

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

# INTAKE DIETETICI INFANTILI IN ITALIA: IL SONDAGGIO EPIDEMIOLOGICO "MY FOOD DIARY"

Promuovere uno stile di vita sano durante i primi anni di vita è una strategia chiave per il controllo del rischio di obesità in età avanzata; avere dati epidemiologici di buona qualità sulle abitudini alimentari dei neonati e dei bambini piccoli può migliorare la consapevolezza e possibilmente l'educazione impartita dai pediatri a genitori e figli. Con questo obiettivo, è stato svolto un sondaggio sul pattern alimentare dei bambini italiani nella prima infanzia. Sono stati descritti l'assunzione di energia, macronutrienti e fibre, minerali e vitamine di 443 bambini italiani (range 6.4-131 mesi), attraverso un diario alimentare di tre giorni compilato dai loro genitori e valutato dai pediatri di famiglia. I risultati sono stati confrontati con i valori di riferimento dietetici italiani. L'apporto medio di proteine, in g/kg per peso corporeo, ha superato il fabbisogno medio in tutte le fasce di età e nel periodo di 12-36 mesi l'assunzione in % di energia era al di fuori dell'intervallo di riferimento (> 15%). La maggior parte dei bambini ha consumato quantità di carboidrati semplici (costituiti sia da zuccheri naturali sia zuccheri liberi o aggiunti, 82,3% dei bambini nello studio) e grassi saturi (69% dei bambini nello studio) oltre i limiti italiani dei valori dietetici di riferimento, con basso apporto di fibre e grassi polinsaturi. L'assunzione media di minerali, nello studio, era diversa a seconda dell'età, mentre l'assunzione di vitamina D era molto bassa in tutte le fasce d'età. Questo è uno dei pochi studi che riportano l'assunzione di nutrienti dei bambini italiani con riferimento alle raccomandazioni nutrizionali al fine di identificare i principali errori nutrizionali. I risultati attuali sottolineano la necessità di politiche sanitarie a partire dai primi anni di vita al fine di migliorare l'apporto di nutrienti durante l'infanzia, con possibili conseguenze per i risultati a lungo termine sulla salute.

*Fonte: Verduci E, Banderali G, Montanari C, Berni Canani R, Cimmino Caserta L, Corsello G, Mosca F, Piazzolla R, Rescigno M, Terracciano L, Troiano E, Crosa M, Maffei C, Francavilla R. "Childhood Dietary Intake in Italy: The Epidemiological "MY FOOD DIARY" Survey." Nutrients. 2019;21;11(5)*