

I vantaggi dell'allattamento al seno: meno infezioni, allergie e... non

Scopriamo perchè l'allattamento materno è quanto di meglio ci sia per i nostri bambini! solo!

Oggi sono tutti d'accordo, l'allattamento al seno è il modo migliore per alimentare i nostri neonati. Lo dicono i pediatri, i ginecologi e persino i produttori di latte artificiale. Vediamo insieme perché scegliere il latte materno!

I vantaggi dell'allattamento al seno

Contiene nutrienti fondamentali per lo sviluppo del cervello. Il latte materno non solo è ricco di DHA (acidi grassi necessari per lo sviluppo cerebrale), ma è anche dimostrato come l'interazione continua fra madre e bambino sia un elemento importante per promuovere lo sviluppo intellettuale dei neonati.

Aiuta a combattere e prevenire le infezioni. Ogni volta che un neonato si alimenta con latte materno, assume anche una importante dose di anticorpi e tante altre sostanze che aiutano a prevenire le infezioni. Cosa vuol dire? Che di solito un neonato allattato al seno si ammala di meno (ad esempio: **febbre**, **otite**, **raffreddore**, **bronchiolite**) e se si ammala guarisce prima di un neonato che assume latte in formula.

Aiuta il neonato a non sviluppare allergie. E' raro che un bambino sia allergico al latte materno. Può succedere che il bambino sia sensibile a qualche ingrediente mangiato dalla madre e poi passato nel latte, ma il latte materno è sicuramente il più ipoallergenico. Alcuni studi scientifici inoltre hanno evidenziato come il latte materno sia un fattore protettivo per il futuro sviluppo di asma, eczema o altre allergie.

Riduce il rischio di obesità. Alcuni studi scientifici dimostrano come i bambini che sono stati allattati al seno abbiano meno probabilità di essere in sovrappeso o addirittura di diventare obesi durante l'adolescenza.

E' fatto apposta per il nostro neonato. La composizione del latte materno cambia continuamente, per andare sempre incontro ai bisogni del nostro neonato. Non solo infatti è diverso nei primi giorni rispetto al primo mese (o nel primo mese rispetto, ad esempio, al sesto), ma è anche diverso dalla mattina al pomeriggio o all'inizio di una poppata rispetto alla

I vantaggi dell'allattamento al seno: meno infezioni, allergie e... non fine. Questo perché i neonati hanno bisogno di nutrienti diversi nei primi mesi di vita e il latte ^{solo!} materno ha una straordinaria capacità di adattamento!

[DI QUANTI GRAMMI DEVE CRESCERE UN NEONATO OGNI GIORNO? Scoprilo qui!](#)

E' sicuro al 100%. Possiamo essere sicuri che il latte materno non è contaminato da altri ingredienti, non è deteriorato ed è naturale al 100%. Inoltre la temperatura del latte è sempre quella giusta, ed il latte non ha bisogno di essere riscaldato o raffreddato.

I suoi nutrienti vengono assimilati meglio e più facilmente. L'apparato digerente di un neonato non è come quello di un adulto. Il latte materno è sicuramente quello a più "alta digeribilità" e le proteine ed i grassi contenuti sono assorbiti più facilmente ed in quantità idonea rispetto al latte vaccino.

Risparmio economico. Chi non allatta al seno sa bene quanto costa il latte artificiale, che sia in forma liquida o in polvere! La natura è molto più generosa dell'industria! Offre ad ogni donna il miglior latte possibile e a costo zero!

Sviluppo del legame fra madre e figlio. Il contatto visivo e "a pelle" che si crea fra una madre che allatta e il proprio figlio è un elemento essenziale per la creazione di un rapporto ideale madre-figlio.

Tempo trascorso ad allattare. Questo può essere considerata come una nota negativa, ma noi pensiamo sia un vantaggio (o addirittura un lusso!). Nelle prime settimane di vita, l'allattamento è infatti un lavoro a tempo pieno, 24 ore al giorno! Ci sono infatti i bambini che sembrano sempre affamati, piangono e non si sa come consolarli o quelli che invece dormono molto e sembrano non mostrare interesse verso il latte. In entrambi i casi dovete stare assolutamente tranquille! Dopo le prime settimane infatti il bambino tenderà a regolarizzarsi sempre di più così anche voi mamme potrete organizzarvi con più calma. Siate pazienti e determinate nei primi giorni e approfittate per godere di questo rapporto speciale con i vostri figli. Fidatevi di noi, vi mancherà!

E come fare con le **coliche**? Scopriamolo **qui!**