

FONTE DI VITA E DI GIOIA

periodico di informazione, confronto, riflessione



Associazione Madri
che Allattano al Seno

**A
M
A
S
L
A
E
T
T
A
T
T
A**

Maria Assunta: auguri

ASSUNZIONE DI MARIA AL CIELO

«E TU MI HAI ACCOLTO NELLA GLORIA»:
IL SIGNORE HA ACCOLTO,
PER DARLE RIPOSO,
COLEI CHE LO AVEVA SERVITO NELLA FATICA.

OGGI DUNQUE ACCOGLIE IN CIELO
QUESTA MADRE CHE, SULLA TERRA,
LO ACCOLSE COME FIGLIO;
COLEI CHE L'AVEVA **OSPITATO NEL SUO SENO**
SI VEDE ACCOLTA OGGI NEL SUO REGNO.
LEI LO HA ACCOLTO IN UN MODO UNICO
ED È ACCOLTA IN UN MODO UNICO.

MARTA HA ACCOLTO IL SIGNORE
NELLA SUA CASA,
LEI NEL SUO SENO.
IO NON SO QUALE CIBO
MARTA GLI ABBA SERVITO;
**LEI HA NUTRITO COL PROPRIO LATTE
IL SUO PICCOLO.**

Isacco della Stella
(da: *Lo splendore dell'Icona,*
Antonio Buongiorno, Paoline)

SOMMARIO

Maria Assunta: preghiera	1	Allattamento dei gemelli di mamma Tatiana	6
Vi piacciono le rose? Eccone una corona	2	Notizie da latte!	10
Resoconto convegno Parma.	3	Resoconto finanziario	12
Gloria: allattamento bimbo con difficoltà e ruolo paterno	4		

Vi piacciono le rose? Ecco una corona

ROSARIO IN GRANI: EFFERVESCENTE NATURALE!

COMPOSIZIONE: ogni Rosario contiene: 50 Ave Maria, 5 Padre Nostro, 5 Gloria al Padre, 1 Salve Regina.

PRINCIPIO ATTIVO: la Grazia di Dio.

CATEGORIA FARMACOTERAPEUTICA: santificante effervescente.

USO: si consiglia un uso frequente.

SOVRADOSAGGIO: in caso di assunzione in dosi molto elevate si potrebbero avere manifestazioni di scatti di gioia, lodi improvvise a Dio, slanci di carità.

INTERAZIONI: è possibile, anzi consigliabile, assumerlo insieme ad altre preghiere e ai Sacramenti, specialmente l'Eucaristia.

DOSI CONSIGLIATE: da uno a 4 al giorno.

INDICAZIONI TERAPEUTICHE: contro la tiepidezza spirituale, aiuta nel cammino verso la Santità, scoraggia dalle tentazioni, toglie acidità e pesantezza di coscienza, libera le anime dal Purgatorio.

POSOLOGIA: uso orale. Da assumere con devozione e raccoglimento. Gli effetti possono migliorare con l'assunzione in gruppo.

EFFETTI INDESIDERATI: se recitato bene e ogni giorno può provocare un cerchio alla testa, detto aureola.

CONTROINDICAZIONI: nessuna.

VALIDITÀ: non è soggetta ad alcuna forma di deterioramento.

PRODUTTORE: Laboratori M.SS. - Maria Santissima.

ATTENZIONE: Tenere il medicinale alla portata dei bambini!



COME PREGARE IL SANTO ROSARIO

Si inizia con il segno della Croce e con il versetto:

“O Dio vieni a salvarmi.

Signore vieni presto in mio aiuto”.

e poi si recita il Gloria.

Poi cominciano le 5 decine composte ciascuna da 1 Padre Nostro, 10 Ave Maria e 1 Gloria a cui si può far seguire la preghiera insegnata dalla Vergine ai bambini di Fatima: “Gesù, perdona le nostre colpe, preservaci dal fuoco dell'inferno, porta in cielo tutte le anime, specialmente le più bisognose della Tua misericordia”.

All'inizio di ogni decina si medita uno dei Misteri del Rosario secondo questo calendario:

Lunedì e sabato: Misteri Gaudiosi/della Gioia

Prima decina: l'Annunciazione dell'Angelo a Maria

Seconda decina: la Visita di Maria ad Elisabetta

Terza decina : la Nascita di Gesù

Quarta decina: la Presentazione di Gesù al tempio

Quinta decina: lo Smarrimento e il Ritrovamento di Gesù nel tempio

Martedì e venerdì: Misteri Dolorosi/del Dolore

Prima decina: l'Agonia di Gesù nell'orto degli ulivi

Seconda decina: la Flagellazione di Gesù

Terza decina: l'Incoronazione di spine

Quarta decina: la Salita al Calvario sotto il peso della Croce

Quinta decina: la Morte in Croce

Mercoledì e domenica: Misteri Gloriosi/della Gloria

Prima decina: la Risurrezione di Gesù

Seconda decina: l'Ascensione di Gesù al cielo

Terza decina: la Discesa dello Spirito Santo su Maria e gli Apostoli

Quarta decina: l'Assunzione della Vergine Maria in cielo

Quinta decina: l'Incoronazione di Maria, Regina del Cielo e della terra.

Giovedì: Misteri Luminosi/della Luce

Prima decina: il Battesimo di Gesù nel fiume Giordano
Seconda decina: il Miracolo delle Nozze di Cana

Terza decina: l'Annuncio del Regno di Dio

Quarta decina: la Trasfigurazione di Gesù

Quinta decina: l'Istituzione dell'Eucaristia

resoconto convegno parma



Ho ancora vivo il ricordo dei bambini che giocano lungo l'ampio porticato circolare che si affaccia sul prato antistante la chiesa.

Siamo a Cella di Noceto ospiti presso la Fraternità Francescana di Betania. Si è trattato di due giorni di condivisione, prima di tutto tra noi assistenti di Amas Laetitia e poi con le mamme che hanno voluto incontrarci qui, per confrontarsi con noi su un argomento particolarmente sentito: il sonno del bambino.

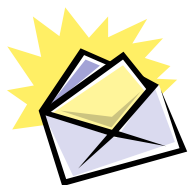
Questo tema ha preso le mosse dalle situazioni concrete che vivono i genitori: quanto dorme il bimbo, quante volte si sveglia, la stanchezza di papà e mamma, i suggerimenti per dormire di più e meglio; è stato molto bello vedere che chi si trovava maggiormente in difficoltà, ha trovato un sostegno nelle altre mamme che vivevano la medesima situazione.

Noi assistenti ci siamo poste prima di tutto in ascolto, qualcuna di noi ha fatto anche da baby-sitter. Sentendo i vari racconti abbiamo rivissuto le nostre storie personali alle prese con i nostri figli; alla fine quello che è emerso è stato imparare ad accettare questi momenti critici, riconoscere le possibili cause, sapere che non sarà sempre così, imparare a sfruttare le opportunità di riposo che si presentano, il sostegno dei papà ed infine tanto amore e tenerezza per questi piccoli. Tutti insieme poi abbiamo partecipato ai momenti di preghiera dei frati e delle suore, in particolare la preghiera di lode del sabato e la S.Messa.

Un altro incontro particolarmente significativo è stato riservato a noi assistenti che abbiamo conosciuto il priore della fraternità: padre Daniele. Siamo rimaste tutte stupite dalla sua capacità di essere subito entrate in sintonia con lo spirito e gli intendimenti della nostra associazione, in qualche modo confermandoci nel nostro operato. Ci siamo riproposte di poterlo incontrare di nuovo perché questa è stata davvero come la ciliegina sulla torta di questi due giorni.

con affetto

Gioia



Testimonianza di

GLORIA:

Cosa ha significato per me allattare un bimbo con difficoltà e l'importanza del ruolo paterno

Relazione di Gloria Pironi del 30.09.06 per l'incontro a Brescia

Innanzitutto vorrei raccontarvi di quello che più ha segnato la mia vita: la nascita di Elena.

Il parto è andato bene, velocissimo...lei era sana ma...

Fin da subito Elena si è rivelata una bimba ad alto bisogno: già a una settimana stava sveglia tutto il giorno, poppava continuamente, a volte non passavano nemmeno due ore, di notte non dormiva più di un paio di ore continue e ad ogni risveglio chiedeva il seno...Era inverno e le giornate sembravano interminabili; ricordo che non riuscivo a recuperare energie perché ero sempre "in pista".

Poi a sette mesi, sotto la spinta e l'insistenza di mio marito Andrea, facemmo la prima visita dal neuropsichiatra e da lì è iniziato un lungo cammino in salita ma che posso dire, oggi, verso la VERA GIOIA.



Dopo esami su esami non siamo giunti a nessuna diagnosi certa, se non che Elena è stata definita come portatrice di una sindrome genetica con tracce di autismo.

Oggi lei cammina, non riesce a parlare e il suo livello di comprensione è paragonabile a quello di un bimbo di 9-12 mesi... ma con i suoi occhietti dolci ci fa capire cosa desidera..

Allattarla è sempre stato l'unico modo possibile per entrare in contatto con lei, per metterci in sintonia, per far sentire a Lei e a Me che ero la sua mamma, che l'amavo con tutta me stessa: le parole, il tatto, i baci, le canzoncine e le coccole non erano accettate in nessun modo da Elena che le rifiutava innervosendosi e senza capirne il significato. Col passare del tempo le sue crisi inconsolabili aumentavano e

l'unico modo per calmarla e consolarla risultava essere quello di attaccarla al seno: ricordo che allora si strappava i capelli quando era stanca e a disagio o quando stava male e così facendo immancabilmente si tranquillizzava.

Anche il sonno con Elena è stato un calvario: vista la sua immaturità cerebrale, non riusciva a dormire per alcune ore continue e si svegliava continuamente; così il seno è sempre stato un ottimo sonnifero e alla mattina mi svegliavo riposata poiché, dormendo insieme, non perdevo il sonno e riuscivo a riaddormentarmi mentre l'allattavo.

Durante un ricovero a Genova al "Gaslini" ricordo sono stata psicologicamente distrutta dai medici che affermarono che dovevo smettere immediatamente di allattare Elena perché stavo facendo il suo "male": dissero che la facevo vivere in simbiosi con me e che non le permettevo di svilupparsi adeguatamente: vi lascio immaginare che panico; era la settimana santa e fu per noi una vera passione!!

Anche quella volta ascoltai i consigli preziosi delle assistenti di Amas Laetitia, i bisogni della mia bambina e, d'accordo con mio marito, continuai ad allattarla fino a che.....

Un bel giorno iniziai a provare un forte dolore ai capezzoli e mi ritrovai incinta!!

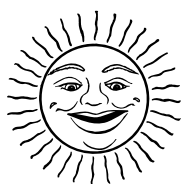
A quel tempo Elena non chiedeva più il seno durante il giorno; ero io che di notte glielo proponevo poiché mi risultava essere il metodo più veloce per riaddormentarla. Continuai così finché il dolore ai capezzoli divenne insopportabile e quando ebbe a anni e 3 mesi smisi completamente, confortata però dall'idea che presto avrei ripre-



so ad allattare una nuova creatura. Ormai Elena era cresciuta e maturata, in grado di gestire diversamente i suoi bisogni e le sue emozioni.

Questa intensa esperienza mi ha portato a credere che allattare un bambino diversamente abile sia una risorsa preziosissima di cui dispone la mamma: forse l'unica che ti consente di creare quel feeling, quella intimità che con loro, figli davvero speciali, non avresti potuto creare in nessun altro modo. Uno dei pochi momenti in cui un bambino artistico ti fissa negli occhi e ti fa capire quanto sei importante per lui.

Questi momenti così irripetibili ti spronano ad andare avanti e superare quelli difficili in cui proprio non sai da che parte prenderli.



Il ricordo di Elena attaccata al seno che mi sorride resterà per sempre indelebile nel mio cuore!

Il 17.06.05 è nato Matteo: un'altra benedizione mandata dal cielo!

Lui infatti è sano e a detta della pediatra è pure precoce in tutte le tappe dello sviluppo.

Grazie alla sua venuta nella nostra famiglia è aumentato il clima di immensa gioia e serenità: ci siamo infatti sentiti un po' riscattati come persone e genitori e anche la piccola Elena ha tratto grande beneficio da tutto ciò. Ha addirittura iniziato ad addormentarsi da sola e a dormire tutta la notte da sola nella sua cameretta!!!!

In tutti questi avvenimenti la presenza di mio marito è stata indispensabile: sono riuscita ad andare avanti grazie alla sua presenza.

Fondamentale per gli allattamenti dei nostri figli è stata la sua approvazione e vicinanza: sapere che credeva in me, che si fidava di quello che stavo facendo e che mi sosteneva nelle mie scelte quotidiane è risultato determinante.

Lui è stato fin dal primo allattamento di Benedetta (12 anni) la mia "conferma" che stavo facendo la cosa migliore per lei.

Quello che ho maturato in questi anni in merito al ruolo paterno è che esso sia uno dei pilastri portanti per la buona riuscita di un allattamento al seno.

Infatti penso che il sostegno e l'incoraggiamento del papà siano una conferma fondamentale per la madre alle prese con un



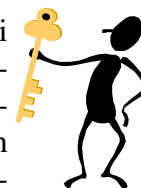
piccolo tesserino che piange per non si sa cosa e per un latte che non si vede e tanto meno si quantifica!

Affinché il suo ruolo sia più efficace è necessario che il padre si informi prima della nascita del bimbo, sia rispetto ai benefici, all'importanza dell'allattamento, sia in merito ai problemi e alle loro possibili soluzioni. Solo se ben informato e consapevole che il 98% delle donne può allattare, potrà essere davvero di aiuto alla coppia madre-bambino.

In mille modi egli si può rendere materialmente utile: il neonato non ha solo bisogno di cibo, ma ha anche bisogno di dolcezza, di calore, di sentire un cuore che batte e di cure amorose.

Parlando con mio marito è emerso che, per lui, è fondamentale che il padre aiuti la madre a creare quella intimità tutta sua col bambino, in modo da poterlo conoscere sempre più per poter soddisfare al meglio i suoi bisogni primari.

Soprattutto reputa necessario, nelle prime settimane, il ruolo definito come quello del cagnolino "da guardia" che sta davanti alla porta di casa: egli deve moderare l'afflusso di amici e parenti dall'assalto al figlio e dosare il telefono per favorire la reciproca conoscenza e il loro riposo. Da non dimenticare anche il fatto di occuparsi delle faccende domestiche che portano via energie inutili alla mamma.



Altra cosa per lui molto importante è quella di non sminuire o mettere ansie inutili alla mamma dicendole ad esempio: "sei proprio sicura di avere abbastanza latte?" poiché già la psicologia della mamma è particolarmente fragile e poi intorno a loro ci sono già tante persone che creano falsi allarmi. Quindi è necessario, tramite corsi preparto, la lettura di libri e manuali, la condivisione con altre famiglie che il papà arrivi ben preparato e motivato a sostenere questo ruolo, prendendo coscienza che il suo supporto è vitale per l'esistenza dell'allattamento del suo pargoletto.

La condivisione tra mamma e papà degli stati d'animo, delle tensioni e preoccupazioni, della stanchezza, delle conquiste e delle gioie è importante per affrontare la quotidianità: per questo la coppia deve cercare di

trovare degli spazi per stare da sola a parlare, a pregare, a farsi le coccole per poter ritrovare quella intimità che spesso viene annullata dai bisogni primari del neonato che chiama proprio a tutte le ore.

In questi anni noi abbiamo condiviso tante gioie, ma anche alcuni dolori e diverse difficoltà: la nostra carta vincente è stata sicuramente quella di non chiuderci nel nostro dolore, ma di aprirci l'uno all'altro. Abbiamo trovato un momento della giornata tutto per noi dove dialoghiamo, camminiamo e preghiamo insieme. Questo ci ha aiutato a crescere e a superare tanti ostacoli che abbiamo incontrato in 15 anni di matrimonio e in 7 di allattamenti.



Monica racconta: «Ricordo con emozione Gloria che, seduta accanto a me, narrava le sue storie di allattamento alle famiglie e

agli specialisti presenti all'incontro.

La sua voce si è spesso incrinata per l'intensa emozione provocata dall'evocazione di una parte così importante della sua vita. Alcune volte si è brevemente fermata per respirare a fondo e riprendere con coraggio la sua testimonianza, fino in fondo, come fanno tutte le mamme, forti nella loro fragilità e nelle loro sofferenze.

Vedevo, però, anche i volti di chi ci ascoltava, intensi e tesi, toccati dalle dolci parole di Gloria.

Ringrazio il Signore per aver indirizzato Gloria verso questa associazione e per averla sostenuta durante quella "prova pubblica". ringrazio anche chi si è lasciato toccare il cuore dall'ascolto o dalla lettura delle parole di Gloria e ora si ritrova a ringraziare Dio per il dono della vita coniugale e per quella dei figli che ci ha concesso».

Sempre più frequente, nei nostri gruppi, è la presenza di mamme che fanno esperienza dell'allattamento di fratelli gemelli; ringraziamo Tatiana per il tempo che ci ha dedicato con la sua testimonianza e le auguriamo ogni bene.

Uno più uno: DUE!

Finalmente ho concluso la mia testimonianza che mi hai richiesto da tanto tempo!

Te la invio. Dai pure una correzione all'italiano, non è mai stato il mio forte.

Ti faccio tantissimi Auguri di Buon Natale e Sereno 2007 a te e famiglia. Un augurio e una preghiera anche per la Silvia.

Ciao Tatiana.

(mamma del gruppo di Gloria)



Tatiana

ESEMPIO DI ALLATTAMENTO E SPANNOLINAMENTO DI DUE GEMELLI

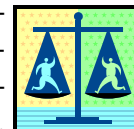
Vi racconto la mia esperienza di allattamento di due gemelli:

Il dodici gennaio 2003 ho avuto la news di aspettare due gemelli. Nel mese di dicembre 2002 avevo scoperto di essere incinta e avevo manifestato i primi sintomi "simpatici" (prima gravidanza). La notizia della coppia di bimbi ci aveva alquanto spiazzato. Non eravamo informati di avere una discendenza di gemelli in famiglia (imparammo successivamente che sorelle di nonne o nonni avevano avuto figli gemelli di cui uno solo era sopravvissuto: alla terza generazione pare si ripeta questa circostanza). Ma più di tutto eravamo un po' spaventati per la gravidanza in quanto le prospettive di una gravidanza gemellare è un po' più preoccupante di una singola.

Fortunatamente la gestazione andò bene, i bimbi erano in due sacche separate ognuno con la

propria placenta e liquido amniotico. Erano due fratelli!!! Alle visite e ai controlli i due piccolini crescevano bene e si vedeva che succhiavano il dito e si muovevano da una parte all'altra della pancia e così il ginecologo ci impiegò un po' a vederne il sesso. Poi scoprimmo che erano due maschietti e che stavano crescendo ognuno come se fosse uno solo: praticamente ognuno aveva le dimensioni di un bimbo singolo in una gravidanza normale. Ma all'ottavo mese, forse anche per la tremenda estate calda e torrida, decisero di venire alla luce per vedere com'era bello il mondo.

Così corremmo in ospedale la sera del 23 luglio 2003, e Andrea e Francesco nacquero il giorno dopo con taglio cesareo. Pesavano rispettivamente 2.320 g 2.020 g. Rimasi in Ospedale con loro in quanto erano in Patologia Neonatale per monitorate e controllare la crescita in quanto erano un pochino piccoli e dovevano prendere peso. L'allattamento fu veramente straordinario. Avevo provveduto a stimolare la produzione del latte attraverso un tiralatte elettrico disponibile in Ospedale. Attaccai dopo una settimana sia Andrea sia Francesco una sola volta al giorno (così piccoli il succhiare era veramente stremante). Ma piacque tantissimo ai miei bimbi questo contatto tanto che erano sempre pronti e tra seno e biberon preferivano il seno! Nel frattempo crescevano e tornammo a casa dall'Ospedale il 6 Agosto. Con questa carica e con un gran desiderio di allattare continuai a togliermi il latte (fino a otto mesi). L'organizzazione consisteva nell'allattare un bimbo al seno e l'altro al biberon di latte materno tolto dopo la precedente poppata e conservato rigorosamente in frigo. Così finita la poppata mi toglievo il latte in modo da avere un pasto di latte pronto nel biberon. Attaccavo al seno una volta un bimbo una volta l'altro in modo da non fare delle differenze.



Sicuramente fu pesante ma fui premiata in quanto il primo mese e mezzo riuscivo a fare col mio latte c.a. 7 pasti su 12 ; i bimbi nel frattempo erano cresciuti ed erano pronti per togliere un pasto così riuscivo a produrre c.a. 8 poppate con un quantitativo di latte più elevato ... e poi tutti i pasti col mio latte (eravamo a fine settembre). Riuscii per 2 mesi ad allattarli esclusivamente col mio latte (per me era un traguardo straordinario).

A seguito di una influenza con conseguenze a livello gastrico e la loro richiesta di aumento di latte non riuscii più a produrre tutti i pasti col mio latte (ne producevo 8 pasti e non + 10). Le energie necessarie erano tante, sono stata fortunata ad avere l'assistenza durante i pasti da parte di mia madre o mia suocera (1 pasto a testa al giorno col biberon). Mio marito è stato bravissimo, eravamo sempre in prima linea quando si trattava di accudirli. Mangiando contemporaneamente riuscivo a tenerli pari come tempi sia di poppata, sia di sonno, sia di gioco ecc... e io potevo un po' occuparmi della casa anche se i primi mesi mi facevo aiutare nelle faccende domestiche.



Fortunatamente i bimbi erano tranquilli, senza gravi problemi di coliche, dormivano abbastanza di notte non tanto di giorno, ma si rimediava bene. Io ero molto serena. Ero a loro completa disposizione: è questo il ruolo della madre nei primi mesi.

Pregavo per avere la forza di sostenere il ritmo particolarmente impegnativo.

Avevo una carica addosso per cui anche se capitava qualche brutta notte o qualche giorno pesante riuscivo, pur riposando poco, a essere sempre pronta.

Imparai che per ogni cambiamento o nuova fase che iniziava era fondamentale osservarli e guardarli con attenzione. Ti facevano e fanno capire quando sono pronti per il cambiamento.

A gennaio cominciai con lo svezzamento: molto gradualmente cominciai a introdurre la prima pappa: Andrea non ne voleva sapere e così a lui davvo il latte mentre a Francesco piacque subito molto. Dopo una ventina di giorni entrambi mangiavano la pappa. Poi introducemmo la pappa alla sera dopo circa un mese da quando entrambi avevano accettato quella del mezzogiorno e di conseguenza toglievo i relativi pasti di latte. Poi arrivò il momento dello yogurt a merenda ... e rimase solo il latte a colazione. Ben presto abbandonammo anche quello in quanto ho smesso di toglierlo a fine marzo 2004 e con l'inserimento del latte vaccino davvo a un bimbo il biberon di latte vaccino e l'altro lo attaccavo a me. In maggio cominciarono entrambi a volere il latte vaccino e così abbandonai il discorso dell'allattamento.

In concomitanza a questi cambiamenti alimentari c'erano anche i progressi fisici nei movimenti: il trascinarsi per terra spingendosi con le manine e le braccia (ognuno



con uno stile personale) poi il gattonamento vero e proprio, il drizzarsi in posizione eretta e poi finalmente ... **i primi passi**: avevano un anno e una settimana ed entrambi camminavano. Tutti traguardi raggiunti contestualmente. Erano arrivati anche i progressi nel linguaggio: le prime sillabe e suoni. Il 10 Agosto Andrea mi chiamò “mamma” per la prima volta; Francesco il 13 Agosto mi chiamò “mamma” per la prima volta. Da quel momento in poi cominciammo con il linguaggio dai versi-suoni alle prime paroline ...

All'età di diciassette mesi cominciarono ad andare dalle nonne al mattino mentre io ero al lavoro. Non ho avuto particolari problemi di distacco in quanto erano tranquilli mentre li lasciavo. Al pomeriggio erano (e sono ancora) a casa con me.

Mentre diventavano sempre più chiacchieroni e cominciarono i primi confronti sui giochi e gli oggetti da contendersi, arrivammo a primavera (maggio 2005) e qui accadde una cosa che mi sorprese. Non sapevo bene come affrontare il discorso dello **spannolinamento**, ma l'input come al solito arrivò dai miei cuccioli: mentre entravamo in doccia una sera scappò ad Andrea la pipì e così pure a Francesco. Cominciai a spiegare cos'era, che era una cosa positiva, che non c'era da spaventarsi, che erano bravi e che non c'era bisogno di piangere. La cosa si ripeté puntualmente le sere successive. Mi venne voglia al pomeriggio mentre erano a casa con me ed eravamo fuori a giocare di togliere il pannolino. Non sapevo che cosa mi aspettasse. Ovviamente le prime volte la pipì scendeva come una cascata nelle mutandine e nei pantaloncini. Ma in questo modo capivano cosa stava succedendo e dopo che l'avevano fatta mi dicevano “mamma pipì”. Ho provato anche a lasciarli seduti sul water con idoneo riduttore o sul vasino per vedere se qualche cosa arrivava, ma niente. Li lasciavo soli per qualche secondo in bagno mentre portavo i panni in lavanderia e col tempo capii che questa cosa non era positiva.



Capii, inoltre, che era troppo presto e rimandai la faccenda per un po' di tempo. Mi limitavo alla pipì appena alzati e prima di andare a letto se c'era.

Arrivammo ai due anni (24 Luglio 2005) e con tanta pazienza decisi di riprovare. Nel frattempo avevo raccolto da altre mamme la loro esperienza e mi sono comprata un libro dove c'erano consigli.

Capii alcuni errori che avevo commesso, ma il più grosso era quello di non essere convinta in quello che stavo facendo. Forse non sapevo bene come fare, se fosse giusto o sbagliato... avevo tanti dubbi. Una volta superata questa indecisione e convinta di quello che volevo ottenere, partii. Lo vidi come una sfida, un'avventura da intraprendere e questo è lo spirito giusto per affrontare le cose: bisogna crederci fino in fondo e metterci tutto sé stessi.

Cominciarono così a fare qualche volta pipì nel vasino (forse beccavo il momento giusto) ma appena uscivamo fuori per giocare ed eravamo in compagnia anche di altri bimbi (e questo avveniva quotidianamente), non c'era modo di distoglierli un minuto dal gioco per sedersi un attimo sul vasino per fare pipì. I giochi lasciati non era facile ritrovarli ancora disponibili. Anzi se gli chiedevo se c'era pipì ovviamente era no e si infastidivano! In un giorno esaurivo i cambi di mutandine settimanali; ero sempre a cambiare loro, a lavare i panni, a stendere...

L'attenzione che dedicavano alle mie spiegazioni, era sempre condiviso con altre distrazioni in quanto mentre un bimbo ascoltava cosa gli stavo dicendo, con lo sguardo cercava il fratello per vedere cosa stava facendo e se magari lo vedeva che si avvicinava a qualcosa che era “suo” era la fine, io non esisteva più e lui si catapultava sul gioco per evitare che gli venisse sottratto.



Anche instaurare un dialogo in queste circostanze non è facile. Avere le attenzioni di entrambi contemporaneamente all'età di 2 anni è veramente difficile e dura poco tempo; poi eravamo all'aperto e ogni cosa era motivo di scoperta, di curiosità e ascoltare la mamma che ti annoiava con “la pipì” non era il massimo delle loro aspirazioni.

Ero quasi al limite, sentivo che stavo andando fuori di testa. Mi calmai, e ritornai in me e decisi di continuare. I miei 15 giorni di ferie estive (dopo Ferragosto) furono dedicati a questa attività. Dalla mattina alla sera senza pannolino dentro e fuori casa; con tranquillità feci sparire il tappeto e qualsiasi altra cosa che potesse danneggiarsi a causa delle “fuoriuscite”.

Andavamo in bagno tutti contemporaneamente. Spesso capitava che a entrambi scappava contemporaneamente o mentre la faceva uno, l'altro venuto in compagnia senza apparentemente averne bisogno gli scappasse addosso o entrambi volevano andare sul vasino o sul water e nei momenti di discussione scappava... I primi tempi poi non la facevano tutta ne rimaneva sempre un pochino e dopo di un po' c'era da ritornare ... Mi inventai il discorso della pausa: lasciavo passare un po' di tempo poi gli dicevo che dopo un po' era il momento di fare la "pausa pipì". La presero quasi come un gioco! E qualche miglioramento lentamente cominciava ad arrivare: impararono ad abbandonare i giochi per qualche minuto e andare in bagno singolarmente per fare la pipì anche se il dubbio che i loro giochi venissero presi da qualcun altro c'era sempre.

Capitava che scappasse appena usciti dal bagno senza averla fatta nel bagno appunto: dopo le prime volte capii che stava diventando un'abitudine e mi sentivo quasi presa in giro. Non ho fatto tanto: ho munito i miei bimbi di straccio e dopo che io avevo pulito loro dovevano finire di asciugare. È stato sufficiente un paio di volte poi cominciarono un po' a capire di fermarsi per la pausa pipì.



La popò per loro non fu un problema: capitava quasi sempre dopo cena o dopo colazione e non hanno avuto difficoltà a imparare col vasino e nel giro di poco finalmente sul water. La pipì invece era troppo frequente da fare nell'arco della giornata. Chiesi al signore di aiutarmi a capire se stavo facendo la cosa giusta o se pretendevo troppo da loro. Nel giro di qualche giorno ci fu la svolta: si avvicinava per me la data del rientro al lavoro e loro erano diventati "bravini". Certo qualche gocciolina a volte scappava nelle mutandine (anzi scappa ancora adesso).

Ripresi a lavorare e li lasciai alle nonne al mattino muniti di parecchi cambi di scorta. Ci fu qualche piccolo incidente, ma tutto nella norma penso. Misi loro il pannolino solo per dormire.

Nel frattempo ognuno di loro aveva sviluppato un buon linguaggio, i propri gusti alimentari (non sono dei mangioni, anzi sono piuttosto abitudinari), il proprio temperamento e le prime scelte e discussioni sui giochi e anche qualche bisticcio. Il confronto è formativo anche se al genitore non fa sempre piacere in quanto a volte può sfociare in atteggiamenti un po' "aggressivi".

Sono stati tre anni intensi, ma adesso sembrano volati. Adesso (settembre 2006) abbiamo cominciato la scuola materna. Speriamo che le cose continuino per il meglio.

Ogni età ha esigenze diverse: se nei primi mesi è molto più faticoso a livello fisico piuttosto che mentale, con il passare del tempo le cose si invertono, ma comunque restano altrettanto importanti e impegnative.

Volevo tranquillizzare le mamme e i papà in attesa di bimbi gemelli: penso che la notizia di essere in attesa di gemelli sia veramente sconvolgente. Ma la natura non sbaglia: se vi vengono dati due figli contemporaneamente è perché ci sono le migliori prospettive per affrontare la vicenda.

Le energie necessarie sono immense e spetta ai genitori gestirle al meglio, in particolare alla madre: è lei il cardine intorno al quale gira tutto. Ma vedere due bimbi crescere contemporaneamente, condividere ogni emozione, gioia, preoccupazione, dolore e qualsiasi altra cosa è spettacolare, ti carica sempre di più.



Loro non si sentono mai soli, hanno sempre il compagno di giochi, un **fratello** con cui condividere tutto.

Tatiana

Ancora grazie a Tatiana, che ci ha trasmesso grande speranza e serenità con la sua testimonianza. Questi sono infatti stati i punti di forza del suo essere madre di due gemelli e sempre lo saranno: speranza positiva nella vita, che ti fa osservare i tuoi bambini con attenzione per capirli a fondo e serenità nell'affrontare i cambiamenti e gli sviluppi.

Come ciliegina sulla torta, Tatiana ci ha anche mostrato la sua fiducia in Dio, che l'ha sostenuta e guidata nei momenti più difficili.



Milk News!

...notizie "da latte"



IL LATTE MATERNO È IL MIGLIOR ANTIDOLORIFICO PER I NEONATI

ROMA - L'allattamento al seno è il primo e naturale antidolorifico per i neonati. Secondo una ricerca condotta dall'ospedale Mount Sinai di Toronto su mille bambini e pubblicata su "Cochrane Library review", i bambini allattati sembrano infatti provare meno dolore rispetto a quelli cui, ancora in fasce, viene dato un succhiotto o un placebo. La spiegazione potrebbe stare nel conforto provato dal neonato dalla presenza della madre.

Secondo i ricercatori dunque l'allattamento al seno può aiutare ad eliminare il dolore nei bambini nati prematuri, che devono essere sottoposti a cure intensive e dolorose, non facendogli sentire il dolore della puntura dell'ago. Tuttavia, ci tengono a precisare gli scienziati, lo studio non ha testato l'impatto dell'allattamento sul dolore associato a ripetuti trattamenti e cure, mentre ha valutato il dolore, misurando i cambiamenti nel ritmo del cuore e della respirazione, e il periodo di tempo che passa prima che il bimbo pianga dopo la puntura.

Varie le spiegazioni ipotizzate dai medici: il conforto che il piccolo trae semplicemente dalla vicinanza della madre, o il fatto che l'allattamento al seno distraga la sua attenzione dal dolore della puntura, o ancora la dolcezza del latte. Un'altra teoria è che il latte materno contenga un'alta concentrazione di composti chimici, che potrebbero indurre la produzione di antidolorifici naturali, quali sono le endorfine.

[>> .html](http://194.244.5.199/main/notizie/fdg/200607200855250371/200607200855250371)

VIRUS DELL'IMMUNODEFICIENZA UMANA (HIV)

Ilfiff PJ, Piwoz EG, Tavengwa NV et al.

L'allattamento esclusivo precoce riduce il rischio di trasmissione postatale dell'HIV-1 ed aumenta la sopravvivenza HIV-negativa. AIDS 2005, 19:699-708

La promozione dell'allattamento al seno esclusivo può ridurre in maniera sostanziale la trasmissione dell'HIV associata all'allattamento al seno. E' questa la conclusione di uno studio sulla trasmissione postatale (PNT) dell'HIV condotto nell'ambito di uno studio relativo alla supplementazione post-partum di vitamina A. Sono state arruolate 14.110 coppie madre/neonato, assegnate in modo casuale al gruppo della vitamina A od a quello di controllo dopo il parto, e sottoposte a follow-up per 2 anni. Al momento dell'arruolamento, a 6 settimane ed a 3 mesi, alle madri veniva chiesto se stessero ancora allattando al seno e se qualche liquido o cibo fosse stato somministrato al bambino. 4495 madri sono risultate HIV-positive al momento dell'arruolamento; 2060 dei loro figli sono risultati vivi ed HIV-negativi a 6 settimane. Le PNT (trasmissione post-natale) globale (definita da un test positivo per HIV dopo il test negativo a 6 settimane) è risultata del 12%, il 68% delle quali si è verificata dopo i 6 mesi. In confronto all'allattamento al seno esclusivo, l'allattamento al seno misto precoce è risultato associato ad un rischio maggiore di PNT di 4.03, 3.79 e 2.69 a 6, 12, 18 mesi rispettivamente. L'allattamento al seno predominante è risultato associato ad una tendenza verso un rischio di PNT maggiore di 2.63, 2.69 e 1.61 a 6,12,18 mesi, confrontato con l'allattamento esclusivo.

INFEZIONE DELLE VIE RESPIRATORIE (RTI)

Chantry CJ, Howard CR, Auinger P. **Durata dell'allattamento al seno completo e riduzione associata nell'incidenza delle infezioni delle vie respiratorie nei bambini statunitensi.** Pediatrics 2006;117:425-32

L'obiettivo di questo studio era quello di accertare se l'allattamento al seno completo per 6 mesi confrontato con quello per 4-6 mesi fornisse maggiore protezione nei confronti delle RTI. Dati provenienti da 2277 bambini di età compresa fra 6 e 24 mesi di età raccolti negli USA tra il 1988 e il 1994 sono stati divisi in 5 gruppi secondo il tipo di allattamento al seno. Dopo un adattamento in relazione a variabili demografiche, cure infantili ed esposizione al fumo, i 223 bambini allattati al seno in modo completo 4-6 mesi hanno presentato un rischio per polmonite aumentato 4.27 volte ed un rischio aumentato 1.95 volte per 3 episodi di otite media in confronto con i bambini allattati al seno per 6 mesi. Questi risultati supportano le attuali raccomandazioni OMS che i lattanti assumano soltanto latte materno per i primi 6 mesi di vita.

INFEZIONI DELLE VIE URINARIE (IVU)

Mårild S, Hansson S, Jodal U et al. **Effetto protettivo dell'allattamento al seno nei confronti delle infezioni delle vie urinarie.**

Acta Paediatr 2004;93:164-8

Per definire il possibile effetto protettivo dell'allattamento al seno esclusivo nei confronti della prima infezione febbrile delle vie urinarie nel bambino sono stati arruolati 200 casi (89 maschi, 111 femmine) di età compresa tra 0 e 6 anni in due ospedali pediatrici e centri di salute per l'infanzia in Svezia e messi a confronto con 336 bambini sani (147 maschi, 189 femmine) uguali per età e sesso. Praticare l'allattamento al seno esclusivo determinava un rischio di IVU significativamente inferiore. Una durata più prolungata dell'allattamento al seno determinava un rischio minore di infezione anche dopo il svezzamento, indicando in tal modo un meccanismo a lungo termine. L'effetto protettivo dell'allattamento al seno era più marcato poco dopo la nascita, quindi diminuiva fino all'età di 7 mesi, età dopo la quale non veniva dimostrato alcun effetto.

PESO POST-PARTUM

Kac G, Benicio MH, Velasquez-Melendez G et al. **Allattamento al seno e ritenzione del peso post-partum in una coorte di donne**

Brasiliane. Am J Clin Nutr 2004;79:487-93

Per studiare la relazione tra la ritenzione del peso post-partum, confrontato con il peso pre gravidanza, e l'allattamento al seno esclusivo/predominante, sono state sottoposte a follow-up 405 donne di età compresa tra 18 e 45 anni, con valutazioni a 0.5, 2, 6 e 9 mesi dopo il parto. La ritenzione media di peso post-partum al termine dello studio è risultata 3.1 Kg. Quando sono state messe a confronto le donne che avevano il 22% di grasso corporeo ed avevano allattato al seno per 180 giorni con quelle che avevano il 22% di grasso corporeo ed allattato al seno soltanto per 30 giorni, ciascun mese di allattamento al seno determinava una riduzione della ritenzione del peso post-partum pari a 0.44 Kg. Quando risultava variata soltanto la percentuale di grasso corporeo, l'effetto totale era 3.0, 1.7, 1.2 e 0.04 Kg nelle donne con il 18%, 25%, 28% e 35 % del grasso corporeo, rispettivamente. Questi risultati supportano l'ipotesi di una associazione tra allattamento al seno e ritenzione di peso post-partum e suggeriscono che l'incoraggiamento dell'allattamento al seno prolungato potrebbe contribuire alle riduzioni nella ritenzione del peso post-partum.

Resoconto anno 2006

un grazie di cuore
ad Antonio
che cura per noi
la parte amministrativa.

ENTRATE	
Avanzo anno precedente	1863.92
Giroconto da altra assistente	80.00
Abbonamenti	1025.00
Donazioni/contributi/offerte	333.50
Interessi ccp	5.37

USCITE	
Disavanzo anno precedente	43.57
Giroconto da altra assistente	80.00
Decima anno 2005	216.00
Spese postali	613.40
Spese telefoniche	64.00
Spese di cancelleria	150.30
Spese per fotocopie	174.00
Spese ccp	144.00
Trasferte per incontri varie	431.71 55.00

RIEPILOGO GENERALE	
Entrate	3337.79
Uscite	1971.98
Sbilancio	1365.81

.....
 : Vi informiamo che i vostri dati sono trattati esclusivamente da "AMAS Laetitia" :
 : per l'invio di documentazione, periodici e circolari inerenti l'associazione. In o :
 :gni momento è possibile richiederne la modifica o la cancellazione, secondo :
 : quanto previsto dal D.Lgs.196/03, scrivendo alla sede legale in Via Trebeschi, 9 - :
 : 25030 Roncadelle (BS) o inviando una e-mail a info@amaslaetitia.it. :
 :
 :

LE ASSISTENTI DI AMAS LAETITIA

<http://www.amaslaetitia.jimdo.com>
 e-mail: amaslaetitia@gmail.com

LOMBARDIA

Daniela Taglietti *Gatti* Via A. Trebeschi, 9
 25030 Roncadelle (BS) tel. 030/2583482
 c/c postale 35341767

Monica Brena *Marchesi* Via Monte Grappa 3/G
 24020 Villa di Serio (BG) tel. 035/655554

PIEMONTE

Rosanna Piano *Crosetto* Viale del Sole, 15
 12058 Savigliano (CN) tel. 0172/711373

ABRUZZO E MOLISE

Maria Luisa *Giangiulio Palumbo* Via N. De Fabritiis, 1
 64018 Tortoreto Alto (TE) tel. 0861/788355

EMILIA ROMAGNA

Adelina D'Onofrio *Giva* Via Caravaggio, 151
 41056 Savignano (MO) tel. 059/732080

Gioia Montanari *Frascaroli* Via Pasteur, 15
 41100 Modena tel. 059/356812

PUGLIA

Angela Astone *Gallo* Via Aldo Moro, 1
 74023 Grottaglie (TA) tel. 099/5665107

Redazione a cura di Monica Brena
 Revisione a cura di Adelina D'Onofrio e Gioia Montanari
 Stampa e spedizione a cura di Daniela Taglietti e Antonio Gatti