

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

L'AMERICAN DIETETIC ASSOCIATION FA IL PUNTO SULL'ALLATTAMENTO AL SENO

L'associazione americana pubblica un documento, che sposa le raccomandazioni dell'OMS sull'allattamento al seno come unica fonte di sostentamento dei bambini fino ai 6 mesi di vita, da proseguire, con le dovute integrazioni alimentari, anche fino ai 2 anni.

Le basi sulle quali si fonda questo atteggiamento decisamente favorevole all'allattamento al seno sono i numerosi studi clinici che hanno messo in evidenza le caratteristiche nutrizionali del latte materno e i benefici che questo tipo di allattamento porta sia alla madre sia al bambino. "Il latte materno riesce a soddisfare tutti i fabbisogni nutrizionali di un bambino appena nato" affermano gli esperti della American Dietetic Association, che hanno da poco ufficializzato la loro posizione sull'allattamento "e contiene tutti i nutrienti in proporzioni bilanciate e in forme facilmente digeribili e biodisponibili".

In effetti, in base ai dati oggi disponibili, i benefici dell'allattamento al seno dal punto di vista della salute del bambino sono molteplici, e variano a seconda della durata e del tipo di allattamento (esclusivo, predominante o parziale). Il latte materno riduce il rischio di otite media acuta, gastroenteriti, asma e infezioni respiratorie gravi, protegge contro allergie e intolleranze, favorisce il corretto sviluppo dei denti, riduce il rischio di SIDS (sindrome da morte improvvisa del lattante) e di molte altre patologie o condizioni pericolose per la salute come obesità, diabete di tipo 1 e 2, leucemia infantile, ipercolesterolemia, ipertensione, eccetera.

Dall'allattamento al seno può trarre vantaggio anche la madre che, per esempio, riduce il proprio rischio di osteoporosi e di tumore del seno e dell'ovaio.

I vantaggi sono dunque molti, soprattutto se paragonati alle limitate controindicazioni. L'allattamento al seno infatti è sconsigliato solo in poche situazioni, come nel caso di galattosemia del bambino, oppure nei casi in cui la madre è sieropositiva e in trattamento con farmaci antiretrovirali, fa uso di droghe, è in terapia antitumorale o soffre di tubercolosi attiva e non curata.

In Italia l'allattamento al seno risulta abbastanza diffuso: secondo gli ultimi dati Istat disponibili (che si riferiscono al periodo 2004-2005) infatti l'81% delle mamme italiane allatta al seno il proprio figlio, con una durata media del periodo di allattamento che supera di poco i 7 mesi.

Per facilitare il buon funzionamento della rete nazionale di promozione e sostegno dell'allattamento materno in Italia è stato istituito nel 2008 il "Comitato Nazionale Multisetoriale per l'Allattamento Materno", del quale fanno parte anche rappresentanti di società di pediatria, neonatologia e ginecologia, dell'Istituto Superiore di Sanità, del comitato italiano per l'UNICEF e del Centro collaborativo dell'OMS per la salute materno infantile.

Fonte:

Position of the American Dietetic Association: promoting and supporting breastfeeding. James DC, Lessen R. J Am Diet Assoc. 2009 Nov;109(11):1926-42.

□