

L'alimentazione esclusiva con latte artificiale



Quando una donna non ha abbastanza latte o non può allattare per nulla, il latte artificiale può essere considerato un alimento sostitutivo ideale, ma in questi casi è il pediatra che deve fornire di volta in volta le indicazioni più idonee alle esigenze del bambino.

Ottenuto prevalentemente dal latte vaccino, il latte artificiale è modificato in tutte le sue componenti in modo da soddisfare esattamente le esigenze nutritive dei lattanti nelle diverse fasce d'età.

In generale, il latte artificiale si suddivide in due categorie:

- il **latte formulato adattato**, da somministrare nei primi 4-5 mesi;
- e il **latte di proseguimento**, che invece va usato successivamente.

Entrambi appaiono piuttosto diluiti, ma ciò non deve far pensare che abbiano un potere nutritivo inferiore.

Se ricostruito secondo le indicazioni indicate dal produttore, il latte artificiale contiene tutte le sostanze nutritive di cui il vostro bambino ha bisogno per crescere bene. Fra le varie marche in commercio ci sono delle piccole differenze, e sarà il pediatra ad aiutarvi a scegliere quella più adatta.



La preparazione di un pasto a base di latte artificiale richiede la massima pulizia per evitare delle infezioni intestinali. Al bambino va sempre dato latte artificiale appena miscelato e se è davvero indispensabile preparare in anticipo dei biberon di latte, questi vanno assolutamente conservati in frigorifero per prevenire un'eccessiva proliferazione dei germi patogeni. I residui non bevuti vanno eliminati e non riscaldati per il pasto successivo.

Il biberon e la tettarella vanno poi lavati accuratamente e immersi per almeno cinque minuti in acqua bollente. Una volta sterilizzati, vanno lasciati asciugare su un panno pulito, e poi conservati in un contenitore pulito.

Il latte di proseguimento va usato dopo il quinto mese di vita. Come si è detto, questo tipo di latte artificiale è concepito per soddisfare le esigenze nutritive dei lattanti a partire dal quinto mese e dovrebbe accompagnare la dieta del bambino fino al primo anno d'età. Rispetto al latte formulato adattato, quello di proseguimento contiene più proteine e più ferro, e la composizione dei grassi è pensata in modo da integrare quella degli alimenti solidi che il bambino a quest'età comincia a mangiare.

→ L'ALIMENTAZIONE ARTIFICIALE IN CASO DI RISCHIO D'ALLERGIE

Se piú di un familiare (genitori o fratelli maggiori) soffre d'allergie, come asma, raffreddore da fieno o dermatite atopica, è buona norma dare al bambino del latte artificiale ipoallergico al posto di quello convenzionale. Questi prodotti ipoallergici, infatti, grazie ad un processo di scomposizione artificiale (idrolizzazione) contengono solo frazioni di proteine che, di solito, non sono in grado di scatenare reazioni allergiche. Questa misura precauzionale può davvero ridurre il rischio che vostro figlio contragga delle patologie allergiche. Fatevi consigliare dal vostro pediatra sul prodotto piú idoneo.

→ COME REGOLARSI QUANDO SI ALLATTA IL BAMBINO ARIFICIALMENTE?

In linea di massima, anche per il latte artificiale vale la regola che è il bambino a decidere quanto bere, e la poppata non dovrebbe durare piú di 15-20 minuti. Se però il bambino beve con troppa foga può capitare che inghiotta troppa aria e in questi casi è meglio interrompere per qualche istante la poppata e lasciare che espella l'aria in eccesso.

Le feci del bambino nutrito con latte artificiale sono regolari, ma di solito meno frequenti di quelle del bambino allattato al seno. Il colore è giallognolo, a volte anche verdastro, e l'odore è meno acidulo.



→ LA VITAMINA D

Se il vostro bambino beve almeno 500 ml di latte artificiale al giorno, non è necessario somministrargli della vitamina D in gocce, poiché il latte che assume contiene già una quantità sufficiente di questa vitamina.

→ IL LATTE VACCINO: MEGLIO NON USARLO NEL PRIMO ANNO DI VITA

Il latte vaccino, analogamente a quello caprino, pecorino o equino, anche se diluito o modificato in casa non andrebbe mai dato ai bambini prima che abbiano compiuto un anno. È ormai dimostrato, infatti, che il latte animale può causare un sovraccarico dei reni, allergie alimentari, emorragie intestinali e carenze di vitamine e di ferro. Inoltre, questo latte ha un contenuto insufficiente di acidi grassi essenziali (linoleati), e in compenso contiene troppi carboidrati e sale, per cui se ne sconsiglia l'uso anche in forma diluita. Tutt'al più, si può cominciare a somministrarlo a partire dal 10° mese, ma non è certo l'alimentazione ideale per vostro figlio. In ogni caso, il latte vaccino dato ai bambini piccoli deve essere rigorosamente pastorizzato e intero.