



Una recente ricerca pubblicata su JAMA, in un campione di più di 1,3 milioni di gravidanze, sostiene che un incremento di peso eccessivamente basso o alto influisce negativamente sulla gestazione; si registra, in tali circostanze, un più alto rischio di esiti negativi per madre e neonato. Per sopperire a ciò è bene affidarsi ai livelli di raccomandazioni dell'Institute of Medicine (IOM) circa l'aumento di peso per una futura mamma.

Rebecca Goldstein e Helena Teede, della Monash University di Victoria, in Australia, autrici principali dello studio, sostengono che: "L'indice di massa corporea e l'aumento di peso gestazionale stanno aumentando globalmente". Tuttavia, l'associazione tra aumento di peso in gravidanza, secondo le linee guida IOM ed esiti della gravidanza non sono ancora chiari. Da qui l'idea di condurre una ricerca a riguardo.

Quanti i chili da prendere in gravidanza? Abbiamo intuito che l'aumento di peso in gravidanza non è uguale per tutte le donne; esso, infatti, dipende dal BMI (indice di massa corporea) che identifica donne normopeso, sottopeso, sovrappeso o addirittura obese.

Ad esempio, a una donna sottopeso si possono concedere fino a 18 kg in più durante i 9 mesi; al contrario, per donne gravemente obese si consiglia di non superare un incremento di 7 kg. Il tutto però va contestualizzato, tenendo presente che in media l'aumento di peso dovrebbe

Mamme Domani | Aumento di peso in gravidanza, diverso da donna a donna

Scritto da Maria Rea
Giovedì 06 Luglio 2017 00:00

attestarsi non oltre i 12,5 kg; è chiaro, l'aumento non comprende solo il peso materno ma anche quello fetale, placentare, e del liquido amniotico.