

*Questa rubrica propone Documenti sanitari, linee guida, linee di indirizzo o di intenti di interesse pediatrico commentati a cura dell'Associazione Culturale Pediatri. Potete inviare le vostre osservazioni ai documenti scrivendo a: redazione@quaderniacp.it. Le vostre lettere verranno pubblicate sul primo numero utile.*

## Allattamento: di fondamentale importanza, ma sempre più minacciato da un mondo guidato dal marketing

*Commento a cura di Ilaria Polenzani  
Gruppo Nutrizione ACP*

L'allattamento apporta ben documentati benefici alla salute sia della madre sia del bambino, ma anche vantaggi economici e sociali su più ampia scala. Secondo le raccomandazioni dell'OMS, rappresenta il migliore nutrimento possibile per il neonato e il lattante nei primi 6 mesi di vita e fino ai 2 anni e oltre, anche dopo l'introduzione di alimenti complementari. Il primo articolo della serie del Lancet sull'allattamento approfondisce il modo in cui le caratteristiche della madre e del bambino interagiscono con altri determinanti dell'alimentazione infantile, come queste interazioni ne condizionano il successo e quali politiche e interventi sono necessari per ottenere un allattamento ottimale ([https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(22\)01932-8/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(22)01932-8/fulltext)).

Non è superfluo ricordare, come fanno gli Autori nell'introduzione alla serie, le proprietà e i benefici unici del latte materno. In primis per il neonato, sia a breve (trasmissione di sostanze nutritive e non nutritive, come ormoni, microbiota, aminoacidi, anticorpi e protezione da malattie infettive) sia a lungo termine (sviluppo del sistema nervoso, prevenzione di malnutrizione, obesità, asma). La madre che allatta, a sua volta, ha un rischio minore di sviluppare malattie croniche, tra cui diabete di tipo 2 e patologie cardiovascolari, ma anche carcinoma mammario e ovarico. L'allattamento promuove anche il rafforzamento del bonding (legame) madre-figlio, con effetti, attraverso il contatto pelle a pelle, sulla maturazione di meccanismi omeostatici come il controllo della temperatura, il metabolismo energetico e il ciclo sonno-veglia. L'allattamento è un complesso sistema biopsicosociale che i vari tipi di formula commerciale (FC) non possono replicare.

Su scala mondiale, le madri che possono e desiderano allattare si scontrano con numerose barriere, a livello sociale (disuguaglianza di genere, tradizioni culturali), economico (urbanizzazione, lavoro, salario), sociosanitario (eccessiva medicalizzazione, scarsa formazione del personale). Non da meno sono gli ostacoli a livello "individuale", della diade madre-figlio. Ad esempio, nei paesi a risorse limitate, la somministrazione di alimenti o liquidi prima della montata latte è un'usanza diffusa. Circa un terzo dei bambini e delle bambine nei paesi a basso e medio reddito, prima di essere allattati, riceve non solo acqua o latte animale, ma anche acqua di riso o maizena, acqua zuccherata e persino miele o datteri, anche come pratiche culturali. Diversi studi hanno dimostrato come queste abitudini ritardino e compromettano l'allattamento, determinandone un'interruzione precoce o la necessità di supplementazione con FC.

Se da una parte gli aspetti culturali possono costituire un impedimento all'allattamento in alcune realtà, in altre la vera minac-

cia è rappresentata dal mercato e dal marketing della FC. Questo tema è il fulcro centrale dell'articolo e si basa su riflessioni in merito alla fisiologica immaturità dei neonati umani che, rispetto ad altre specie animali, dipendono più a lungo dal caregiver. Per questo motivo il pianto, l'agitazione, i frequenti risvegli notturni, e perfino il rigurgito, sono fisiologici durante il primo sviluppo del bambino, ma sono spesso fraintesi come manifestazioni di disagio o addirittura di malattia; fino al punto da indurre il genitore a sospettare che la causa di questi comportamenti sia un pasto al seno insufficiente a soddisfare il piccolo, o che vi sia qualcosa di sbagliato nel suo latte. Così, una madre che allatta può scoraggiarsi facilmente. Ciò potrebbe indurla a ricorrere alla FC anche quando non è necessario. Questa fragilità è facilmente strumentalizzata dal marketing, che promuove i vari tipi di FC come soluzione efficace per appagare e calmare il neonato. Le tecniche di marketing giocano sulle ansie e le preoccupazioni delle madri. Non sorprende dunque che la convinzione di non avere latte a sufficienza spinga più della metà delle madri a livello globale a introdurre aggiunte di FC nei primi 6 mesi di vita, e un terzo di loro a interrompere precocemente l'allattamento.

L'allattamento è un diritto fondamentale, ma è costantemente minacciato nella società attuale fondata sul mercato e sul profitto. Ma cosa si può e, anzi, si deve fare per impedire tutto questo? Quali sono gli interventi attuabili a livello politico e, per noi operatori, a livello del sistema sanitario? L'allattamento non è di esclusiva responsabilità della madre. Solo attraverso interventi a più livelli è possibile migliorarne la diffusione e impedire al marketing di insinuarsi, in violazione del Codice Internazionale sulla Commercializzazione dei Sostituti del Latte Materno, nelle difficoltà cui qualunque madre non adeguatamente sostenuta può andare incontro.

Per le madri lavoratrici, un sostegno fondamentale sarebbe la possibilità di ottenere una retribuzione non ridotta per tutta la durata del congedo parentale. Inoltre, modifiche strutturali dei luoghi di lavoro potrebbero facilitare l'allattamento, specialmente se inserite in un progetto più ampio di politiche e pratiche di sostegno ai genitori. A livello del sistema sanitario, grande spazio deve essere garantito al contatto pelle a pelle, alla Kangaroo Mother Care, al rooming in e all'allattamento sia per i neonati pretermine che per quelli a termine. È fondamentale educare e istruire i genitori e il personale sanitario sulla fisiologia dello sviluppo di bambini e bambine, per ridurre l'uso inappropriato delle aggiunte di FC, soprattutto prima e nel corso della montata latte. Sia dentro che fuori l'ospedale, da prima a dopo il parto, è necessario assicurare adeguato sostegno alle neomamme, alle famiglie, alle comunità, libero da influenze commerciali. Un so-

stegno basato su consapevolezza, educazione, counselling, come già proposto dall'iniziativa dell'UNICEF "Ospedale Amico dei Bambini" (BFHI = Baby Friendly Hospital Initiative; in Italia Insieme per l'Allattamento). Solo ponendo l'allattamento ai primi posti tra gli obiettivi di salute per le madri e i bambini di tutto il mondo, e contrastando convinzioni errate sull'equivalenza della FC al latte materno, si può pensare di salvaguardare la preziosità del latte materno e di ridurre l'uso inappropriato dei suoi sostituti. L'allattamento, all'interno della società moderna vittima del mercato, deve essere a tutti i costi protetto dalla commercializzazione scorretta dei vari tipi di FC, dei veri e propri prodotti industriali ultra-processati. E questo è un compito che ognuno di noi deve fare proprio.