

# Perché la sterilizzazione è necessaria

Come se essere neogenitori non fosse già abbastanza complicato, la sterilizzazione degli accessori per l'allattamento del proprio bimbo è una di quelle incombenze a cui non è possibile sottrarsi. Dimenticare di pulire per bene e sterilizzare gli accessori per l'allattamento può causare disturbi al pancino e diarrea, nonché agitazione per il bimbo e la mamma.

Riceviamo spesso domande sul sistema immunitario dei bimbi e sulla sterilizzazione da parte dei genitori. Ecco le risposte del Dr. Gray:

**Non sarebbe meglio esporre la mia bimba ai batteri da subito? Ho sentito dire che potrebbe ammalarsi più facilmente se risulta troppo protetta.**

“È importante che la tua piccola inizi a rafforzare il proprio sistema immunitario. Tuttavia, la sterilizzazione degli accessori per l'allattamento non le impedirà di farlo: sarà esposta ai batteri presenti in casa in modo graduale, e il suo sistema immunitario imparerà a fronteggiarli. Questo garantirà maggiore igiene per tua piccola rispetto alla possibile ingestione di grandi quantità di batteri che si moltiplicano negli accessori per l'allattamento non perfettamente puliti. La sterilizzazione degli accessori per l'allattamento aiuta a proteggere la tua bimba anche da batteri particolarmente nocivi e da altri tipi di germi che possono essere presenti nell'acqua di rubinetto, nel latte o a volte perfino sulle tue mani. Basta una piccola quantità di questi germi per far ammalare la tua bimba, perciò è meglio proteggerla finché è così piccola.”

**Sterilizzando tutti gli accessori per l'allattamento si eliminano anche i batteri buoni?**

“Se gli accessori per l'allattamento non contengono batteri al termine della sterilizzazione, va benissimo. La bimba riceverà tutti i batteri buoni che le servono dalla dieta.”

**La sterilizzazione è davvero necessaria nelle aree dove l'acqua di rubinetto è potabile?**

“Le aree in cui l'acqua di rubinetto è potabile, i rischi a cui è esposta la tua bimba saranno più bassi rispetto alle aree in cui ciò non si verifica. Tuttavia, il suo sistema immunitario è ancora immaturo durante il primo anno di vita e l'acqua di rubinetto - sicura per un adulto - non sempre lo è per i più piccoli. Nella maggior parte dei paesi sviluppati, governi o comuni regolamentano l'acqua potabile allo scopo di stabilire un “rischio sanitario accettabile” per il pubblico generale, il che significa che l'adulto medio non corre il rischio di ammalarsi. Ma i bambini hanno sistemi immunitari più deboli rispetto all'adulto medio ed è necessaria un'attenzione maggiore nell'uso dell'acqua di rubinetto.

Ricorda, inoltre, che i batteri nocivi possono trasmettersi dalle tue mani o dai residui di latte nel biberon. Il lavaggio approfondito delle mani e dei prodotti per l'allattamento della tua bimba può ridurre i rischi, ma la sterilizzazione assicura l'eliminazione dei batteri residui.”



Il **Dr. Jim Gray** dell'ospedale pediatrico di Birmingham nel Regno Unito spiega perché la sterilizzazione degli accessori per l'allattamento del proprio bimbo è così importante.

“Nonostante il miglioramento nelle condizioni di vita in tutto il mondo, le infezioni infantili sono purtroppo ancora diffuse, sia nei paesi in via di sviluppo che in quelli sviluppati. Tali infezioni possono avere sintomi come nausea e diarrea acute e possono perfino portare al ricovero. È importante sapere che i batteri che causano tali malattie possono diffondersi tramite l'acqua di rubinetto, i residui di latte nel biberon o il contatto con il cibo o gli accessori per l'allattamento da parte di mani non lavate. Mentre gli adulti

sono ben preparati ad affrontare tali infezioni, il sistema immunitario di un neonato è ancora immaturo durante il primo anno di vita. Sterilizzare gli accessori per l'allattamento e lavarsi le mani in modo approfondito prima di preparare la pappa per il proprio bimbo, aiuterà a proteggerlo e a prevenire le infezioni. E per il suo primo compleanno, il suo sistema immunitario sarà abbastanza forte da proteggerlo dai germi più comuni: a questo punto, la sterilizzazione non è più necessaria.”



**Ora che la mia bimba sta seduta e gattona, non diventa inutile sterilizzare i suoi biberon, tettarelle, succhiotti e tiralatte, dato che spesso mette in bocca oggetti che ha trovato sul pavimento?**

“No, ti consigliamo di continuare a sterilizzare gli accessori anche quando la tua piccola inizia a gattonare e a raccogliere gli oggetti dal pavimento. La tua bimba probabilmente ingerirà molti più batteri provenienti dai prodotti per l'allattamento non puliti rispetto a quelli che incontrerà quando gattona sul pavimento. Inoltre, alcuni tipi di batteri presenti nei prodotti per l'allattamento sono potenzialmente più nocivi rispetto a quelli che si trovano normalmente sul pavimento.”

**Posso usare la lavastoviglie per sterilizzare i biberon della bimba?**

“La maggior parte delle lavastoviglie non raggiunge una temperatura sufficiente per sterilizzare i biberon. Le ricerche hanno evidenziato che sono necessarie temperature di almeno 90 gradi Celsius (195 gradi Fahrenheit) in tutte le parti del dispositivo per eliminare in modo efficace e rapido tutti i batteri che colpiscono i bimbi più di

frequente. L'uso di uno sterilizzatore per biberon garantisce la temperatura corretta.”

**Quali articoli devo sterilizzare?**

“Per proteggere la tua bimba dalle malattie, assicurati di sterilizzare tutti gli accessori per l'allattamento nei primi 6 mesi. Se introduci i cibi solidi nella dieta prima dei 6 mesi, ti consigliamo di sterilizzare anche recipienti e stoviglie. In seguito, puoi sterilizzare solo gli accessori per l'allattamento come biberon e tiralatte, fino al primo anno di età.”

**Quando posso smettere di sterilizzare gli accessori?**

“Ti consigliamo di continuare a sterilizzare gli accessori finché la tua piccola non raggiunge un anno di età.”

**PHILIPS**  
**AVENT**