



# L'allattamento si prende cura del pianeta



WABA | SETTIMANA MONDIALE PER L'ALLATTAMENTO 2020

## UNO PER TUTTI, TUTTI PER UNO

L'edizione 2020 della Settimana mondiale per l'allattamento (#SAM2020) pone al centro le correlazioni fra allattamento e salute planetaria. A seguire presentiamo una cornice di riferimento utile a inquadrare meglio questi legami, illustrando alcune delle sfide che abbiamo dinanzi e offrendo delle possibili soluzioni.

“Dobbiamo riconoscere che 'la nostra casa sta andando a fuoco' e che per il bene della prossima generazione bisogna agire rapidamente per ridurre l'impronta ecologica in tutti gli ambiti della vita... L'allattamento rappresenta una tessera di questo mosaico ed è un settore che ha urgente bisogno di [investimenti](#).”  
**Joffe, Webster & Shenker (2019)**

### OBIETTIVI DELLA #SAM2020



#### INFORMARE

le persone sulla correlazione tra l'allattamento e i cambiamenti climatici e ambientali



#### RADICARE

l'idea che l'allattamento rappresenta una scelta intelligente dal punto di vista ecologico



#### ALLEARSI

con i singoli e con le organizzazioni per avere un impatto più elevato



#### ATTIVARE

misure volte a migliorare la salute del pianeta e dei suoi abitanti attraverso l'allattamento



### L'allattamento e la salute planetaria

Il concetto di **salute planetaria** riguarda "la salute della civiltà umana e lo stato dei sistemi naturali da cui dipende". Esseri umani e pianeta sono per loro natura interconnessi ed è dunque essenziale che ci impegniamo per trovare soluzioni sostenibili per ambedue le parti. Lo

sviluppo sostenibile soddisfa le esigenze della generazione presente senza compromettere il benessere di quelle future. In questo quadro, l'allattamento svolge un ruolo centrale per il raggiungimento di tutti gli Obiettivi di sviluppo sostenibile [SDG delle Nazioni Unite](#)<sup>1</sup>.

### L'importanza del cibo e dell'alimentazione

Il cambiamento climatico e il degrado ambientale rappresentano scomesse estremamente impegnative per il mondo di oggi. **L'emissione di gas a effetto serra** (anidride carbonica, ossido di diazoto, metano e altri gas prodotti dalle attività umane) ha provocato infatti un aumento della temperatura globale di più di 1° rispetto alle medie registrate nell'epoca pre-industriale<sup>2</sup>. Parallelamente, vale la pena osservare che le emissioni di gas serra sono calate drasticamente in seguito alle misure introdotte per affrontare un altro problema ancora più urgente, quello della pandemia da COVID-19. Sono diversi gli insegnamenti che possiamo trarre dalla situazione attuale per affrontare diversamente il cambiamento climatico. Il **degrado ambientale**, dovuto alla presenza di agenti inquinanti nell'aria, nell'acqua e nelle derrate alimentari, lo sfruttamento eccessivo di risorse di per sé scarse, l'eccesso di rifiuti e la distruzione degli habitat naturali sono tutti fenomeni spesso riconducibili all'attività umana<sup>3</sup>. Anche i **sistemi di produzione alimentare** e i modelli di consumo contribuiscono significativamente al cambiamento climatico e al

degrado ambientale<sup>4</sup>. La pandemia da COVID-19, colpendo tutti in maniera trasversale, ci ha fatto rendere conto del fatto che servono interventi coordinati e immediati che coinvolgano la società tutta. Ciascuno di noi può agire per ridurre la propria **impronta di carbonio**<sup>5</sup>, la propria **impronta ecologica**<sup>6</sup>, iniziando dall'alimentazione dei neonati. Emergere sanitarie quali la pandemia da COVID-19 ci pongono infatti di fronte a sfide che non risparmiano l'alimentazione dei lattanti.

#### Raccomandazioni OMS/UNICEF sulle pratiche di alimentazione ottimali per lattanti e bambini piccoli

- Avvio dell'allattamento entro un'ora dalla nascita.
- Allattamento esclusivo per i primi sei mesi di vita.
- prosecuzione dell'allattamento fino ai due anni e oltre con introduzione, a sei mesi, di cibi (solidi) complementari adeguati dal punto di vista nutrizionale e sicuri.

### Investire a sostegno dell'allattamento

L'allattamento rappresenta uno dei **principali investimenti** ai fini della salvaguardia della vita dei bambini e dello sviluppo sanitario, sociale ed economico tanto degli individui quanto delle nazioni. Per la nostra società, è imperativo quindi dare vita ad ambienti che consentano l'adozione di modelli alimentari ottimali per i lattanti e i bambini piccoli. Cosa si può fare concretamente per creare un ambiente che consenta di attivare e migliorare le pratiche di allattamento? La protezione, la promozione e il sostegno dell'allattamento costituiscono strategie importanti sia a livello strutturale che a livello comunitario e individuale (vedi grafico qui di seguito). Per garantire il soddisfacimento delle esigenze nutrizionali infantili, sia in condizioni normali che davanti alle emergenze, è essenziale attuare azioni coordinate per la promozione

di un'alimentazione ottimale dei lattanti. Sostenere l'allattamento vuol dire promuovere la salute planetaria tanto nel breve quanto nel lungo periodo. Si tratta di un imperativo urgente ed è necessario intensificare il dibattito in materia, richiedendo che vengano condotte ricerche sempre più solide e che tutti i settori interessati vengano coinvolti negli interventi. Al momento siamo presi dalla crisi da COVID-19 e dalla ricerca di risposte alla stessa. Tuttavia, abbiamo parallelamente bisogno di promuovere l'idea che l'alimentazione agisca a favore della salute pubblica e consenta di salvare vite e di prevenire infezioni e malattie in tutta la popolazione. Come cittadini globali abbiamo il dovere di agire.

La #SAM2020 conta oggi più che mai!



Tratto da "Why invest, and what it will take to improve breastfeeding practices?" di [Rollins et al. \(2016\)](#).

“Magari sembrerà strano pensare all'allattamento quale alleato nella lotta contro il cambiamento climatico, nondimeno può aiutare a modificarne le sorti.”  
**Dott. Taru Jindal (2020)**