

## LIBERA FORMAZIONE – Corso Brevis

# Allattamento e baby wearing

Il corso partirà da una semplice introduzione sulla fisiologia dell'allattamento e su come tutelarne e supportarne un corretto avvio, fornirà inoltre una panoramica teorica su come il contatto sostiene l'allattamento in senso ampio. Si focalizzerà poi sulla comprensione di benefici e ostacoli del combinare l'allattamento con il baby wearing e fornirà specificamente nozioni pratiche di utilizzo in sicurezza dei supporti portabebé per allattare.

### TEORIA ACCOMPAGNATORIA ALLA PRATICA

- L'allattamento: un meccanismo fisiologico perfetto, efficiente e delicato
- Conoscere per supportare: breve intro sull'attacco al seno e la suzione
- Come e perché il contatto favorisce l'allattamento
- Benefici, svantaggi e falsi miti sull'allattamento mentre si porta
- Brevi cenni su altre pratiche di contatto e baby wearing che favoriscono l'allattamento
- Sicurezza e posizione in allattamento

### PRATICA E LEGATURE

- Allattamento in posizione verticale, a culla, a rugby, con diversi supporti
- Scegliere e adattare le legature per la comodità dell'allattamento
- Pratica con fascia elastica, lunga tessuta, corta tessuta, ad anelli, supporti più strutturati.

### MATERIALE UTILE ALLO SVOLGIMENTO DEL CORSO:

- una fascia elastica
- una fascia tg 5-6
- una fascia ad anelli
- una bambola didattica
- eventualmente un supporto strutturato o semistrutturato