

Qual è l'intervallo di "normalità" quando si parla di allattamento al seno?



Quanto spesso e quanto a lungo?

I neonati esaminati in questo studio sono:

- I di età compresa tra 1 e 6 mesi;
- I neonati sani e nati a termine;
- I allattati esclusivamente al seno a richiesta;
- I in crescita secondo le tabelle di riferimento dell'OMS.



4-13

Numero di sessioni giornaliere di allattamento al seno



12-67 minuti

Durata media di una sessione di allattamento al seno



Quanto?

I neonati svuotano il seno una volta al giorno ma, normalmente, si nutrono finché hanno appetito e smettono di poppare quando hanno avuto abbastanza latte o vogliono passare all'altro seno.

I Il volume di latte assunto da un neonato da un solo seno è in media di 75 ml (intervallo: 30-135 ml)

I È normale che un seno produca più latte di un altro



67%

Una poppata media rimuove il 67% del latte al seno



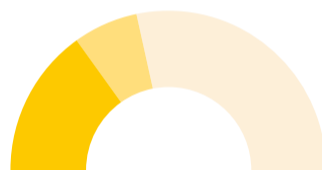
54-234 ml

Quantità media di latte in una sessione di allattamento al seno (1 o 2 seni)



Un seno o entrambi?

I neonati hanno diversi comportamenti di poppata:
I il 30% si nutre sempre a un solo seno;
I il 13% si nutre sempre a entrambi i seni; e
I il 57% ha un comportamento misto!

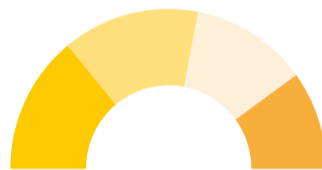


L'alimentazione notturna è normale



64% giorno e notte
36% solo di giorno

I La maggior parte dei neonati (64%) si nutre al seno giorno e notte
I Questi neonati distribuiscono in modo uniforme l'assunzione di latte nelle 24 ore



I Solo il 36% dei neonati non si nutre di notte (dalle 22:00 alle 4:00)

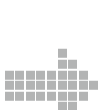
I Questi neonati prendono una poppata mattutina abbondante



Bambine e bambini bevono la stessa quantità?

I maschietti bevono più delle femminucce! I neonati maschi assumono in media 76 ml in più delle femmine.

Nel corso di una giornata, la quantità media di latte consumato è di 798 ml, ma questo valore varia dai 478 ml al giorno di uno dei neonati ai 1356 ml di un altro.



831 ml

Volume medio giornaliero assunto dai maschi



755 ml

Volume medio giornaliero assunto dalle femmine

L'intervallo di normalità...

478-1356 ml

Intervallo di assunzione giornaliera di latte per neonati allattati esclusivamente al seno e in crescita secondo le tabelle OMS.

I neonati allattati al seno assumono senz'altro una quantità sufficiente di latte. Con il passare del tempo le poppate diventano meno frequenti, più brevi e di volume maggiore ma l'assunzione nelle 24 ore (giornaliera) resta la stessa.

Tra i 3 e i 6 mesi i neonati crescono più lentamente e hanno un tasso metabolico relativamente inferiore, perciò non hanno bisogno di più latte.

1 Kent, J.C. et al. Volume and frequency of breastfeeds and fat content of breastmilk throughout the day. *Pediatrics* 117, e387-e395 (2006).
2 Kent, J.C. et al. Longitudinal changes in breastfeeding patterns from 1 to 6 months of lactation. *Breastfeed Med* 8, 401-407 (2013).