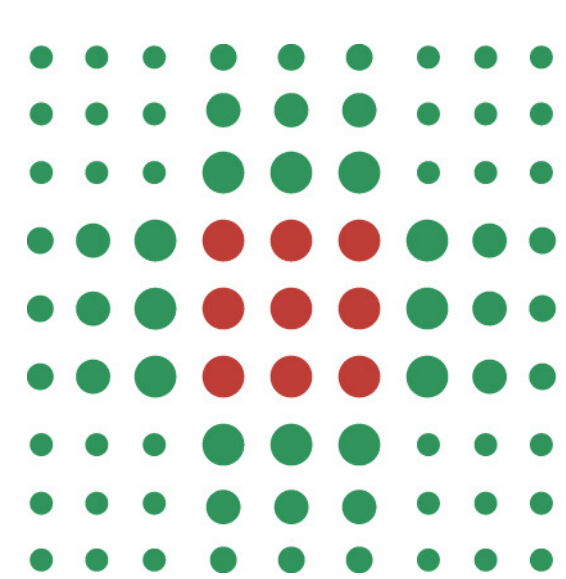




Ragadi

Messaggi chiave

1

Si definisce ragade una lesione dolorosa del capezzolo e dell'areola mammaria che può interessare diversi livelli di profondità della cute (solo epidermide o tutto il derma)

2

Nei contesti in cui si utilizza sistematicamente l'approccio all'allattamento semireclinato e rilassato la frequenza di ragadi si riduce nettamente e in maniera significativa

3

Valutare la presenza di eventuali problemi nel lattante come frenulo corto o altri disformismi, una posizione che genera dolore durante l'allattamento o l'uso improprio del tiralatte o paracapezzoli

4

Ad eccezione dell'approccio semireclinato e rilassato, testato su un campione significativo di neonati, l'efficacia degli altri interventi per prevenire/curare le ragadi è incerta, basata su studi piccoli e con problemi metodologici

5

Vanno comunque rimosse le condizioni che provocano umidità locale (come in caso di utilizzo di paracapezzoli e coppette), suggerendo di tenere il seno all'aria e ventilato ogni volta che sia possibile.

6

Si può suggerire di applicare alcune gocce di latte materno (ricco di sostanze cicatrizzante e immunologicamente attive) a fine poppata e assumere antidolorifico per bocca per controllare il dolore (ricordare alla mamma che l'assunzione di antidolorifici è compatibile con l'allattamento)

7

Nel caso la mamma utilizzi tiralatte verificare le dimensioni della coppa: coppe troppo grandi o troppo piccole danneggiano i capezzoli. In alternativa all'uso del tiralatte proporre alla madre la spremitura manuale

8

L'allattamento non deve essere doloroso: se lo è la mamma deve essere aiutata per arrivare a una poppata piacevole

9

La cosiddetta preparazione del seno e dei capezzoli in gravidanza non è indicata, dal momento che non si associa a ridotta prevalenza di problemi in allattamento, comprese le ragadi.