

1-6 OTTOBRE 2018

Regione Emilia-Romagna

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA

Allattiamo insieme!



6° Flash mob regionale
Indossa una maglietta bianca
e vieni anche tu ad allattare

Bibliografia realizzata in occasione della
Settimana Mondiale dell'allattamento al seno 2018

SISTEMA
BIBLIOTECARIO
INTERCOMUNALE

Vignola - Castelnuovo - Castelvetro - Marano - Savignano - Spilamberto - Zocca

	<p>Marco Bianchi, <i>Noi ci vogliamo bene: gravidanza, allattamento, svezzamento: emozioni, scienza e ricette per mamma, papà e bebè</i>, Mondadori 2016 Biblioteca di Castelvetro e Spilamberto</p> <p>Un libro innovativo e originale per la capacità di mettere insieme, con uno sguardo orientato alla prevenzione, le tappe principali dello sviluppo prenatale e del primo anno di vita del bambino.</p>
	<p>Tiziana Catanzani, Paola Negri, <i>Allattare, un gesto d'amore</i>, Bonomi 2005 Biblioteche di Castelfranco, Delfini di Modena, Formigine [et al.]</p> <p>Una guida aggiornata e completa sull'allattamento, nei suoi molteplici aspetti e momenti, e sulla vita in famiglia con un bebè. A partire dall'esperienza maturata in anni di lavoro a contatto con donne in gravidanza e durante l'allattamento, le autriche forniscono uno strumento concreto per genitori e operatori sanitari.</p>
	<p>Tiziana Catanzani, <i>Lavoro & allatto: metodi semplici e efficaci per farlo bene e senza stress</i>, Bonomi 2012 Biblioteche Delfini di Modena e Pavullo</p> <p>In questo manuale una consulente professionale in allattamento materno risponde in modo semplice e diretto ai dubbi più frequenti: posso tornare a lavorare dopo la nascita del bambino e continuare ad allattarlo? Come faccio a tirarmi il latte sul posto di lavoro? Il latte materno può essere conservato? Il biberon è necessario? La legge italiana sostiene in modo concreto la mia scelta di allattare? Una guida pratica che offre alle mamme lavoratrici informazioni e suggerimenti per una gestione serena dell'allattamento senza dover rinunciare al lavoro.</p>
	<p>Giorgia Cozza, <i>Allattare è facile! Suggerimenti da seguire e errori da evitare per allattare a lungo e facilmente</i>, Il Leone Verde 2012 Biblioteche di Carpi, Castelfranco, Sassuolo, Formigine</p> <p>Quando la teoria è un po' confusa e la pratica anche peggio, quando il seno fa male, gli altri criticano, il pianto è inconsolabile (del bebè e/o della mamma) è il momento di sedersi. E di aprire questo libro.</p>
	<p>Carlos González, <i>Un dono per tutta la vita: guida all'allattamento materno</i>, Il Leone Verde 2008 Biblioteca di Vignola</p> <p>Dopo <i>Bésame mucho</i> e <i>Il mio bambino non mi mangia</i>, Carlos González torna 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 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 suo punto di vista. L'autore analizza poi le caratteristiche del latte materno lasciando infine la parola a medici, psicologi e ricercatori.</p>
	<p>Paola Negri, <i>Allattamento: guida pratica per iniziare bene e continuare meglio</i>, Urrà 2012 Biblioteca di Vignola</p> <p>Il libro, con un taglio molto concreto e ricco di informazioni e consigli, sarà una guida preziosa per tutte le mamme che desiderano fare dell'allattamento un'esperienza positiva, gratificante ed essenziale per sé e per il proprio bambino.</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 Biblioteche di Castelnuovo e Montale</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>Paola Paschetto, <i>Allattamento al seno: come nutrire felicemente il tuo bambino</i>, De Agostini 2011 Biblioteca di Vignola</p> <p>Sono numerose le difficoltà che si incontrano nell'allattamento, e molte le madri che rinunciano scoraggiate, optando per il biberon. Paola Paschetto e Giorgia Cozza, mamme prima ancora che esperte di allattamento, in termini semplici ma esaustivi, guideranno le neomamme nelle diverse fasi dell'allattamento al seno, a partire dalla nascita del bambino fino al completo abbandono del latte materno.</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>Tutto sull'allattamento naturale</i>, Red 2009 Biblioteche di Castelvetro, Montale, Savignano e Vignola</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>



Heather Welford, *Allattamento al seno e con il biberon: per vivere un'esperienza serena e senza timori*, Red 2014
Biblioteca di Vignola

Il volume aiuta a scegliere il modo migliore di alimentare il proprio bambino per garantirgli uno sviluppo fisico ed emotivo armonioso e per affrontare l'esperienza dell'allattamento con gioia e senza preoccupazioni.

Maternità

- Massimo Ammaniti, *Pensare per due: nella mente delle madri*, Laterza 2008
- Elisabeth Badinter, *Mamme cattivissime?*, Corbaccio 2011
- Vittoria Baruffaldi, *Esercizi di meraviglia: fare la mamma con filosofia*, Einaudi 2016
- Catherine Bergeret-Amselek, *Il mistero delle madri: viaggio al cuore della maternità*, Magi 2005
- Cecilia Chrapkowska, *Praktika: il metodo svedese per una maternità serena e bimbi felici*, Vallardi 2018
- Stephane Clerget, *La madre perfetta sei tu: perché non è giusto sentirsi in colpa nei confronti dei figli*, Mondadori 2010
- Franck Dugravier, *La trama della famiglia: diventare madri, padri, nonni. Un' avventura infinita*, Mondadori 2016
- Anne Enright, *Fare figli inciampando nella maternità*, Bompiani 2013
- Sylviane Giampino, *Perché le mamme che lavorano si sentono colpevoli? Vincere il senso di colpa e godersi il bello della la vita con i propri bambini*, Salani 2018
- Alba Marcoli, *La rabbia delle mamme: perdersi per ritrovarsi*, Mondadori 2011
- Sophie Marinopoulos, *Nell'intimo delle madri: luci e ombre della maternità*, Feltrinelli 2006
- Cosetta Matteoni, *Mamme sotto assedio: idee sbagliate e luoghi comuni sulla gravidanza e la maternità*, Red 2010
- Elizabeth Perle McKenna, *Donne che lavorano troppo: vita privata, lavoro, identità*, Mondadori 2002
- Massimo Recalcati, *Le mani della madre: desiderio, fantasmi ed eredità del materno*, Feltrinelli 2015
- Verena Schmid, *Apprendere la maternità: le nuove sfide di oggi, tra natura e cultura*, Urra 2010
- Giulia Settimo, *Mamme single*, Red 2013
- Carola Susani, *Mamma o non mamma?*, Feltrinelli 2009
- Isabelle Tilmant, *Il coraggio della scelta: riflessioni sulla maternità*, De Agostini 2009
- Chiara Valentini, *O i figli o il lavoro*, Feltrinelli 2012
- Silvia Vegetti Finzi, *L'ospite più atteso: vivere e rivivere le emozioni della maternità*, Einaudi 2017

Per leggere gli abstract dei titoli contenuti nella bibliografia e verificarne la disponibilità presso la propria biblioteca è possibile consultare il link

<https://www.bibliomo.it/SebinaOpac/page/list/maternita/421220889035>