

Νέα στοιχεία για το μητρικό γάλα και το θηλασμό

[/ Γενικά](#)



Σύμφωνα με νέα δεδομένα, φαίνεται ότι η διατροφή του βρέφους κατά τους πρώτους μήνες ζωής επηρεάζει σημαντικά τη σύνθεση, την ποικιλομορφία και τη σταθερότητα της εντερικής μικροχλωρίδας, παράγοντες που σχετίζονται με τη μετάβαση στα στερεά τρόφιμα κι ενδεχομένως να έχουν μακροχρόνια επίδραση στην υγεία.

Για τους σκοπούς της μελέτης, που δημοσιεύεται στο επιστημονικό περιοδικό *Frontiers in Cellular and Infection Microbiology*, οι ερευνητές συγκέντρωσαν δείγματα κοπράνων και δεδομένα για τη διατροφή και την υγεία 9 βρεφών, τα οποία παρακολούθησαν από την ηλικία των 2 εβδομάδων έως και τους 14 μήνες. Σε συμφωνία με παλαιότερες μελέτες, βρέθηκαν σημαντικές διαφορές στο είδος των βακτηρίων που συνέθεταν την εντερική μικροχλωρίδα των βρεφών που θήλαζαν αποκλειστικά συγκριτικά με εκείνα που λάμβαναν υποκατάστατο μητρικού γάλακτος.

Επιπλέον, φάνηκε ότι, μετά την εισαγωγή στερεάς τροφής, οι αλλαγές στην εντερική μικροχλωρίδα ήταν πιο εκτεταμένες στα βρέφη που δε θήλαζαν, γεγονός που σύμφωνα με τους ερευνητές υποδηλώνει πως η εντερική μικροχλωρίδα των βρεφών που θήλαζαν αποκλειστικά βρισκόταν σε μεγαλύτερη «ετοιμότητα» για να δεχθεί την εισαγωγή στερεών τροφίμων.

Το γεγονός αυτό ενδεχομένως να σχετίζεται με καλύτερη πέψη των στερεών

τροφών στα βρέφη που θηλάζουν αποκλειστικά, ενώ οι ερευνητές πιθανολογούν ότι αντίθετα, τα βρέφη που δε θηλάζουν αποκλειστικά ίσως να εμφανίζουν πόνους στο στομάχι ή κολικούς εξαιτίας της διαφορετικής σύνθεσης της εντερικής μικροχλωρίδας.

Σχολιάζοντας τα ευρήματα της μελέτης, η επικεφαλής της ερευνητικής ομάδας ανέφερε, πως υποστηρίζουν περαιτέρω τις συστάσεις του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας για αποκλειστικό θηλασμό κατά το πρώτο εξάμηνο ζωής. Τέλος, αναφέρει πως ακόμη και ο μικτός θηλασμός, ο συνδυασμός δηλαδή μητρικού και υποκατάστατου μητρικού γάλακτος μεταβάλλει τη σύνθεση της εντερικής μικροχλωρίδας, ενώ ο αποκλειστικός θηλασμός φαίνεται ότι αποτελεί την ομαλότερη μετάβαση στη στερεά τροφή.

Πηγή: neadiatrofis.gr