



## Allattamento e Sclerosi Multipla

### Perché è importante allattare?

L'allattamento è il modo normale e fisiologico di nutrire e accudire neonati, lattanti e bambini. Il latte materno possiede per natura tutto ciò di cui necessita il bambino sin dalla sua nascita: nutrienti, vitamine, prebiotici, probiotici, cellule staminali, antiossidanti, acidi grassi polinsaturi, lattoferrina, immunoglobuline e molto altro. Protegge la salute di mamma e bambino e offre a entrambi l'opportunità di instaurare e mantenere una relazione intima, densa di interazioni sensoriali e ormonali. Studi recenti confermano l'importanza dell'allattamento nella costruzione della salute dei bambini e delle bambine con effetti protettivi che durano per tutta la vita.

### Cosa mi è utile sapere per prendere decisioni informate?

Allattare non comporta un maggior rischio di ricadute per le donne con sclerosi multipla. Al contrario, è stato ipotizzato un effetto protettivo sulle ricadute, ma le prove scientifiche al riguardo non consentono di affermarlo con certezza. Allo stesso modo, sembrerebbe che i bambini allattati abbiano un rischio inferiore di sviluppare la malattia più avanti negli anni.

La decisione se allattare o meno dovrebbe essere assunta dalla madre assieme ai professionisti che la seguono. Il livello di rischio di ricadute dovrebbe essere valutato per ciascuna donna, tenendo conto delle sue condizioni cliniche durante l'anno precedente il concepimento e nel corso della gravidanza.

### Posso assumere farmaci durante l'allattamento?

Sulla base del profilo clinico individuale è possibile prendere in considerazione più di una opzione. Nel caso in cui le condizioni materne consentano di posticipare il trattamento, è possibile allattare secondo quanto desiderato da mamma e bambino. Nel caso in cui sia necessario avviare precocemente il trattamento, la madre può fare insieme al proprio medico di fiducia una valutazione delle scelte terapeutiche possibili che consentano la prosecuzione dell'allattamento.

#### Questi sono i servizi dove puoi reperire informazioni sulla sicurezza dei farmaci in allattamento:

**BERGAMO** - Centro Antiveleni e Tossicologia - 800.883300 - 035.2675096

**FIRENZE** - Centro di Riferimento Regionale di Tossicologia Perinatale. AOU Careggi - 055.7946731 (pubblico) - 055.7946859 (professionisti)

**PADOVA** - Servizio di Informazione Teratologica, Genetica Clinica ed Epidemiologica, AO di Padova - 049.8213513

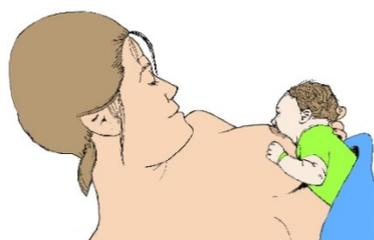
**ROMA (ENTIS)** Telefono Rosso Istituto di Clinica Ostetrica e Ginecologica, Policlinico Gemelli - 06.5800897

### Per quanto tempo posso allattare?

L'allattamento esclusivo è raccomandato fino a sei mesi di vita del bambino, ma è pur sempre prezioso per la salute di madre e bambino anche quando mantenuto per tempi più brevi. Se per ragioni cliniche o personali la mamma dovesse decidere di interrompere l'allattamento, gli effetti favorevoli sarebbero comunque mantenuti. È utile anche sapere che, nel caso in cui si sia interrotto, è possibile ricominciare ad allattare in qualsiasi momento. L'allattamento mantiene il proprio valore nutritivo e protettivo nel tempo ed è possibile, insieme a una adeguata introduzione di alimenti, fino a quando mamma e bambino lo desiderano, anche 2 anni e oltre.

### Cosa posso fare e come possono sostenermi le persone che mi sono vicine per la gestione del bambino e dell'allattamento?

L'allattamento può essere impegnativo, soprattutto nelle prime settimane quando un neonato può avere bisogno di poppare molto spesso. La priorità della mamma è il riposo, per questo dovrebbe poter contare sul supporto delle persone vicine e su alcuni accorgimenti. L'incoraggiamento, il sostegno emotivo e l'aiuto pratico da parte del partner, dei familiari e amici sono fondamentali. Si può dare aiuto pratico, ad esempio, cucinando, occupandosi della casa, del piccolo e di eventuali fratellini e sorelline, consentendo così alla mamma di riposare.



La mamma può anche decidere di tirare e conservare il proprio latte affinché il padre o altre persone possano darlo al bambino durante la notte o nei momenti di riposo. Per non caricare completamente il peso del bambino sulle braccia, durante le poppate può essere utile l'uso di cuscini per l'allattamento o di semplici cuscini di casa. È anche possibile allattare da sdraiate o in una comoda posizione semireclinata con il piccolo poggiato sul seno. Anche l'uso della fascia

porta bebè può facilitare sia le poppate sia i normali spostamenti.

Come indicato per tutte le mamme che allattano e che devono gestire il proprio bambino nelle prime fasi della vita, è importante fare riferimento ai propri professionisti di fiducia, al proprio pediatra, al consultorio familiare e ai gruppi di mamme della propria zona.

### Per saperne di più

Ministero della Salute. Position statement sull'uso di farmaci da parte della donna che allatta al seno. 2018. Disponibile all'URL: <https://bit.ly/2HM95YH> o tramite il QRcode a destra.



Istituto Superiore di Sanità, Regione Lazio. Farmacovigilanza e uso dei farmaci in allattamento. Più informati, più salute per tutti. Disponibile all'URL: <https://bit.ly/2HbYbdI> o tramite il QRcode a sinistra.

Movimento Allattamento Materno Italiano. Gruppi di mamme per il sostegno all'allattamento. Disponibile all'URL: <http://mami.org/gruppi-di-sostegno> o tramite il QRcode a destra.

