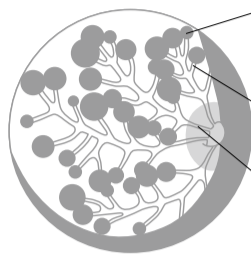


# Cosa rende così unico il latte materno?

## Sorpresa! Anche il seno è un organo!

I tuoi seni producono latte materno e possono essere anche chiamati ghiandole mammarie. Le diverse parti all'interno di ogni ghiandola mammaria giocano un ruolo nel produrre e trasportare il latte materno.



- 1 Alveoli**  
Qui viene prodotto e conservato il latte materno. Gli alveoli sono sacchi simili a grappoli d'uva all'interno del seno. Sono circondati da piccoli fasci muscolari che li schiacciano per spingere il latte nei dotti lattiferi secondari. Gli alveoli si sviluppano durante la gravidanza<sup>1</sup>.
- 2 Dotti lattiferi secondari**  
Questa complessa rete di piccoli canali trasporta il latte dagli alveoli ai dotti lattiferi principali<sup>1</sup>.
- 3 Dotti lattiferi principali**  
Questi canali trasportano il latte direttamente al tuo bambino. Hai in media 9 dotti lattiferi principali nel tuo capezzolo<sup>1</sup>.

## Il latte materno è un liquido vivo

Il latte materno è una sostanza viva che cambia per adattarsi alle crescenti esigenze e allo sviluppo del tuo bambino.



## Il potere del colostro

Il prezioso colostro e il latte che vengono prodotti nelle prime settimane sono diversi dal latte maturo. Il colostro può sembrare ridotto in volume, ma è ricco di ingredienti e contiene il doppio della quantità di proteine rispetto al latte prodotto in seguito<sup>2</sup>. Sin dall'inizio, queste proteine proteggono il neonato dalle malattie<sup>3</sup>.

## Wow! Le cellule possono cambiare!

Il latte materno contiene cellule vive, come le cellule staminali. Queste cellule staminali possono trasformarsi in altri tipi di cellule, quali quelle ossee, del grasso, del fegato e cerebrali, e possono agire come una sorta di «sistema di riparazione interno»<sup>4</sup>. Non è incredibile?

## Il tuo latte è ciò che mangi

Il latte materno ha un profilo aromatico: gli alimenti che si mangiano durante la gravidanza e l'allattamento al seno aromatizzano il liquido amniotico e il latte e possono «programmare» le successive preferenze alimentari del tuo bambino<sup>5</sup>.



Gravidanza



Allattamento al seno



Dopo lo svezzamento

## Il latte materno è la massima difesa naturale

Quando nasce il tuo bambino, il latte materno è la prima forma di immunizzazione per aiutarlo a combattere le malattie.



## Migliaia di ingredienti

Non esistono sostituti del latte materno. Ci sono migliaia di ingredienti differenti nel latte materno, come proteine, grassi, lattosio, vitamine, ferro, minerali, acqua ed enzimi. La stragrande maggioranza di questi ingredienti non può essere replicata artificialmente<sup>3</sup>.

## Oltre 130 prebiotici

Il latte materno contiene prebiotici, più di 130 zuccheri complessi (oligosaccaridi) che aiutano a proteggere l'intestino da diversi tipi di microbi. Nessun'altra specie presenta tanti zuccheri speciali, tranne forse l'elefante<sup>6</sup>!

## Soddisfa il fabbisogno di grassi del tuo bambino

Il latte umano è specifico per i neonati. Contiene circa il 4% di grasso, mentre il latte di foche e balene ne contiene fino al 50%! I grassi contenuti nel latte umano sono importanti per la crescita e lo sviluppo, e sono inoltre antibatterici<sup>3</sup>.

## Oltre 415 proteine

Molte delle proteine presenti nel latte materno sono attive con ruoli funzionali. Alcune di queste possono contribuire a uccidere i batteri, mentre altre sono in grado di identificare i patogeni. Le proteine immunitarie sono infatti come guardie che proteggono dai microbi<sup>2,3</sup>.

## Il latte materno favorisce lo sviluppo del cervello

Il cervello è l'organo più grasso del corpo. La massa cerebrale arriva quasi a raddoppiare nei primi 6 mesi di vita e, a 2 anni, raggiunge approssimativamente l'80% della misura presente nell'adulto.

Il latte materno contiene componenti essenziali per lo sviluppo ottimale del cervello<sup>7</sup>.



Il cervello alla nascita  
0,38 kg



Il cervello a 6 mesi  
0,64 kg



Il cervello a 1 anno  
0,97 kg



Il cervello adulto  
1,45 kg

## Il latte materno: il miglior pasto unico per il tuo bambino



Sorprendentemente, il tuo corpo produce le sostanze nutritive giuste nella giusta quantità e l'apporto di latte esatto per soddisfare le necessità del tuo bambino in ogni momento. Più latte riceve il tuo bambino, maggiori sono i benefici.

### Bibliografia

- Hassiotou, F. & Geddes, D. Anatomy of the human mammary gland: Current status of knowledge. Clin Anat 26, 29-48 (2013).
- Molinari, C.E. et al. Proteome mapping of human skim milk proteins in term and preterm milk. J Proteome Res 11, 1696-1714 (2012).
- Jensen, R.G. Handbook of milk composition (Academic Press, San Diego, 1995).
- Hassiotou, F. et al. Breastmilk is a novel source of stem cells with multilineage differentiation potential. Stem Cells 30, 2164-2174 (2012).
- Mennella, J.A., Jagnow, C.P., & Beauchamp, G.K. Prenatal and postnatal flavor learning by human infants. Pediatrics 107, E88 (2001).
- Kunz, C., Rudloff, S., Schad, W., & Braun, D. Lactose-derived oligosaccharides in the milk of elephants: Comparison with human milk. Br J Nutr 82, 391-399 (1999).
- Dekaban, A.S. Changes in brain weights during the span of human life: Relation of brain weights to body heights and body weights. Ann Neurol 4, 345-356 (1978).