

Il latte materno fa bene alla mamma e al bimbo, anche se prematuro

Date : 6 maggio 2019

L'allattamento al seno fa bene a tutti i bambini, e anche alle loro mamme. Lo dicono le indicazioni dell'Organizzazione mondiale della sanità (Oms) che lo consiglia come **alimento esclusivo dalla nascita ai sei mesi, e poi**, come alimento complementare, l'allattamento è raccomandato **sino ai due anni e anche oltre**. E la ragioni sono tantissime.

IL NUTRIMENTO GIUSTO

Il latte materno garantisce ai neonati la giusta quantità di proteine, grassi e carboidrati e liquidi, ben bilanciati tra di loro. Inoltre è **facilmente digeribile e favorisce la crescita**, anche sotto il profilo del **quoziente intellettivo e della relazione tra mamma e bambino**.

Secondo l'ultimo numero di "A scuola di salute", la rivista curata dall'ospedale Bambino Gesù di Roma il latte materno contiene **agenti in grado di contrastare infiammazioni e infezioni** neonatali, respiratorie, intestinali, urinarie e otiti e, in generale, il bimbo allattato al seno risulta anche più protetto dal rischio di diabete, sindrome della morte improvvisa, obesità, allergie, linfoma, leucemia, malattie croniche intestinali, ipertensione

SE IL BIMBO è PREMATURO

Il latte materno è consigliatissimo anche per i bambini nati prematuri, anche e soprattutto se il peso è molto basso (inferiore a 1,5 chili). In questi casi, se la mamma non può allattare, la prima scelta dei neonatologi è rivolgersi alla **Banca del latte umano**, donato da mamme che ne producono in abbondanza. In questo modo al bimbo prematuro è comunque garantito del latte materno che, secondo i pediatri, lo protegge meglio dal rischio di enterocolite necrotizzante, infezioni sistemiche (sepsi), retinopatia del pretermine e displasia broncopolmonare.

I BENEFICI PER LA MAMMA

Allattando al seno il loro bambino, le mamme riescono a **contenere il sanguinamento** dell'utero dopo il parto e a **perdere peso più velocemente** e, nel lungo periodo, è stato dimostrato per le mamme che allattano una **minore incidenza dei tumori** alle ovaie e al seno e anche un ridotto rischio di osteoporosi in menopausa.

Da non sottovalutare poi l'economicità di questa scelta per i conti di casa, e per l'ambiente in generale.