



È stato tradotto in italiano da La Leche League Italia e pubblicato su

"[La Gazzetta della Prolattina.it](http://LaGazzettaDellaProlattina.it)", unica rivista italiana a occuparsi in maniera scientifica di allattamento, il **protocollo n. 6 della ABM – Academy of Breastfeeding Medicine[1]** - dedicato a



### Condivisione del letto e Allattamento

Le Consulenti de La Leche League e gli operatori della salute vengono spesso interpellati in merito all'allattamento notturno e al sonno dei neonati. Nel 2014, La Leche League International ha pubblicato il volume "*Sweet Sleep*", tradotto in italiano nel 2018: "Sogni d'oro – Strategie per il sonno della famiglia con un bambino allattato", che ha risposto a molte domande delle famiglie.

Poco dopo la pubblicazione di "*Sweet Sleep*", il ricercatore James McKenna, leader nel campo del sonno infantile, ha coniato assieme al collega Lee Gettler il neologismo "*breastsleeping*" per descrivere la simbiosi biologica tra madre e figlio che dormono insieme e praticano l'allattamento di notte, definendola "la più antica ed efficace "trovata" per dormire e mangiare del genere umano".

Nel 2019, l'**ABM – Academy of Breastfeeding Medicine** - ha pubblicato il suo **Protocollo n. 6** sul *bedsharing* (in italiano condivisione del letto), rivisto dai dottori McKenna, Peter Blair, Helen Ball, Melissa Bartick e altri. Gli autori hanno esaminato attentamente l'attuale letteratura scientifica e hanno dichiarato: "Le prove esistenti non supportano la conclusione che il *bedsharing* tra i neonati che poppano al seno (cioè che dormono al seno) causi la sindrome della morte improvvisa del lattante (SIDS) in assenza di pericoli noti". Uno di questi pericoli o fattori di rischio noti è l'alimentazione con sostituti del latte materno. Il "*breastsleeping*" potrebbe essere protettivo contro la SIDS per il fatto che i neonati allattati trascorrono meno tempo in un sonno profondo.

Il cerchio si chiude adesso con la **traduzione in italiano del Protocollo n 6 dell' ABM, pubblicato sul numero 10 de [LaGazzettaDellaProlattina.it](http://LaGazzettaDellaProlattina.it)** dove si afferma, fra l'altro: "Le strategie per ridurre al minimo il rischio includono il riconoscimento del ruolo

dell'allattamento nella prevenzione della SIDS, il potenziale pericolo legato al condividere il letto in presenza di situazioni a rischio e la comprensione dell'importanza del coinvolgimento del partner e delle altre persone di sostegno che si occupano del sonno del neonato”.

Il protocollo ABM fornisce un'indagine completa delle prove e può essere una risorsa utile per i genitori da condividere con gli operatori della salute e altri. Fornisce anche una guida sulle pratiche di condivisione sicura dei letti, come posizione supina del bambino, evitare coperte morbide, cuscini peluche e animali domestici e non condividere mai il sonno con un neonato su un divano o una poltrona reclinabile.

Inoltre, il documento delinea le strategie di riduzione del danno quando siano presenti fattori di rischio. Ad esempio, se un'altra persona che si prende cura del bambino, oltre alla madre, fuma o assume alcool o droghe, questa persona dovrebbe essere incoraggiata a dormire in un'altra stanza. La condivisione della stanza con il bambino su una superficie separata, può essere suggerita per le famiglie ad alto rischio e ai genitori dovrebbe essere consigliato di mettere sempre un neonato in posizione supina e lontano da chiunque fumi o sia sotto l'influenza di alcol e droghe.

Le associazioni che fanno capo alla CIANB invitano quindi gli operatori della salute a promuovere questo documento presso tutte le famiglie e gli interessati.

Riportiamo qui di seguito **l'incipit del Protocollo n 6 e le Raccomandazioni** che gli autori fanno ai Governi per l'attuazione di Politiche pubbliche di sostegno a tale pratica.

**LA CONDIVISIONE DEL LETTO PROMUOVE L'AVVIO DELL'ALLATTAMENTO**, la sua durata, e la sua esclusività. In alcuni Paesi le organizzazioni sanitarie mediche e pubbliche sconsigliano la condivisione del letto, citando preoccupazioni per l'aumento del rischio di morte infantile correlata al sonno. Tuttavia, la condivisione del letto può essere rischiosa solo in circostanze pericolose come dimostrato da uno studio epidemiologico (Tabella 1). Intendiamo chiarire le evidenze attualmente disponibili relative ai benefici e ai rischi della condivisione del letto e offrire raccomandazioni basate sulle prove scientifiche, che promuovano la salute infantile e materna attraverso l'aumento della durata dell'allattamento.

Le raccomandazioni in questo Protocollo si applicano alle diadi madre-neonato che hanno avviato l'allattamento e sono in contesti domestici e non sono intese per l'utilizzo in ospedali o centri di nascita.

### **RACCOMANDAZIONI DI POLITICA PUBBLICA**

Gli interventi sociali strutturali sono interventi fondamentali indipendentemente dalla consulenza sulla sistemazione per il sonno. Poiché molti genitori avranno un contatto limitato con il sistema sanitario, è cruciale sostenere i cambiamenti strutturali. I responsabili delle politiche pubbliche dovrebbero considerare le seguenti strategie che possono ridurre la mortalità infantile:

1. Aumentare il prezzo del tabacco, una strategia associata a un'immediata e marcata diminuzione della mortalità infantile in Europa (livello 5).
2. Porre fine alle discriminazioni razziali nel sistema sanitario, che minano l'allattamento e portano a esiti negativi sia per le madri sia per i bambini (livello 2) (livello 3).

3. Promuovere l'assegnazione di fondi e risorse per la ricerca, concentrandosi sui fattori di rischio delle morti infantili legate al sonno, commisurati al livello di rischio basato su prove scientifiche.

Le associazioni aderenti alla CIANB - Coalizione Italiana Alimentazione Neonati e Bambini

[www.cianb.it](http://www.cianb.it)

[info@cianb.it](mailto:info@cianb.it)

cell 340 9126893

**La Gazzetta della Prolattina è gratuita**

**Si può leggere o scaricare dal sito [www.lagazzettadellaprolattina.it](http://www.lagazzettadellaprolattina.it)**