

## LA RICERCA

# La poppata non rende intelligenti. E' la mamma che fa la differenza

di Adele Sarno

Non è il latte materno a influire sullo sviluppo cognitivo del bambino. E' l'intelligenza dei genitori, e in particolare quella della madre che decide di allattare al seno, a fare la differenza. Ma l'allattamento protegge il bimbo da virus e batteri, dalle allergie e da alcune malattie

Difende dalle allergie, produce anticorpi e sviluppa e rafforza il rapporto tra mamma e bambino. Ma sbaglia chi pensa che il latte materno favorisca lo sviluppo dell'intelligenza del bebè. Né gli acidi grassi né gli omega 3 sono responsabili dell'aumento del QI. Ad analizzare il legame tra sviluppo cognitivo e alimentazione è stata una ricerca della *Food Standards Agency (Fsa)* e riportata dal *Daily Telegraph*. Stando all'indagine dei ricercatori i bambini allattati al seno sono intelligenti solo se lo è la madre. L'intelligenza dei bambini, infatti, è fortemente associata a quella dei loro genitori, in particolare a quella delle mamme.

**Insomma non è il latte materno a influire sul quoziente intellettivo dei figli.** Ma, a quanto pare, accade esattamente il contrario: **una madre intelligente tende ad alimentare il piccolo con il proprio seno e, di conseguenza, anche il bebè è più acuto.** "L'allattamento al seno - ha detto Sian Robinson della *University of Southampton*, che ha partecipato allo studio - è veramente importante per i neonati". "Mai i nostri dati - ha precisato - dimostrano che non è legata a una maggiore intelligenza. E neanche i cibi 'rinforzati' con gli acidi grassi omega 3, detti anche acidi docosaesaenoici (Dha), sono associati a un più alto quoziente intellettivo". Questi acidi sono contenuti nel latte materno, nel pesce e in molte altre marche di latte artificiale.

**La ricerca non vuole mettere sotto accusa il latte materno, anzi.** "Soltanto - spiega Catharine Gale, altra autrice dello studio - che pensiamo che sia una questione che dipende dalla mamma, il vero ingrediente segreto che trasformerà il bambino in un Einstein". Il quoziente intellettivo non ha alcuna relazione con i livelli di Dha che ricevono i bambini. Anche se sono state riscontrate differenze tra i bambini allattati al seno e non, queste presunte prove sono tutte scomparse quando i ricercatori hanno considerato l'intelligenza materna. I ricercatori hanno tuttavia concordato sul fatto che servono ulteriori studi per comprendere meglio i reali effetti del latte materno sui figli.

Anche se va detto che al di là dell'intelligenza vanno riconosciute le altre proprietà del latte materno. **L'Organizzazione mondiale della sanità definisce l'allattamento al seno importante fino a sei mesi e consiglia di proseguirlo fino all'anno di vita**, dal settimo mese si introduce il divezzamento. "Il latte - spiega la professoressa Alessandra Graziottin, direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica dell'H. San Raffaele Resnati di Milano - ha tre tipi di vantaggi: dal punto di vista nutrizionale contiene nutrienti quantitativamente e qualitativamente ottimali per soddisfare il bambino, lo protegge da virus e batteri, dalle allergie e da alcune malattie e, dal punto di vista psicologico, approfondisce e rafforza il rapporto madre-neonato". Questo infatti non solo placa il bisogno di cibo nel modo più spontaneo, ma costituisce per un bambino la più gratificante delle esperienze a livello sensoriale, emotivo ed affettivo. **"La poppata - aggiunge Graziottin - è un'esperienza piacevolissima e fondamentale per l'equilibrata crescita del bambino"**.

E infine, nei primi tre anni di vita, ha un impatto cruciale sulla salute nelle età successive e, in particolare, sul rischio di malattie cardiovascolari, obesità e sullo sviluppo della funzione cognitiva. L'allattamento naturale inoltre permette di stabilire un buon rapporto madre-figlio.

