



Maddalena Giacomoni - Letizia F. Macca - Cristina Mambelli

# M.A.M.M.A. PAPPA

Il metodo per svezzare naturalmente  
e divertendo...si

MANUALE PRATICO PER LE FAMIGLIE



Editrice La Mandragora

Negli anni, come equipe della Casa delle Mamme, avendo accompagnato tante famiglie nella crescita dei loro bambini, abbiamo pensato, elaborato e strutturato sulla base delle evidenze scientifiche un metodo di svezzamento che ha come centro sempre e comunque il bambino e le sue tappe evolutive.

Abbiamo visto voi genitori arrivare a questa tappa disorientati e con molti dubbi. Pertanto, lo scopo di questo manuale sarà fornirvi gli strumenti affinché possiate vivere serenamente il percorso di svezzamento insieme ai vostri figli.

Ad oggi esistono diverse tipologie di svezzamento: l'auto-svezzamento, lo svezzamento naturale e lo svezzamento tradizionale, che prevedono un mese di inizio diverso anche in base al parere medico e alle modalità di introduzione di alimenti differenti.

Quindi: quanta confusione! Avvicinarsi all'argomento e trovare così tante diversità alimenta le fisiologiche incertezze e la domanda: quale sarà il metodo migliore? Quale andrà meglio per il mio bambino? Riuscirò a far coincidere le abitudini alimentari della famiglia con le sue? Riuscirò a gestire tutto? Devo tornare a lavorare, come farò?

Mi dicono di dargli di tutto da mangiare, ma è proprio così? Proprio in risposta a questi dubbi abbiamo strutturato il nostro percorso. Un approccio innovativo che si colloca in mezzo alle varie teorie conosciute prendendone solo le caratteristiche migliori tenendo sempre in considerazione le difficoltà organizzative e le esigenze familiari.

Dello svezzamento tradizionale valorizziamo l'inserimento graduale delle consistenze, che permette un percorso sereno per voi genitori e bambini e dall'autosvezzamento gli inserimenti senza tempistiche definite e un approccio che permetta di stare a tavola tutti insieme e condividere i pasti.

Un Metodo quindi che, secondo i bisogni nutrizionali del bambino e la sua capacità di gestire i vari cibi proposti ha l'obiettivo di arrivare rapidamente ed efficacemente a mangiare tutti assieme con una sana e corretta alimentazione che coinvolge tutta la famiglia.

È un metodo immediato e personalizzato strutturato in 3 step che si susseguono rispettando le diversità individuali con le tempistiche e modalità definite dai feedback che i bambini ci rimandano.

Il Metodo M.A.M.M.A. è inoltre di facile applicazione da parte di tutte le figure che si prendono cura del bambino: genitori lavoratori, nonni, asili nido, piccoli gruppi educativi e baby sitter.”