



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE  
EMILIA-ROMAGNA  
Azienda Unità Sanitaria Locale di Cesena

U.O. Pubbliche Relazioni e Comunicazione  
Direttore: Elisabetta Montesi



Cesena, 11 febbraio 2011

Agli Organi di informazione locale

## COMUNICATO STAMPA

### **Guida allo svezzamento e ricettario per le famiglie: il Gruppo Amadori sponsorizza due nuove pubblicazioni dell'Ausl di Cesena**

*“Tutti insieme appassionatamente. Per uno svezzamento secondo natura” spiega come i primi rapporti dei lattanti con il cibo possano diventare un'occasione per mangiare meglio per tutta la famiglia. Ristampato anche “Il Pappatutto”, con 85 ricette dei piatti nel menù dei bambini a scuola*

Accompagnare il proprio bambino nella piacevole scoperta del cibo e promuovere allo stesso tempo sane abitudini alimentari per tutta la famiglia. Per i genitori arrivano due nuove pubblicazioni dell'Ausl di Cesena, realizzate con il contributo del Gruppo Amadori e presentate a tutti i pediatri del territorio ieri sera, al Ristorante Casali di Cesena.

**“Tutti insieme appassionatamente. Per uno svezzamento secondo natura”** è un volume di 12 pagine a cura del Dipartimento Cure Primarie, dei pediatri e dietisti dell'Ausl di Cesena, con la progettazione grafica di Loretta Amadori: il libretto propone un nuovo modello di svezzamento che prevede l'inserimento di cibi solidi nella dieta dei bambini a partire dai 6 mesi di vita, contribuendo così a migliorare le abitudini alimentari di tutta la famiglia.

**La nuova edizione de “Il Pappatutto”**, stampato per la prima volta nel 1989 e ora oggetto di un restyling grafico, contiene 85 ricette provenienti da asili nido, scuole dell'infanzia e scuole dell'obbligo dei principali comuni della Provincia di Forlì-Cesena: un ricettario utile a tutta la famiglia per scoprire nuovi piatti e integrare l'alimentazione di casa con quella offerta dalla scuola.

Le due pubblicazioni, stampate in 4.000 copie, saranno distribuiti gratuitamente dai pediatri di libera scelta del territorio ai genitori che devono iniziare a svezzare i propri figli e dalla Pediatria di Comunità.

#### **“Tutti insieme appassionatamente”: per un nuovo approccio allo svezzamento**

Le prime esperienze dei bambini con il cibo solido iniziano già all'età di sei mesi: se adeguatamente orientate sul piano relazionale e nutrizionale, sono in grado di favorire sane abitudini alimentari a lungo termine, con importanti riflessi in termini di tutela e promozione della salute. Su questo presupposto si basano le nuove linee guida allo svezzamento elaborate dall'Unità Operativa Pediatria di Comunità dell'Azienda UsI di Cesena, insieme ai Pediatri di famiglia e al Settore Educativo per i nidi d'infanzia dei comuni di Cesena, Longiano, Gambettola e Unione dei Comuni del Rubicone.

La dispensa suggerisce alcuni semplici comportamenti attraverso i quali i genitori possono assicurare ai figli uno svezzamento equilibrato, rispettoso delle loro capacità evolutive e favorente un rapporto positivo con il cibo, per uno sviluppo armonioso nel fisico e nella mente.

Azienda Unità Sanitaria Locale di Cesena

Sede legale: piazza Leonardo Sciascia, 111 - int. 2 - 47522 Cesena (FC)

Tel. 0547.352200 - Fax 0547.29593

e-mail: [dirgen@ausl-cesena.emr.it](mailto:dirgen@ausl-cesena.emr.it) posta certificata: [dirgen@pec.ausl-cesena.emr.it](mailto:dirgen@pec.ausl-cesena.emr.it)

Cod. Fisc. 90002210400 - Part. IVA 01254310400

U.O. Pubbliche Relazioni e Comunicazione

piazza Leonardo Sciascia, 111 - int. 2 - 47522 Cesena (FC)

Responsabile: Elisabetta Montesi

Tel. 0547.352212 - 352222

e-mail [uff.stampa@ausl-cesena.emr.it](mailto:uff.stampa@ausl-cesena.emr.it)

“Fra i 5 e mezzo/6 mesi, anche se privi di denti, i lattanti hanno ormai acquisito la capacità di masticare piccoli pezzi di cibo, di amalgamarli con la saliva formando il bolo alimentare che verrà deglutito senza alcun pericolo” spiega la dottoressa **Giuseppina Mingozi**, pediatria di famiglia, referente dell’associazione pediatri Ausl Cesena-Valle Savio, che ha curato il volume insieme al collega Maurizio Iaia, referente Dietetica di Comunità dell’Ausl di Cesena.

A questa età è quindi possibile proporre gli alimenti sani e naturali che si consumano in famiglia: cereali con o senza glutine (pasta, pane, riso), pesce o carne o legumi o uova o formaggi, verdure e frutta fresche, olio extra vergine d’oliva, nelle giuste proporzioni indicate nella tabella contenuta nella dispensa.

“Non occorre quindi – aggiunge la dottoressa Mingozi – introdurre uno alla volta gli alimenti, perché secondo le più recenti conoscenze scientifiche ritardare troppo l’introduzione di alcuni cibi cosiddetti allergizzanti può favorire l’allergia”.

Particolare attenzione è rivolta alle capacità del bambino, in grado di regolarsi da sé sulla quantità di cibo che gli è necessaria durante la giornata e da incoraggiare attraverso un atteggiamento positivo da parte di mamma e papà, dando il buon esempio nel consumare cibi sani e correttamente preparati. Tabelle illustrate mostrano come preparare i diversi alimenti e servirli ai bambini nelle giuste dosi in base all’età, mentre nella sezione “Come comporre un pasto” i genitori possono imparare come dar vita a un menù appetitoso e bilanciato.

***Tutti insieme appassionatamente***, come sottolinea lo stesso titolo, è uno strumento utile per tutta la famiglia. “Per trasmettere al bimbo le abitudini alimentari della dieta mediterranea, il cui ruolo preventivo e protettivo è riconosciuto a livello internazionale – afferma il **dottor Iaia** – i genitori rappresentano il modello di riferimento più efficace. Mangiare insieme alimenti salutari e mostrargli che lo si fa con piacere rappresenta un’esperienza fondamentale anche dal punto di vista emozionale e affettivo”.

Nel corso della serata di presentazione il dottor **Massimo Farneti**, direttore dell’unità operativa Pediatria e Consultorio Familiare, ha illustrato come è nato e si è sviluppato il progetto, che proseguirà nei prossimi anni con una sempre più stretta collaborazione fra la Pediatria di Base e la Pediatria di Comunità. Il professor **Giancarlo Biasini**, in passato direttore della Pediatria del Bufalini, ha raccontato i sensibili cambiamenti nel modo di svezzare il bambino della sua lunga carriera di illustre pediatra e che lo vede oggi direttore della rivista scientifica *Quaderni CAP*.

“Il Gruppo Amadori ha fortemente creduto in questo progetto, perché ritiene che sia importante, per un grande gruppo alimentare italiano come il nostro, sostenere iniziative di valore che promuovono una sana e corretta alimentazione, a partire dalla prima infanzia - commenta **Francesca Amadori**, responsabile Corporate Communication del Gruppo. Amadori, che si caratterizza sul mercato per qualità, sicurezza e rintracciabilità dei propri prodotti, garantita dalla gestione diretta di tutte le fasi della filiera integrata, si contraddistingue così anche per la promozione di progetti di educazione alimentare sul territorio.”

L’Ufficio Stampa