

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

ADDIO AL BIBERON SENZA PROBLEMI

I pediatri possono aiutare i genitori a svezzare il loro bambino dando le informazioni giuste, scrive Pediatrics. La ricerca è stata condotta da un team di ricerca dell'Ospedale St Michael di Toronto guidato da Jonathon Maguire e mostra che con i suggerimenti del pediatra eliminare il biberon all'età corretta non è poi così difficile.

L' American Academy of Pediatrics consiglia di completare lo svezzamento dei bambini entro i 15 mesi, ma molti genitori prolungano l'uso del biberon per molto più tempo, un'abitudine che è stata collegata in alcune ricerche a un'eccessiva assunzione di latte e a carenza di ferro (sino al 37% in una casistica in precedenza studiata dagli stessi autori), a causa della mancata assunzione di alimenti ricchi in questo elemento.

I ricercatori si sono rivolti ai genitori di bambini di 9 mesi in buona salute, randomizzati in due gruppi: il gruppo di intervento (n=129) e il gruppo di controllo (n=122). Ad entrambi i gruppi sono state fornite informazioni sui cibi ricchi in ferro, sulla tempistica per l'introduzione di cibi solidi e sugli alimenti da evitare come da linee-guida pediatriche nazionali. Ai genitori del gruppo di intervento è stata fornita una tazza antigoccia, spiegazioni sul suo uso oltre a una procedura scritta su come eliminare l'uso del biberon. Infine, sono loro stati spiegati i rischi della carenza di ferro ed è stato consigliato di limitare il consumo giornaliero di latte a 16 oz (450 grammi). Questa consulenza supplementare durava meno di cinque minuti. La consulenza è stata ripetuta se il bambino a 15 mesi usava ancora il biberon.

All'età di due anni è stato controllato lo status marziale nei bambini (livelli di ferritina inferiori a 10 mg/L identificavano la presenza di carenza di ferro), e l'uso del biberon. Si è visto che non c'era alcuna differenza significativa nella quantità di latte assunto (superiore a 450 ml nel 17 vs 20% dei casi) e nella prevalenza di carenza di ferro (nel 12 vs 17% dei bambini) tra il gruppo di intervento ed il gruppo di controllo. Tuttavia, i bambini del gruppo di intervento usavano significativamente meno il biberon (il 15% contro il 40%) e più la tazza, ed erano stati svezzati in media 4 mesi prima del gruppo di controllo (a 12 mesi invece che a 16 mesi). I ricercatori sono rimasti sorpresi dalla bassa percentuale di bambini con carenza di ferro nel gruppo di controllo, che spiegano con la consulenza nutrizionale comunque fornita ai genitori.

Fonte:

Office-based intervention to reduce bottle use among toddlers: TARGet Kids! Pragmatic, randomized trial. Maguire JL, Birken CS, Jacobson S, Peer M, Taylor C, Khambalia A, Mekky M, Thorpe KE, Parkin P. Pediatrics. 2010 Aug;126(2):e343-50.