

NASCITA - 3 MESI

Allattamento al seno: avvio, posizioni e segnali di efficacia

Dott.ssa Roberta Rossa Sergente

Farmacista - Antica Farmacia Viana



“Come faccio a capire se il bambino è attaccato bene e riceve abbastanza latte?” Nei primi giorni l’allattamento si costruisce attraverso contatto, osservazione e tentativi. Non esiste una posizione obbligatoria, ma madre e bambino devono essere sostenuti e il trasferimento di latte deve risultare efficace. Dolore importante, ferite o poppate sempre estenuanti non sono prove da superare in silenzio.

Cosa è importante sapere

Un attacco efficace coinvolge una porzione ampia di areola, permette suzione profonda e deglutizione e non provoca dolore persistente. Frequenza e durata delle poppate variano. Per valutare l’andamento si considerano crescita, pannolini, stato del bambino e osservazione diretta, non la sensazione del seno o il tempo al cronometro. Alcune situazioni richiedono un piano personalizzato o integrazioni indicate dal professionista.

Cosa puoi fare oggi

Cerca una posizione stabile, porta il bambino verso il seno e non il seno verso il bambino, osserva naso libero, mento vicino e suzioni profonde. Alterna posizioni se aiuta il comfort e chiedi che una poppata venga osservata. Cura idratazione e riposo per quanto possibile e coinvolgi chi ti sta vicino nella gestione della casa. In caso di dolore chiedi aiuto presto.

Cosa evitare

Non limitare rigidamente durata e frequenza senza indicazione e non introdurre tisane, acqua o aggiunte per rassicurazione personale. Evita di acquistare tiralatte, paracapezzoli o integratori come soluzione universale. Non sospendere farmaci prescritti senza verifica: molti trattamenti possono essere valutati in relazione all’allattamento. Non attribuire ogni pianto alla mancanza di latte.

Quando chiedere aiuto

Chiedi aiuto se il bambino è difficile da svegliare, si alimenta poco, bagna pochi pannolini, perde peso oltre quanto valutato fisiologico o presenta ittero in aumento. Per la madre sono segnali importanti febbre, area del seno rossa e dolorosa, dolore intenso, ferite importanti o forte sofferenza emotiva. La valutazione urgente dipende da età e condizioni generali.

La scheda da utilizzare

Il diario temporaneo può annotare poppate, pannolini, peso rilevato dai professionisti, dolore materno e indicazioni ricevute. Usalo per pochi giorni e con uno scopo preciso, evitando che diventi un controllo minuto per minuto. Segna anche i recapiti del sostegno all’allattamento.

A chi rivolgersi nel Biellese

Nel Biellese il supporto può coinvolgere Punto Nascita, Neonatologia, consultorio, ostetrica e pediatra. In caso di difficoltà è utile chiedere dove ottenere un’osservazione competente della poppata e come accedere ai controlli previsti.

Come può aiutarti la Farmacia Viana

La Farmacia Viana può verificare compatibilità e uso dei medicinali attraverso fonti professionali, spiegare dispositivi prescritti e orientare al sostegno ostetrico o pediatrico. Non misura l'efficacia dell'allattamento dalla vendita di un prodotto e non sostituisce l'osservazione clinica.

Fonti e data di revisione

[OMS - Infant and young child feeding](#); [UNICEF - Breastfeeding](#); [ASL BI - portale istituzionale](#).

Ultima revisione: 18 settembre 2026. Prossima revisione: settembre 2027 o prima, se cambiano linee guida o servizi territoriali.

Nota: il contenuto ha finalità informative e non sostituisce la valutazione del pediatra, del medico, dell'ostetrica o di altro professionista sanitario.