

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

I CAFFÈ DELLE MAMME

Le donne in gravidanza bevono spesso il caffè e altre bevande contenenti caffeina, magari chiedendosi se il consumo di caffeina, in gravidanza e nell'allattamento, abbia qualche effetto sui figli. Questo è quanto ha voluto scoprire una ricerca che ha focalizzato l'attenzione sui risvegli notturni dei neonati fino a 3 mesi di età. In effetti, la domanda è legittima, in quanto negli adulti la caffeina può interferire con l'esordio del sonno e ha un effetto dose-risposta. Lo studio si è svolto nella città di Pelotas, in Brasile, nel corso del 2004. Le mamme sono state intervistate al momento del parto e dopo 3 mesi per ottenere informazioni sul consumo di bevande contenenti caffeina, oltre che sulle caratteristiche sociodemografiche, riproduttive e comportamentali. Da un sottocampione sono stati ottenuti i pattern di sonno infantile nei 15 giorni precedenti. Un risveglio notturno è stato definito come l'evento che tiene svegli i genitori durante la notte. Il sottocampione ha incluso 885 dei 4.231 neonati nati nel 2004. Tutte le madri, a parte una, avevano consumato caffeina in gravidanza. Quasi il 20% erano forti consumatrici (≥ 300 mg/die) durante la gravidanza, il 14,3% lo era a 3 mesi dal parto. La prevalenza dei bambini che si svegliavano spesso la notte (> 3 episodi a notte) era del 13,8% (intervallo di confidenza del 95%: 11,5-16,0%). Una prevalenza più alta è stata osservata tra i bambini allattati al seno da madri che avevano consumato ≥ 300 mg al giorno durante l'intera gravidanza e nel periodo post-partum (prevalence ratio 1,65; l'intervallo di confidenza del 95%: 0,86-3,17) ma tale associazione non raggiungeva una significatività statistica. Questo studio non ha dimostrato una relazione dose-risposta tra assunzione di caffeina durante la gravidanza e l'allattamento e disturbi del sonno dei bambini all'età di 3 mesi, almeno in una popolazione di madri abituali consumatrici di caffè.

Fonte:

Maternal caffeine consumption and infant nighttime waking: prospective cohort study. Santos IS, Matijasevich A, Domingues MR. Pediatrics. 2012 May;129(5):860-8. Epub 2012 Apr 2.