



*Ministero della Salute*

# Allatta mento al seno

## Fa bene alla mamma e al bambino

**Allattare al seno è, prima di tutto, un gesto d'amore. Il modo più naturale per continuare quel rapporto speciale e unico che si è creato tra te e tuo figlio durante la gravidanza**



### Vantaggi

#### *Per il bambino*

**Aumenta** le difese immunitarie

**Riduce** l'incidenza e la durata delle gastroenteriti

**Protegge** dalle infezioni respiratorie

**Riduce** il rischio di sviluppare allergie

**Migliora** la vista e lo sviluppo psicomotorio

**Migliora** lo sviluppo intestinale e riduce il rischio di occlusioni

#### *Per la mamma*

**Aiuta** a perdere il peso accumulato durante la gravidanza

**Riduce** il rischio di sviluppare l'osteoporosi

**Previene** alcune forme di tumore al seno e all'ovaio

**È gratuito**

**È pratico**

*Chiedi sempre il parere del tuo pediatra di fiducia*

INFO su  
[www.salute.gov.it](http://www.salute.gov.it)

# Allatta mento al seno



*Ministero della Salute*

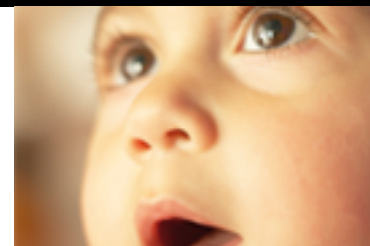
EXPO  
MILANO 2015

ONE  
HEALTH  
ITALIAN MINISTRY OF HEALTH

**Fa bene alla mamma e al bambino**

**Il latte materno è il migliore  
alimento per il tuo bambino.**

**La maggior parte dei bambini non  
ha bisogno di altri alimenti o  
bevande fino a sei mesi compiuti**



**Consigli per le  
neo mamme**

**Non fare “diete  
speciali” durante  
l’allattamento**

**Segui i tuoi gusti ed  
una dieta equilibrata  
senza escludere a  
priori cibi particolari**

**Tuo figlio conosce  
già gli odori e i  
sapori di ciò che eri  
abituata a mangiare  
nell’ultimo trimestre  
della gravidanza**

**È importante per lui  
riprendere quelle  
abitudini**

*Chiedi sempre  
il parere del tuo  
pediatra di fiducia*

INFO su  
[www.salute.gov.it](http://www.salute.gov.it)