XXX

CONGRESSO NAZIONALE
SOCIETÀ ITALIANA DI PEDIATRIA
PREVENTIVA E SOCIALE

dall'ALLATTAMENTO A RICHIESTA all'ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA

Mattia Doria

Pediatra di Famiglia

Segretario Nazionale alle Attività Scientifiche ed Etiche
della Federazione Italiana Medici Pediatri

fimp Federazione Italiana Medici Pediatri

Siracusa
nove giugno
duemiladiciotto

fimp Federazione Italiana Medici Pediatri

SVEZZAMENTO

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE

INIZIA

con il primo assaggio di un cibo diverso dal latte

TERMINA

quando il latte non è più l'alimento principale nell'alimentazione quotidiana ed il bambino conosce ed assume la gran parte degli alimenti comuni

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE

"TRADIZIONALE"

prima pappa 4-6 mesi, pappa di cereali semifluida + lio/ omogeneizzati + olio di oliva e formaggio grattugiato, seguita dall'offerta di frutta di preparazione industriale o fresca grattugiata, con specifica delle porzioni.

fimp Federazione Italiana Medici Pediatri

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE

BABY-LED WEANING

Proposta di pezzi di cibo intero di forma e dimensioni tali da poter essere afferrati e mangiati autonomamente.

I genitori decidono cosa offrire, ma è il bambino che sceglie cosa mangerà, quanto e in quali tempi.

Viene privilegiata l'autonomia del bambino.

fimp Federazione Italiana Medici Pediatri

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE

BABY-LED INTRODUCTION TO SOLIDS

Basato sui principi del BLW ma si precisa che ad ogni pasto i genitori devono offrire tre diversi tipi di alimenti: uno ricco di ferro (carne rossa o cereali fortificati), uno ricco di energia ed un alimento come frutta o vegetali.

AUTO SVEZZAMENTO

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA

non è

"il bambino che si svezza da solo"

AUTO SVEZZAMENTO

non è

"il fai-da-te delle mamme"

DOMANDA del bambino

RISPOSTA del genitore

A RICHIESTA

I cibi vengono offerti attraverso una **modalità attiva**
nei **tempi**, nei **modi**, nelle **consistenze** e nelle **quantità**
che più si adattano al **livello di sviluppo** psico-neuro-motorio e
fisico del bambino nutrendolo con l'offerta di piccole porzioni di
cibo della famiglia adeguatamente triturate
e proseguendo con il **latte secondo necessità**.

A RICHIESTA

fimp Federazione Italiana Medici Pediatri

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA

ci sono vari quesiti a cui dare risposta

PERCHÈ
QUANDO
COME
COSA

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA

ci sono vari quesiti a cui dare risposta

al momento dell'introduzione di nuovi alimenti

è importante introdurre una gamma di **gusti** e

consistenze, che permettano ai bambini di imparare a

sentire, **gustare** e **riconoscere**

cibi, **sapori** e **consistenze** diverse

per muoversi verso **modelli** alimentari che assicureranno

loro di godere di una buona **salute** per gli anni a venire

QUANDO **COME** **COSA**

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA

ci sono vari quesiti a cui dare risposta

non solo **COMPOSIZIONE** della dieta

ma

considerazione del **COMPORTAMENTO ALIMENTARE**

PERCHÈ

QUANDO **COME** **COSA**

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA

ci sono vari quesiti a cui dare risposta

quesito

c'è differenza tra i diversi stili di introduzione dell'alimentazione complementare in termini di migliore accettazione dei nuovi cibi nelle età più avanzate?

QUANDO **COME** **COSA**

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA

ci sono vari quesiti a cui dare risposta

LE AGENZIE INTERNAZIONALI RACCOMANDANO

L'ALIMENTAZIONE **ESCLUSIVA** AL SENO PER I **PRIMI 6 mesi** di vita

PERCHE'

DAL PUNTO DI VISTA **NUTRIZIONALE**

IL **LATTE MATERNO** E' RITENUTO

ADEGUATO A COPRIRE **TUTTE LE ESIGENZE**

DEL BAMBINO "NORMALE"

PERCHÈ **COME** **COSA**

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA

ci sono vari quesiti a cui dare risposta

tra i 4 e i 6 mesi

? NECESSITA' ?

O

? POSSIBILITA' ?

PERCHÈ **COME** **COSA**

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA

ci sono vari quesiti a cui dare risposta

tra i 4 e i 6 mesi

raccomandata solo

“in casi selezionati”

nei quali non sia possibile proseguire

con il latte materno fino a 6 mesi

QUANDO

PERCHÈ COME COSA

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA

ci sono vari quesiti a cui dare risposta

tra i 4 e i 6 mesi

QUANDO

…e se il bambino è allattato artificialmente?

PERCHÈ COME COSA

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA

ci sono vari quesiti a cui dare risposta

tra i 4 e i 6 mesi

La scelta del momento giusto in cui iniziare deve essere determinato non solo dalle **necessità nutrizionali** ma anche dalla valutazione della **“maturità neurologica”** e **dall’interesse per il cibo** da parte del bambino

QUANDO

PERCHÈ COME COSA

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA

ci sono vari quesiti a cui dare risposta

perchè a 6 mesi?

bilanciamento di fattori che permettono al bambino

di **alimentarsi** e **nutrirsi**

in modo progressivamente

sempre più **autonomo** e **completo**

PERCHÈ **COME** **COSA**

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA

ci sono vari quesiti a cui dare risposta

perchè a 6 mesi?

- acquisizione di alcune importanti tappe dello **sviluppo psico-neuro-motorio**
- sviluppo del **gusto** e delle inclinazioni soggettive
- maturazione della funzionalità **renale** e **gastrointestinale**
- **implementazione** qualitativa e quantitativa dell'intake nutrizionale
- interazione di **fattori culturali** e **socioeconomici** con le **tradizioni locali** e **famigliari**

PERCHÈ **COME** **COSA**

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA

ci sono vari quesiti a cui dare risposta

perchè a 6 mesi?

1. STA SEDUTO SENZA AIUTO
2. HA PERSO IL RIFLESSO DI ESTRUSIONE DELLA LINGUA
3. MOSTRA INTERESSE PER I CIBI
4. SA MOSTRARE DI AVER FAME E DI ESSERE SAZIO

PERCHÈ COME COSA

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA

ci sono vari quesiti a cui dare risposta

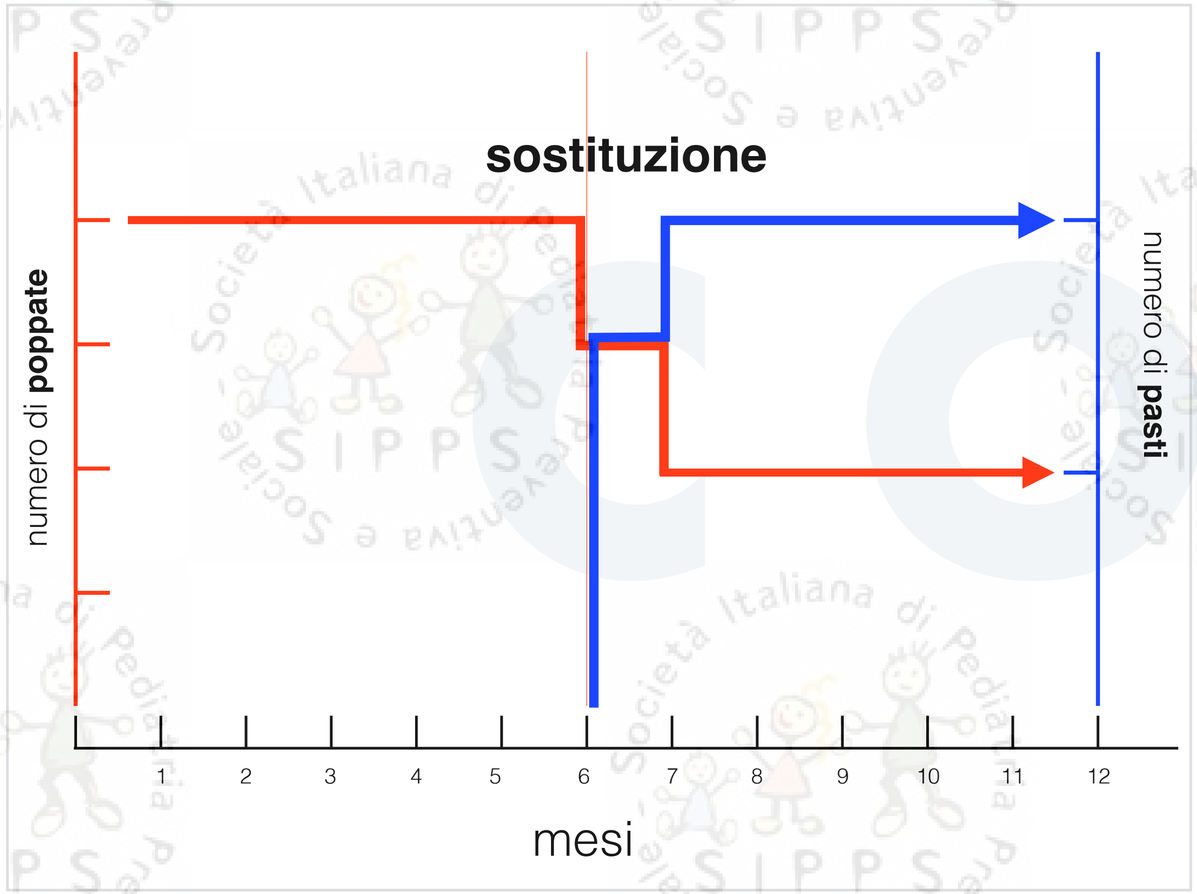
COME

PERCHÈ QUANDO COSA

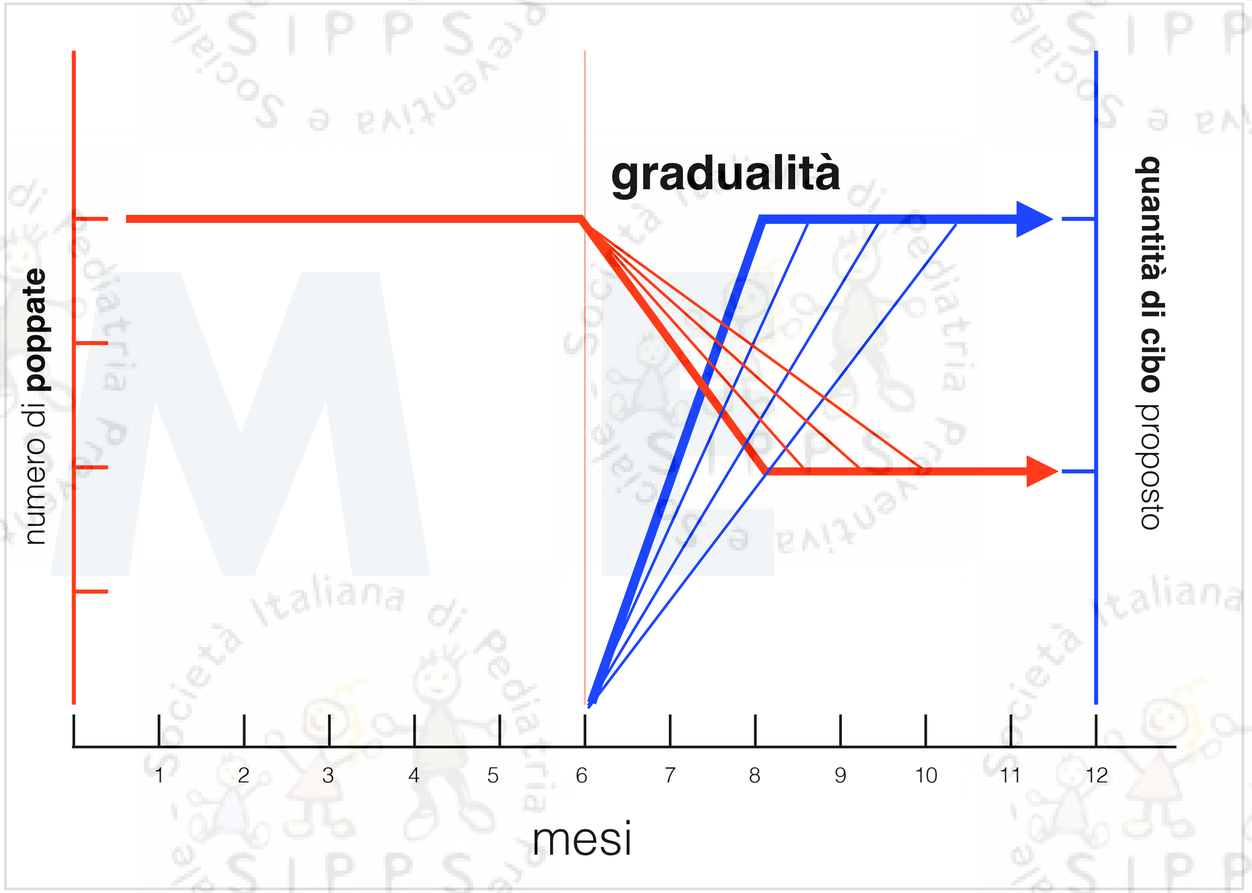
ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA

ci sono vari quesiti a cui dare risposta

SVEZZAMENTO “TRADIZIONALE”



ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA



PERCHÈ **QUANDO** **COSA**

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA

ci sono vari quesiti a cui dare risposta

Secondo i principi della ACR, la **pappa** con i diversi componenti mescolati **non è l'unica o la migliore modalità** che può essere proposta e, nel secondo semestre di vita, potrebbe essere opportuno **considerare l'uso di cibi in sintonia con l'alimentazione del resto della famiglia**, se la famiglia ha sane abitudini alimentari ed è disposta a migliorarle per andare incontro alle necessità del bambino piccolo rispetto a quelle dell'adulto.

PERCHÈ **QUANDO** **COSA**

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA

ci sono vari quesiti a cui dare risposta

ECCESSIVO CONTROLLO
RIGIDI SCHEMI IMPOSITIVI

ECCESSO DI PERMISSIVISMO
"FAI-DA-TE"

INTRALCIANO

IL CORRETTO SVILUPPO DELLA **REGOLAZIONE** DELL'APPETITO E DELLA **SAZIETÀ** NEL BAMBINO IMPEDENDO LA FISIOLOGICA ACQUISIZIONE DELL'**AUTOREGOLAZIONE** NELL'INTAKE ENERGETICO

PERCHÈ **QUANDO** **COSA**

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA

ci sono vari quesiti a cui dare risposta

quesito

Vi sono, e quali eventualmente sono,

gli effetti diversi delle diverse modalità

di introduzione dei cibi solidi

rispetto ad esiti di crescita e di sviluppo rilevanti?

PERCHÈ **QUANDO** **COSA**

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA

COSA

PERCHÈ QUANDO COME

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA

ci sono vari quesiti a cui dare risposta

PERCHÈ **QUANDO** **COME**

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA

ci sono vari quesiti a cui dare risposta

PERCHÈ **QUANDO** **COME**

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA

ci sono vari quesiti a cui dare risposta

IL COMPITO DEL PEDIATRA DI FAMIGLIA

VALUTARE QUALE SIA L'APPORTO DI ALIMENTI

QUALITÀ

QUANTITÀ

FREQUENZA

PERCHÈ **QUANDO** **COME**

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA

ci sono vari quesiti a cui dare risposta

COUNSELLING PERMANENTE

Il modello dell'ACR prevede un'**educazione continua e permanente** della famiglia da parte del pediatra: potrebbe diventare utile, quindi, avviare precocemente, già nei corsi di preparazione al parto e **nei primi bilanci di salute**, un adeguato **counselling** ai genitori per una **sana alimentazione della famiglia** al fine di evitare errori nutrizionali.

PERCHÈ **QUANDO** **COME** **COSA**

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA

ci sono vari quesiti a cui dare risposta

CI POSSONO ESSERE DEI RISCHI?

- ridotto intatte di **ferro**
- eccesso di **sodio**
- apporto di **energia** non adeguato
- **soffocamento**

Baby

Led

Weaning

PERCHÈ **QUANDO** **COME** **COSA**

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA

ci sono vari quesiti a cui dare risposta

CI POSSONO ESSERE DEI RISCHI?

- ridotto intatte di **ferro**
- eccesso di **sodio**
- apporto di **energia** non adeguato
- **soffocamento**

Alimentazione Complementare a Responsiva

PERCHÈ **QUANDO** **COME** **COSA**

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA

ci sono vari quesiti a cui dare risposta

quesito

Le evidenze attualmente disponibili hanno valutato e misurato i rischi correlati con i diversi modelli di alimentazione complementare ("tradizionale", BLW, BLISS, ACR) e se vi siano differenze sostanziali tra essi?

PERCHÈ QUANDO COME COSA

ALIMENTAZIONE COMPLEMENTARE A RICHIESTA

CONCLUSIONI

- ultimi 15 anni: **nuove** e **diverse** strategie di proposta degli alimenti complementari al latte:
  - **quantità** di offerta dei diversi nutrienti
  - **modalità** di introduzione
- maggiore attenzione alle **dinamiche neuro-psico-evolutive** del bambino: rapporto **attivo** e **richiestivo** nei confronti del cibo
- **evidenze limitate** (prevalentemente su BLW e BLISS)
- **domanda**: vi sono e, se ci sono, quali sono le differenze in termini di **esiti di salute** nell'immediato e a distanza tra i diversi stili di introduzione dei nuovi alimenti complementari al latte?

grazie per l'attenzione

mattiadoria@fimp.pro

fimp Federazione Italiana Medici Pediatri