



**GAIA**  
DI ILARIA MAGRINELLI

50 e più  
**RISPOSTE  
PRONTE  
ALL'USO**

**GUIDA SEMISERIA  
PER NEOGENITORI**

# INTRO

Perché una guida semiseria?

Perché spesso le “vie di mezzo” salvano... e nel tempo di “sopravvivenza” che è il post, un salvagente è utile.

Perché non sempre possiamo rispondere davvero come vorremmo.

Perché le risposte più argute ci vengono in mente di solito quando il nostro interlocutore non è più davanti a noi.

Per questo ho selezionato 50epiù risposte divise in 5 macro argomenti sui temi caldi del primo anno di vita, pronte per essere utilizzate.



# Mi presento

**Sono Ilaria Magrinelli, educatrice perinatale e counselor relazionale.**

Nel 2012 ho fondato Gaia, un centro in provincia di Verona dedicato alle famiglie. Mi occupo di accompagnamento alla nascita preparando le coppie con corsi che guardano oltre il parto. Il mio approccio alla nascita è molto concreto...poco romanticismo e molte informazioni di salute. A Gaia e sui social racconto la maternità per quello che è, con le sue luci, ma soprattutto le sue ombre. Sono convinta che i papà siano da coinvolgere fin dalla gravidanza nel percorso di preparazione e accoglienza di una nuova vita.

Nel post parto sono accanto alle madri e alle famiglie per vivere al meglio il post parto.

**@gaia\_di\_ilaria\_magrinelli**

E ora...  
via alle  
domande e  
risposte!

# GRAVIDANZA

**Quanti chili hai preso?**

Quelli perfetti perché cresca al meglio.  
Perfino la mia ginecologa mi ha fatto i complimenti!

**Che pancia piccola/grande!**

Dici? Sai che non avevo notato?  
La tua piuttosto?

**Non sarai una di quelle che allatta vero?**

No... no, lascerò che si arrangi da solo fin da subito!

## **Farai il cesareo/il parto naturale?**

Devo ancora valutare bene. In ogni caso sceglieremo la strada migliore per me e per lei (con una bella carezza alla pancia per far capire chi sono le uniche coinvolte nella questione).

## **“Il mio parto è stato...”**

Guarda, grazie, ma sono già preoccupata di mio, preferisco non ascoltare parti di altri..

## **Quando rientreri al lavoro?**

Lo partorisco prima, che dici?

# **Preferisci maschio o femmina?**

Cambierebbe qualcosa?

## **Pancia a punta? È maschio sicuro...**

- Fatta eco ieri...è una femmina!
- Eh già, è un maschio...confermato dall'ecografia, più che dalla pancia.
- dici? Cinque minuti fa mi hanno detto che la pancia a punta è da femmina!

# Kindly reminder

**La gravidanza non è per tutte le donne un tempo di “dolce attesa”.**

Potresti non essere sempre felice e vivere emozioni contrastanti.

Concentrati sul tuo percorso e sul tuo bambino, senza confrontarti con altre mamme.

# ALLATTAMENTO

## Lo allatti tu?

- in che senso? (con faccia stranita)
- no, delego alla vicina di casa che ha tempo.
- Ma scherzi? No!  
Ha un padre...ci pensa lui!

## Quante poppatte fa?

- nell'arco di quanto tempo vuoi sapere?
- me lo chiedi per...
- dipende dal meteo. (E aspettate la faccia...)
- iniziate un pippone infinito sull'allattamento a richiesta e le sue caratteristiche, tirando ovviamente in ballo anche l'OMS.

## **Secondo me il tuo latte non ha sostanza**

- il latte materno ha sempre sostanza.
- alcune affermazioni non hanno sostanza...

## **Sei sicura di avere abbastanza latte?**

- ho appena partorito, non sono neppure sicura di come mi chiamo... o di che giorno è oggi!
- SICURISSIMA (ben scandito)
- Grazie per chiedermelo...è veramente gentile da parte tua preoccuparti così tanto per noi.

# **Con quel seno così piccolo allatti?**

Si allatta con la testa, non con il seno...

(È vero: la prolattina viene rilasciata da una ghiandola, l'ipofisi che ha il compito di iniziare e mantenere la produzione del latte. L'ipofisi è localizzata alla base del cervello...quindi davvero si allatta con la testa).

## **Ma lo allatti ogni volta che te lo chiede?**

- no, a volte invece di allattarlo gli leggo un pezzetto di Divina Commedia
- certo, si chiama allattamento a richiesta...e poi via con mezz'ora di spiegazione.
- me lo chiedi per...? (Questa vale in tante occasioni).

# Kindly reminder

L'allattamento è una scelta personale della mamma, della famiglia.

Puoi allattare il tuo bambino come e quanto vuoi, se lo desideri.

Puoi offrire il biberon al tuo bambino come e quanto vuoi, se lo desideri.

Nessuno può giudicare la modalità in cui scegli di nutrire il tuo bambino.

# CONTATTO

## **Ma sta sempre in braccio?**

- No...è proprio un caso che tu la veda in braccio ora
- Di solito no, ma non so oggi cosa gli sia preso...
- Spesso...e ti dirò che a noi va bene così...

## **Viziatello sto bambino...**

- l'aria è viziata
- non mi risulta che fumi o beva...
- viziato dici? Cosa intendi?

**Se lo tieni in fascia non te lo togli  
più...**

“Togliermi” mio figlio è l'ultimo dei miei pensieri sai?

**Diventerà un mammone...**

Ora ho capito perchè il tuo è così!

**Dallo in braccio a me**

No, guarda...temo si vizi!

**Se il vostro partner è nei paraggi, rivolgetegli uno sguardo chiaro e fate rispondere a lui/lei.**

**Che mammone...**

E dimmi...con chi invece dovrebbe stare?

**Mettilo giù...**

In cantina?

**Se è sempre in braccio a casa non fai nulla...**

Vero...per questo sono graditi gli aiuti e i pasti pronti! grazie

# Kindly reminder

**Il contatto è un bisogno primario  
dei piccoli, lattanti o bambini.**

**All'inizio il tuo bambino ti chiederà di stare  
molto in braccio, attaccato, vicino.  
Rispondere a questo bisogno non è viziare:  
è nutrire.**

**Nel tempo, crescendo,  
questa richiesta si modificherà.**

# SONNO

**Dove dorme?**

In un letto comodissimo adatto a lui in sicurezza.

**Dorme tutta la notte?**

**Ti dorme?**

- Sì, sembra incredibile, ma dorme tutta la notte. (Così nessuno avrà da ridire)
- Vuoi passare stanotte a controllare?
- Certo, dalle 20 alle 7, tutto di fila.

**Dorme con voi?**

- No. Lo portiamo a sere alterne dai nonni materni e dai nonni paterni.

## **Fino a quando starà in camera con voi?**

- ti disturba questo?
- massimo ancora qualche mese (dare tempi certi, anche se non reali, smorza i commenti).

## **L'avete già rovinato...**

Pazienza...ormai ce lo teniamo!

## **Mangia di notte?**

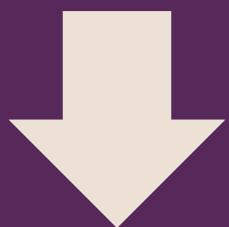
Solo una volta.  
(Risposta ideale).

# Kindly reminder

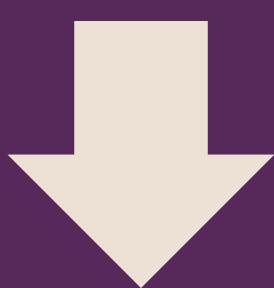
Quello del sonno è un tema molto delicato per tante famiglie.

Intorno non si accorgono che fare domande sul sonno mette i genitori a disagio i genitori perchè ancora oggi

**BAMBINO CHE DORME**



**BAMBINO BRAVO**



**GENITORI BRAVI**

La realtà però è ben diversa.

Non siete più o meno bravi in base a quanto dorme il vostro bambino.

Quindi **SE NECESSARIO**  
**MENTITE PER PROTEGGERVI.**

# SVEZZAMENTO

**Mangia le pappette?**

Sì.

(Senza aggiungere particolari. Meno informazioni date, meno commenti riceverete).

**I pezzi gli date? Siete pazzi?**

Le hai lette le Linee Guida 2023 in cui si parla di alimentazione responsiva? Noi le abbiamo trovate a dir poco illuminanti!

## **Ma gli dai già l'uovo?**

Me lo ha detto il pediatra.

(Risposta che vale anche per tutte le precedenti...).

## **Mangia da solo?**

Certo. Gli diamo 15 euro a pranzo e 15 a cena e scende al bar di sotto per un toast.

## **Ma lo imbocchi?**

No, no. Fa tutto da solo, dalla minestrina alla costata, tutto in autonomia.

# Kindly reminder

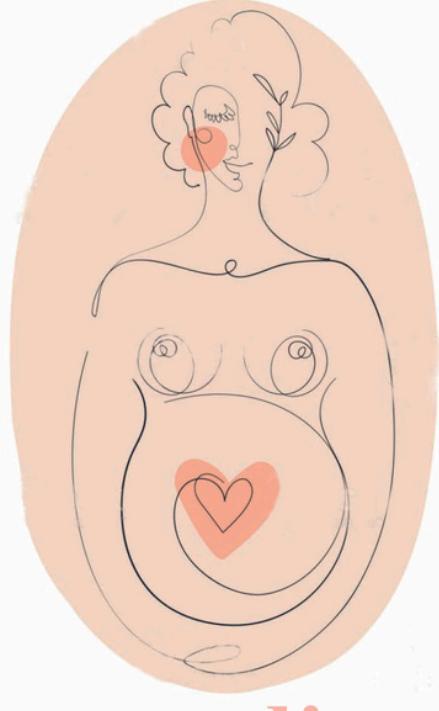
Lo svezzamento è un momento tanto delicato quanto entusiasmante per tutta la famiglia.

Informatevi per rispondere al meglio ai bisogni del vostro bambino (alimentazione responsiva) e poi scegliete quello che va bene per voi!

ILARIA MAGRINELLI

# Uno, due e... te!

L'attesa, la nascita, i primi mesi

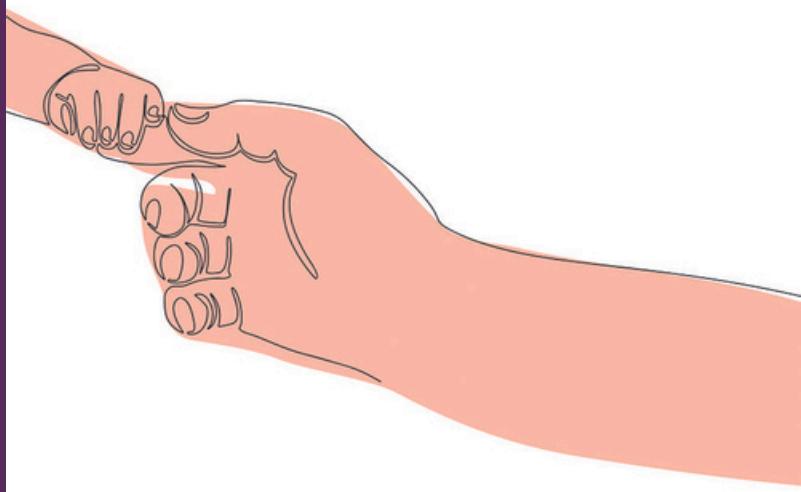


red!

ILARIA MAGRINELLI, ALICE SCALA

# STO CON TE!

ESSERCI, STARE, SOSTARE  
nel tempo sospeso della nascita e dei primi mesi



red!

Nei miei libri  
“Uno, due e te!” e  
“Sto con te!”

ho approfondito tutti questi temi.

Li trovi in libreria e in tutti gli store online.

@gaia\_di\_ilaria\_magrinelli



**GAIA**  
DI ILARIA MAGRINELLI

Per metterti  
in contatto  
con me  
mi trovi qui:

[www.gaiaspaziomamme.net](http://www.gaiaspaziomamme.net)

[info@gaiaspaziomamme.net](mailto:info@gaiaspaziomamme.net)

ig: gaia\_di\_ilaria\_magrinelli

Viale del Progresso 15  
GAIA  
37038 Soave - VR