

[Home](#) > Le proteine del latte materno per una crescita in salute

Condividi questa/o

X

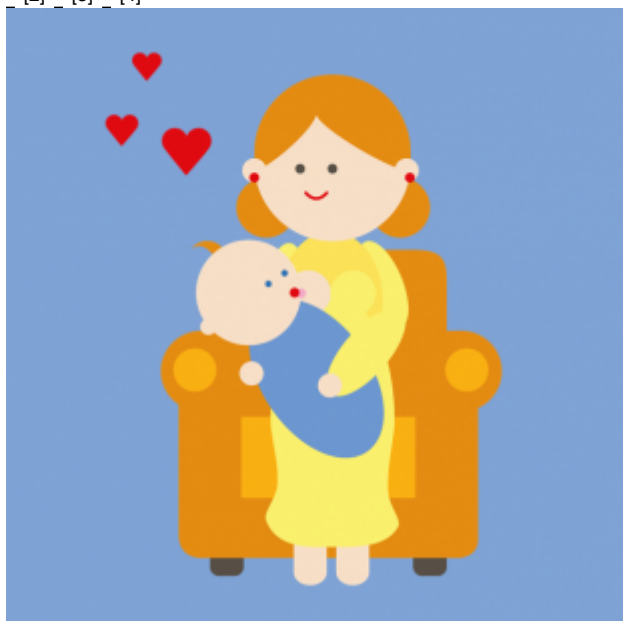


Le proteine del latte materno per una crescita in salute

Le proteine del latte materno sono dei "mattoni" di base per la formazione dell'organismo e influiscono su molti aspetti della crescita e della salute del neonato, sia a breve che a lungo termine. Le proteine del latte materno sono necessarie allo sviluppo del corpo, in particolare dei muscoli, e perfino del cervello del tuo bambino.

<https://www.nestlebaby.it/proteine-latte-materno-benefici-apporto-proteico> [1]

[2] [3] [4]



Le proteine del latte materno per una crescita in

Le proteine del latte materno sono dei "mattoni" di base per la formazione dell'organismo e influiscono su molti aspetti della crescita e della salute del neonato, sia a breve che a lungo termine. Le proteine del latte materno sono necessarie allo sviluppo del corpo, in particolare dei muscoli, e perfino del cervello del tuo bambino.

Martedì 23 Febbraio 2016

- ^[5]
- [Stampa](#) ^[1]
- [Condividi](#)

Il fabbisogno proteico del bambino cambia continuamente durante i primi 1.000 giorni di vita: non c'è da meravigliarsi, soprattutto se pensiamo che, già all'età di un anno, i bambini pesano il triplo rispetto alla nascita e sono cresciuti in altezza di circa 2 cm al mese.

L'importanza delle proteine del latte materno per uno sviluppo ottimale del bambino

Molti genitori si chiedono qual è il numero di poppate effettivamente necessario a un bambino. In realtà, un lattante allattato esclusivamente al seno non dovrebbe essere vincolato ad un numero preciso di poppate: **è consigliabile l'allattamento a richiesta.** In linea generale, si può dire che un bambino assume latte a sufficienza se bagna regolarmente 5-6 pannolini al giorno. **Se il tuo bambino è in forma e cresce bene, non hai bisogno di pesarlo dopo ogni poppata.** Naturalmente le visite di controllo dal pediatra sono un'ottima occasione per chiedere, tra le altre cose, una verifica del peso e della curva di crescita.

5 consigli pratici per la crescita del tuo bambino:

- Fai sentire il tuo bambino protetto e amato, dedicandogli cure e attenzioni.
- **Il latte materno è in assoluto il miglior nutrimento che puoi dare al tuo piccolo,** perché contiene tutti i nutrienti, comprese le proteine, nella corretta quantità e qualità. In mancanza del latte materno, chiedi al tuo pediatra quale latte formulato somministrare, in base alle esigenze del tuo piccolo. A causa del suo elevato tenore in proteine, **il latte di mucca è sconsigliato per i più piccoli:** dovresti quindi evitarlo almeno per il primo anno di vita e, preferibilmente, anche più a lungo.
- Come la nutrizione, **anche il movimento fisico influisce in larga misura sulla crescita del peso.** Il tuo bambino è in grado di imparare molto presto che l'esercizio fisico fa bene all'organismo, ad esempio, se lo incoraggi a muoversi in acqua, ancora prima che impari a camminare.
- Altrettanto importanti sono le passeggiate all'aria aperta. **Portalo fuori regolarmente,** anche quando fa freddo, avendo cura naturalmente di scegliere l'abbigliamento adatto.
- Ovviamente **è importantissimo non saltare neppure un appuntamento con il pediatra** per le visite di controllo periodiche! Nel corso di queste visite, il pediatra esegue un check-up completo per accertarsi che il tuo bambino stia bene e cresca normalmente.

[Leggi tutto](#) ^[6]

Source URL: <https://www.nestlebaby.it/proteine-latte-materno-benefici-apporto-proteico>

Collegamenti

[1] <https://www.nestlebaby.it/proteine-latte-materno-benefici-apporto-proteico>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebaby.it/proteine-latte-materno-benefici-apporto-proteico&media=https://www.nestlebaby.it/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/artshape4.png&description=proteine del latte materno per una crescita in salute](https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebaby.it/proteine-latte-materno-benefici-apporto-proteico&media=https://www.nestlebaby.it/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/artshape4.png&description=proteine%20del%20latte%20materno%20per%20una%20crescita%20in%20salute)

[3]

[https://twitter.com/share?text=Le%20proteine%20del%20latte%20materno%20per%20una%20crescita%20in%20salute&ur](https://twitter.com/share?text=Le%20proteine%20del%20latte%20materno%20per%20una%20crescita%20in%20salute&url=https://www.nestlebaby.it/proteine-latte-materno-benefici-apporto-proteico)
latte-materno-benefici-apporto-proteico

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.nestlebaby.it/proteine-latte-materno-benefici-apporto-proteico>

[5] <https://www.nestlebaby.it/printpdf/6781>

[6] <https://www.nestlebaby.it/javascript%3A%3B>