

Μητρικός Θηλασμός και δείκτης νοημοσύνης παιδιού

Αθηνά Τσέλιου, Μαία Μαιευτηρίου "ΛΗΤΩ".

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Ο μητρικός θηλασμός είναι τρόπος ανατροφής του βρέφους, ο οποίος του προσφέρει αναπλήρωτη ψυχική και σωματική υγεία.

Άσχετα με το αν η μέλλουσα μητέρα σκοπεύει να θηλάσει, το σώμα της αρχίζει να προετοιμάζεται για το θηλασμό από την σύλληψη ακόμη: οι μαστοί διογκώνονται, οι πόροι διευρύνονται για να οδηγήσουν το γάλα στη θηλή, ενώ παράλληλα ο οργανισμός αποθηκεύει λίπος για να εξασφαλίσει την ενέργεια που χρειάζεται.

Εάν το νεογέννητο βρεθεί αμέσως μετά τον τοκετό επάνω στην κοιλιά της μητέρας του, παρατηρείται αυθόρμητη κίνησή του προς τους μαστούς, ενώ σύρεται και σκαρφαλώνει μόνο του προς τη θηλή. Χρειάζεται αναμονή από τη μητέρα για να συνειδητοποιήσει το βρέφος τη θέση του και αμέσως μετά κινητοποιεί το αντανακλαστικό της έρπουσης, για να σκαρφαλώσει μόνο του και να βρεθεί στη θηλή.

Για τη σημασία του μητρικού γάλακτος από θρεπτικής και διατροφικής άποψης έχουν γραφεί πολλά. Το μητρικό γάλα, όμως, προάγει και θρέφει πέρα από το σώμα και την ψυχοκινητική ανάπτυξη του παιδιού. Ας δούμε πώς.



ΜΗΤΡΙΚΟΣ ΘΗΛΑΣΜΟΣ ΚΑΙ ΚΙΝΗΤΙΚΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ

Οι συντονισμένες κινήσεις του νεογέννητου κατά το θηλασμό, είναι αποφασιστικός παράγοντας για τη θωράκιση της οπτικής και στοματικής ζώνης. Στο θηλασμό συμμετέχουν όλοι οι μύες της κάτω γνάθου, των χειλέων, των παρειών, της γλώσσας, του λαιμού, του προσώπου και διευκολύνεται η κινητικότητά τους.

Ο ΡΟΛΟΣ ΤΟΥ ΜΗΤΡΙΚΟΥ ΘΗΛΑΣΜΟΥ ΣΤΗΝ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΤΟΥ ΒΡΕΦΟΥΣ

Έχει παρατηρηθεί ότι τα βρέφη με διακοπτόμενο θηλασμό από τη μητέρα, έγι-

ναν ευερέθιστα σε δυσάρεστα ερεθίσματα, όπως θορύβους, παρουσία άγνωστων προσώπων, φωνές κλπ. Απέκτησαν φόβους, νευρώσεις και καθώς μεγάλωναν ως παιδιά –και αργότερα ως ενήλικες– δύσκολα μπόρεσαν να προσαρμοστούν αρμονικά στο περιβάλλον.

Στα άτομα που στερήθηκαν εντελώς ή σχεδόν εντελώς τους μαστούς της μητέρας τους, η στοματική απωθημένη ζωή τους γίνεται αισθητή ως ένα βαρύ καθήκον. Μην ξεχνάμε πως το στόμα αποτελεί πρωταρχική πηγή ευχαρίστησης καθώς στο νεογέννητο οι άλλες αισθήσεις δεν έχουν αναπτυχθεί.

Εάν ο μητρικός θηλασμός σταματήσει πρόωρα, εκδηλώνεται αργότερα στο παιδί ή στην ενήλικη ζωή του ως άγχος, ανασφάλειες και ανικανοποίητες ανάγκες. Φαίνεται δε και η σύνδεση: στοματικό στάδιο – ανικανοποίητο – στέρηση μαστών = υπερβολικό κάπνισμα – υπερβολικό φαγητό. Δεν πρέπει επίσης να παραγνωρίζεται και η σημασία του μητρικού θηλασμούθ μέσω της βλεμματικής επαφής μητέρας – παιδιού και για την κινητοποίηση του “μητρικού φίλτρου”. Η απομάκρυνση της μητέρας από το βρέφος, ακόμη και για μερικές ώρες από τη γέννησή του, είναι δυνατό να επηρεάσει την αρμονική ισορροπία της, άρα και την καθυστέρηση του μητρικού ενστίκτου, κάτι που τα “Φιλικά προς το Μητρικό Θηλασμό Μαιευτήρια” ξεπερνούν με την καθιέρωση του “rooming-in” (*J. Newman, M.D.,FRCP “How to be a breastfeeding supporting health care professional”*). Επιπλέον, η μητέρα που θηλάζει, έχει μεγαλύτερη αυτοεκτίμηση, είναι ικανοποιημένη από τον εαυτό της και πολύ σπάνια εγκαταλείπει το παιδί της (*Δελτίο Α΄ Παιδιατρικής Κλινικής Πανεπιστημίου Αθηνών, Μητρικός*

Θηλασμός 2002, Μ.Α. ΜΑΜΙΑΡΟΥ).

Ο ΜΗΤΡΙΚΟΣ ΘΗΛΑΣΜΟΣ ΑΥΞΑΝΕΙ ΤΟ ΔΕΙΚΤΗ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ ΤΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ

Έρευνα που έγινε και αφορούσε 229 βρέφη που γεννήθηκαν τελειόμηνα, αλλά με μικρό βάρος γέννησης (μικρότερο από 2.700 γρ.) και σιτίστηκαν αποκλειστικά με μητρικό γάλα τους πρώτους έξι μήνες της ζωής τους, στην ηλικία των 5 ετών παρατηρήθηκαν τα παρακάτω:

- Τα παιδιά που είχαν θηλάσει, είχαν κατά μέσο όρο δείκτη νοημοσύνης **11 μονάδες υψηλότερο** από τα παιδιά που είχαν πάρει μεικτή διατροφή κατά το ίδιο χρονικό διάστημα.
- Όσο μεγαλύτερο ήταν το χρονικό διάστημα του μητρικού θηλασμού, τόσο καλύτερα ήταν τα αποτελέσματα των ψυχομετρικών τεστ και του δείκτη νοημοσύνης.
- Σημαντικότερη υπήρξε η διαπίστωση, πως η χορήγηση τεχνητού γάλακτος δεν βελτιώνει τη σωματική ανάπτυξη τελειόμηνων νεογνών με χαμηλό βάρος γέννησης (*“Institute of Child Health and Human Health Development” / U.S.A., Acta paediatrica 2002, 91(3): 267–274, 3/2002*).

