

L'allattamento presenta indiscussi vantaggi, rispetto all'impiego della formula, sul piano biologico, nutrizionale, affettivo, relazionale, economico, ambientale.

I dati di efficacia sono innumerevoli, coerenti, replicati nel tempo tanto che l'allattamento rientra tra i temi di salute pubblica.

Il Ministero della Salute italiano, in linea con quanto raccomandato dall'OMS, ribadisce che il latte materno fornisce tutti i nutrienti di cui il lattante ha bisogno nei primi sei mesi di vita.

La protezione, promozione e sostegno dell'allattamento sono uno degli interventi di salute pubblica più rilevanti in termini di efficacia e di rapporto costo-beneficio.

Le linee guida raccomandano, come misura di salute pubblica, che i bambini siano allattati esclusivamente fino a sei mesi e che l'allattamento continui, con adeguati alimenti complementari fino a che la madre e il bambino lo desiderino.

la normativa italiana in tema di allattamento recepisce buona parte del Codice ed è stata aggiornata con il Decreto 9 aprile 2009, n. 82, “Regolamento concernente l’attuazione della direttiva 2006/141/CE per la parte riguardante gli [alimenti per lattanti e gli alimenti di proseguimento](#) destinati alla Comunità europea ed all'esportazione presso Paesi terzi”.

tutti gli operatori dovrebbero conoscere e promuovere la piena attuazione del "Codice internazionale sulla commercializzazione dei sostituti del latte materno" dell'Oms-Unicef e le successive risoluzioni dell'Assemblea Mondiale della Sanità per colmare la disinformazione sull'alimentazione dei lattanti e dei bambini

Gli operatori sanitari svolgono un ruolo cruciale nel proteggere, promuovere e sostenere l'allattamento materno e dovrebbero:

- promuovere con il maggior impegno possibile l'allattamento al seno esclusivo
- assicurare alla donna la migliore informazione possibile, già in epoca prenatale, in modo che possa decidere in maniera libera e consapevole riguardo all'alimentazione del proprio bambino
- dare appoggio e consigli pratici alle donne che allattano e attivarsi per acquisire le necessarie conoscenze, competenze e abilità di counselling
- fare in modo che i servizi in cui lavorano, ospedale compreso, siano organizzati per favorire l'allattamento al seno
- fare in modo di rimuovere gli ostacoli che possono rendere difficoltoso l'allattamento materno esclusivo
- evitare pratiche che possano scoraggiare l'allattamento al seno
- promuovere l'allattamento al seno come una attività normale della vita di tutti i giorni, incoraggiando anche il supporto sociale e familiare
- favorire la creazione di gruppi di supporto ai quali indirizzare le famiglie

Allattamento: quali diritti sono coinvolti?



Chi sono i titolari dei diritti menzionati?

- I bambini
- Le madri e le donne
- Le famiglie
- La società e la collettività

Allattare, un diritto per chi?



E chi sono i garanti ?

In primo luogo gli Stati, che sono tenuti a:

- Rispettare i diritti umani = non possono toglierli a nessuno nè ridurne il valore
- Proteggere i propri cittadini da abusi o violazioni di tali diritti
- Garantire e rendere effettivi questi diritti = prendere le misure necessarie per permettere a tutti di godere dei loro diritti umani

I **produttori e distributori di alimenti per l'infanzia** hanno anch'essi un ruolo : quello di rispettare il Codice Internazionale di Commercializzazione dei Sostituti del Latte Materno e le Risoluzioni successive pertinenti dell'AMS.



Uno studio del 2019 che ha paragonato l'impronta ecologica dei sostituti del latte materno e dell'allattamento indica che "l'allattamento ha un'impronta ecologica massicciamente inferiore rispetto all'uso di sostituti del latte materno".

I risultati confermano quelli di uno studio del 2015, condotto in sei paesi asiatici per stimare le emissioni di gas serra attribuibili all'uso di formula: 2,89 milioni di tonnellate di CO₂eq pari alle emissioni annuali di gas serra negli Stati Uniti per 11.083 milioni di km percorsi da un'auto di media cilindrata

Si stima in 4.700 litri l'acqua necessaria per produrre 1 kg di formula "La quantità media di acqua necessaria per produrre latte intero è di quasi 940 litri per kg di latte. Un kg di latte intero dà circa 200 grammi di polvere di latte.

La preparazione della formula richiede la bollitura dell'acqua per diluire la polvere, la sterilizzazione dei biberon e di tutta l'attrezzatura, e la pulizia dopo l'uso. L'OMS raccomanda con forza di decontaminare ed eliminare i batteri pericolosi.

Allattare per sei mesi richiede, per una donna, in media 500 kcal di energia in più al giorno

L'impronta di carbonio varia in base ai prodotti alimentari: generalmente **l'alimentazione è considerata tanto più salutare per il pianeta quanto più predilige cibi di origine vegetale.**

Tutti i genitori dovrebbero essere sostenuti ad adottare scelte nutritive sane e attente alla salute del pianeta, specie durante il continuum riproduttivo che comprende l'allattamento.