Latte materno. Qualità indiscussa e comodità estrema.

Autore: francesca

Data: 24 Settembre 2009

E’ composto di tutte le sostanze di cui il bebé ha bisogno, e la sua composizione si adatta alle diverse esigente alimentari del bambino.

Si passa dal **colostro** dei primi giorni, ricco di proteine e sali minerali per dare energia al bebé dopo lo stress del parto, al **latte di transizione**, prodotto per circa otto/dieci giorni, con meno proteine e sali minerali e più zuccheri e grassi, per raggiungere infine il **latte definitivo**, di aspetto bianco opaco e la cui composizione varia di poppata in poppata, più ricco al mattino e più leggero la sera, e nel corso dell’allattamento.

Inoltre é sempre a portata di mano, alla giusta temperatura, e non c’é bisogno di accessori da sterilizzare, ed é certamente economico. E’ l’alimento per eccellenza, completo sul piano nutritivo, digestivo, metabolico, immunologico e psicologico.

Attraverso l’allattamento con il latte materno il neonato riceve gli anticorpi che lo proteggono dalle malattie infettive. L’allattamento al seno diminuisce la possibilità di insorgenza di molte allergie nel bambino e favorisce il rapporto affettivo con la mamma.

Inoltre alcuni studi evidenziano una protezione per la madre contro alcuni tumori oltre ad essere un aiuto contro la depressione post-partum. Dieta sana ed equilibrata garantiscono una produzione di latte di qualità.

E includendo tipi diversi di cibi nella propria alimentazione, la mamma aiuterà il bambino ad abituarsi sin dall’inizio ai diversi sapori, spianando cosà la strada alle gioie dello svezzamento.

Riferimento articolo: https://www.donnaclick.it/mamma/latte-materno-qualita-indiscussa-e-comodita-estrema/

Generato il 07/11/2026