

economicos todo el año
en todo el centro de
Granada. Entra
Ofertas-Hotel-Granada.Excite.es

Escapadas fin de granada

Escápate un finde a
Granada ¡Ofertas
Exclusivas Online!
es.Excite.eu/Fin-de-Semana-Gran

[curiosità](#)

Sesso in pubblico per aumentare il raccolto di banane



Di notizie strane ne è pieno il mondo. Ogni giorno ne escono sempre di nuove e singolari. Vedete le banane in foto? Beh...molti di voi si stanno chiedendo anche quale sia la notizia assurda collegata a questo frutto molto diffuso in tutto il mondo...e vi garantisco che la cosa ha dell'incredibile. In...

Leggi anche...

- 16/05/2010 - 19:05

Olio d'oliva, contro i tumori l'oro della salute

A MedOliva, la fiera dell'extravergine del Mediterraneo in corso ad Arezzo Fiera fino a lunedì 17 maggio, in occasione del...

- 16/05/2010 - 18:05

Il botulino, sospeso per controlli

Per anni è stata propagandata e diffusa come una sostanza innocua e sicura e in tanti si sono sottoposti al...

- 16/05/2010 - 16:05

17 maggio: Giornata Mondiale contro l'Omofobia

La prima giornata internazionale contro l' omofobia fu celebrata il 17 maggio del 2005, su iniziativa di Louis-Georges Tin, curatore...

- 16/05/2010 - 15:05

Al via il 47°Congresso della Federazione sanitari pensionati e vedove

“Per i pensionati dignità di vita e riconoscimento dei loro diritti”: è lo slogan del 47° Congresso della FEDER.S.P.EV. (Federazione...



13/05/2010 - 12:47

Allattamento: dieta inadeguata per il 94% delle mamme

70 Hotel a Granada

Alberghi a Granada online. Con foto e descrizioni dettagliate
www.booking.com/Granada

Palma Mallorca - Granada

Aprovecha los precios bajos de eDreams, hasta el 31 Mayo 2010!
www.edreams.es

Annunci Google

Hanno un'alimentazione poco sana la maggioranza delle mamme che allattano i propri figli.



La percentuale delle donne in allattamento, che seguono una dieta non appropriata, sale **fino al 94 per cento**, l'ipotesi è stata sviluppata da una ricerca dell'**Università di Granada (sezione Dipartimento di Pediatria) in Spagna**.

I ricercatori diretti dalla **professoressa Cristina Campoy Folgoso**, hanno intervistato 34 mamme che allattavano al seno, sottoponendole a questionari sulla dieta e sulla raccolta del latte materno.

Tre giorni dopo hanno raccolto dalle stesse intervistate, 100 campioni di latte per valutarne la composizione. E' emerso dall'analisi della sostanza, che nel **94 per cento dei casi le mamme seguivano una dieta povera di grassi**, la stessa percentuale emergeva per le mamme che invece, **consumavano troppe proteine**.

Quasi tutte inoltre, mostravano **livelli scarsi di vitamina A** (nell'88 per cento dei casi) **ed E** (addirittura nel 99 per cento), per finire, anche l'assunzione di ferro si rivelava insoddisfacente, non riuscendo a raggiungere i livelli stabiliti dal **Dietary Reference Intakes (DRI) ossia l'Ingestione Giornaliera di Riferimento**.

Le carenze alimentari delle mamme, peggiorano il loro stato di salute, in un momento molto delicato della maternità e danneggiano inoltre **il piccolo, che non riceve il giusto apporto di vitamine, proteine e grassi utili**.

“Micronutrienti indispensabili per lo sviluppo fisiologico del bambino allattato”, **spiega il dottor Gómez Llorente del Dipartimento di Pediatria dell'Università di Granada**, che conclude: “Le mamme che allattano possono migliorare significativamente la composizione del loro latte ottimizzando la loro dieta e seguendo le raccomandazioni internazionali”.

Giulia Di Trinca

- [Allattamento al seno: un toccasana per mamma e bebé](#)
- [Latte biologico, non è migliore del latte tradizionale](#)

[Commenta Articolo](#) | [Aggiungi Newnotizie ai preferiti](#) | [Home](#)