



## Allattamento al seno un investimento per il futuro, i consigli dei pediatri

### Descrizione

(Adnkronos) L'allattamento al seno è un vero investimento per il benessere del bambino e della mamma, non solo nell'immediato, ma soprattutto in prospettiva futura: riduce infatti il rischio di molte malattie croniche. Eppure, secondo gli ultimi dati dell'Istituto superiore di sanità, diversamente da come raccomandato, a 4-5 mesi di vita solo 3 donne su 10 allattano esclusivamente al seno. Ma quali sono i benefici dell'allattamento? È sempre indicato, anche se si assumono dei farmaci? A queste domande rispondono gli esperti nel primo episodio del podcast "Le 6 A La salute si costruisce da piccoli", realizzato da Adnkronos in collaborazione con la Società italiana di pediatria (Sip) e online, da oggi, sui canali YouTube, Spotify e nella sezione Podcast di adnkronos.com.

I benefici dell'allattamento sono numerosi e ben documentati dalla letteratura scientifica spiega Elena Scarpato, specialista in pediatria membro consiglio direttivo Sip. Dal punto di vista nutrizionale, il latte materno è l'alimento ideale per tutti i neonati. Riduce il rischio di infezioni, come otiti e infezioni delle alte vie respiratorie, e offre benefici a lungo termine, riducendo il rischio di asma e obesità nei primi anni di vita. Esistono poi importanti benefici anche per la mamma: un ridotto rischio di diabete di tipo 2, ipertensione arteriosa, carcinoma della mammella e dell'ovaio. Inoltre, l'allattamento favorisce la perdita del peso accumulato in gravidanza. Il latte materno aggiunge anche una scelta economica e sostenibile: costa meno del latte artificiale, riduce i costi sanitari futuri e ha un impatto ambientale minimo. Infine, esiste un chiaro rapporto dose-effetto: più a lungo si allatta, maggiori sono i benefici nel corso della vita.

Le controindicazioni all'allattamento al seno sono veramente poche, chiarisce Guglielmo Salvatori, pediatra e neonatologo dell'ospedale Bambino Gesù di Roma e coordinatore del Tavolo tecnico Sip sull'allattamento al seno. Anche i farmaci realmente controindicati sono pochissimi: antipiretici, analgesici e la maggior parte degli antibiotici sono compatibili con l'allattamento. È vero che quasi tutti i farmaci passano nel latte, ma in quantità minime, con rischi molto ridotti per il bambino. Perché l'Italia fa fatica a promuovere l'allattamento? Secondo Riccardo Davanzo, presidente della Commissione allattamento della Società italiana di neonatologia, l'allattamento è influenzato da fattori sociali, economici e personali, ma l'avvio avviene quasi sempre in ospedale. È quindi fondamentale che nei punti nascita vengano applicate pratiche postnatali efficaci. Inoltre,

«spesso esistono leggi, convenzioni e progetti, ma non vengono applicati concretamente a livello aziendale per questo serve un impegno reale dei direttori sanitari, con obiettivi chiari e verificabili».

A proposito dei falsi miti sull'allattamento, interviene la pediatra Scarpato: «Non è vero che non si possa allattare con influenza: anzi, durante l'infezione la mamma produce anticorpi utili anche al bambino; non è necessario eliminare spezie o sapori forti dalla dieta: la varietà del gusto nel latte materno favorisce l'accettazione degli alimenti durante lo svezzamento». L'attività fisica non altera la composizione del latte e può persino aumentarne la produzione, purché si presti attenzione all'idratazione». Inoltre, «il latte non diventa insufficiente dopo il sesto mese: continua ad adattarsi ai bisogni del bambino e a fornire componenti bioattivi fondamentali».

Mettendo sulla bilancia benefici e rischi, il peso è quasi sempre a favore dell'allattamento afferma Salvatori. Anche in caso di mastite, ascesso mammario, interventi chirurgici o diagnosi come risonanze magnetiche e biopsie, l'allattamento può continuare. Certo, allattare non è naturale, ma non sempre è facile sottolinea. Dolore, dubbi sulla quantità di latte, pressioni familiari: sono difficoltà comuni e normali. Il questo, il pediatra può fare la differenza creando un clima di empatia, aiutando la mamma a superare i momenti difficili, senza forzare, ma sostenendo.

In realtà, come si scopre ascoltando il podcast dal titolo «A di allattamento al seno», accanto al pediatra, sono fondamentali anche altre figure: ostetriche, consultori, consulenti professionali per l'allattamento. Da anni illustra Davanzo il progetto «Policy aziendale allattamento», capitanato dalla Società italiana di neonatologia a cui hanno aderito un terzo degli ospedali. La metà di questo centinaio di ospedali hanno già raggiunto risultati significativi nella promozione dell'allattamento. Si tratta di uno dei più grandi doni che una mamma possa fare al proprio bambino in termini di salute a lungo termine, rimarca Scarpato. E il pediatra è sempre un punto di riferimento per offrire supporto conclude Salvatori in un'azione comune con altre figure professionali, perché la mamma si senta sostenuta in questo investimento per la salute, anche futura. L'intero episodio del podcast sull'allattamento, con la prima delle 6 A per crescere bene, è disponibile sui canali YouTube, Spotify e nella sezione Podcast di adnkronos.com.

»

salute

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

## Categoria

1. Comunicati

## Tag

1. Ultimora

## Data di creazione

Gennaio 27, 2026

## Autore

---

redazione

*default watermark*