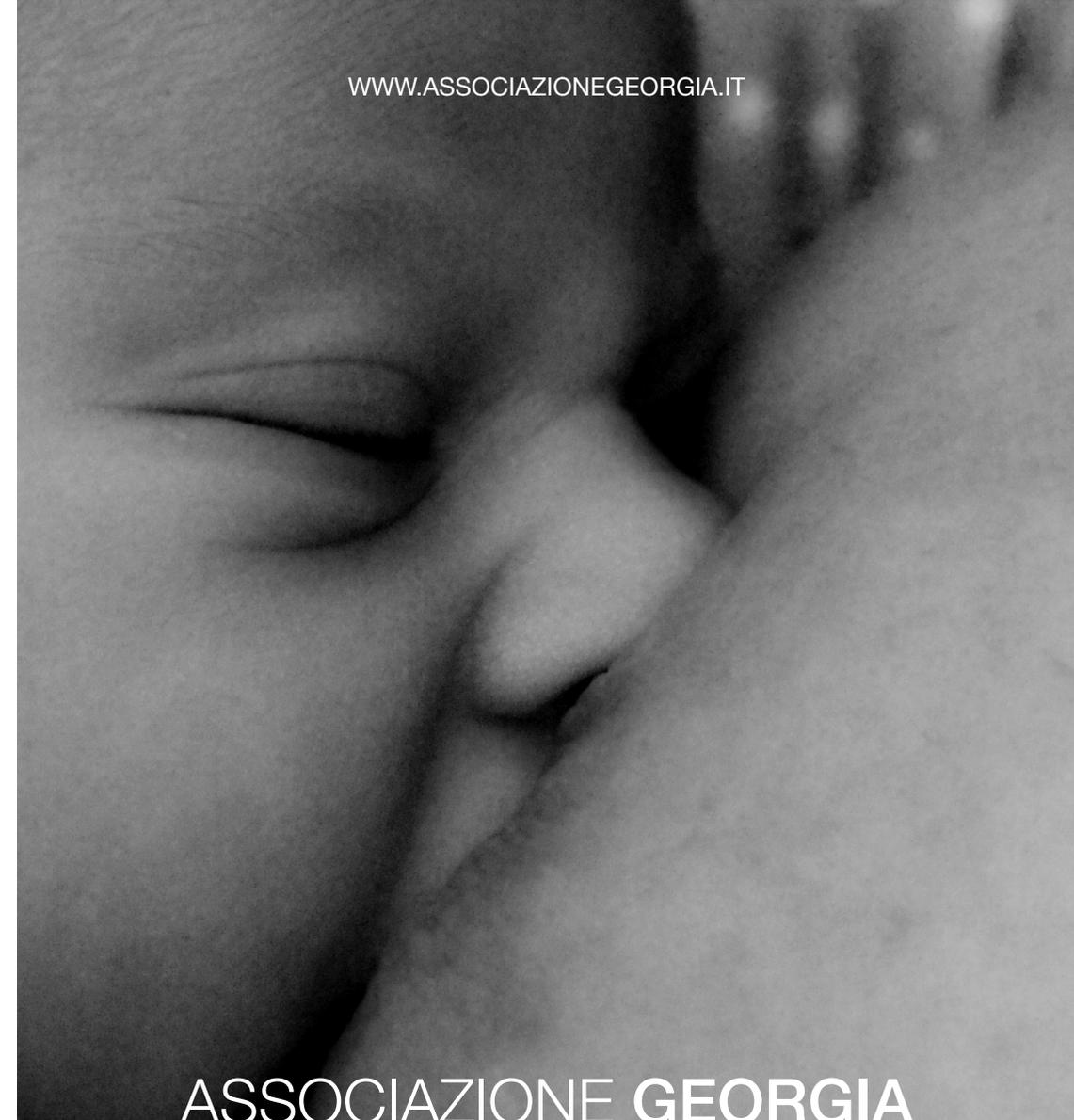
- Consulenze psicologiche individuali, di coppia e familiari
 - Percorsi individuali legati ad ansie, stress e paure
 - Partecipazione a gruppi di auto-mutuo-aiuto
 - Consulenze medico specialistiche
- Spazi informativi inerenti le procedure specifiche da seguire ed i professionisti a cui rivolgersi



GEORGIA ASSOCIAZIONE

PER INFORMAZIONI

Presidente Dott.ssa Loredana A. Messina
Via Cavour, 70 • 90133 Palermo
e-mail: info@associazionegeorgia.it
Mobile: +39 339 6055491 (ANCHE SMS)



ASSOCIAZIONE GEORGIA

I CORSI PER LE FUTURE MAMME

*Allattamento al seno
nutrimento per anima e corpo*

Tanti buoni motivi per allattare al seno...

Perché è meglio per il bambino?

L'allattamento materno è particolarmente adatto per soddisfare i bisogni alimentari ed emotivi del bambino. Al seno vostro figlio troverà il nutrimento perfetto, facilmente digeribile per il suo corpo in rapida crescita, nonché l'amore e la sicurezza di cui ha bisogno per svilupparsi come persona.

L'allattamento materno è la prima immunizzazione del bambino.

Il latte materno contiene cellule vive e anticorpi che combattono i germi che minacciano la salute di vostro figlio.

I bambini allattati al seno sono meno soggetti a malattie respiratorie, gastroenteriti e otiti e, in generale, subiscono meno ricoveri ospedalieri rispetto ai bambini alimentati con latte artificiale.

L'allattamento al seno è associato ad una minore incidenza di allergie e obesità.

Poppare al seno favorisce nel bambino un più corretto sviluppo della struttura mandibolare e delle arcate dentarie.

L'allattamento materno favorisce il legame madre-bambino, soddisfacendo e rafforzando il loro bisogno reciproco di stare insieme.

Perché è meglio per la mamma?

Allattare subito dopo il parto favorisce il ritorno dell'utero alle sue dimensioni prima della gravidanza e previene le emorragie.

Le madri che allattano al seno hanno un minor rischio di sviluppare il tumore alla



mammella e all'utero prima della menopausa, nonché di soffrire di osteoporosi in età avanzata.

Il latte materno non richiede preparazione né sterilizzazione. Gratis e dovunque, è sempre pronto alla giusta temperatura.

L'allattamento facilita la perdita dei chili in più presi durante la gravidanza. Allattare al seno con successo può ridurre il rischio di depressione post-partum.

Obiettivi

- Acquisire le conoscenze e le competenze di base per offrire serenità in allattamento, secondo le più aggiornate evidenze.

- Saper riconoscere, affrontare e risolvere le eventuali più comuni difficoltà che si potrebbero incontrare durante l'esperienza dell'allattamento

- Apprendere la tecnica della spremitura manuale del seno, conoscere e utilizzare il contatto pelle-a-pelle e altre strategie pratiche di ausilio per la madre che allatta.

Vai dalla mamma a prendere il latte

Immaginate la scoperta di un nuovo sistema di alimentazione in grado di fornire al neonato un cibo nutriente e buono, contemporaneamente in grado di proteggere il neonato dalle malattie e dalle infezioni e di rafforzare il legame con la madre. Il prodotto sarebbe disponibile ovunque, nella quantità richiesta, e non richiederebbe confezionamento, conservazione o preparazione alcuna. Le madri che ne facessero uso, sarebbero temporaneamente protette da gravidanze indesiderate e vedrebbero diminuire il rischio di contrarre alcuni tipi di tumore... Chissà quanto guadagnerebbe l'inventore di un prodotto simile!

destinatari del corso mamme dal terzo trimestre di gravidanza

frequenza una volta al mese

dall'ultimo trimestre di gravidanza ai primi 4 mesi dopo il parto

PROGRAMMA DETTAGLIATO

PRIMO INCONTRO

Accoglienza, presentazione dei partecipanti, presentazione del corso.

Anatomia del seno e Fisiologia della lattazione

- Struttura e funzionamento del seno, ormoni della lattazione e loro funzionamento, le fasi della lattazione, implicazioni nella pratica di assistenza alle mamme

Tecniche di allattamento: attacco, posizione, ritmi e gestione

- Postura della madre e posizioni del bambino al seno: come e in quali casi utilizzarle anche per migliorare gestione ed efficacia dell'allattamento
- Meccanismo della suzione e deglutizione: saper riconoscere i segnali di un buon trasferimento del latte e saper comunicare i segni di una poppata adeguata alla madre
- Ritmi e durata della poppata; che cos'è l'allattamento a richiesta
- I segnali di fame del bambino
- Quanto cresce un bambino allattato

L'avvio dell'allattamento

- Il breast crawl, la prima poppata dopo il parto, il contatto pelle a pelle: l'importanza del buon avvio.
- La montata latte.
- Domande sugli argomenti svolti e chiusura dell'incontro

SECONDO INCONTRO

triade dell'allattamento: promozione, protezione, sostegno

Problemi dell'allattamento: riconoscerli, prevenirli e affrontarli

PARTE PRIMA

- Differenze anatomiche di seno e capezzolo
- Dolore ai capezzoli-ragadi
- Ingorgo mammario
- Mastite-dotto e/o poro lattifero ostruito

TERZO INCONTRO

Problemi dell'allattamento: riconoscerli, prevenirli e affrontarli

PARTE SECONDA

- Trasferimento inadeguato di latte: cosa significa avere "poco latte"?
La gestione di eventuali difficoltà di accrescimento con strategie pratiche
- Sovrapproduzione di latte e forte riflesso di emissione: riconoscerli ed affrontarli
- Il rifiuto del seno: quando, perché e come affrontarlo
- La compressione del seno

QUARTO INCONTRO

- Ascoltare ed apprendere le richieste del bambino e del proprio corpo
- Esercizi su ascolto e apprendimento

QUINTO INCONTRO

- Infondere fiducia e dare sostegno al bambino
- Esercizi su come infondere fiducia

SESTO INCONTRO

- Aumentare la produzione di latte e riallattare

SETTIMO INCONTRO

- Modificare le routine
- Nutrizione delle donne, salute e fertilità
- Donne e lavoro