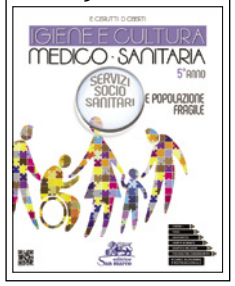
E. Cerutti - D. Oberti
Igiene e cultura medico-sanitaria
5° ANNO



ALLATTAMENTO E DIVEZZAMENTO

ALLATTAMENTO

- NATURALE → controllato dall'ormone prolattina e dal riflesso della suzione
  - colostro → primo secreto della ghiandola mammaria
  - latti di transizione per 15 giorni circa
  - latte definitivo contenente:
    - lipidi
    - glucidi (lattosio)
    - proteine (caseina)
    - sali minerali
    - vitamine (carenti vit. D e K)
  - impedimenti all'allattamento: agalattia e ipogalattia, mastiti, malformazioni del capezzolo, patologie
- ARTIFICIALE → latte formulato o umanizzato
  - utilizzo di biberon e tettarelle
  - sterilizzazione
    - a caldo
    - a freddo

DIVEZZAMENTO O SVEZZAMENTO

- passaggio dal latte a un'alimentazione completa
- regole
  - introduzione del glutine dopo il 7° mese
  - no sale, no dolcificanti
  - introduzione lenta e graduale degli alimenti
    - passaggio dai brodi ai semolini e alle pastine
    - primi alimenti
      - frutta: mele, pere, banane
      - verdura: zucchine, carote, patate
      - carne (coniglio, agnello, tacchino, pollo) e pesce magro
      - formaggi magri, parmigiano