

ALLATTAMENTO AL SENO

Promuovere gli interventi a livello di cure primarie

Perché l'allattamento al seno è importante?

Per "allattamento al seno" si intende sia l'atto di attaccare il neonato/bambino al seno materno, sia la somministrazione del latte materno con il biberon. L'allattamento al seno offre benefici alla mamma e al bambino. Il latte materno è un ottimo nutrimento: rende il sistema immunitario in grado di combattere e prevenire le infezioni. Inoltre, aiuta la madre a perdere peso e a creare un profondo legame con il proprio bambino. Per molte donne l'allattamento al seno può essere un problema, soprattutto nella prime settimane dopo il parto. È pertanto importante che alla donna in gravidanza e alla neo-madre vengano offerti interventi che aiutino ad acquisire appropriate conoscenze, e a creare una rete di supporto che favorisca l'inizio e il mantenimento della procedura.



Quali sono gli interventi che promuovono l'allattamento al seno?

Il tipo di supporto che possono offrire medici e ostetriche può essere di tipo professionale (per es. insegnare come favorire la lattazione), di aiuto tra pari (per es. supporto da parte di gruppo di madri), oppure di educazione formale (per es. video, materiale didattico). Gli interventi di supporto che coprono molti periodi (prenatale, perinatale, e post-parto), tendono ad essere più efficaci di quelli limitati ad un solo periodo, per esempio, al primo trimestre di gravidanza.

I contenuti di tali interventi devono comprendere:

- Benefici dell'allattamento al seno
- Informazioni su come favorire l'allattamento
- Supporto diretto su come allattare (es. posizione del bambino, come attaccarlo al seno)
- Incoraggiamento psicologico.

Quali sono i benefici e gli effetti negativi del favorire l'allattamento al seno?

Vi è evidenza che interventi che sostengono l'allattamento al seno incrementano il numero di donne che allattano e la durata del tempo di allattamento. L'allattamento al seno è stato associato sia con benefici per la salute del bambino (minor rischio di asma, di infezioni del tratto respiratorio e gastroenterico e minore mortalità infantile), che per la salute della mamma (minor rischio di cancro ovarico, ipertensione e diabete tipo 2). I possibili effetti negativi sono rappresentati dallo stato d'ansia materno o di colpevolezza qualora la donna non sia in grado o decida di non allattare.

A quale popolazione si rivolge la raccomandazione sull'allattamento al seno? (GRADO B)

Tutte le donne adolescenti e adulte in gravidanza, le neo-madri e i loro neonati e bambini. Anche padri, famigliari e amici stretti dovrebbero migliorare le proprie conoscenze sull'allattamento al seno. La raccomandazione non vale per i nati pretermine che necessitano di ulteriori interventi nutrizionali.

C'è qualcosa di nuovo nella presente raccomandazione?

La presente raccomandazione conferma la precedente emessa nel 2016, ma è basata su molti più casi sistematicamente revisionati in tutto il mondo.

A cura di: dott.ssa Maddalena Saitta

12 aprile 2025

Riferimenti

USPSTF. Final Recommendation Statement. Breastfeeding: Primary Care Behavioral Counseling Interventions. April 11, 2025.

<https://www.uspreventiveservicestaskforce.org/uspstf/recommendation/breastfeeding-primary-care-interventions>

Immagine: <https://www.freepik.com>