

## ALLATTARE AL SENO

DIARIO 2016

*Una società sempre più disorientata non sa vivere serenamente l'atto d'amore più bello, quello di una mamma che allatta il suo bambino. Eppure siamo mammiferi e, si dice, i più evoluti!*

La Settimana per l'Allattamento Materno (SAM), che ricorre la prima settimana di Ottobre di ogni anno, raggruppa gli sforzi di tutti i promotori dell'allattamento materno, governi ed enti, per sensibilizzare l'opinione pubblica e per generare sostegno, utilizzando un tema diverso ogni anno. Il tema della SAM è lanciato dalla WABA, World Alliance for Breastfeeding Action (Alleanza mondiale per i interventi a favore dell'allattamento), costituita da individui, reti ed organizzazioni che proteggono, promuovono e sostengono l'allattamento al seno, basata sulla Dichiarazione degli Innocenti e la Strategia Globale per l'Alimentazione dei Neonati e dei Bambini dell'OMS e dell'UNICEF. (da: [www.mami.org](http://www.mami.org))

Un concentrato di eventi nella prima parte dell'anno ci induce ad affrontare il tema dell'allattamento. Diamo così anche il nostro piccolo contributo informativo alla Settimana per l'Allattamento.

- Cominciamo il nostro diario riportando la notizia di un atto "rivoluzionario" nella sua semplicità e umanità: il 10 gennaio Papa Francesco, parlando alle madri di 33 neonati convenuti nella Cappella Sistina per il battesimo, dice testualmente: "Quando un bambino piange perché ha fame, alle mamme dico: se ha fame, dagli da mangiare qui, con tutta libertà" ([www.youtube.com/watch?v=t\\_ycgRm-MXY](http://www.youtube.com/watch?v=t_ycgRm-MXY)).
- A questa bella notizia se ne contrappongono altre due di segno esattamente contrario, ampiamente riportate dalla stampa nazionale. La cacciata da un ristorante di una mamma che allatta ad Arma di Taggia (8 maggio) perché considerata "indecorosa agli occhi degli altri clienti" e ciò che è accaduto a una signora toscana, "massacrata" dal web, soprattutto dai commenti di altre donne, per aver pubblicato su Instagram una sua foto, scattata dal marito, mentre allatta in un ristorante (29 maggio).
- Quanto sia importante l'allattamento al seno viene confermato il 30 gennaio dalla prestigiosa rivista medica inglese Lancer, che pubblica una serie di articoli dedicati all'allattamento al seno nel mondo, ritenuta "l'analisi più approfondita svolta finora sui vantaggi per la salute e i vantaggi economici che l'allattamento al seno può produrre"<sup>1</sup>. Secondo questi studi i bambini che sono allattati al seno per periodi più lunghi si ammalano e muoiono meno per cause infettive, soffrono in misura minore di malocclusioni dentali e hanno un quoziente intellettuale maggiore dei bambini allattati al seno per brevi periodi o non allattati affatto. Questi effetti positivi persistono a lungo nel corso della vita. Vi sono anche dati che suggeriscono che l'allattamento al seno possa proteggere dal sovrappeso e dal diabete. L'allattamento al seno ha anche numerosi benefici per le madri. Può prevenire il tumore al seno, aumentare l'intervallo tra nascite successive e riduce il rischio di diabete e cancro ovarico. Nei paesi ad alto reddito l'allattamento al seno è praticato in misura inferiore e per tempi più brevi rispetto ai paesi a basso reddito. Anche qui tuttavia la situazione non è rosea considerando che viene alimentato esclusivamente con latte materno solo il 37% dei bambini fino a 6 mesi di età.

Dal punto di vista economico, si è calcolato che se nel 2015 l'allattamento al seno fosse stato praticato a livello universale si sarebbe potuta evitare la morte di 823.000 bambini e di 20.000 madri per cancro al seno, mentre i risparmi economici sono stimati in 300 miliardi di dollari USA. I risultati di studi condotti con tecniche biologiche moderne suggeriscono nuovi meccanismi

attraverso i quali il latte materno agisce non solo come nutrimento ma come una medicina personalizzata per i neonati.

Secondo i ricercatori di Lancet, nel mondo non si fa abbastanza per sostenere l'allattamento al seno e il successo di questo impegno non può essere considerato esclusiva responsabilità delle donne ma una responsabilità collettiva della società. L'allattamento al seno ha dei nemici che il report di Lancet identifica prima di tutto nell'industria dei sostituti del latte materno, fortemente in crescita nel mondo, che con le sue strategie di marketing mina gli sforzi che vengono profusi per sostenerlo.

• **In Italia** il Ministero della Salute prosegue la sua attività di informazione e ricerca sul tema, aprendo il 12 maggio la Conferenza Nazionale per la promozione e il sostegno dell'allattamento al seno, dando il via alla campagna "Allattare al seno - un investimento per la vita" - 2016 (<http://goo.gl/hrgX89>). La campagna è rivolta principalmente alle gestanti, alle neomamme e al personale specializzato che opera nel settore per sostenere al meglio le mamme che chiedono aiuto o consigli utili. Tra gli strumenti che vengono messi in campo si segnala l'opuscolo informativo, scaricabile da internet, e 6 video tutorial.

Anche in Italia i dati relativi all'allattamento al seno non sono incoraggianti. Tuttavia nel 2013 è stato rilevato un miglioramento rispetto al 2005: sono infatti aumentate le donne che allattano al seno (85,5% contro l'81,1%) ed è aumentata la durata media del periodo di allattamento: da 7,3 mesi nel 2005 fino a 8,3 nel 2013. Tuttavia, il numero medio di mesi di allattamento esclusivo al seno è pari a 4,1, al di sotto delle raccomandazioni del Ministero della Salute e dell'OMS, che prevedono 6 mesi di allattamento esclusivo, un valore al quale arriva solo il 10% delle donne. Iniziative per favorire l'allattamento al seno non sono uniformemente diffuse sul territorio nazionale e, secondo un Rapporto del Ministero della Salute del 2014, non sembrano essere ancora considerate rilevanti e tali da indurre a chiari investimenti in termini di programmazione e policy (<http://goo.gl/KnWdMR>).

È auspicabile che tra le cose da fare per migliorare la situazione possa arrivare presto anche una legge che consenta nel nostro Paese l'allattamento al seno in luoghi pubblici, come già avviene in altri Paesi.

In alcune farmacie già ora sono disponibili spazi dedicati.

<sup>1</sup>Gli articoli originali sono reperibili su:

- <http://goo.gl/78t9YI>
- <http://goo.gl/2yG3pd>
- <http://goo.gl/Mrtt7M>
- <http://goo.gl/072tFe>