

www.pellegrineditore.com/

Luigi Pellegrini Editore

ANALISI DEL LATTE UMANO IN RELAZIONE ALLA DIETA MEDITERRANEA: UN FOCUS SULLA PROVINCIA DI COSENZA

€13,00



La dieta mediterranea rappresenta un modello nutrizionale ispirato alle tradizioni alimentari dei paesi del bacino mediterraneo. È costituita da alimenti che si bilanciano in modo perfetto, assicurando un equilibrato apporto di tutti i principi nutritivi. Si identifica come uno dei sistemi dietetici più sani, che, abbracciato lungo tutto l'arco di una vita, ma in modo particolare durante la gravidanza e l'allattamento, assicura sia alla madre che al nascituro una protezione a 360 gradi nei confronti di: diabete gestazionale, ipertensione (gestosi), deficit di vitamine, in particolare B9, indispensabile al feto per prevenire la spina bifida. La qualità (e non la quantità) del latte umano è strettamente correlata alla dieta materna, per cui seguire un regime alimentare corretto significa fornire al neonato un'alimentazione sana e nutriente. I dati emersi da una preliminare analisi di latte materno nella provincia di Cosenza, ha messo in evidenza come l'apporto proteico di questo fluido biologico cambia, ponendo l'accento e mettendo in discussione il comportamento alimentare delle madri che in linea teorica avrebbero seguito una dieta mediterranea. Il 18% dei campioni analizzati presenta una concentrazione proteica bassa, questo è relazionata al basso consumo di fonte proteiche e all'alto consumo invece di pane e pasta; il 23%, presenta un quantitativo proteico totale normale, associato ad una dieta mediterranea equilibrata,

mentre il 59% mostra una concentrazione più alta, da attribuire probabilmente al maggiore consumo di carni e quindi imputato all'abbandono del modello nutrizionale mediterraneo. Non sono stati rilevati invece variazioni significative sul contenuto lipidico e sulla concentrazione di lattosio dei campioni analizzati. Nelle parole di Feuerbach "Noi siamo quello che mangiamo", c'è tutta l'essenza dell'importanza di seguire un'alimentazione corretta sin dai primi giorni della nostra esistenza.

[Informazioni Venditore](#)

Recensioni Clienti: Nessuna recensione disponibile per questo prodotto.

Autenticati per poter scrivere una recensione.