

Inviata a lettere@lastampa.it il 17/1/11

Gentile direttore,

le scrivo in merito all'articolo "Troppe poppate fanno male" di A. Malaguti pubblicato sulla Stampa di ieri.

Sono madre di 4 figli, allattati, consulente professionale in allattamento IBCLC e autrice di alcuni libri sull'allattamento e vorrei gentilmente dire la mia.

- Per quanto riguarda lo "studio" in questione, volevo far notare che trattasi non di una ricerca, quanto di una opinione personale dei 4 autori su articoli già pubblicati che loro hanno letto e commentato, discutibile (suggerisco alle persone interessate di andarsi a leggere il dibattito sulle pagine online del bmj <http://www.bmj.com/content/342/bmj.c5955.extract?sid=2847d8e5-1de0-4194>) e sicuramente legittima, come ogni altra opinione.

- Per quanto riguarda il momento "giusto" per introdurre cibi solidi, come tutte le madri hanno potuto constatare, ogni bambino ad un certo punto, totalmente incurante dei pur legittimi dibattiti degli studiosi, manifesta chiaramente di essere pronto per assaggiare cibi diversi dal latte, di solito fra i 5 e gli 8-9 mesi e lo fa afferrando il cibo dalle mani dei genitori e portandolo alla bocca, oppure osservando i grandi mangiare e manifestando la voglia di fare altrettanto: insomma, si fanno capire. I miei 4 figli hanno iniziato a mangiare a circa 7 mesi, a 5 mesi e mezzo, a 11 mesi e a 5 mesi: tutti diversi! Se i bambini possono scegliere, avendo libero accesso al seno materno sanno perfettamente quando e quanto mangiare di latte e di cibi solidi, e piano piano diminuiranno il primo a favore dei secondi. Questo è un processo biologico come l'imparare a camminare o a parlare. Avviene con modalità e tempi variabili ma nessun bambino resta poppante! Si è sempre fatto così, tranne che negli ultimi 50-70 anni in cui si pensa di dover fare qualcosa per convincere o costringere i bambini a mangiare...

Peraltro, devo dire che nella mia carriera di consulente in allattamento ho incontrato molte madri, ma non mi è mai capitato di conoscere madri che limitassero ai loro figli allattati l'accesso al cibo, negandoglielo e cercando di ingozzarli invece del proprio latte (che comunque se i bambini non poppano attivamente non esce dal seno). Piuttosto mi è capitato spesso il contrario e cioè tentano di farli mangiare quando non vogliono, più di quanto vogliono o prima che ne manifestino il desiderio - sovente dietro consiglio del pediatra - col risultato che come minimo il momento dei pasti si trasforma in un incubo sia per chi subisce che per chi infierisce! Non mi risulta che siano stati studiati eventuali conseguenze negative di questo comportamento sicuramente molto più diffuso dell'allattamento esclusivo, o forse sì?

- Per quanto riguarda il vostro pezzo, e in generale la modalità in voga sui media, in effetti mi colpisce perchè non comprendo il risalto dato ad un articolo tutto sommato un po' inconsistente e poco scientifico come quello del bmj in oggetto, e trovo che venga pure data una interpretazione un po' travisata: ad una sommaria lettura del pezzo di Malaguti, si evince proprio che si tratta di un dietro front sulle raccomandazioni date finora, il che non mi pare. Il titolo è quanto meno fuorviante. E poi, ripeto che mi risulta che oggi siano purtroppo veramente pochi i bambini allattati secondo le attuali raccomandazioni, (che si sa essere del resto raccomandazioni di *carattere generale*).

Mi colpisce soprattutto e mi incuriosisce come mai i tanti articoli che compaiono ogni anno, questi sì derivanti da studi e anche seri, sui danni derivanti dalla mancanza o dalla interruzione precoce dell'allattamento vengano citati così poco, e quasi mai con questa tempestività e risonanza.

- Per quanto riguarda l'allattamento, vorrei ricordare che è un fatto biologico della nostra specie: fino a un centinaio di anni fa, non solo nel cosiddetto terzo mondo ma anche da noi i bambini venivano allattati per anni (anche 5-6) eppure tutti iniziavano a mangiare cibi solidi ad un certo

punto, nè alle nostre bisnonne veniva in mente che si potesse allattare "troppo" i figli e che questo li facesse crescere mammoni (!) affermazione che farebbe ancora ridere in molte parti del mondo! Già si stanno mettendo a confronto i pro e i contro del taglio cesareo come modo alternativo al parto spontaneo, magari in futuro si comincerà a far crescere i feti in uteri artificiali e allora si dovranno dimostrare i rischi e i benefici della gravidanza fisiologica??? Oppure, ancora prima, i pro e contro della fecondazione in provetta rispetto a quelli del fare all'amore?

- Per quanto infine riguarda l'esperto da voi intervistato, sono rimasta a dir poco stupita dalle sue dichiarazioni e non ritengo opportuno commentarle ad una ad una, ci vorrebbe un'altra lettera e non ne vale la pena. Lo inviterei (lui sì) a farsi una panoramica più approfondita sulla letteratura scientifica riguardante l'allattamento. Se lui e molti suoi colleghi si documentassero un po' di più, e magari fossero più rispettosi della fisiologia e della sfera privata di mamme e bambini, probabilmente nel nostro paese le mamme che vogliono allattare non troverebbero così tanti ostacoli nel farlo e sia loro che i loro figli vivrebbero più felici e magari anche più rispettati!  
Cordialmente

Paola Negri  
Consulente professionale in allattamento IBCLC  
[www.paolanegri.it](http://www.paolanegri.it)