





Padre in... allattamento

Padre in... formazione

Corsi di Accompagnamento alla Nascita

Padre in... relazione

Padre in... accudimento

Padre ín... congedo

home









💧 Gocce di Conoscenza

Padre in... allattamento

Padre in... formazione
Corsi di Accompagnamento alla Nascita



Padre in... relazione



Padre in... accudimento



Padre in... congedo

[Home](#)

L'allattamento al seno rappresenta la norma biologica per la nostra specie. È un'atto che segue le leggi della natura, poiché il latte materno è specificamente prodotto per la crescita e lo sviluppo ottimale del "cucciolo d'uomo".

Per questo la mamma è predisposta naturalmente ad allattare il suo bambino al seno. E tu papà?

Sei convinto di non poter far nulla quando la mamma allatta. Ma è davvero così?

Effettivamente, se consideriamo l'aspetto pratico dell'atto di allattare, bisogna dire che hai ragione, non puoi fare granché. Il tuo corpo non te lo permette.

Ma ci sono altre azioni che puoi mettere in atto. Per esempio puoi:

- ♦ preparare un posto comodo per la mamma prima di attaccare il bambino al seno;
- ♦ osservare i segnali che ti manda il tuo bambino quando è affamato, senza aspettare che arrivi al pianto (il video può aiutarti a capire quali sono i segnali favorevoli ad un buon attacco);



Video: I segnali di fame del bambino

Padre in... allattamento



Primo segnale di fame

- ♦ Cambiare il pannolino al bambino prima di attaccarlo al seno, così non sarà infastidito e distratto da sensazioni spiacevoli;
- ♦ Aiutare la mamma ad attaccare bene il bambino, in modo che non provi dolore durante la suzione;
- ♦ Sederti vicino alla mamma mentre allatta;
- ♦ Aiutare la mamma a nutrirsi, mentre lei sta nutrendo il bambino;
- ♦ Tenere in braccio il bambino alla fine della poppata;
- ♦ Ricordare alla mamma che non ci sono orari prefissati per allattare, ma di attaccare il bambino ogni volta che lo richiede;
- ♦ Accompagnare la mamma in Consultorio, quando vi sentite scoraggiati e avete paura che il bambino non mangi a sufficienza o vi sembra troppo assonnato.

Come vedi, ci sono tante cose che ti permettono di relazionarti con il tuo bambino, anche quando viene allattato al seno.

Padre nutre... Madre nutre...



Progetto europeo PARENT,
opuscolo Allattamento



Home

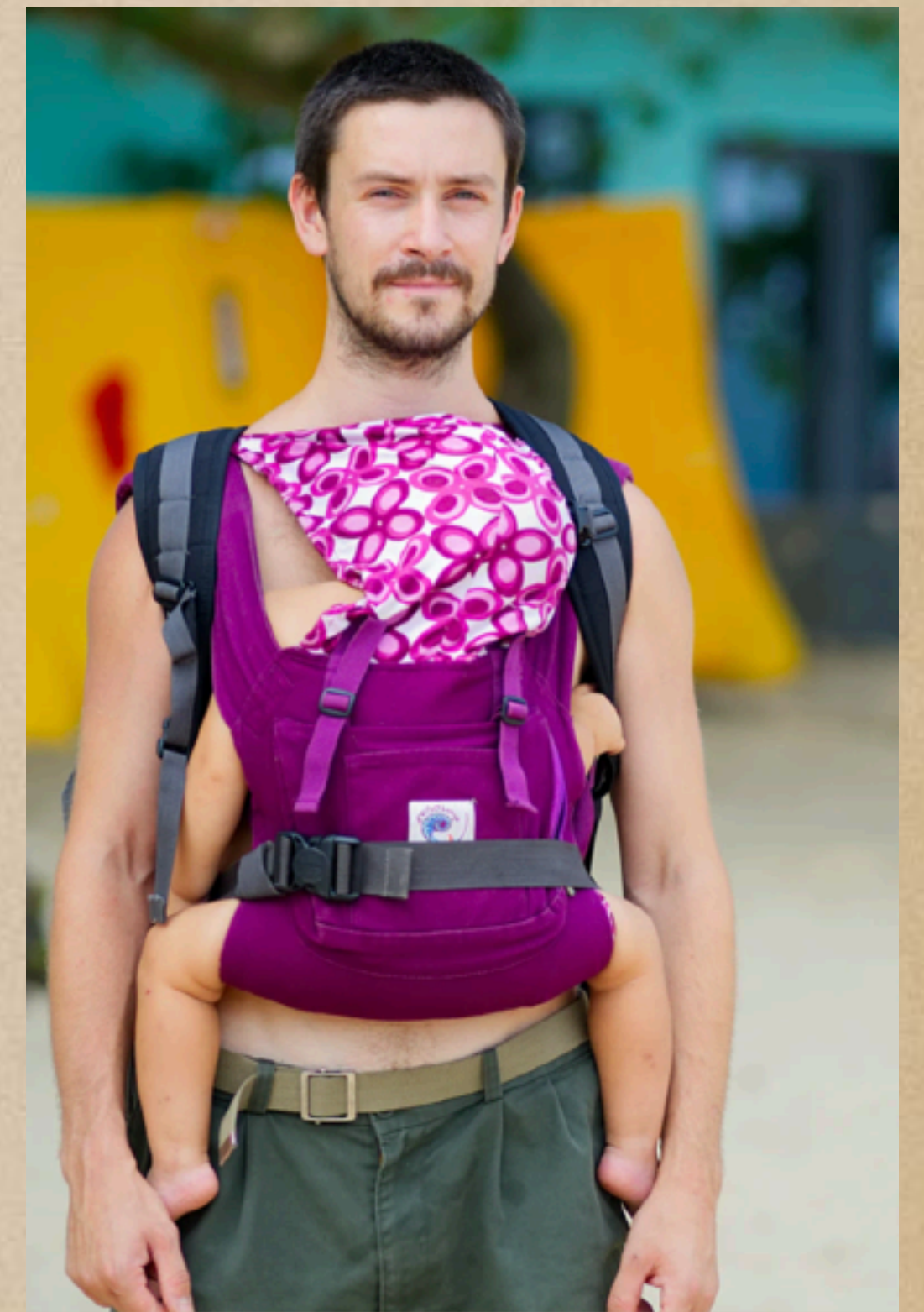
Padre in... accudimento

Durante la gravidanza, più evidente dopo la nascita del tuo bambino, avvengono dei cambiamenti ormonali nel tuo corpo, così come avvengono nel corpo della mamma. Il modo di relazionarti al tuo bambino stimolerà il rilascio di diversi ormoni, tra cui in particolare la prolattina e l'ossitocina, gli ormoni dell'amore. Bada che sono gli stessi ormoni che nella mamma stimolano la ghiandola mammaria a produrre e rilasciare il latte durante la suzione.

Questi ormoni ti renderanno più tenero con il tuo bambino e più predisposto all'accudimento, ma ciò non significa che diventi meno virile o meno "maschio".



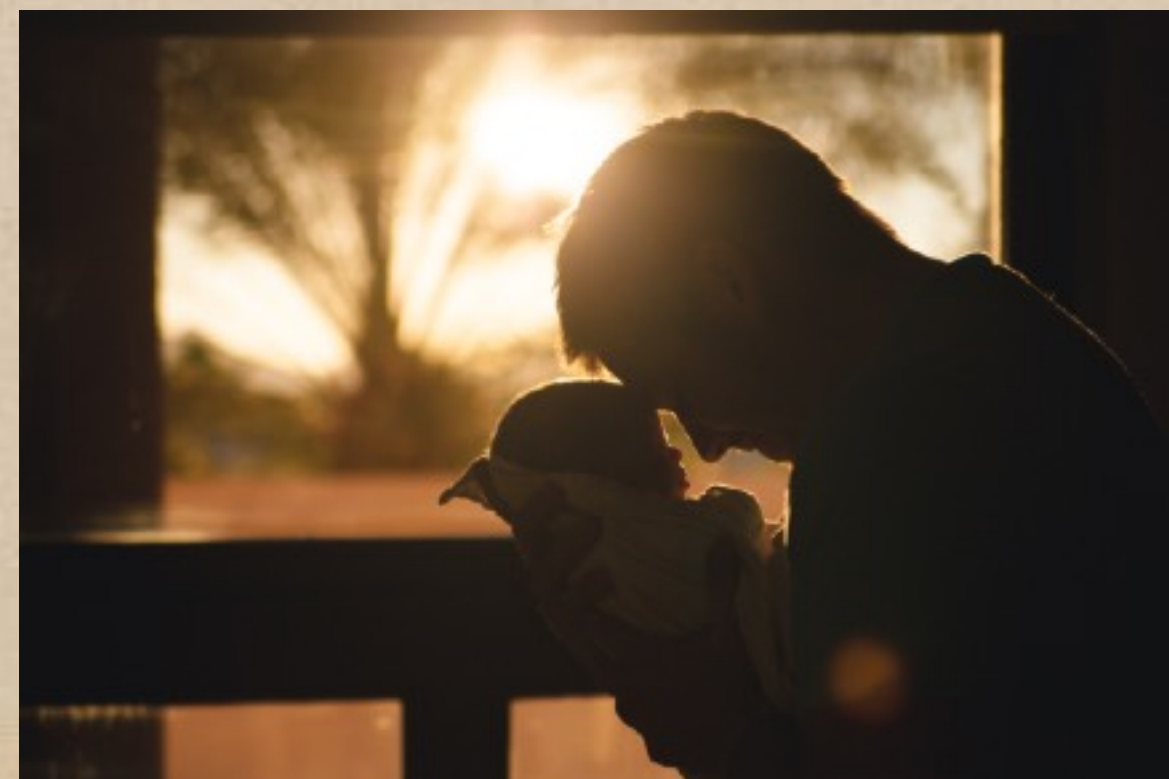
La tenerezza che potresti provare nel guardare il tuo bambino è data dal maggior rilascio di tali ormoni, i quali vanno a predominare su quelli della virilità. Questo accade semplicemente perché in quel preciso momento è ciò che richiede il tuo bambino ed il tuo corpo si adatta alle sue esigenze. Ma questo certo non ti rende meno "uomo".



Padre o “Mammo”?

Molto spesso, quando si vede un padre troppo accudente, dedito alla cura della casa e del suo bambino, lo si sente definire “Mammo”. Probabilmente avrai già sentito questo termine e forse sei preoccupato di essere definito allo stesso modo se manifesti troppe attenzioni e cure nei confronti del tuo bambino, diminuendo la tua autorevolezza. Ebbene le differenze di ruolo, un tempo rigidamente demarcate, sono state superate da nuove esigenze familiari e da nuove opportunità. Anche se lo stereotipo della mamma “affettiva” e del papà “autorevole” è ancora difficile da superare, i nuovi atteggiamenti e comportamenti nei confronti della genitorialità ti permetteranno di vivere esperienze nuove, che fino a qualche decennio fa erano precluse ai padri. Quindi non aver paura di mostrarti emotivamente più sensibile, caloroso e più accudente, perché quella cascata di nuove sensazioni ti appagherà maggiormente e si trasmetterà dalla tua relazione con il bambino alla relazione di coppia. Nella condivisione dei compiti e delle responsabilità con la tua partner, ritroverete di nuovo il vostro equilibrio.

Padre in... relazione



Dopo la nascita, si vengono a stabilire nuovi rapporti nella coppia. Se prima le persone in relazione erano due (Diade), con l'arrivo del bambino si crea un diverso equilibrio che automaticamente ristabilisce i rapporti in quella che diventa la Triade: padre-madre-bambino. Per il neo-papà cambia tutto. Il nuovo arrivato diventa protagonista nella relazione, tanto quanto i genitori, in cui le azioni di uno dipendono e vengono influenzate dalle azioni degli altri attori, mantenendo una bidirezionalità ed una interazione reciproca.

Attualmente ci troviamo in un'epoca in cui la possibilità di ricevere informazioni scientifiche basate sulle linee guida nazionali ed internazionali possono essere fornite da professionisti competenti in diverse modalità. Permane ancora la possibilità offerta dai Consultori di seguire i Corsi di Accompagnamento alla Nascita (CAN) in presenza, disponibili in alcune realtà, con le dovute precauzioni. Ma grazie all'avanzamento della tecnologia ed in qualche modo anche ai periodi di lockdown e alle restrizioni nazionali conseguenti alla pandemia, si sono aggiunte nuove possibilità, rappresentate dai CAN online e dalle video-registrazioni. Grazie a queste nuove opportunità, anche tu papà hai la possibilità di ricevere in prima persona informazioni scientifiche e sicure. Puoi scoprire che non rappresenti solo una figura di sostegno alla tua partner che allatta, ma che il tuo ruolo è alla pari del suo, anche per quanto riguarda l'alimentazione del vostro bambino. Se tu sei adeguatamente informato, maturerai una consapevolezza, che diventerà forza e protezione per la mamma, la quale di conseguenza sarà più fiduciosa nelle sue capacità di allattare, nutrendo il bambino "secondo natura".

In questo modo anche tu avrai costruito un legame profondo con il tuo bambino, perché grazie al latte materno riceverà tutte le sostanze ed i nutrienti di cui necessita, adatti al suo sviluppo e alla sua crescita.

Padre in... formazione Corsi di Accompagnamento alla Nascita



GenitoriPiù, Libretto Allattamento. "Mamma, che latte! Per allattare in modo sereno e consapevole"
8 azioni per la salute del tuo bambino

L'opuscolo mostra le diverse azioni che tu e la tua partner potete mettere in atto per garantire al vostro bambino la salute ottimale nei suoi primi mesi di vita e oltre.

Se vuoi avere maggiori informazioni riguardo alla Campagna GenitoriPiù,
puoi trovare il riferimento in
BIBLIOGRAFIA.



Home

* Clicca



PADRI IN... FASCE*

💧 Gocce di conoscenza

💧 Pensieri e dubbi comuni

💧 Associazioni e Progetti

💧 Giochiamo insieme,
aspettando il nostro bebé

💧 Dove trovare informazioni



Padre in... congedo

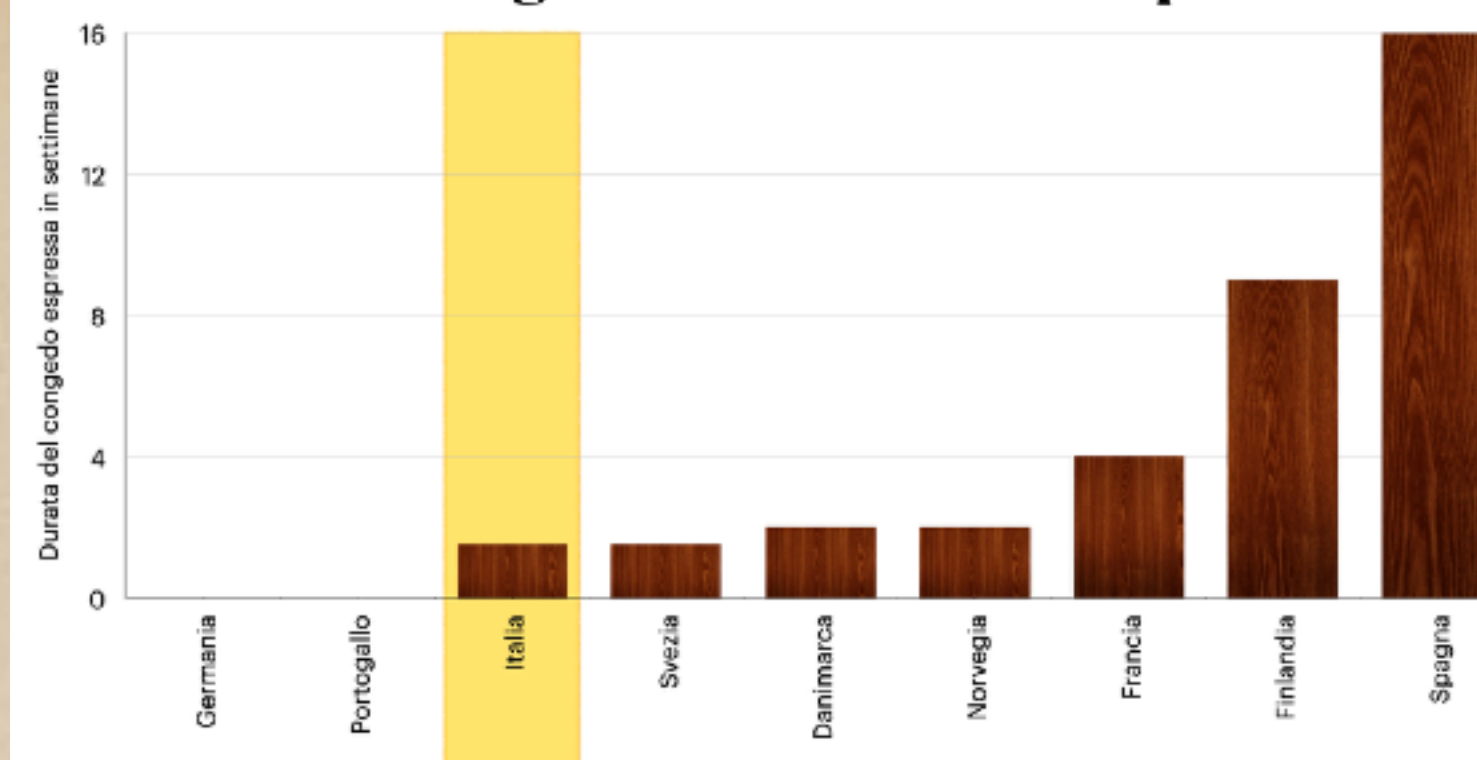
Anche tu, caro papà, hai la possibilità di rimanere a casa dopo la nascita del tuo bambino. Dall'ultima legge di bilancio per l'anno 2022 hai il diritto di astenerti dal lavoro per dieci giorni lavorativi, non necessariamente continuativi, e un giorno facoltativo se la mamma decide di non usufruire del suo ultimo giorno di congedo materno. Puoi beneficiare di tale congedo entro i primi 5 mesi di vita del tuo bambino e se sei un lavoratore dipendente, l'INPS ti indennizza il 100% della tua retribuzione.

Con il congedo parentale hai la possibilità di condividere con la mamma le responsabilità genitoriali di cura nei suoi successivi mesi e anni di crescita. Se decidete di sfruttare questa opportunità entro i primi 6 anni di vostro figlio, l'INPS vi indennizza il 30% della retribuzione. Se invece decidete di usufruirne in seguito, dai 6 ai 12 anni di età, non potrete godere di alcuna indennità.

Questo è quanto definito attualmente dalla legge italiana.



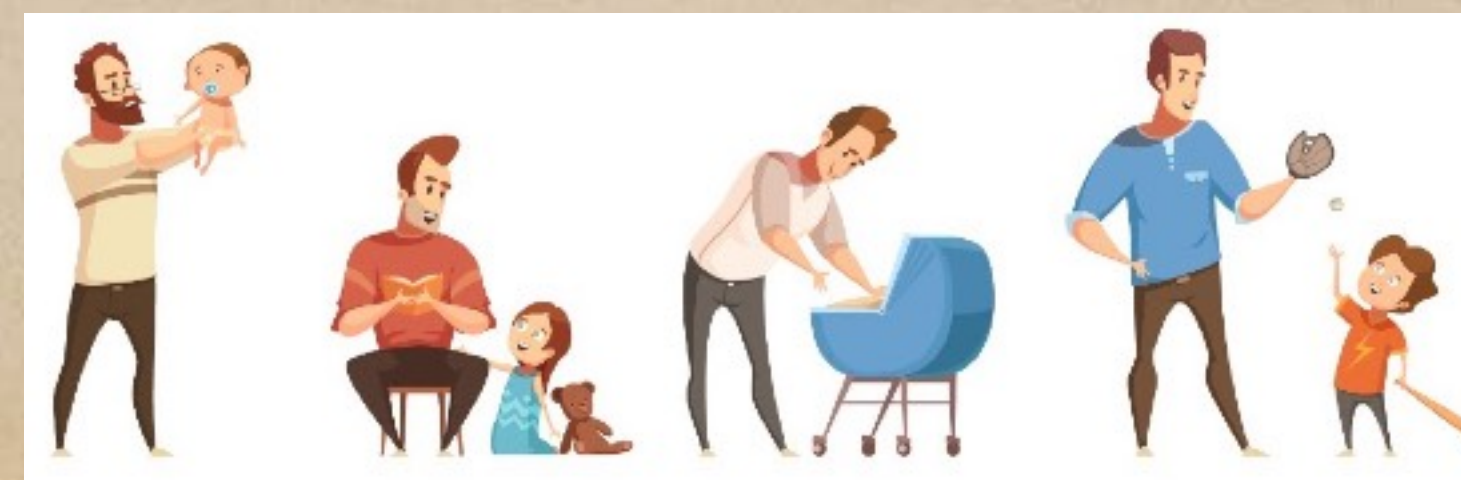
I Congedi di Paternità in Europa



International Network on Leave Policies and Research,
Annual Review and Reports. Aprile 2021

Quindi lo Stato italiano ti aiuta a prenderti cura del tuo bambino, anche se non nella misura ottimale. Purtroppo, dal tuo punto di vista, siamo ancora lontani dai livelli europei, ma nonostante questo, hai anche tu la possibilità di stare a casa con il tuo bambino nei suoi primi giorni di vita, o quando ti risulta più favorevole, considerando anche gli impegni lavorativi ed il bisogno della mamma.

Quel tempo ti permetterà di ristabilire il nuovo equilibrio familiare a TRE, di relazionarti con il tuo bambino fin dai suoi primi giorni di vita e di costruire quel legame di attaccamento, che proseguirà nelle sue successive fasi di crescita e sviluppo.



Home