

PROGETTO GRUPPO DI AUTO-MUTUO AIUTO *per l'allattamento*

Ambulatorio Allattamento Ospedale Sant'Orsola – Ostetricia e Medicina dell'Età Prenatale

Presentato da:

Franca Acciardi, Giovagnoli Rebecca, Michelini Sarah,
Perruzza Samira, Sarti Eleonora, Zatelli Giulia
Collab. Giuseppe Settembrino Stud. HEMAP



Abstract



Il progetto nasce con l'obiettivo di sostenere neomamme e gestanti nel percorso dell'allattamento, attraverso un gruppo di auto mutuo aiuto attivo all'interno dell'Ospedale Sant'Orsola. Il gruppo, facilitato da ostetriche IBCLC e mamme peer counselor, vuole offrire uno spazio sicuro e accogliente per condividere esperienze, dubbi e difficoltà, favorendo il confronto tra pari.

L'iniziativa promuove l'allattamento come pratica salutare per madre e bambino, in linea con le raccomandazioni di OMS e UNICEF, prevenendo l'isolamento e rafforzando le competenze genitoriali. Il progetto integra, inoltre, il supporto emotivo con informazioni basate su evidenze scientifiche, contribuendo a migliorare l'esperienza di cura delle famiglie seguite dal Sant'Orsola.

Introduzione

L'allattamento rappresenta un pilastro fondamentale per la salute materno-infantile, ma molte donne incontrano difficoltà nel proseguire questa pratica secondo i propri desideri. Per offrire un sostegno concreto alle madri e promuovere l'allattamento prolungato, si propone l'istituzione di un gruppo di auto mutuo aiuto fondato sull'esperienza diretta e sul supporto tra pari.

Questo modello, già sperimentato dall'Ambulatorio Allattamento del Sant'Orsola attraverso incontri in teleassistenza settimanali di 60 minuti ogni giovedì, rivolti a gravide e puerpere, si fonda su ascolto attivo, empatia, condivisione di strategie e sostegno emotivo.

I dati raccolti tramite questionari di soddisfazione, somministrati tra il 2023 e il 2024, evidenziano un elevato livello di gradimento tra le partecipanti, con un impatto positivo sull'autoefficacia percepita e sulla capacità di mantenere l'allattamento oltre i sei mesi.

I risultati evidenziano l'importanza di integrare e potenziare iniziative di questo tipo (gruppo auto mutuo aiuto), affinché diventino un elemento strategico nel sistema di supporto alla maternità, contribuendo al benessere emotivo delle madri e la salute dei loro bambini (vedi raccolta dati).

Obiettivi:

- Promuovere** l'allattamento esclusivo nei primi sei mesi di vita e il proseguimento fino a due anni o oltre, come raccomandato dall'OMS.
- Sostenere** le madri nella gestione di difficoltà comuni (attacco, dolore, ingorgo, rientro al lavoro).
- Prevenire** l'abbandono precoce dell'allattamento legato a insicurezza, isolamento o informazioni contrastanti.
- Creare** una rete di sostegno tra pari che valorizzi l'esperienza diretta delle madri e favorisca il benessere psico-fisico.

Destinatari:

- Donne in gravidanza che desiderano prepararsi all'allattamento prima del parto.
- Neomamme (incluse quelle che allattano, tirano il latte o praticano un allattamento complementare).
- Mamme che affrontano difficoltà come problemi di attacco, scarsa produzione di latte o dolore al seno.
- Partner o familiari coinvolti nel sostegno della madre durante il periodo dell'allattamento.

Metodologia:

- Incontri settimanali** della durata di 60 minuti ogni giovedì.
 - Gruppo aperto, gratuito, iscrizione obbligatoria.
 - Luoghi di ascolto e confronto online, dove le mamme possono raccontarsi liberamente e affrontare insieme temi come le sfide dell'allattamento, l'alimentazione della mamma e il riposo del bambino.
 - Distribuzione di materiale informativo validato (opuscoli, link a risorse online affidabili).

Risultati attesi:

- Maggior tasso di allattamento esclusivo nei primi 6 mesi tra le partecipanti.
- Riduzione del numero di abbandoni precoci dell'allattamento dovuti a difficoltà gestibili.
- Miglioramento del benessere emotivo e percezione di competenza genitoriale.
- Creazione di una rete di sostegno stabile e autonoma anche oltre il progetto pilota.

Monitoraggio e valutazione:

- Questionario iniziale e finale su conoscenze, aspettative e grado di soddisfazione.
- Raccolta di dati quantitativi (numero partecipanti, frequenza, durata allattamento).

Conclusioni

Nel 2026 sarà avviato un gruppo di mutuo-aiuto in presenza, inteso come spazio di incontro, ascolto reciproco e condivisione tra mamme. L'obiettivo è rafforzare il sostegno tra pari, consolidare una rete comunitaria stabile e solidale e sviluppare competenze personali e collettive.

Il progetto valorizza le esperienze delle neomamme come risorsa fondamentale per promuovere un allattamento consapevole e duraturo. Si propone di favorire una collaborazione attiva tra professionisti sanitari e comunità locali per rispondere ai bisogni reali delle famiglie, colmando lacune informative e di supporto nei percorsi di cura e accompagnamento alla genitorialità. L'iniziativa mira a contrastare l'isolamento delle madri, promuovendo un sistema di assistenza più umano, inclusivo e sostenibile nel tempo.

Format e risorse

Incontri mensili di 120 minuti, il primo sabato del mese, in presenza in una sala dedicata. Facilitatrice ostetrica e mamme peer-supporter formate secondo le linee guida OMS/UNICEF. Risorse necessarie: sala attrezzata, formazione continua per le peer-supporter, materiale divulgativo (stampa, poster, schede informative).

Raccolta Dati



Questionari di Gradimento

Per la valutazione del Progetto sono stati predisposti due Questionari di Gradimento:

- ✓ valutazione incontri settimanali di gruppo (somministrato ai genitori che partecipano agli incontri di gruppo on line).

Nell'anno 2024 hanno risposto al questionario un campione volontario di 87 puerpere che hanno partecipato agli incontri di gruppo.



Bibliografia

- Dennis CL. Peer support within a health care context: a concept analysis. Int J Nurs Stud. 2003 Mar;40(3):321-32.
- Chapman DJ, et al. Breastfeeding peer counseling: from efficacy through scale-up. J Hum Lact. 2010 Aug;26(3):314-26.
- Gavine Aet al. Support for healthy breastfeeding mothers with healthy term babies. Cochrane Database Syst Rev. 2022 Oct 25;10(10):CD001141.
- Chang YS, et al. Views and experiences of women, peer supporters and healthcare professionals on breastfeeding peer support: a systematic review of qualitative studies. Midwifery. 2022 May;108:103299.
- Comitato Italiano per l'UNICEF - Fondazione Onlus (2022). Insieme per l'Allattamento: Guida all'applicazione dei Passi per proteggere, promuovere e sostenere l'allattamento nelle strutture del percorso nascita. Edizione 2022. (Roma: Comitato Italiano per l'UNICEF - Fondazione Onlus). Disponibile su: <https://www.unicef.it/guidaBFI>
- <https://mami.org/gruppi-di-sostegno/>