

„Breastsleeping“ come una nuova norma: un cambiamento di paradigma.

There is no such thing as infant sleep, there is no such thing as breastfeeding, there is only ,breastsleeping' McKenna, J. J. and Gettler, L. T. (2015), *Acta Paediatrica*. doi: 10.1111/apa.1316

La discussione sul dormire sicuro dei bambini, è da sempre una discussione attuale e ogni anno verranno pubblicati nuovamente studi sulla SIDS e gli eventuali fattori di rischio. Diverse istituzioni in tutto il mondo forniscono ai genitori raccomandazioni dettagliate sulle domande, dove e in quali condizioni deve dormire il loro bambino.

Negli ultimi anni, il dibattito si è spostato su un campo, che crea un dilemma in particolare per il personale specializzato babyfriendly: da un lato è noto che l'allattamento al seno riduce significativamente il rischio di SIDS, d'altro lato si sostiene ancora una volta, che la madre che condivide il letto con il figlio, lo espone ad aumentato rischio di SIDS. Ci troviamo in un vicolo cieco, perché è noto allo stesso tempo, tuttavia, che il letto condiviso facilita e sostiene l'allattamento al seno. Quindi cosa facciamo? Ignoriamo gli avvertimenti del letto condiviso o rischiamo invece uno svezzamento precoce?

Alcuni ricercatori del sonno, tra cui James McKenna, famoso a livello internazionale, sottolineano già da qualche tempo, che la madre che pratica il bedding-in, cioè la condivisione del letto col bambino, non deve essere considerato in modo univoco, come un fattore di rischio, ma dipendente da precise circostanze e modalità in cui il bedding-in viene praticato.

Il “Bedsharing” tra bimbo e madre che allatta, in assenza di noti fattori di rischio, come il fumare, la posizione prona, alcol o droghe, nonché un ambiente sicuro del letto (nessun cuscino/nido/peluche, materasso rigido, senza lacci e crepe), secondo recenti ricerche, non dà proprio nessun aumento di rischio di SIDS. Ciò dovrebbe essere comunicato come tale (un riassunto tedesco del corrispondente studio del 2014 da Peter Blair et al. si trova qui (<http://www.stillen-institut.com/media/Schlafstudien-2014-2015.pdf>))

James McKenna e il suo collega Lee Gettler seguono in un recente articolo (ottobre 2015) <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/apa.13161/pdf> l'argomentazione di Melissa Bartick e Linda Smith (articolo nel "Breastfeeding Medicine" 9/2014) (<http://online.liebertpub.com/doi/pdfplus/10.1089/bfm.2014.0113>) insieme ai colleghi Peter Fleming e Peter Blair (articolo su "Pediatric respiratoria Recensioni "Gen. 2015), <https://>

www.researchgate.net/profile/Peter_Fleming4/publication/267815793_Bed-sharing_and_unexpected_infant_deaths_What_is_the_relationship/links/54be39ed0cf218da9391df49.pdf?inViewer=true&pdfJsDownload=true&disableCoverPage=true&origin=publication_detail), i quali raccomandano un approccio più differenziato con il tema.

McKenna e Gettler richiedono un cambiamento di paradigma, che è da intendere come una contro-concezione per i soliti avvertimenti e raccomandazioni del tema sonno, che alimentano troppi timori e paure: essi affermano, che l'allattamento al seno e il bedding-in tra il bimbo e la madre che allatta devono essere considerati come processi intrecciati e interdipendenti, quindi, da considerare in un modo diverso rispetto alla situazione la madre non allatta e i genitori praticano il bedding-in con i loro figli.

Per questo propongono un nuovo concetto: quello di "Dormire al seno", quindi "*Breastsleeping*".

Questo termine normalizza e sottolinea l'importanza della vicinanza del bambino alla madre che allatta, in quanto ne influisce la quantità di latte prodotta, il periodo di durata dell'allattamento, il percorso di crescita e di sviluppo del bambino, così come anche il modello di sonno della madre e del bambino.

Gli autori spiegano che le severe raccomandazioni di "Anti-Bedsharing" degli ultimi anni, non hanno avuto alcun risultato, se non quello di evitare alle madri di allattare dentro al lettone, spingendole così a praticare un allattamento notturno su un divano o su una poltrona, dove poi dormono insieme con i loro figli.

Questo ha come conseguenza per la coppia madre-figlio, un aumento dei rischi per la SIDS e possono procurare altri danni del bambino. Con l'uso del nuovo termine "*Breastsleeping*", gli autori sperano di avere una intensa attenzione del pubblico e delle madri, non solo per la questione come possono evitare il sonno condiviso, ma come lo possono eseguire in modo che esso sia più sicuro possibile.

Anche noi (L'istituto europeo dell'allattamento e lattazione) abbiamo parlato diverse volte negli ultimi anni su questo argomento e vi vorremmo raccomandare la nostra ampia

pagina "sonno sicuro del bambino" (sito tedesco: <http://www.stillen-institut.com/de/sicherer-babyschlaf.html>)

Li, potete trovare diversi Link di studi e articoli attuali, come anche informazioni e materiali per incontri di genitori che vi potrebbero essere utile.

Definizioni

*Co-sleeping= dormire nella stessa stanza (culla vicino il letto della madre)

Bedding in= condividere lo stesso letto col bambino