

Il latte materno

IT - B1 - <https://italianoconmartin.com/letture/latte-materno.html>



Il latte materno - livello B1

Spiegare funzioni

Il latte materno è un alimento dinamico: la sua composizione risponde a diversi momenti della vita del bambino. La quantità relativa di acqua, proteine e grassi non rimane fissa nemmeno durante la stessa poppata.

Anche il tempo della giornata conta. La presenza variabile di ormoni, tra cui la melatonina, è collegata ai momenti di sonno e di veglia. In questo modo il latte accompagna lo sviluppo del ciclo circadiano.

Il colostro è prodotto dopo il parto. È digeribile, concentrato e ricco di anticorpi. Inoltre aiuta l'apparato digerente del neonato a liberarsi delle prime scorie.

Parole utili

composizione, melatonina, ciclo circadiano, digeribile, apparato digerente

Domande

1. Perché il latte può essere definito dinamico?
2. Quale rapporto esiste tra ormoni e ciclo circadiano?
3. Quali due funzioni del colostro vengono descritte?



Italiano con Martin

italianoconmartin.com