



## **Promuovere, proteggere e sostenere l'allattamento al seno: un Programma d'Azione per l'Europa**

*Il Programma d'Azione per l'allattamento al seno in Europa è un progetto che mira ad aiutare le donne ad avere un atteggiamento positivo nei confronti dell'allattamento e ad aumentare il numero di quelle che scelgono di alimentare in questo modo i loro figli.*

*Il progetto ha identificato un certo numero di azioni che possono essere messe in pratica a livello nazionale e locale per promuovere, proteggere e sostenere l'allattamento al seno. Il Programma d'Azione che ne consegue è un modello che politici, amministratori ed operatori sanitari possono tradurre in piani operativi. Questo pieghevole ti offre una rapida carrellata sul Programma in modo che tu possa scoprire cosa si fa o non si fa nella tua regione.*

*Il progetto è appoggiato dalla Commissione Europea ed è stato sviluppato da specialisti in allattamento e da madri di 29 paesi.*

La promozione dell'allattamento al seno è una priorità di salute pubblica perchè:

- È il modo naturale di alimentare i bambini ed è l'inizio ideale per la vita.
- È il miglior modo di assicurare una crescita ed uno sviluppo salutare nei primi sei mesi di vita.
- Il latte materno, accompagnato da altri alimenti, fornisce vantaggi nutrizionali anche dopo i sei mesi.
- Ha un impatto positivo sulla salute di donne e bambini, con una ridotta spesa sanitaria e meno disuguaglianze.

Attualmente in Europa l'allattamento al seno non è promosso e sostenuto come dovrebbe. A volte i nostri servizi sociali e sanitari, le nostre pratiche culturali ed i mezzi di comunicazione inducono le madri a non allattare o ad allattare meno a lungo di quanto potrebbero. Proprio per questo i paesi Europei si sono uniti per sviluppare questo Programma d'Azione. I suoi obiettivi sono:

- Migliorare le pratiche riguardanti l'allattamento al seno nei servizi sociali e sanitari.
- Aumentare il numero di madri che scelgono di allattare i propri figli, di allattarli in maniera esclusiva per sei mesi, e di continuare ad allattarli in seguito fino a quando lo desiderino.
- Aiutare le madri a sentirsi fiduciose, determinate e soddisfatte con la loro esperienza di allattamento al seno.
- Migliorare le competenze pratiche e la soddisfazione degli operatori sanitari.

Per raggiungere questi obiettivi, i paesi Europei ed i governi locali dovranno mettere in pratica i loro piani d'azione e dovranno garantire che siano adeguatamente finanziati, valutati ed aggiornati. Il Programma d'Azione è uno strumento pratico per gli amministratori locali, costruito su una storia significativa di iniziative mondiali ed Europee a favore dell'allattamento al seno.

**Il Programma d'Azione fa notare come sia importante che tutte le madri ricevano un'informazione di alta qualità ed indipendente da interessi commerciali sull'alimentazione dei propri figli. Il Programma riconosce che le madri che decidono di non allattare devono essere rispettate ed aiutate ad alimentare artificialmente i figli nel miglior modo possibile; devono ricevere anche un'adeguata informazione, indipendente da interessi commerciali, su come e quando introdurre alimenti complementari.**

**Cosa sta succedendo in Europa in questo momento?**



In Europa, in generale, si allatta meno e meno a lungo di quanto raccomandato dall'Organizzazione Mondiale della Salute (OMS) e da molti governi. Anche nei paesi in cui un'alta proporzione di madri sceglie di allattare al seno, le percentuali cadono in maniera significativa nei primi sei mesi. Il numero di madri che allattano esclusivamente a sei mesi è basso in tutta Europa. I servizi e le strutture per sostenere l'allattamento al seno variano molto in Europa, ma sappiamo che:

- Alcuni paesi hanno un coordinatore ed un comitato nazionale per promuovere l'allattamento al seno, un'Iniziativa Ospedale Amico del Bambino, e leggi per proteggere il diritto ad allattare delle donne che lavorano.
- In molti paesi la formazione degli operatori sanitari non dà loro le competenze pratiche necessarie a sostenere l'allattamento al seno.
- In molti paesi le leggi per la protezione della maternità vanno al di là degli standard minimi pattuiti ed approvati dall'Organizzazione Internazionale del Lavoro (OIL). Ma alcuni paesi sono rimasti indietro e non garantiscono alle donne il diritto a pause regolari per allattare o spremere il latte quando rientrano al lavoro.
- In generale, le leggi che regolano la commercializzazione dei sostituti del latte materno non soddisfano gli standard internazionali dell'OMS.
- Gruppi di sostegno mamma-a-mamma e gruppi di sostegno tra pari sono attivi in molti paesi, ma non sono ampiamente disponibili e spesso operano senza la collaborazione dei servizi sanitari locali.

È difficile ottenere un quadro più completo delle pratiche di allattamento al seno in Europa: non esiste un sistema unificato per raccogliere i dati ed i dati disponibili sono spesso incompleti o inaccurati.



### **Breve storia della promozione dell'allattamento al seno**

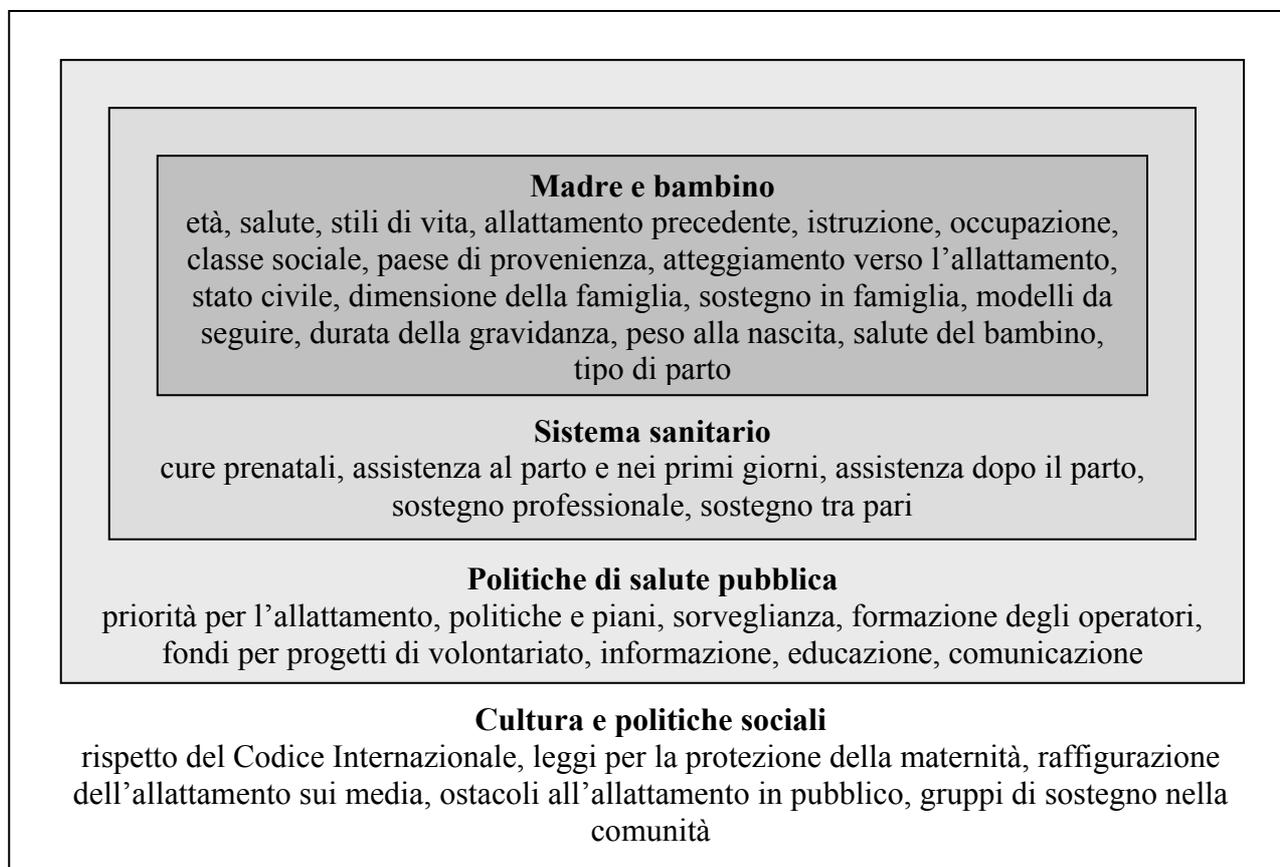
La Strategia Globale per l'Alimentazione del Neonato e del Bambino è stata approvata da tutti i paesi membri dell'OMS nel Maggio del 2002. Raccomanda l'allattamento al seno esclusivo per sei mesi e la continuazione dell'allattamento, con adeguati alimenti complementari, fino a due anni ed oltre. La Strategia Globale tiene conto dei bisogni speciali di bambini in circostanze difficili ed include politiche per l'alimentazione complementare. La Strategia si basa sul Codice Internazionale per la Commercializzazione dei Sostituti del Latte Materno (1981) che si propone di proteggere le madri ed i bambini da pratiche pubblicitarie inappropriate. Mira anche ad assicurare che le madri ricevano informazioni accurate dagli operatori sanitari e vieta la promozione commerciale di sostituti del latte materno, biberon e tettarelle. La Strategia Globale si basa anche su:

- Altre risoluzioni dell'Assemblea Mondiale per la Salute
- La Dichiarazione degli Innocenti (1990) sulla Protezione, la Promozione ed il Sostegno dell'Allattamento al Seno
- L'Iniziativa Ospedale Amico del Bambino dell'OMS e dell'UNICEF (1991)
- La Dichiarazione ed il Piano d'Azione Mondiali per la Nutrizione della FAO e dell'OMS (1992)
- Il primo Piano d'Azione per una Politica sugli Alimenti e la Nutrizione dell'Ufficio Europeo dell'OMS (2000-2005).

Al problema è stata riservata una collocazione di primo piano anche nell'Unione Europea (EU). Nel 2000, il progetto EURODIET raccomandava con vigore lo sviluppo e la messa in atto di un piano d'azione Europeo sull'allattamento al seno. Nel Dicembre 2000 il Consiglio d'Europa approvava una risoluzione su Nutrizione e Salute nella quale l'allattamento al seno era riconosciuto ufficialmente come una priorità. Questo Programma d'Azione è una logica conseguenza di tutti questi progetti, proposte e risoluzioni. Rappresenta uno strumento pratico per far sì che questi obiettivi ed aspirazioni diventino realtà.

## Cosa influenza la decisione di una madre di allattare al seno?

Molti fattori influenzano la decisione di allattare, di farlo in maniera esclusiva e di continuare a lungo. Questi fattori sono illustrati nel diagramma qui sotto. Il Programma d'Azione raccomanda che coloro che decidono le politiche ed i servizi sanitari li prendano in considerazione quando elaborano piani operativi locali e ne verificano i risultati per capire se e come funzionano.



## Cosa porta al successo di un programma per la promozione dell'allattamento al seno?

La ricerca ci insegna che un programma per la promozione dell'allattamento al seno ha successo se:

- Combina molti elementi diversi come:
  - campagne di comunicazione
  - educazione sanitaria adattata alla situazione locale
  - formazione integrale degli operatori sanitari
  - cambiamenti delle politiche nazionali/regionali ed ospedaliere
  - sostegno per le madri, compreso il sostegno tra pari.
- Sostiene le donne prima, durante e dopo il parto, compresi i giorni cruciali subito dopo il parto.
- Migliora il modo di fornire servizi, per esempio attraverso una migliore formazione del personale, l'impiego di consulenti per l'allattamento al seno, informazioni scritte per il personale e gli utenti, il rooming-in (madri e figli assieme 24 ore al giorno in ospedale).
- Offre informazioni in forme diverse. La più efficace è quella faccia-a-faccia, estesa su un lungo periodo. L'informazione scritta è la meno efficace.
- Poggia su una legislazione e su un ambiente di lavoro favorevoli. Le madri che lavorano devono avere un impiego garantito e la flessibilità di optare per un lavoro part-time; devono avere anche tempo e spazio per allattare o spremere il latte, se necessario.



- Infine, in tutti i paesi dovrebbe essere istituito un programma efficace come l'Iniziativa Ospedale Amico del Bambino, che comprende molti interventi, in ospedale e sul territorio, per proteggere, promuovere e sostenere l'allattamento al seno. Una sua estesa applicazione è altamente raccomandata.

### Cosa si può fare a livello nazionale e locale?

Sulla base dei risultati della ricerca e delle conoscenze sui fattori che influenzano l'allattamento al seno, il Programma d'Azione raccomanda che coloro che decidono le politiche ed i servizi sanitari si impegnino in sei aree. Per sostenere questo processo, il Programma offre ad amministratori e pianificatori una traccia da seguire. Il testo completo si trova in *Protezione, promozione e sostegno dell'allattamento al seno in Europa: un Programma d'Azione*.



**In questo pieghevole, le raccomandazioni principali del Programma d'Azione sono state trasformate in una lista di controllo che puoi usare per verificare cosa si fa e cosa non si fa nella tua regione.**

#### 1. Politiche e piani più adeguati

Esiste una politica nazionale o regionale sull'allattamento al seno che sia imperniata sulla Strategia Globale dell'OMS?

Esistono politiche specifiche per i gruppi socialmente più svantaggiati e per i bambini in circostanze difficili, allo scopo di ridurre le disuguaglianze?

Si incoraggiano le associazioni professionali a pubblicare raccomandazioni e linee guida pratiche fondate sulle politiche nazionali e regionali?

Sono stati elaborati dalle autorità sanitarie nazionali e regionali piani a lungo e breve termine con chiari obiettivi generali e specifici?

Questi piani includono proposte per coordinatori nazionali e regionali, sostenuti da comitati che rappresentino tutti i gruppi interessati?

Vi sono finanziamenti e personale sufficienti per mettere in pratica questi piani?

## 2. Migliore informazione, educazione e comunicazione

I messaggi chiave per la promozione dell'allattamento al seno sono coerenti con le politiche, le raccomandazioni e le leggi nazionali e regionali e con le pratiche dei servizi sociali e sanitari?

I futuri genitori hanno accesso ad informazione di alta qualità e libera da interessi commerciali sull'alimentazione dei bambini, compresi consigli per un'appropriata alimentazione complementare, in modo da poter prendere decisioni informate?

È disponibile un *counselling* faccia-a-faccia da parte di operatori sanitari, madri volontarie e gruppi di sostegno mamma-a-mamma adeguatamente formati?

Gli operatori sanitari sanno quali donne hanno meno probabilità di allattare, le sanno identificare e sostenere adeguatamente?

Si proibisce ai produttori e distributori di sostituti del latte materno di distribuire materiale che promuove questi prodotti e tutti quelli coperti dal Codice Internazionale?

## 3. Formazione

Si sta migliorando la formazione degli operatori sanitari sull'allattamento al seno per fare in modo che soddisfi standard riconosciuti di qualità?

Gli operatori sanitari sono formati ad applicare nella pratica quegli interventi che la ricerca ha dimostrato essere efficaci per prevenire e gestire problemi che possono insorgere durante l'allattamento al seno?

Si offrono corsi avanzati per migliorare i servizi di sostegno alle donne che presentano problemi di allattamento che non possono essere risolti a livello primario?

Si proibisce ai produttori e distributori di sostituti del latte materno di influenzare i corsi ed i materiali per la formazione degli operatori sanitari?

## 4. Protezione, promozione e sostegno

Le donne hanno il diritto di allattare dove e quando vogliono?

Si fa rispettare il Codice Internazionale e si verifica che sia rispettato in maniera indipendente da interessi commerciali?

Le leggi per la protezione della maternità permettono a tutte le donne che lavorano di allattare esclusivamente al seno i propri figli per sei mesi e di continuare poi fino a quando lo desiderano?

L'allattamento al seno è promosso come la norma a tutti i livelli del sistema sanitario e sociale?

C'è un impegno a rispettare gli standard d'eccellenza per l'allattamento al seno in tutte le maternità ed i servizi di assistenza all'infanzia?

Tutte le donne hanno accesso a servizi di sostegno, compresa l'assistenza da parte di operatori qualificati, madri volontarie e gruppi di sostegno mamma-a-mamma?

Si incoraggiano progetti locali e comunitari basati sulla collaborazione tra i servizi sanitari e sociali pubblici e le organizzazioni di volontariato?

## 5. Sorveglianza

Esiste un programma di sorveglianza e valutazione che raccolga dati sull'allattamento al seno, sulle pratiche dei servizi sanitari e sull'attuazione delle politiche nazionali e regionali?

## 6. Ricerca

Esiste un programma di ricerca per saperne di più sugli effetti dei cambiamenti nelle aree di cui sopra sull'inizio, l'esclusività e la durata dell'allattamento al seno?

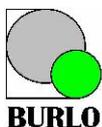
### **Piccolo dizionario dell'allattamento al seno**

- **Allattamento al seno esclusivo:** il bambino prende solo latte materno e non prende altri liquidi, acqua compresa, o solidi, con l'eccezione di farmaci, minerali o vitamine, se necessari.
- **Allattamento al seno predominante:** il bambino prende soprattutto latte materno, ma prende anche acqua, tisane, succhi di frutta o altre bevande non zuccherate.
- **Alimentazione complementare:** il bambino prende latte materno ed altri alimenti liquidi o solidi, compresi sostituti del latte materno.
- **Sostituti del latte materno:** latte artificiale, latte di proseguimento ed altri alimenti dati al posto del latte materno mentre l'allattamento al seno continua.

**Il testo completo del Programma d'Azione è disponibile su:**

<http://www.ministerosalute.it/alimenti/resources/documenti/nutrizione/blueprintit.pdf>

**Per saperne di più sull'allattamento al seno e su cosa si fa nella tua regione puoi consultare le seguenti pagine in internet e le seguenti organizzazioni:**



**BURLO**

Preparato dall'Unità per la Ricerca sui Servizi Sanitari e la Salute Internazionale, Centro Collaboratore dell'OMS per la Salute Materno Infantile, IRCCS Burlo Garofolo, Via dei Burlo 1, 34123 Trieste, 040 322 0379, [cattaneo@burlo.trieste.it](mailto:cattaneo@burlo.trieste.it), con il contributo della Commissione Europea, Salute Pubblica e Valutazione del Rischio

