

L'EMOZIONE DI DIVENTARE MAMMA

DOLCE ATTESA

€2,90 Sfera Editore - Mensile - Anno IX
n. 86 - LUGLIO 2010

CON STUOIA MARE A € 7,80



VINCI
CON IL CONCORSO
W LA MAMMA
FANTASTICI
PREMI

Parti!

10 METE
SPECIALI
PER L'ESTATE

IL NOSTRO TEST

CONOSCI LE
PAROLE CHIAVE
DEI 9 MESI?

A TAVOLA

LA TUA DIETA
ANTICALDO:
i cibi più freschi

BENESSERE

Fai ginnastica
in ACQUA e sei
in gran forma

GUIDA AGLI INDISPENSABILI PER UNA VACANZA CONFORT CON IL BEBÈ



La nascita dei figli, le nuove priorità. E l'idea di trasformare il punto vendita di Bassano del Grappa in un luogo speciale. Chiara Pozzi ci spiega com'è nato il suo progetto

- Servizio di GIORGIA E. COZZA -

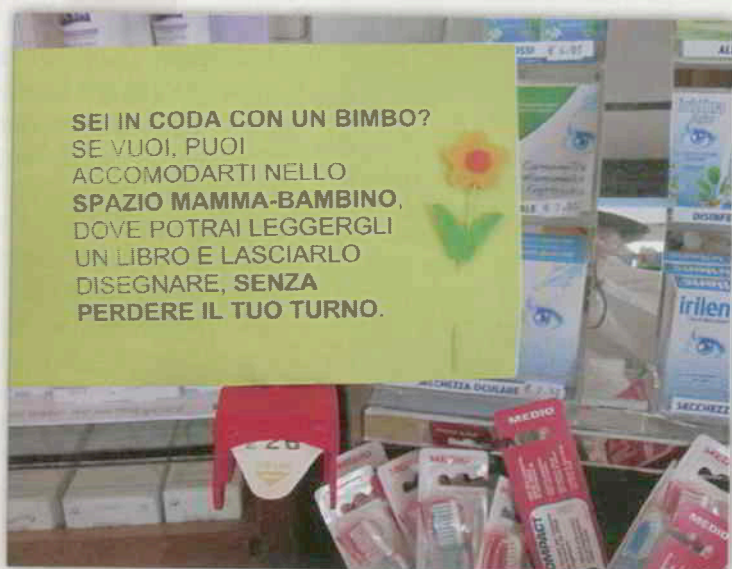
Una farmacia amica delle

C'è una farmacia, a Bassano del Grappa, in provincia di Vicenza, che è diventata un importante punto di riferimento per le donne in attesa di un bimbo e per le neomamme. Una farmacia che nel 2008 ha ottenuto il riconoscimento di "Farmacia Amica dell'Allattamento Materno" e che lo scorso anno ha organizzato eventi e convegni sul territorio nazionale per promuovere la cultura dell'allattamento al seno e garantire informazioni corrette e aggiornate ai genitori. Anima e cuore di queste iniziative è Chiara Pozzi Perteghella, 38 anni, direttrice della Farmacia Pozzi e madre di tre splendidi bimbi: Francesco, 4 anni e mezzo, Giovanni, 2 anni, e il piccolo Perialberto, nato da poco.

La sua storia è una bella dimostrazione di quanto possano fare la determinazione e la passione di un genitore, che in questo caso hanno trasformato una normalissima farmacia in un luogo a misura di mamma e bebè.

■ Chiara, la tua farmacia è un'oasi felice per le donne che hanno appena avuto un bimbo. Al bancone possono ricevere suggerimenti per gestire le poppate, nell'angolo riservato possono allattare, cambiare il bebè, intrattenere i fratellini. Addirittura, c'è una piccola biblioteca a loro disposizione. Come è nato questo progetto?

Quando mi sono laureata e ho iniziato a lavorare in farmacia ero una giovane donna single, lontana anni luce - a livello professionale e personale - da questi temi. Allattamento, maternità,



Una poltrona per allattare e un fasciatoio permettono di prendersi cura del piccolo in tranquillità

mamme

benessere infantile non rientravano tra i miei interessi e non erano argomenti che avevo approfondito.

■ Poi c'è stata la grande svolta...

A 34 anni sono rimasta incinta del mio primo bimbo e credevo di sapere già tutto quello che mi serviva. Avevo letto il manuale de La Leche League, avendo però forti perplessità riguardo all'idea di nutrire al seno per anni... Non solo, mi chiedevo a che cosa servisse questa associazione dato che allattare è un gesto naturale, fisiologico. Ma quando è nato Francesco... ho capito! Alla prima ragade, non fosse stato per la

consulente de La Leche League, sarei passata subito all'alimentazione artificiale. È stato allora che ho compreso che le mamme smettono di allattare non per mancanza di latte, ma per carenza di informazione.

■ Così è maturata la decisione di garantire un'adeguata formazione ai farmacisti che lavorano con te.

Ho chiesto alla consulente de La Leche League di preparare me e i miei colleghi per poter offrire informazioni corrette alle neomadri. E in vetrina abbiamo esposto materiale informa-

tivo e manifesti che promuovono l'allattamento al seno.

■ Quando eri in attesa del secondo bimbo, c'è stato un ulteriore sviluppo.

Era l'ottobre del 2007 quando ho sentito parlare del progetto di un farmacista di Verona, Paolo Delaini che, in collaborazione con il Melograno, aveva inaugurato la prima Farmacia Amica dell'Allattamento Materno. Sono subito andata a Verona per saperne di più. E al mio ritorno, assolutamente entusiasta, ho annunciato ai miei collaboratori che c'era un progetto nazionale che coincideva con la mia idea di farmacia e ho spiegato loro i passi che avremmo dovuto intraprendere: formazione del personale, creazione di uno spazio allattamento, allestimento di una vetrina che promuove questa pratica, rispetto del Codice internazionale sulla commercializzazione dei sostituti del latte materno.

La vetrina era già pronta. Per lo spazio allattamento è stato sufficiente acquistare una poltrona, un separè e un fasciatoio. Per la formazione ci siamo rivolti all'ASL e tutti i dipendenti - 14 persone tra farmacisti e commessi - hanno partecipato a un corso certificato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità.

Ma il tasto più dolente, quello che ha suscitato la preoccupata reazione dei miei collaboratori, è stato il Codice.

■ Ovvero?

Per ottenere il riconoscimento di Farmacia Amica dell'Allattamento Materno è necessario rispettare il Codice internazionale sulla commercializzazione dei sostituti del latte materno. Questo significa che non è possibile esporre in vetrina o negli spazi espositivi confezioni di latte artificiale ➔



Chiara con i suoi tre bambini Pieralberto, Francesco e Giovanni. A destra, un'immagine dello spazio

e accessori quali biberon e ciucci. Naturalmente noi continuiamo a vendere questi prodotti, abbiamo il dovere di sostenere e informare anche le donne che hanno scelto di non allattare, ma non ne promuoviamo l'acquisto mettendoli in bella mostra. E così, nonostante le forti perplessità dei miei collaboratori che temevano un crollo del fatturato, abbiamo spostato nel retro tutti i prodotti che riguardano l'alimentazione artificiale. In quell'occasione ricordo di aver proposto una scommessa, ero certa che da lì a un anno non avremmo perso clienti, né ridotto le vendite di ciucci e biberon. E infatti così è stato. Non solo, lo spazio espositivo che si è liberato spostando questi accessori non è rimasto vuoto, ma ospita fasce portabebè, cuscini per l'allattamento, magliette dotate di aperture per facilitare la poppata. D'altronde il nostro punto di forza, il valore aggiunto che ci distingue dalla grande distribuzione (con cui a livello di prezzi non possiamo competere) è la competenza professionale. E il fatto di accogliere le madri, garantendo informazioni corrette, sostegno e uno spazio ad hoc dove possono accudire i loro bambini.



■ **Come 'funziona' il vostro spazio allattamento?**

La nostra farmacia è grande e abbiamo potuto riservare un ampio spazio alle mamme e ai loro bambini. Qui, oltre alla poltrona per allattare e al fasciatoio per il cambio, abbiamo collocato un tavolino con libretti, fogli e colori per i bimbi più grandicelli e uno scaffale con numerosi testi dedicati alla genitorialità. Le mamme possono consultare i libri, ma anche prenderli in prestito e portarli a casa. Quando una donna entra in farmacia con il suo piccino è subito invitata ad attendere nello spazio allattamento, ed è lì che viene servita dal farmacista, senza perdere il turno grazie al bigliettino con il numero che indica l'ordine di arrivo dei clienti. Ma questo spazio è a disposizione di tutte le mamme, anche quelle che non devono acquistare né chiedere una consulenza: se una donna sta

passaggiando con il suo piccino e lui reclama la poppata, lei può servirsi liberamente della nostra poltrona per allattare in tutta tranquillità!

■ **Uno spazio che è tornato utile anche a te, che hai allattato a lungo e felicemente Francesco e Giovanni e ora stai nutrendo al seno Pieralberto...**

Lo spazio allattamento è stato inaugurato nel dicembre 2007, un mese dopo è nato Giovanni che, come i suoi fratelli, mi ha seguito al lavoro a una settimana di vita! L'allattamento e la fascia mi permettono di tenere i miei piccoli vicini e soddisfare ogni loro necessità senza dovermi allontanare dal luogo di lavoro. Così, può capitare di offrire una consulenza a una neomamma e intanto... allattare insieme. O confrontarsi sull'ultima notte trascorsa in bianco. Le mamme tornano volentieri e si creano bei legami, di fiducia e di amicizia. Per me è importante questo rapporto, mi piace ascoltare le madri, offrire loro sostegno. Il confronto e la condivisione di esperienze arricchisce molto. Tutto questo non sarebbe stato possibile se non fossi diventata mamma...

■ **Nel 2009 la Farmacia Pozzi si è fatta promotrice di una serie di appuntamenti culturali di rilievo nazionale.**

In settembre, in collaborazione con La Leche League abbiamo organizzato un ciclo di conferenze del pediatra spagnolo Carlos Gonzalez, fondatore e presidente dell'Associazione Catalana per l'Allattamento Materno e autore di numerose pubblicazioni. E in occasione della Settimana per l'Allattamento Materno abbiamo invitato in

Italia Ibu Robin Lim - l'ostetrica che per l'incessante impegno in favore delle famiglie più povere e delle madri indonesiane di ogni cultura, religione, estrazione sociale ha ricevuto nel 2006 il "Premio Alexander Langer per la Pace" - che ha partecipato a convegni organizzati con La Leche League e con Il Melograno in diverse regioni italiane.

Attualmente, la Farmacia Pozzi è coinvolta in un'iniziativa dell'Azienda Sanitaria Locale volta alla diffusione dell'allattamento al seno negli asili nido di Bassano. L'idea è quella di sostenere, incentivare e promuovere l'allattamento anche nelle strutture - pubbliche e private - che accolgono bambini, anche di pochi mesi, nell'ottica di creare un protocollo che possa permettere alla coppia mamma-bambino di preservare l'interazione privilegiata e il nutrimento garantiti dall'allattamento.

■ **La diffusione di informazioni corrette ha lo scopo di promuovere l'allattamento stesso, ma anche di sensibilizzare l'opinione pubblica?**

L'allattamento deve tornare a essere la norma, deve essere riconosciuto come un'importante pratica di salute da parte dei genitori, degli operatori sanitari e della società. È ormai tempo che le donne possano allattare serenamente nei locali pubblici e nei negozi delle loro città senza temere di venire allontanate o di ricevere commenti sgradevoli. Ed è tempo che questa libertà riguardi anche le poppate dei bimbi più grandicelli, dato che l'Organizzazione Mondiale della Sanità ha sottolineato l'importanza del latte materno, accostato ai cibi solidi, anche nel secondo anno di vita del bambino. E dopo il secondo compleanno, sottolinea sempre l'OMS, l'allattamento continuerà "finché la coppia mamma-bambino lo desidera".

Una raccomandazione a oggi totalmente ignorata nella nostra società,

Informazioni e sostegno **PER VINCERE LE DIFFICOLTÀ**

Quando la mamma viene dimessa e torna a casa con il suo piccino, la farmacia diventa quasi una "tappa obbligata": nelle prime settimane dopo il parto, i genitori vi si recano per acquistare i prodotti per il bebè e per chiedere consiglio per la sua salute. Questo significa che il farmacista può avere un ruolo importante nella tutela e nel sostegno dell'allattamento materno e per questo Il Melograno promuove, a livello nazionale, il progetto Farmacia Amica dell'Allattamento Materno. Nei punti vendita che aderiscono all'iniziativa

tiva allineandosi con le indicazioni dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (che raccomanda l'allattamento esclusivo fino al sesto mese), le mamme possano trovare informazioni corrette a proposito della gestione delle poppate e sostegno per superare eventuali difficoltà.

Chi desidera saperne di più o vuole proporre alla propria farmacia di fiducia di aderire al progetto, può consultare il sito <http://progettofarm.org/>. On-line si può trovare anche l'elenco delle Farmacia Amiche dell'Allattamento Materno.

dove l'allattamento di un bimbo grande viene vissuto con sospetto, come se si trattasse di una stravaganza.


■ **È anche per questo motivo che avete deciso di formare tutti i vostri dipendenti, non soltanto i farmacisti come richiesto per aderire al progetto Farmacia Amica dell'Allattamento Materno?**

Sì, è stata una scelta dettata dalla necessità di garantire la massima uniformità di informazione alle donne. Un'informazione che passa attraverso una comunicazione verbale e non verbale. Una formazione adeguata di tutti i collaboratori ci permette di essere sulla stessa lunghezza d'onda, perché non accada mai che una mamma che sta allattando il suo bimbo di

uno o due anni venga guardata male. Uno sguardo può fare molto male!

■ **Soprattutto a una mamma che vuole fare solo il meglio per il suo bambino, ma ha timore di sbagliare ed è vulnerabile nei confronti dei commenti e dei giudizi altrui.**

Le madri devono essere incoraggiate e sostenute. Dopo il progetto Ospedale Amico del Bambino, ora l'Unicef vuole promuovere una Comunità amica del bambino. Perché è vero che partire con il piede giusto, ricevendo informazioni corrette nel punto nascita in cui si dà alla luce il proprio figlio, è importante, ma se una volta dimessa la donna viene abbandonata a se stessa, l'allattamento "naufraga". Ed ecco che entrano in gioco i pediatri, le farmacie - l'anno scorso tutte le farmacie comunali di Verona hanno aderito al progetto del Melograno - ma anche le istituzioni e i singoli cittadini.

Dobbiamo diventare, o meglio tornare a essere, una comunità che accoglie la mamma che allatta. Penso solo a cento anni fa, quando una donna non doveva chiedere il permesso a nessuno per nutrire al seno suo figlio, piccolo o grande che fosse, e tutti le sorridevano vedendola allattare... 

LA MAMMA
PUÒ ENTRARE
E NUTRIRE
IL BEBÈ ANCHE
SE NON DEVE
FARE ACQUISTI