

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

CALMARSÌ CON IL CIBO PUÒ ESSERE NEGATIVO PER I BAMBINI

Usare il cibo per calmare i bambini può avere effetti negativi a lungo termine. Uno studio norvegese ha esaminato il comportamento dei genitori e dei bambini all'età di quattro anni. I partecipanti allo studio erano circa ottocento. I ricercatori hanno esaminato il comportamento in un momento successivo, quando i bambini avevano 6, 8 e 10 anni. Secondo i ricercatori, se i genitori nutrivano i bambini con cibo per calmarli quando erano arrabbiati o agitati, i bambini negli anni successivi tendevano a consumare il cibo per cercare conforto. L'abitudine di calmarsi consumando alcuni cibi può portare negli anni a problemi di sovrappeso. Inoltre, i bambini che a 4 anni si arrabbiavano più facilmente avevano una tendenza più evidente a usare il cibo come strumento di conforto.

Fonte: Steinssbekk, S., et al. "Emotional feeding and emotional eating-reciprocal processes and the influence of negative affectivity." *Child Development* (2016)