

# Disturbi alimentari in crescita tra bambini in età prescolare



La dietista Monica Maj (a sinistra) e Giulia Bensi, psicologa del reparto di Pediatria dell'ospedale di Piacenza

**La dietista Maj: ho avuto casi in cui mangiavano solo patate o pomodori. La psicologa Bensi: genitori, il cibo non sia arma di ricatto**

Betty Paraboschi

## PIACENZA

● Un tempo li avrebbero chiamati capricci. Ma è un'etichetta troppo "leggera" per una bambina di pochi anni che per scelta mangia solo cibi centrifugati. O per il bambino che si fa venire i conati di vomito se mangia cose diverse dalle

patate. In termini scientifici si chiamano "neofobie" e fanno parte della grande famiglia dei disturbi del comportamento alimentare: alla Pediatria dell'ospedale di Piacenza nell'ultimo anno sono stati segnalati cinque o sei casi, ma nell'ambulatorio della dietista Monica Maj sono state almeno una decina le diagnosi di neofobia fra bambini dai due ai quattro anni.

«Non sono numeri esorbitanti, ma parliamo di una crescita negli ultimi dodici mesi - spiega la dietista - questo significa che lo scorso anno non c'erano segnalazioni di neofobie e ora io ne ho dieci. E si tratta di bambini molto piccoli». Nelle mense scolastiche piacentine, che Maj segue come dietista, non sono ancora emersi casi: ma nella pratica clinica sì e nella mag-

gior parte dei casi non si riconoscono facilmente. «Premesso che la diagnosi viene fatta dal pediatra, resta che non sia facile individuarli - osserva Maj - infatti non tutti i bambini con neofobie sono sottopeso: il fatto è che spesso indirizzano le loro scelte alimentari verso alimenti ricchi di grassi».

Nella maggior parte dei casi vengono eliminati interi gruppi di alimenti o ne risultano "salvati" solo pochissimi: «Mi sono capitati casi di bambini che mangiavano solo patate o solo pomodori o solo carote - continua la dietista - ma ho seguito anche bambini che mangiavano solo banane. Non possiamo definirli semplici capricci perché sono comportamenti reiterati nel tempo e che devono essere trattati in maniera specifica a cominciare dai "comportamenti virtuosi" dei genitori: le famiglie devono riproporre gli alimenti perché i bambini hanno bisogno che il cibo venga riconosciuto come sicuro e soprattutto non devono entrare nel meccanismo del "ricatto". Ragionamenti del tipo "se tu mangi tutto poi ti do un dolcetto" andrebbero evitati. Semmai è utile preparare assieme le pietanze, coinvolgendo i bambini nella preparazione e far loro assaggiare dei cibi nuovi».

A farle eco è anche la psicologa del reparto di Pediatria Giulia Bensi: «Il cibo non deve assolutamente diventare un'arma di ricatto - spiega - ma anzi spetta al genitore iniziare fin da subito a inserire una varietà di alimenti nella dieta. Spesso in ambulatorio infatti vediamo bambini che non mangiano interi gruppi di alimenti solo perché non sono abituati a mangiarli e sviluppano delle fobie sul gusto, sull'odore e sulla consistenza. Certo il confine fra neofobie e semplici capricci è sottile: ma di fronte a bambini che digiunano o si fanno venire i conati di vomito o mangiano tutto centrifugato come mi è capitato di vedere in reparto, la situazione è diversa. E occorre affrontarla per evitare che questi bambini riportino dei deficit in futuro o siano predisposti a sviluppare altri comportamenti del disturbo alimentare».