

C'era bisogno di un nuovo documento sull'alimentazione complementare?



Sergio Conti Nibali

Responsabile gruppo nutrizione ACP

Nel 2016 l'AIIPA ha avviato una campagna di comunicazione con il marchio "Nutrizione e Sicurezza Specializzata" come elemento di riconoscimento degli alimenti normati e specifici per la prima infanzia, con due locandine-poster da distribuire e affiggere nelle sale di aspetto degli studi pediatrici (<http://www.alimentiprimainfanzia.it/campagna-stampa.html>); in sintesi si invitavano i genitori a utilizzare per l'alimentazione dei bambini solo prodotti industriali specificamente destinati a loro, compresi i cosiddetti "latte di crescita". L'ACP si dissociò pubblicamente dall'iniziativa (<https://www.acp.it/2016/11/cibi-industriali-meglio-di-quelli-naturali-vieta-to-disinformare-10071.html>), con dettagliate motivazioni, e invitò i pediatri a dissociarsi e a non esporre le locandine.

Sempre nel 2016 il Ministero della Salute ha pubblicato un documento sulla "Corretta alimentazione ed educazione nutrizionale nella prima infanzia" (http://www.salute.gov.it/portale/news/p3_2_1_1_1.jsp?lingua=italiano&menu=notizie&p=dal-ministero&cid=2046) e anche in questo caso abbiamo ribadito le nostre perplessità: ci sembrava un documento (<https://www.acp.it/2017/04/corretta-alimentazione-ed-educazione-nutrizionale-nella-prima-infanzia-f-a-q-ministero-della-salute-10423.html>) scarso di indicazioni pratiche e contraddittorio in molti passaggi; con i soliti assist all'industria degli alimenti per l'infanzia; ma anche caratterizzato dal fatto che non si riusciva a capire a chi fosse diretto.

Il mondo dell'alimentazione infantile è ricco di linee guida, raccomandazioni, prese di posizione e opinioni sull'alimentazione complementare. Le scrivono istituzioni, agenzie e autorità sanitarie, associazioni pediatriche e di nutrizione, e molti altri ancora. Spesso il contenuto di questi documenti è diverso o addirittura in contraddizione, per cui si può far fatica a tirare le fila. Ciò deriva in parte dalla scarsità di prove scientifiche, poiché la stragrande maggioranza degli studi sull'argomento sono di tipo osservazionale, in parte dalla scelta di quali tra queste scarse evidenze scientifiche, o presunte tali, sono da utilizzare.

C'era bisogno che anche l'ACP aggiungesse un altro documento? Noi pensiamo di sì.

In un contesto come quello descritto con soli due esempi (i racconti potrebbero essere molto più numerosi) il documento vuol essere una raccolta critica e ragionata di informazioni sull'alimentazione complementare dei bambini nati a termine e sani, basata su solide basi scientifiche, con l'intento di incoraggiare l'*empowerment* dei genitori sull'argomento e in modo che il momento del passaggio all'alimentazione complementare dei figli sia colto anche come occasione per migliorare la dieta di tutta la famiglia.

Per scriverlo, infatti, il gruppo nutrizione ACP si è dato alcuni obiettivi che rendono questo punto di vista diverso rispetto a quelli finora scritti:

- doveva (deve) essere un documento vivo, cioè modificabile in base alla disponibilità di nuove ricerche ed esperienze, o qualora si ritrovino delle imprecisioni;
- doveva essere redatto da un gruppo di lavoro, non chiuso, composto sì da pediatri, ospedalieri, di famiglia e di comunità, ma anche da altre figure sanitarie e non (economia, ambiente, cucina, comunicazione ecc.). Un gruppo che avesse al suo interno, in condizioni di piena parità, rappresentanti dei genitori e dei consumatori, come individui o come rappresentanti di associazioni. L'ACP, infatti, ritiene che i genitori, e le altre persone che si prendono cura dei bambini, debbano assumere un ruolo centrale e consapevole per quanto riguarda l'alimentazione dei propri figli;
- doveva essere una raccolta critica e ragionata di informazioni, basate su solide basi scientifiche e offerte gratuitamente a chiunque ne voglia fruire per prendere decisioni, piccole o grandi, sull'alimentazione complementare;
- non doveva caratterizzarsi per un atteggiamento prescrittivo/autoritario/paternalistico spesso presente in molti documenti;
- doveva far passare il messaggio che parlare di alimentazione complementare significa valorizzare la dieta di tutta la famiglia;
- non si doveva fare riferimento solo agli aspetti di nutrizione e di salute dell'alimentazione complementare perché mangiare è anche relazione, piacere, convivialità, arte;
- doveva dare ampio spazio all'impatto ambientale che hanno le scelte alimentari delle famiglie, in quanto siamo convinti che non si può raccomandare una alimentazione complementare a base di soli cibi industriali, la cui utilità è ben lungi dall'essere comprovata, senza riflettere sul loro costo e sull'impronta ecologica;
- doveva essere un documento che prova a de-medicalizzare una tappa dello sviluppo dei bambini che non dovrebbe essere sotto controllo medico, in quanto fisiologica;
- doveva caratterizzarsi, in coerenza con altre scelte dell'ACP, per la totale indipendenza da interessi economici e commerciali.

Il documento è diretto ovviamente ai pediatri, ma per la sua stessa natura è diretto anche a un pubblico più vasto, fatto soprattutto di madri e padri, ma anche di persone che, a qualsiasi titolo, si interessano di alimentazione complementare. Per questa ragione abbiamo tentato di scriverlo con un linguaggio adatto a tutti. L'ultima parte del testo ("Le domande frequenti") si presta a una lettura rapida e concisa e offre risposte molto puntuali ai legittimi quesiti dei genitori.

Trovate il documento allegato a questo numero di *Quaderni acp*. Come già scritto, si tratta di un documento modificabile, per cui saremo lieti di prendere in considerazione suggerimenti non solo sui contenuti ma anche sul modo in cui sono stati espressi, al fine di renderli facilmente comprensibili per chiunque.

✉ serconti@glauco.it