



Che bello vedere una mamma che allatta il suo bambino al seno, seduta su una panchina! Ne ho vista una stamattina e le ho fatto un sorriso: mi ha ricordato quanto è bello, una volta allattavo anche io. Allattare al seno comporta moltissimi vantaggi e c'è una associazione storica che si occupa di incoraggiare le madri che vogliono allattare: La Leche League.

Le consulenti LLL fanno parte di una tradizione che risale all'inizio del genere umano: una madre che ne sostiene un'altra nell'arte femminile di allattare al seno.

Finalità de La Leche League

La Leche League è un'organizzazione internazionale assistenziale apartitica, aconfessionale e senza scopo di lucro. E' stata fondata con lo scopo di fornire informazioni e incoraggiamento, principalmente tramite un rapporto diretto, a tutte quelle mamme che desiderano allattare al seno i loro bambini. Pur offrendo un servizio complementare a quello del medico e di altri operatori sanitari, essa afferma la fondamentale importanza dell'aiuto fornito in modo diretto da una madre ad un'altra, per imparare ad individuare i bisogni del proprio bambino e a soddisfarli nel migliore dei modi.

La consulente de LLL conosce, attraverso la propria esperienza personale, cosa significa iniziare ad allattare un neonato e perché l'allattamento al seno è importante per il bambino più grandicello. È parte vitale di un'organizzazione la cui autorevolezza nel campo dell'allattamento

al seno è riconosciuta a livello mondiale. È una fra più di 6000 consulenti attive, e ha a disposizione le pubblicazioni de LLL in più di 30 lingue.

Aiuto alle altre madri

Una neomamma che allatta ha bisogno di informazioni pratiche, di sostegno morale e di essere rassicurata che le donne di oggi sono in grado di allattare proprio come le mamme delle generazioni passate.

Le consulenti offrono questo aiuto attraverso una serie di incontri mensili. Le mamme possono anche contattare telefonicamente la consulente ed avere subito un aiuto personale.

Il sostegno da una madre all'altra

Utilizzando la sua esperienza e la formazione de LLL, la consulente fornisce e facilita il sostegno da mamma a mamma. Incoraggia la discussione e l'esplorazione di una varietà di approcci per fare la madre tramite l'allattamento al seno, e aiuta la madre a comprendere più profondamente sia i bisogni del bambino, sia il ruolo unico che lei stessa ha nel soddisfarli. Ritiene l'allattamento al seno uno strumento prezioso per curare, nutrire e consolare in modo ottimale il bambino. Riconosce, capisce e risponde al bisogno del bambino di averla vicino e di poppare. Gestisce qualunque eventuale separazione con sensibilità e rispetto per i bisogni del figlio.

La filosofia de La Leche League - Noi crediamo che:

- L'allattamento al seno costituisce il modo più naturale ed efficace per la madre di capire e soddisfare i bisogni del bambino
- La madre e il bambino hanno bisogno di stare insieme quanto più presto e spesso possibile per stabilire un buon rapporto e stimolare adeguatamente la produzione del latte
- Durante la prima infanzia il bambino ha un bisogno intenso di stare con sua madre; si tratta di una necessità fondamentale quanto il bisogno di essere nutrito
- Il latte materno è in assoluto il miglior alimento per il bambino
- Per il bambino sano e nato a termine, il latte materno è l'unico alimento necessario, almeno fino a quando egli non mostri il bisogno di cibo solido, e cioè sin verso la metà del primo anno di vita
- La situazione ideale è quando l'allattamento continua finché il bambino non ne manifesta più il bisogno
- Una partecipazione consapevole ed attiva della madre durante il parto aiuta ad iniziare bene l'allattamento al seno
- L'appoggio e l'aiuto affettuoso del padre favoriscono il legame tra madre e bambino nell'allattamento al seno; l'insostituibile rapporto del padre con il figlio costituisce, infatti, un elemento importante per lo sviluppo del bambino sin dalla prima infanzia.
- Una buona alimentazione consiste nel seguire una dieta bilanciata e varia, che comprenda cibi quanto più vicini possibile allo stato naturale
- Il bambino ha bisogno, sin dalla primissima infanzia, di una guida affettuosa, che tenga nella

massima considerazione le sue capacità e la sua sensibilità.

<http://www.Illitalia.org/>

Nota: nella foto siamo Angelica ed io.