

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

ALLATTAMENTO AL SENO PIÙ CHE SUFFICIENTE

L'Organizzazione Mondiale della Sanità raccomanda che le mamme allattino esclusivamente al seno i loro figli fino all'età di sei mesi. Tuttavia, alcune mamme pensano, dopo alcuni mesi dalla nascita, quando il bambino è più grande e ha bisogno di più energia, di non riuscire a dare ai loro bambini il latte necessario. Per questo motivo interrompono l'allattamento esclusivo prima dei sei mesi. Ma questa paura è fondata? Questo studio smentisce l'ipotesi, rassicurando le mamme sulla loro "adeguatezza nutritiva".

Lo studio First-Feed è stato pianificato come uno studio longitudinale, osservazionale sul campo per misurare l'apporto di latte, l'apporto calorico, l'antropometria e le abitudini di allattamento al seno in due momenti, a circa 15 e 25 settimane di vita. Sono state coinvolte 50 mamme con bambino in buona salute. I bambini erano allattati al seno in modo esclusivo.

Si è visto che l'apporto medio di latte era superiore a quello riportato in letteratura (923 g/die e 999 g/die, rispettivamente a 15 e 25 settimane di età) e aumentava in modo significativo (in media 61 g/die) durante il periodo di osservazione. La crescita dei bambini è risultata nella norma rispetto alle tabelle dell'OMS, mentre l'apporto calorico è risultato adeguato rispetto alle tabelle di riferimento. Dall'analisi comportamentale non si sono rilevati stress conseguenti alla abitudine di allattamento al seno.

Gli autori di questo studio hanno quindi concluso che quando le mamme seguono le raccomandazioni in materia dell'OMS, l'apporto di latte è alto e cresce nel tempo, mentre l'apporto energetico è adeguato e la crescita nella norma. Il personale sanitario può quindi rassicurare le mamme sull'adeguatezza dell'allattamento al seno fino ai sei mesi di età.

Fonte:

Adequacy of milk intake during exclusive breastfeeding: a longitudinal study. Nielsen SB, Reilly JJ, Fewtrell MS, Eaton S, Grinham J, Wells JC. Pediatrics. 2011 Oct;128(4):e907-14. Epub 2011 Sep 19.