



## Allattamento

## Allattare al seno fa bene al bambino e alla mamma



Si celebra anche quest'anno, dal 1° al 7 ottobre, la **Settimana Mondiale per l'Allattamento Materno** e la Società Italiana di Neonatologia (SIN), di cui si è appena concluso a Roma il Congresso nazionale, è in prima linea per insegnare alle mamme il valore e le buone qualità dell'allattamento al seno, promuovendone il mantenimento nel tempo, almeno nei 6 mesi (e in modo esclusivo) raccomandati dal Ministero della Salute. Infatti nei primi giorni di vita sono circa 90% le mamme che allattano, ma alla dimissione la percentuale cala già al 77%, per arrivare a tassi solo del 31% dopo 4 mesi dalla nascita del bimbo e a 10% a 6 mesi e oltre. Invece allattare al seno è prezioso, innanzitutto per la salute del piccolo, che

viene così protetto dal rischio di alcune malattie tipiche del bebè, come infezioni gastrointestinali e respiratorie e in età più adulta da diverse malattie degenerative e cardiovascolari. Ma non solo, l'allattamento al seno riduce fino al 73% le morti in culla, diminuisce del 40% le possibilità di sviluppare il diabete di tipo 2 e del 26% il possibile sviluppo di sovrappeso e obesità. La mamma invece allontanerà il rischio di emorragie e depressione nel periodo del post-partum e in seguito di tumore al seno, ovaio e endometriosi. Fondamentale, dicono gli esperti della SIN, è cominciare a allattare fin dalla sala parto per acquisire empatia tra mamma e bambino, dal contatto pelle/pelle, e dalla rooming-in, cioè la permanenza di entrambi nella stessa stanza di giorno e di notte. Una "comodità" per attaccare il bambino correttamente al seno quando lo desidera, perché il neonato succhia di media 8-12 volte in 24 ore, a intervalli non sempre regolari. È importante che durante l'allattamento la mamma sia comoda e rilassata, così che il piccolo possa prendere in bocca non solo il capezzolo ma anche parte dell'areola, e che segua uno stile di vita ottimale, anche per il buon latte. Niente diete restrittive e fumo, mentre unica controindicazione all'allattamento al seno sono alcune infezioni come l'HIV e pochi farmaci che, se necessari, possono essere sostituiti dietro prescrizione medica da terapie alternative. E se il latte per qualche ragione dovesse mancare? Ci sono le **Banche del latte**, latte offerto da mamme donatrici altamente controllato, che può essere considerato come un "farmaco" essenziale soprattutto per i prematuri, per quelli più piccoli o più gravi, o anche in condizioni particolari della mamma, ad esempio se stressata dalla nascita pretermine e le sue implicazioni che potrebbe in alcuni casi condizionare la buona e corretta montata latte.



## FOOD E RICETTE

I cereali integrali aiutano "naturalmente" a combattere il Diabete tipo 2

10 settembre 2018

## PIANETA BAMBINO

Allattare al seno fa bene al bambino e alla mamma

1 ottobre 2018

## PSICOLOGIA

Baluzie e bullismo: un rischio triplicato a scuola

15 settembre 2018



## MEDICINA

«Vorrei vincere la gara più importante: sconfiggere la fibrosi cistica»

Paola Trombetta 1 ottobre 2018

Parteciperà alla gara conclusiva del Campionato Italiano di Rally, che si terrà il 13 ottobre a... [CONTINUA A LEGGERE](#)



## MEDICINA

Giornata mondiale: fai una promessa di salute al tuo cuore