

3 OTTOBRE 2015



ALLATTIAMO INSIEME!

*In occasione della
Settimana Mondiale
dell'allattamento al seno 2015*

SISTEMA
BIBLIOTECARIO
INTERCOMUNALE

Vignola - Castelnuovo - Castelretro - Marano - Savignano - Zocca

	<p>Carlos Gonzales, <i>Un dono per tutta la vita: guida all'allattamento materno</i>, Il Leone Verde 2008 Biblioteca di Vignola</p> <p>Dopo "Bésame mucho" e "Il mio bambino non mi mangia", Carlos González torna con ad occuparsi di una delle sue grandi passioni: la difesa dell'allattamento materno. L'autore intende offrire informazioni pratiche per aiutare le madri che desiderano allattare a farlo senza stress e con soddisfazione.</p>
	<p>Marta Guoth-Gumberger, <i>L'allattamento del tuo bambino: come nutrire vostro figlio nel modo più completo, dalla prima poppata allo svezzamento</i>, Tecniche Nuove 2006 Biblioteca di Castelnuovo</p> <p>Una guida ricca di informazioni utili per le neomamme e di spunti preziosi per un allattamento al seno salutare e sereno. Una parte pratica spiega come allattare bene fin dall'inizio, quali sono le posizioni migliori, quando e con quale frequenza attaccare il bambino al seno. È importante sapere se il bambino mangia a sufficienza, che cosa fare in caso di problemi e come affrontare uno svezzamento senza traumi per mamma e figlio.</p>
	<p>La Leche League International, <i>L'arte dell'allattamento materno: testo italiano tratto dalla quarta edizione del libro The womanly art of breastfeeding</i>, La Leche League International 1990 Biblioteca di Savignano</p> <p><i>L'arte dell'allattamento materno</i> è il primo e più famoso manuale de La Leche League, nata nel 1956 da un blocchetto di appunti di alcune mamme statunitensi che iniziarono a raccogliere informazioni su questa pratica che era stata abbandonata negli "anni del benessere". A quei primi foglietti si aggiunsero pareri medici, ricerche scientifiche, approfondimenti, fino a raggiungere oggi le oltre 500 pagine di analisi ed esperienze, vissute e condivise da molte mamme in tutto il mondo.</p>
	<p>Franca Mazzei, <i>Primo cibo, primo amore: l'importanza dell'allattamento materno e della relazione favorevole</i>, Franco Angeli 2000 Biblioteca di Castelnuovo</p> <p>Facendo riferimento agli studi che nell'ultimo ventennio, da più punti di vista (biologico, medico e nutrizionale, psico-pedagogico), hanno intensificato l'interesse attorno al bambino piccolo e al neonato in particolare, questo libro vuole favorire la conoscenza del bambino da parte dei genitori aiutandoli a vedere le cose dal punto di vista del piccolo. L'autore analizza poi le caratteristiche del latte materno lasciando infine la parola a medici, psicologi e ricercatori.</p>
	<p>Paola Negri, <i>Sapore di mamma: allattare dopo i primi mesi</i>, Il Leone Verde 2009 Biblioteche di Vignola, Savignano e Montale</p> <p>La pratica dell'allattamento si sta diffondendo grazie a iniziative e interventi per la sua promozione. Sono quindi sempre di più le donne che allattano secondo le raccomandazioni dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, ovvero fino a due anni di vita del bambino e anche oltre. Opinioni, suggerimenti, dubbi e scambio di esperienze per le mamme che scelgono di allattare il loro bambino oltre i primi mesi.</p>

	<p>Paola Negri, <i>Tutte le mamme hanno il latte</i>, Il Leone Verde 2005 Biblioteca di Castelnuovo</p> <p>Il libro chiarisce ai genitori sia gli straordinari benefici dell'allattamento sia gli ostacoli e i motivi per cui questa pratica non viene incoraggiata, mettendo in rilievo le differenze con le pratiche legate all'allattamento artificiale.</p>
	<p>Bettina Salis, <i>Le ricette per la neomamma: per la salute della donna che allatta e del bambino</i>, Red 2011 Biblioteche di Castelnuovo e Montale</p> <p>Frutto della collaborazione tra un'ostetrica e un'esperta di cucina, questo libro fornisce alle neomamme informazioni dettagliate sulle corrette abitudini alimentari durante l'allattamento, sfatando gli innumerevoli pregiudizi e luoghi comuni che circolano sull'argomento. Il libro è rivolto anche alla neomamma che non allatta, perché le ricette proposte la aiutano a fare il pieno di energia per i primi impegnativi mesi di vita del bambino.</p>
	<p>William Sears, <i>Allattamento e svezzamento</i>, Red 2003 Biblioteca di Castelnuovo</p> <p>Questo libro, semplice e completo, è una guida sicura all'allattamento e allo svezzamento del bambino. Scritto da due esperti, tratta tutti i problemi che le nuove mamme si trovano ad affrontare. I vantaggi, per mamma e bambino, dell'allattamento al seno, le tecniche dell'allattamento in condizioni normali o particolari (dopo il parto cesareo, se il bambino sviluppa l'ittero, se nasce prematuro), i disturbi più frequenti della mamma che allatta: prevenirli e curarli con le medicine dolci.</p>
	<p>William Sears, <i>Tutto sull'allattamento naturale</i>, Red 2009 Biblioteca di Montale</p> <p>Questo libro, semplice e completo, è una guida sicura all'allattamento del bambino. Scritto da due esperti, tratta tutti i problemi che le nuove mamme si trovano ad affrontare: i vantaggi, per mamma e bambino, dell'allattamento al seno, le tecniche dell'allattamento in condizioni normali o particolari (dopo il parto cesareo, se il bambino sviluppa l'ittero, se nasce prematuro), l'alimentazione e l'attività fisica per mantenersi in forma durante l'allattamento, i disturbi più frequenti della mamma che allatta.</p>
	<p>Stefano Tasca, <i>Allattamento, svezzamento e nutrizione del bambino: dalla nascita a due anni</i>, Mammeonline 2006 Biblioteca di Vignola</p> <p>Obesità, malattie metaboliche e cardiopatie sono in aumento. La causa è soprattutto un'errata conduzione alimentare, la cui origine è da ricercare nell'infanzia. Come prevenire tutto questo? È possibile svezzare e nutrire i bambini in modo naturale, usando prodotti freschi, seguendo da vicino la fisiologia della crescita e rispettando i peculiari fabbisogni di ogni singolo? L'autore risponde fornendo sia le spiegazioni scientifiche che illustrando il suo schema di svezzamento.</p>