

L'allattamento al seno

Categoria : RUBRICA MEDICA

Pubblicato da [Dott. Gianni Fusco](#) in 30/11/2010

Dopo la nascita, il primo passo cruciale per garantire un sano sviluppo al nostro bambino è certamente quello di assicurargli un corretto e continuo allattamento al seno. Quindi, a meno che non sussistano importanti e documentate controindicazioni mediche (per esempio tumore alla mammella, HIV, TBC ecc.), è fondamentale che donna e operatori sanitari si comportino di conseguenza.



Il latte materno è senza dubbio il miglior latte possibile che la donna sia in grado di offrire al proprio piccolo. Come capita a tutti i mammiferi, d'altra parte, anche quello umano è un latte specie-specifico. Ciò significa che il latte della madre sarà, per il proprio figlio, il più completo dal punto di vista nutrizionale. E non solo. Sarà anche il più idoneo dal punto di vista immunitario, proteggendo la prole da allergie e infezioni. E ancora, il latte materno non costa nulla e, in condizioni fisiologiche, è sempre disponibile.

Ma i pregi dell'allattamento al seno non finiscono qui. Ad esempio il profondo legame affettivo e di riconoscimento reciproco che in questo modo si instaura tra madre e bambino non viene

altrettanto garantito – ma piuttosto compromesso - dall'artificiale mediazione di un qualsiasi biberon.

In tale ottica, è essenziale che la madre possa attaccare al seno il proprio piccolo sin dai suoi primissimi momenti di vita. Ci sarà tempo per il bagnetto e per tutto il resto. La prima cosa però è il contatto magico della donna con il proprio figlio. Un rapporto costruito per nove mesi dentro la pancia e ora pronto a rinnovarsi nell'incontro fisico dei due corpi.

Il neonato, accolto dal grembo materno, viene riscaldato, accudito, nutrito e protetto. A sua volta la stimolazione del capezzolo aiuterà il seno della madre a prepararsi per la montata lattea e metterà in circolo gli ormoni necessari a favorire la necessaria involuzione uterina (come l'ossitocina). Si tratta insomma di un rapporto reciproco di incontro e di scambio che dovrà proseguire, in modo esclusivo, per almeno 6 mesi.

Secondo quanto riportato dall'OMS e dall'UNICEF, d'altra parte, il mancato allattamento al seno, e in particolare il mancato allattamento esclusivo al seno durante i primi sei mesi di vita, sono importanti fattori di rischio e possono causare una maggiore mortalità e propensione ad ammalarsi dei neonati e dei bambini, oltre a una maggiore difficoltà nelle attività scolastiche, una minore produttività e un diminuito sviluppo intellettuale e sociale.

Queste allora alcune delle principali strategie suggerite per promuovere l'allattamento al seno: attività di formazione delle mamme specialmente durante i corsi di preparazione al parto e le visite ginecologiche; aggiornamento professionale del personale socio-sanitario; sensibilizzazione nelle scuole. Fornire assistenza alle madri allo scopo di iniziare l'allattamento al seno appena possibile, quando mamma e neonato sono pronti, senza interferire.

Dimostrare praticamente alle madri le modalità corrette di allattamento al seno ed insegnare le strategie per mantenere la lattazione nel caso di separazione momentanea dal bambino.

Incentivare l'allattamento a richiesta.

Evitare la somministrazione di altri alimenti o bevande al di fuori del latte materno, salvo indicazione medica. Disincentivare l'uso di tettarelle artificiali, biberon o succhiotti.

Incoraggiare una più ampia diffusione dell'iniziativa "Ospedali amici dei bambini", favorire la pratica del rooming-in e incoraggiare l'allattamento a richiesta.

Fornire sostegno alle mamme e ai loro bambini, dopo le dimissioni ospedaliere, tramite visite domiciliari del personale sanitario dei consultori familiari, visite di altre mamme con esperienza e idonea formazione sull'allattamento al seno, partecipazione a gruppi di sostegno ecc.

Verificare periodicamente la prevalenza dell'allattamento al seno esclusivo nei primi sei mesi e continuato fino ai due anni di età, ed i fattori che incidono su di esso.

Verificare l'applicazione del Codice per la commercializzazione dei sostituti del latte materno e delle successive risoluzioni pertinenti dell'Assemblea Mondiale della Sanità.